

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

Irene Maharani¹, Tatiyani²

Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I Jl. Pangeran Diponegoro No.74,
Kenari, Kec. Senen, Kota Jakarta Pusat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 10430

E-mail : irenemaharani14@gmail.com¹, Tatiyani@upi-yai.ac.id²

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada Hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial dengan Kesenian pada Mahasiswa Rantau Universitas Kristen Indonesia. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi dari jumlah mahasiswa terdaftar sebanyak 300 mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan sampel berjumlah 170 mahasiswa laki-laki dan perempuan. Pengumpulan data menggunakan skala likert dan pengambilan sampel menggunakan teknik *convenience sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif yang signifikan antara harga diri dengan kesepian sebesar $r = -0,623$ dengan $p = 0,001$ dan terdapat hubungan dengan arah negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesepian sebesar $r = -0,625$ dengan $p = 0,001$. Selanjutnya, hasil analisis data dengan *multivariate correlation* menggunakan SPSS 29.0 for *macOs* diperoleh koefisien determinasi R^2 sebesar 0,511 dan berdasarkan regresi korelasi *multivariate* diperoleh nilai koefisien korelasi $R = 0,715$ dan $p = 0,001$ yang berarti terdapat hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia.

Kata kunci : Harga Diri, Dukungan Sosial, Kesenian

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out if there is a relationship between Self Esteem and Social Support and Loneliness in Rantau Students of the Christian University of Indonesia. This research is a quantitative research. The population of the number of registered students is 300 male and female students with a sample of 170 male and female students. Data collection used a Likert scale and sampling used convenience sampling. The results showed that there was a significant negative relationship between self-esteem and loneliness of $r = - 0.623$ with $p = 0.001$ and there was a significant negative relationship between social support and loneliness of $r = - 0.625$ with $p = 0.001$. Furthermore, the results of data analysis with multivariate correlation using SPSS 29.0 for macOs obtained a determination coefficient of R square of 0.511 and based on multivariate correlation regression, the correlation coefficient values $R = 0.715$ and $p = 0.001$ were obtained, which means that there is a relationship between self-esteem and social support and loneliness in students in the region of the Christian University of Indonesia.

Keyword : *Self Esteem, Social Support, Loneliness*



1. PENDAHULUAN

Pulau Jawa merupakan salah satu tempat tujuan utama para mahasiswa yang berasal dari daerah untuk melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi. Hal tersebut dikarenakan tidak meratanya kualitas pendidikan di setiap wilayah Indonesia yang menyebabkan tingginya jumlah mahasiswa yang merantau untuk menempuh pendidikan yang lebih berkualitas di Pulau Jawa.

Menurut Heinrich dan Gullone (dalam Goossens et al., 2014) menyatakan bahwa tingkat kesepian yang paling tinggi dimiliki oleh remaja akhir yang akan memasuki jenjang kuliah. Hal ini dikarenakan remaja akhir banyak mengalami transisi sosial seperti meninggalkan rumah seorang diri, memasuki masa kuliah atau memasuki dunia kerja. Menurut Steinberg (2002) usia dewasa awal yaitu berusia 18-21 tahun. Taylor et al., (dalam Halim & Dariyo, 2016) menemukan bahwa semakin individu bertambah usia maka kehidupan dan kemampuan sosial lebih stabil dan baik serta dalam hubungan sosial individu tersebut lebih realistis.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesepian, salah satunya yaitu harga diri. Cast dan Burke (2002) menyatakan bahwa harga diri adalah bagaimana individu menghargai dirinya sendiri. Hal ini dapat ditandai dengan individu yang memandang dirinya sebagai individu yang menarik, menyenangkan dan memiliki kemampuan. Dalam hal kesepian dan harga diri yang rendah, Burns (dalam Azizah & Rahayu, 2016) bahwa individu yang mengalami kesepian cenderung percaya bahwa mereka tidak berharga. Individu yang mengalami harga diri yang rendah merupakan individu yang mudah merasa cemas, stress, merasa kesepian, mudah depresi dan menyebabkan permasalahan dengan teman dan sosial (Clemes & Bean, 2001).

Faktor lain yang dapat mempengaruhi kesepian adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian, emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, dimana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya (Kumalasari, 2012, p.26).

1.1 Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia?

2. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia?
3. Apakah ada hubungan antara harga diri dengan dukungan sosial pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia?

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia
2. Hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia?
3. Hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia?

1.3 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan literasi psikologi tambahan khususnya tentang kesepian dan menjadi manfaat untuk pengembangan teori yang berhubungan dengan psikologi sosial

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi untuk peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian yang berhubungan dengan harga diri dan dukungan sosial terhadap kesepian.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kesepian

Menurut Weis (dalam Sonderby & Wagoner, 2013) menyatakan bahwa kesepian adalah suatu kondisi disebabkan karena individu sendiri melainkan karena kurangnya hubungan atau rangkaian hubungan yang dibutuhkan. Santrock (dalam Arumdina, 2013) menyatakan bahwa kesepian adalah ketika individu merasa bahwa tidak ada satupun orang yang dapat memahaminya dengan baik, merasa terisolasi dan tidak ada individu yang dapat dijadikan pelarian saat sedang dibutuhkan atau saat sedang stress.

Menurut Putri Rahayu (2018) terdapat empat faktor kesepian, yaitu :

a. Dukungan sosial

Individu yang memperoleh dukungan sosial terbatas berpeluang mengalami kesepian sementara individu yang memperoleh dukungan sosial yang lebih baik tidak mengalami kesepian.

b. Komunikasi

Komunikasi adalah hal penting yang dibutuhkan oleh individu terutama untuk dapat membagi persoalan atau hal penting yang terjadi dalam kehidupannya.

c. Keberfungsian keluarga

Apabila dalam suatu keluarga memiliki hubungan yang baik serta dukungan keluarga kuat maka perasaan kesepian yang dirasakan akan berkurang.

d. Harga Diri

Individu yang memiliki harga diri yang rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi yang beresiko secara sosial. Individu akan menghindari kontak sosial tertentu terus-menerus akibatnya akan mengalami kesepian.

2.2 Harga Diri

Menurut Branden (dalam Gunarsa, 2009) menyatakan bahwa harga diri adalah suatu aspek kepribadian yang merupakan kunci terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang. Karena hal ini berpengaruh pada proses berpikir, tingkat emosi dan keputusan yang diambil bahkan pada nilai-nilai dan tujuan hidup individu tersebut. Selain itu, harga diri adalah penilaian individu yang dibuat untuk dirinya sendiri dalam rentang positif atau negatif. (Baron & Bryne, 2014).

Menurut Coopersmith (dalam Andarini, Susandari & Rosiana, 2012, p.219) terdapat empat aspek harga diri yaitu :

a. *Power* (Kekuasaan)

Kemampuan untuk bisa mengatur dan mengontrol tingkah laku diri sendiri dan orang lain.

b. *Significance* (Keberartian)

Keberartian dalam arti kepedulian, perhatian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain. Hal tersebut merupakan penghargaan dan minat dari orang lain dan pertanda penerimaan dan popularitasnya.

c. *Virtue* (Kebajikan)

Ketaatan kepada standar moral dan etika yang berlaku, individu berusaha menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diperoleh atau diarsikan oleh moral, etika dan agama.

d. *Competence* (Kemampuan)

Sukses memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai oleh keberhasilan individu dalam mengerjakan berbagai tugas atau pekerjaan dengan baik dari level yang tinggi dan usia yang berbeda.

2.3 Dukungan Sosial

Menurut Santrock (2005) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan informasi dan umpan balik (*feedback*) dari orang lain bahwa individu itu dicintai, diperhatikan dan dihargai dalam hubungan komunikasi yang dekat. Menurut Sarafino dan Smith (2011, p.18) dukungan sosial memiliki hubungan rasa nyaman, penghargaan, kepedulian atau bantuan-bantuan dari individu atau kelompok individu dapatkan.

1) Aspek-aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino dan Smith (2011, p.81-82) dukungan sosial terdapat empat aspek dukungan sosial, yaitu :

a. Dukungan Emosional

Dukungan sosial ini muncul untuk melindungi individu dari emosional negatif akibat stress. Dukungan ini melibatkan rasa empati, penghargaan positif, kepedulian serta dorongan yang diberikan pada individu atau kelompok.

b. Dukungan Instrumental

Dukungan sosial instrumental seperti adanya bantuan untuk menolong individu. Contohnya

membantu mengerjakan tugas-tugas, bantuan jasa dan pinjaman finansial.

c. Dukungan Informasi

Dukungan informasi ini seperti memberikan informasi, saran, petunjuk dan *feedback* untuk seseorang dalam menghadapi permasalahannya.

d. Dukungan Persahabatan

Dukungan persahabatan ini diberikan dalam keanggotaan yang berbagi kegiatan sosial, minat dan hobi untuk menghabiskan waktu bersama-sama.

3. HIPOTESIS

- 1) Ha1: Terdapat hubungan antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia.
- 2) Ha2: Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia.
- 3) Ha3: Terdapat hubungan antara harga diri dan dukungan sosial pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil perhitungan dengan metode analisis data *Bivariate Correlation* dan dengan koefisien korelasi antara Harga Diri dengan Kesepian adalah $r = -0,623$ dan $p < 0,05$, maka ada hubungan yang signifikan antara arah korelasi negatif antara Harga Diri dengan Kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia. Semakin tinggi harga diri maka semakin rendah kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia. Begitupun sebaliknya, semakin rendah harga diri maka semakin tinggi kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia.

Pada hasil analisis kedua dengan metode analisis data *Bivariate Correlation* dengan koefisien korelasi antara Dukungan Sosial dengan Kesepian adalah $r = -0,625$ dan $p < 0,05$, maka ada hubungan yang signifikan ke arah negatif antara Dukungan Sosial dengan Kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah tingkat kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka

semakin tinggi kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia.

Berdasarkan hasil analisis statistik pada hipotesis ketiga dan menggunakan metode analisis *Multivariate Correlation* antara variabel harga diri dan dukungan sosial dengan kesepian diperoleh koefisien korelasi R sebesar nilai $R = 0,715$ dan R^2 0,511, $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia.

5. KESIMPULAN

Terdapat hubungan signifikan ke arah negatif antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin rendah kesepian. Begitupun sebaliknya, semakin rendah harga diri maka semakin tinggi tingkat kesepian. Terdapat hubungan signifikan ke arah negatif antara dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah kesepian. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat kesepian. Terdapat hubungan signifikan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesepian mahasiswa rantau Universitas Kristen Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Alpay. (2001). *Some Psychological Theories In Engineering Education. Journal Chemical Engineering Education. Vol.35. 212.*
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Loneliness dan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Jurnal Penelitian Psikologi, Vol.8.*
- Azizah, A. N. & Rahayu S. A. (2016). Hubungan *Self-Esteem* Dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Psikologi. Vol.7, No.2. 40-58.*
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Jakarta : Pustaka Belajar

- Baron, R. A. & Bryne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jilid I. Edisi Kesepuluh. Jakarta : PT. Erlangga
- Baron, R. A. & Bryne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jilid II. Edisi Kesepuluh. Jakarta : PT. Erlangga.
- Basuki, W. (2005). *Faktor-faktor penyebab kesepian terhadap tingkat depresi pada lansia penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Putri Kota Samarinda, Universitas Mulawarma*. Vol.4.
- Batara, G. A. & Kristianingsih, S. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesepian Pada Narapidana Dewasa Awal Lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. Vol. 20, No. 1. 187-194.
- Brehm, S. et al. 2002. *Intimate Relationship*. Newyork: Mc GrawHill.
- Burger, Jerry M. (2008). *Personality, Seventh Edition*. Thompson, United State
- Chen, Y. & Feeley, T. H. (2014). *Social Support, Social Strain, Loneliness, and well-being among older adults : An Analysis Of The Health And Retirement Study*. *Journal Of Social and Personal Relationships*. Vol. 31(2), 141-161.
- Ciptadi, W. A., & Selviana. (2020). Hubungan antara Kepribadian Ekstraversi dan Kesepian dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *Jurnal Sosial dan Humaniora*, Vol.4, 78-36.
- Clemes, Harris & Reynold B. (2001). *Membangkitkan harga diri anak*. Jakarta : Penerbit Mitra Utama.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-Esteem*. U.S:Consulting Psychologys Press., M. (1965). *Society and The Adolescent Self-Image*. Pricenton: Pricenton University Press.
- Cosan, D. (2014). An Evalution of Loneliness. *The Europen Proceedings of Social & Behavioural Sciences*. 103-110.
- Dayakisini, & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang : UMM Press
- Fachrezy, M. Cabacungan, M. A. S & Kawuryan, F. (2022). Perbedaan Loneliness Dan Self-Esteem Pada Laki-Laki Dan Perempuan Dewasa Muda Pengguna Media Sosial. *Jurnal Psikologi Perseptual*. Vol.7, No.2. 251-266.
- Firmansyah, D. & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian : Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*. Vol. 1, No. 2. 85-114.
- Gondokusumo, A. L. & Soetjningsih, C. H. (2023). Dukungan Sosial Dan Kesepian Pada Mahasiswa Rantau UKSW Dari Luar Pulau Jawa. *Jurnal Ilmiah Hospitality*. Vol.12, No.2. 831-836.
- Gunarsa, S.D. (2009). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut : Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Gunung Mulia
- Hawkey, L. C. & Cacioppo, J. T. (2010). A short for measuring lonelinessin large survey. *Journal research on aging*, 6 (26), 655-672
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The Clinical Significance Of Loneliness : A Literature Review. *Clinical Psychology Review*. Vol.26. 695-718.
- Krisnawati, E. & Soetjningsih, C. H. (2017). Hubungan Antara Kesepian Dengan Selfie-Liking Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. Vol. 16, No. 2. 122-127.
- Kuncono, Teguh Yunanto. (2016). *Aplikasi Komputer Psikologi*. Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI.