

## **Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kesepian Dengan Jenis Kelamin Sebagai Variabel Moderator Pada Mahasiswa Rantau**

### ***The Influence of Social Support on the Level of Loneliness with Gender as a Moderating Variable Among Migrant University***

**Chaniva Lailatul Maslakhah\***

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [chaniva.21015@mhs.unesa.ac.id](mailto:chaniva.21015@mhs.unesa.ac.id)

**Siti Jaro'ah**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [sitijaroah@unesa.ac.id](mailto:sitijaroah@unesa.ac.id)

**Siti Ina Savira**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [sitisavira@unesa.ac.id](mailto:sitisavira@unesa.ac.id)

#### **Abstrak**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian dengan variabel jenis kelamin sebagai moderator pada mahasiswa rantau. Dinamika mahasiswa rantau sangat kompleks. Salah satu tantangan yang dihadapi adalah kesepian. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kesepian. Jenis kelamin menjadi moderator untuk menguji lemah atau kuat hubungan dukungan sosial terhadap tingkat kesepian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain MRA (*Moderated Regression Analysis*). Populasi pada penelitian ini berjumlah 400 orang yang terdiri dari 200 perempuan dan 200 laki-laki. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria individu berumur 18 – 25 tahun dan mahasiswa rantau di Surabaya. Alat ukur yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale Version 3* (Russell, 1996) dan dukungan sosial (Sarafino & Smith, 2011). Terdapat pengaruh dukungan sosial sebesar 60% terhadap tingkat kesepian, akan tetapi jenis kelamin tidak berpengaruh signifikan sebagai variabel moderator. Implikasi temuan ini menggarisbawahi pentingnya dukungan sosial dalam mengurangi tingkat kesepian pada mahasiswa rantau, mengindikasikan bahwa dengan memperoleh dukungan sosial yang baik akan mengurangi tingkat kesepian secara efektif, terlepas dari jenis kelamin mahasiswa rantau.

**Kata kunci :** Dukungan sosial; kesepian; jenis kelamin, mahasiswa

#### **Abstract**

*This study was conducted to investigate the effect of social support on loneliness, with gender as a moderator variable, among sojourning university students. The dynamics experienced by sojourning students are highly complex, and one of the significant challenges they face is loneliness. Social support is identified as a factor that can influence the level of loneliness. Gender was included as a moderator to examine the strength of the relationship between social support and loneliness levels. This research employed a quantitative approach with a Moderated Regression Analysis (MRA) design. The study's population consisted of 400 individuals, comprising 200 females and 200 males. Purposive sampling was used to select participants, with inclusion criteria being individuals aged 18–25 years who are sojourning students in Surabaya. The instruments used were the UCLA Loneliness Scale Version 3 (Russell, 1996) and the Social Support Scale (Sarafino & Smith, 2011). The results indicated that social support explained 60% of the variance in loneliness levels; however,*

*gender did not show a significant moderating effect. The implications of these findings underline the importance of social support in reducing loneliness levels in out-of-town students, indicating that obtaining good social support will effectively reduce loneliness levels, regardless of the gender of out-of-town students.*

**Keywords :** Social support; loneliness ; gender ; students

| Article History                                                                                                               | *corresponding author                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Submitted :</b><br/>15-06-2025</p> <p><b>Final Revised :</b><br/>27-06-2025</p> <p><b>Accepted :</b><br/>14-07-2025</p> | <div data-bbox="992 481 1273 551" data-label="Image"> </div> <p><i>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY-SA</a> license</i></p> <p><i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p> |

Mahasiswa perantau dihadapkan dengan perubahan pada kehidupannya terutama dalam menghadapi penyesuaian diri seperti perubahan budaya, lingkungan sosial, serta pola interaksi dengan orang baru yang berbeda di tingkat perguruan tinggi (Putri & Monika, 2024). Keputusan untuk merantau membawa tantangan yang beragam terutama menghadapi adaptasi sosial serta emosional. Mahasiswa rantau dituntut dapat mengembangkan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru sebagai bentuk upaya meraih kesuksesan akademik. Proses adaptasi yang baik pada mahasiswa rantau akan memiliki pemahaman yang kuat akan tujuan awal target-target yang telah ditetapkan (Wulandari dkk, 2023).

Daya tarik Surabaya sebagai kota metropolitan yang dinamis dengan fasilitas lengkap serta biaya hidup yang relatif terjangkau menjadi pendorong utama bagi mahasiswa dari luar daerah. Mahasiswa rantau yang meninggalkan daerah asal untuk menempuh pendidikan tinggi di tempat universitas yang jauh dari tempat tinggal (Muttaqin dkk, 2022). Lingkungan belajar yang terbentuk dari kondisi ini menciptakan sebuah tantangan. namun juga berpotensi pertukaran pengetahuan serta pengalaman yang luas dengan adanya interaksi sosial di dalam maupun luar kampus yang membentuk pola pikir mahasiswa. Menjalani kehidupan jauh dari keluarga mahasiswa akan mengalami beberapa resiko seperti kesulitan mendapatkan teman, terjerumus dengan pergaulan negatif serta merasa kesepian tidak memiliki siapa-siapa (Gondokusumo & Soetjiningsih, 2023). Fenomena mahasiswa rantau ini disebabkan oleh hilangnya relasi sosial akibat terpisah dengan keluarga, tempat tinggal dan orang terdekat sehingga memicu munculnya kesepian. Mahasiswa yang berasal dari luar daerah perantauan cenderung mengalami *culture shock* dirasakan pada awal perantauan yang menjadi salah satu alasan munculnya kesepian (Purnamasari, 2024).

Penelitian terdahulu Putra dan Winta (2024) melakukan penelitian tingkat kesepian pada mahasiswa rantau memiliki skor kesepian kategori sedang dengan jumlah 50 subjek (76,9%), sisanya kategori rendah 3 (4,7%) serta kategori tinggi 12 (18,4 %) sehingga dapat disimpulkan jika mahasiswa rantau didominasi oleh kategori sedang yang disebabkan oleh minimnya kualitas interaksi keluarga namun subjek mengalihkan interaksi dan hubungan yang lebih berkualitas dengan temannya. Penelitian yang dilakukan Rinaldi (2021) pada 19 provinsi di Indonesia memaparkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kesepian dari tingkat ringan hingga sedang. Riset dari penelitian Brett et al (2023) mengemukakan bahwa mahasiswa yang tinggal sendiri cenderung memiliki tingkat kesepian dan stresor yang lebih tinggi.

Russell (1996) menjelaskan bahwa kesepian berupa kondisi emosional yang muncul akibat karakteristik individu sendiri, terjadi ketika tidak mampu mencapai tingkat interaksi sosial yang diharapkan dalam lingkungan sekitar dan ditandai munculnya gangguan emosional.

Penelitian terbaru Sembiring dan Bajirani (2024) tentang gambaran kesepian pada mahasiswa sarjana rantau dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pertama, putusnya hubungan sosial di daerah asal. Kedua, kegagalan membangun hubungan sosial di perantauan. Ketiga, kekhawatiran tidak memperoleh bantuan dari lingkungan sosial di perantauan ketika menghadapi kesulitan. Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial berperan menjadi faktor proteksi mengatasi tantangan kesepian yang dihadapi perantau. Sarafino dan Smith (2011) mendefinisikan dukungan sosial yaitu memiliki hubungan rasa nyaman, penghargaan, kepedulian atau bantuan dari orang lain atau kelompok. Dukungan eksternal dapat diperoleh dari lingkungan terdekat seperti keluarga, teman dekat, kelompok komunitas yang sehat dan mendukung, serta orang-orang sekitar yang dirasa cukup berperan penting bagi kehidupan individu

Penelitian sebelumnya yang mengkaji hubungan dukungan sosial dan kesepian memiliki nilai signifikan, artinya dukungan sosial berperan mengurangi tingkat kesepian. Penelitian Marandof & Sarajar (2024) memiliki dukungan dari teman sebaya yang cukup membuat mahasiswa rantau dari daerah yang jauh merasa tidak sendiri, mampu melewati masa sulit dan lebih berani mengambil keputusan. Memiliki orang lain yang dapat diandalkan individu apabila membutuhkan bantuan yang artinya mahasiswa menginginkan kehidupan sosial lebih. Semakin tinggi dukungan sosial teman maka semakin rendah kesepian yang dirasakan begitupun sebaliknya. Penelitian Simanjuntak dkk (2021) menunjukkan hubungan positif dengan orang lain menjadi faktor terkuat berkontribusi mengurangi kesepian.

Perbedaan wilayah dan kondisi budaya berkontribusi signifikan perubahan dinamika sosial dalam masyarakat. Keberagaman karakteristik sosial dan budaya seperti bahasa, adat istiadat nilai-nilai dan pola interaksi sosial (Sinambela dkk, 2025). Peran jenis kelamin merupakan salah satu konstruksi yang berkembang seiring perubahan sosial (Salfa, 2023). Studi oleh Muttaqin et al (2022) dengan mengenai pengalaman kesepian mahasiswa rantau pandemi *covid-19* turut menemukan perbedaan kesepian jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Ketika mengalami kesepian perempuan lebih mudah mengekspresikan berbanding terbalik dengan laki-laki yang cenderung menutup diri dan beranggapan dapat menangani kesulitannya sendiri. Perempuan akan membagikan atau mengekspresikan kesepian sehingga memperoleh dukungan sosial berupa ucapan semangat, saran, dan motivasi. Sedangkan laki-laki mengungkapkan tidak mendapatkan dukungan sosial karena enggan membagikan perasaan kesepian yang dialami. Penelitian tersebut menemukan jika perempuan lebih memperoleh dukungan sosial dari pada laki-laki dalam mengatasi kesepian. Menurut Brehm (2002) jenis kelamin memiliki subangsi sebagai salah satu penyebab timbulnya kesepian. Perempuan cenderung merasa kesepian dibandingkan laki-laki. Pada konteks mahasiswa perantau dinamika peran jenis kelamin mempengaruhi adaptasi, interaksi dan respon dukungan sosial serta bagaimana mereka mengalami kesepian. Sementara itu, studi lain oleh Putri dan Monika (2024) tidak menemukan perbedaan signifikan tingkat kesepian pada hubungan dukungan sosial terhadap kesepian berdasarkan jenis kelamin.

Berdasarkan uraian fenomena di atas, kesepian merupakan pengalaman yang dapat dialami oleh siapa saja tidak terkecuali mahasiswa rantau. Kesepian yang dialami dipengaruhi oleh berpisah dengan rumah, orang tua dan teman, serta timbulnya tantangan yang dihadapi penyesuaian diri di lingkungan baru. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor utama untuk mengurangi perasaan kesepian. Dengan adanya dukungan sosial yang optimal mahasiswa rantau tidak merasa terasingkan yang menyebabkan ketidaknyamanan atau tekanan emosional. Tingkat kesepian serta dukungan sosial mahasiswa rantau dapat terwujud secara berbeda antara laki-laki dan perempuan. Penelitian sebelumnya hanya berfokus pada populasi mahasiswa rantau secara umum tanpa mempertimbangkan peran jenis kelamin sebagai moderator. Penelitian ini berupaya memberikan kontribusi dengan menganalisis peran jenis kelamin sebagai variabel moderator pada mahasiswa rantau.

## METODE

### *Sampel/ Populasi*

Populasi merupakan sekelompok individu yang memiliki karakteristik yang sama sehingga menjadi dasar pengumpulan data penelitian. Terdapat tiga komponen utama yakni, subjek, objek dan lokasi penelitian (Creswell, 2014). Sampel merupakan subset dari populasi yang dipilih menggunakan teknik tertentu untuk memastikan representativitasnya (Creswell, 2014). Pada penelitian ini adalah mahasiswa rantau yang aktif menempuh bangku perkuliahan di Surabaya. Partisipan berjumlah 400 dengan usia 18-25 tahun. Penentuan jumlah sampel mahasiswa yang ditentukan berdasarkan analisis *G\*power* melalui *effect size* sebesar -0,26 yang ditemukan oleh Gondokusumo dan Soetjningsih (2023) dari besar korelasi antara variabel dukungan sosial dengan kesepian untuk menentukan jumlah minimum. Subjek penelitian ini sebanyak 200 mahasiswa laki-laki dan 200 mahasiswa perempuan. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *non probability sampling*, jenis penelitian yakni *purposive sampling*, dimana teknik ini menggunakan karakteristik dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017). Subjek penelitian ini harus memiliki karakteristik yakni mahasiswa rantau yang masih aktif melakukan aktivitas akademik yakni perkuliahan. Selain itu, subjek dalam rentan usia 18 hingga 24 tahun.

### *Pengumpulan data*

Pendekatan pengumpulan data penelitian ini dengan cara menyebarkan kuesioner secara online menggunakan media aplikasi *X*, *Tiktok*, *WhatsApp*, *Telegram* dan *Instagram*. Adapun penyebaran dilakukan secara *luring* atau *offline* dengan menjangka responden secara langsung. Penelitian ini menggunakan *Likert Scale* empat poin 1= sangat tidak setuju hingga 4 = sangat setuju, dengan jumlah aitem favorable dan unfavorable yang seimbang. Format *forced-choice* tanpa titik tengah netral bertujuan mengurangi kecenderungan memilih jawaban netral atau *fence-sitting* dan meningkatkan validitas data (Chang, 1994). Instrumen pada penelitian ini meliputi skala dukungan sosial sebagai variabel independen menurut teori (Sarafino & Smith, 2011). Skala variabel independen yaitu kesepian menggunakan alat ukur *UCLA Loneliness Scale Version 3* (Russell, 1996) sebagai variabel dependen. Pada uji reliabilitas skala dukungan sosial memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,891 dan skala kesepian dengan memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,946. Setelah uji coba masing-masing skala memiliki jumlah aitem tetap, skala dukungan sosial sebanyak 16 aitem terdiri dari 12 aitem *favorable* dan 4 *unfavorable*. Pada skala kesepian 20 aitem terdiri dari 11 aitem *favorabel* dan 9 aitem *unfavorabel*.

### *Analisis data*

Analisis data pada penelitian ini menggunakan alat bantu SPSS dengan versi 26.0 *for windows*. Perhitungan uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan MRA (*Moderated Regression Analysis*) atau Analisis Regresi Berganda. MRA merupakan sebuah aplikasi khusus regresi berganda linier dimana dalam persamaan regresinya mengandung unsur interaksi atau perkalian dua maupun lebih variabel independen (Ghozali, 2016).

## Hasil

Hasil hasil statistik deskriptif pada variabel dukungan sosial dan kesepian:

Tabel 1. Deskripsi Statistik Data

| Variabel        | N   | Min | Max | Mean  | Std. Dev |
|-----------------|-----|-----|-----|-------|----------|
| Dukungan Sosial | 400 | 24  | 64  | 47.74 | 10.811   |
| Kesepian        | 400 | 23  | 72  | 47.69 | 11.53    |

Berdasarkan tabel di atas diketahui jika jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 400 responden. Pada hasil analisis deskriptif skor terendah pada dukungan sosial yakni 24 dan skor tertinggi sebesar 64. Rata-rata (*mean*) yang diperoleh yaitu 47.74, serta standar deviasi sebesar 10.811 menunjukkan terdapat variasi yang cukup besar dalam persepsi dukungan sosial antara responden. Hal ini menandakan adanya perbedaan tingkat dukungan sosial yang dirasakan pada masing-masing individu. Adapun hasil dari analisis deskriptif dari variabel kesepian menunjukkan skor terendah sebesar 23 dan skor tertinggi 72. Rata-rata (*mean*) yang diperoleh yakni sebesar 47.69, serta standar deviasi 11.553 yang mengindikasikan adanya tingkat variasi cukup tinggi dalam persepsi kesepian mayoritas responden. Dengan kata lain, terdapat keberagaman pengalaman emosional yang mencerminkan kesepian tidak dirasakan keseluruhan secara merata oleh responden.

Kategori Skor dilakukan pada masing-masing variabel dengan pembagian skor terdiri dari 3 kelompok norma yakni rendah sedang dan tinggi menurut teori Azwar (2012) sebagai berikut: (1) Rendah :  $X < M - 1SD$ ; (2) Sedang :  $M - 1SD \leq X \leq M + 1SD$ ; (3) Tinggi :  $M + 1SD \leq X$ . Berikut kategorisasi variabel dukungan sosial dan kesepian dijabarkan pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Kategori Subjek

| Jenis Kelamin | Norma Kategorisasi | Kategorisasi | Frekuensi | Persentase |
|---------------|--------------------|--------------|-----------|------------|
| Laki-laki     | Dukungan Sosial    |              |           |            |
|               | $X \leq 31$        | Rendah       | 6         | 3%         |
|               | $31 < X \leq 55$   | Sedang       | 108       | 54%        |
|               | $X > 50$           | Tinggi       | 86        | 43%        |
|               | Kesepian           |              |           |            |
|               | $X \leq 38$        | Rendah       | 40        | 2%         |
|               | $38 < X \leq 63$   | Sedang       | 125       | 62%        |
|               | $X > 63$           | Tinggi       | 35        | 17%        |
| Perempuan     | Dukungan Sosial    |              |           |            |
|               | $X \leq 45$        | Rendah       | 75        | 37%        |
|               | $45 < X \leq 60$   | Sedang       | 18        | 9%         |
|               | $X > 60$           | Tinggi       | 107       | 53%        |
|               | Kesepian           |              |           |            |
|               | $X \leq 35$        | Rendah       | 20        | 1%         |
|               | $35 < X \leq 55$   | Sedang       | 94        | 47%        |
|               | $X > 55$           | Tinggi       | 86        | 43%        |

Berdasarkan data diatas diketahui jika subjek dengan jenis kelamin laki-laki pada variabel dukungan sosial kategori skor rendah (3%), skor sedang (54%), skor tinggi (43%).

Sedangkan pada variabel kesepian kategori skor rendah (2%), skor sedang (62%), skor tinggi (17%). Selain itu, responden jenis kelamin perempuan memperoleh skor rendah (37%), skor sedang (9%), skor tinggi (53%) pada variabel dukungan sosial. Selanjutnya pada variabel kesepian memperoleh kategori skor rendah (1%), skor sedang (47%), skor tinggi (43%).

*Rata-rata dimensi skala Kesepian dan Dukungan Sosial:*

Kategori rata-rata dimensi dilakukan pada masing-masing dimensi variabel dengan pembagian skor terdiri dari 4 kelompok norma yakni rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi menurut teori Sugiyono (2012) sebagai berikut: (1) Rendah : 1,00 – 1,75; Sedang: 1,76 – 2,50; Tinggi: 2,60 – 3,25; Sangat Tinggi : 3,26 – 4,00 dijabarkan pada tabel berikut:

Tabel 3. Nilai Rata-Rata Dimensi Skala Kesepian

| Dimensi             | Skor Rata-rata (Mean) | Kategori |
|---------------------|-----------------------|----------|
| Trait Loneliness    | 2,29                  | Sedang   |
| Social Desirability | 2,32                  | Sedang   |
| Depression          | 2,44                  | Sedang   |

Tabel diatas menjelaskan bahwa dalam penelitian ini variabel kesepian terdiri dari tiga dimensi dengan keseluruhan tergolong sedang, skor rata-rata pada dimensi *Trait Loneliness* (2,29), *Social Desirability* (2,44), *Depression* (2,44).

Tabel 4. Nilai Rata-Rata Dimensi Skala Dukungan Sosial

| Dimensi                             | Skor Rata-rata (Mean) | Kategori |
|-------------------------------------|-----------------------|----------|
| Dukungan emosional atau penghargaan | 2,96                  | Tinggi   |
| Dukungan nyata atau instrumental    | 2,98                  | Tinggi   |
| Dukungan informasi                  | 2,96                  | Tinggi   |
| Dukungan persahabatan               | 3,05                  | Tinggi   |

Pada variabel dukungan sosial skor rata-rata setiap dimensi tergolong tinggi, Dukungan emosional atau penghargaan (2,96), Dukungan nyata atau instrumental (2,98), Dukungan informasi (2,96), dukungan persahabatan (3,05).

*Hasil Uji Koefisien Determinasi Simultan*

Tabel 5. Hasil Koefisien Determinasi Simultan

| Model Summary      |                 |                            |                                           |
|--------------------|-----------------|----------------------------|-------------------------------------------|
| Model              | 1               | 2                          | 3                                         |
| Variabel Prediktor | Dukungan Sosial | Dukungan Sosial, Interaksi | Dukungan Sosial, Jenis Kelamin, Interaksi |
| R                  | 0.775           | 0.780                      | 0.782                                     |
| R Square           | 0.600           | 0.609                      | 0.611                                     |
| Adjusted R Square  | 0.599           | 0.607                      | 0.608                                     |
| R Square Change    | 0.600           | 0.009                      | 0.002                                     |
| Sig. F             | 0.000           | 0.003                      | 0.150                                     |

Berdasarkan uji MRA (*Moderated Analysis Regression*) atau regresi linear diatas pada model pertama melibatkan dukungan sosial sebagai prediktor variabel dependen. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien determinan atau R Square sebesar 0.600 yang berarti bahwa 60% variasi atau perubahan pada variabel dependen dapat dijelaskan oleh dukungan sosial. Model kedua, penambahan variabel jenis kelamin ke dalam model regresi menghasilkan peningkatan nilai koefisien determinasi R Square dari 0,600 menjadi 0,609. Keberadaan variabel jenis kelamin meningkatkan kemampuan model dalam menjelaskan variabel dependen sebesar 0,009 atau sebesar 0,9% dan nilai signifikansi 0,003. Pada model ketiga, analisis regresi antara dukungan sosial, variabel jenis kelamin dan interaksi atau moderator hanya memiliki peningkatan kecil terhadap koefisien R Square yaitu dari 0,609 menjadi 0,611.

#### *Hasil Uji Signifikansi Simultan*

Uji statistik F dilakukan untuk mengetahui apakah semua variabel berpengaruh secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Data dikatakan signifikan jika nilai signifikan jika nilai signifikansi  $F < 0,05$  atau  $F_{hitung} > F_{tabel}$ . Berikut hasil uji F pada penelitian ini:

Tabel 6. Hasil Uji F

| ANOVA      |                |     |             |         |      |
|------------|----------------|-----|-------------|---------|------|
| Model      | Sum of Squares | df  | Mean Square | F       | Sig. |
| Regression | 32528.852      | 3   | 10842.951   | 207.187 | .000 |
| Residual   | 20724.325      | 396 | 52.334      |         |      |
| Total      | 53253.178      | 399 |             |         |      |

Pada tabel diatas dapat diketahui jika nilai signifikan  $(0,00) > 0,05$  yang menyatakan bahwa model regresi bermakna secara statistik. Artinya terdapat setidaknya salah satu dari variabel independen yakni dukungan sosial, jenis kelamin atau interaksi dukungan sosial dan jenis kelamin memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kesepian. Nilai F-hitung sebesar 207.187 menunjukkan bahwa model regresi yang melibatkan dukungan sosial, jenis kelamin, dan interaksinya memiliki kemampuan prediksi yang sangat baik terhadap tingkat kesepian mahasiswa rantau.

#### *Hasil Uji Signifikansi Parsial*

Hasil regresi linear berganda memiliki tujuan untuk menguji pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian serta jenis kelamin sebagai variabel Z terhadap kesepian.

Tabel 7. Hasil Uji T

| Coefficients    |        |      |
|-----------------|--------|------|
| Variabel        | B      | Sig. |
| (Constant)      | 78.545 | .000 |
| Dukungan Sosial | -.723  | .000 |
| Jenis Kelamin   | 8.238  | .047 |
| Interaksi       | -.118  | .150 |

Koefisien regresi (B) sebesar -0.723, dengan nilai signifikansi 0.000 ( $< 0.05$ ), menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh negatif yang signifikan secara statistik terhadap kesepian. Semakin tinggi persepsi dukungan sosial, semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan mahasiswa. Koefisien B sebesar 8.238, dengan nilai signifikansi 0.047

(< 0.05), menunjukkan bahwa jenis kelamin juga berpengaruh signifikan terhadap kesepian. Laki-laki memiliki skor kesepian yang lebih tinggi sebesar 8.238 poin dibandingkan kelompok perempuan, dengan asumsi variabel lain tetap konstan. Koefisien interaksi sebesar -0.118, dengan nilai signifikansi 0.150 (> 0.05), mengindikasikan bahwa interaksi antara dukungan sosial dan jenis kelamin tidak signifikan secara statistik. Dengan kata lain, jenis kelamin tidak memoderasi pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian dalam model ini.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pengaruh antara dukungan sosial terhadap kesepian mahasiswa rantau dengan jenis kelamin sebagai variabel moderator. Hasil pengujian hipotesis pada tabel Hasil Koefisien Determinasi Simultan diperoleh bahwa kesepian dipengaruhi oleh dukungan sosial sebesar 60% yang tergolong pada kategori kuat. Begitupula pada analisa koefisien regresi (B) menunjukkan pengaruh antara dukungan sosial terhadap tingkat kesepian bernilai negatif dengan koefisien sebesar -0.723, dan perolehan nilai signifikansi 0.000 pada tabel hasil uji Tabel Hasil Uji T. Temuan ini sejalan oleh Nurayni & Supradewi (2017) yang menemukan dukungan sosial mempunyai subangsi sebesar 61,7% yang tergolong kuat mengurangi tingkat kesepian. Akan tetapi terdapat perbedaan penemuan oleh Meianisa dan Rositawati (2023) dukungan sosial hanya berkontribusi terhadap *loneliness* mahasiswa rantau sebesar 2,5% yang tergolong kecil dan 97,5% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Pada konteks penelitian ini juga mempertimbangkan adanya variabel jenis kelamin yang menjadi moderator antara dukungan sosial dan tingkat kesepian sebesar. Adanya sebuah peningkatan subangsi jenis kelamin sebesar 0.009 setara dengan 0,9% yang tergolong relatif kecil. Selanjutnya hasil uji MRA, dukungan sosial, jenis kelamin, dan interaksi antara terhadap kesepian hanya menghasilkan peningkatan 0.002 atau setara 0,02% dengan nilai *R Square* 0.611 dengan nilai signifikan 0.150 ( $p > 0,05$ ) lebih besar dari taraf 0,05. Hal analisa menemukan jika dukungan sosial berkorelasi dengan kesepian. Namun, jenis kelamin tidak mempengaruhi secara keseluruhan dalam model regresi.

Temuan Tifferet (2020) mengungkapkan bahwa peran gender mendorong koneksi emosional, strategi koping yang berpusat pada hubungan dan gaya komunikasi yang memfasilitasi pertukaran dukungan, serta kecenderungan untuk berinvestasi lebih dalam pada kualitas hubungan. Studi terdahulu Ren et al (2021) menemukan jika kualitas hubungan pada perempuan lebih baik karena umumnya memiliki jaringan sosial dan berpartisipasi tinggi dalam kegiatan yang sama. Menurut Cutrona dan Russell (1987) perempuan lebih bergantung pada dukungan emosional, jenis kebutuhan ini berkontribusi pada kesepian. Sementara laki-laki memiliki kebutuhan yang berbeda. Perbedaan dukungan yang diterima mempersepsikan ketersediaan dan kualitas yang diterima oleh masing-masing jenis kelamin. Namun, secara statistik hasil temuan ini tidak selaras pada prediksi teori dan penelitian terdahulu karena jenis kelamin hanya memiliki subangsi dengan nilai relatif rendah serta model interaksi menyatakan hasil tidak signifikan. Dukungan sosial dalam mengurangi tingkat kesepian bersifat konsisten atau serupa pada mahasiswa laki-laki maupun perempuan.

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan Bilecen et al (2024) melakukan penelitian analisa bagaimana peran dukungan emosional, status dan jenis kelamin dalam menjelaskan kesepian. Jenis kelamin tidak memiliki signifikan memberikan efek dukungan emosional pada mahasiswa rantau maupun lokal. Efek moderasi tidak signifikan secara statisik dipengaruhi oleh beberapa faktor. Lingkungan dan pengalaman pada mahasiswa perantau mungkin menghasirkan serangkaian tantangan dan stresor yang sangat kuat seperti budaya, akademik, finansial, jauh dri keluarga. Terdapat faktor status pengalaman mahasiswa laki-laki dan perempuan yang menjadi dasar pelaporan tingkat kesepian serta persepsi menerima dukungan sosial. Hal ini mengurangi perbedaan merespon atau dukungan sosial sehingga efek moderasi tidak menjadi signifikan.

Meskipun terdapat perbedaan dinamika persepsi dukungan sosial dan tingkat antara jenis kelamin, dinamika psikososial yang secara umum dialami oleh mahasiswa perantau laki-laki maupun perempuan. Hilangnya jejaring sosial primer, mengalami kesulitan membangun relasi baru, dan munculnya perasaan terisolasi akibat tekanan akademik serta penyesuaian terhadap lingkungan budaya yang berbeda dihadapi oleh mayoritas mahasiswa rantau. Menurut pandangan perspektif ekopsikologi individu dibanding bagian dari sistem yang saling berhubungan lingkungan sosial, budaya, dan fisik di

sekitarnya. Studi Bemardon et al (2011) keterputusan dari lingkungan sosial umumnya memang dialami oleh mahasiswa rantau menimbulkan gangguan sistem dukungan sosial yang menjadi sebuah sumber regulasi emosi yang menyebabkan penurunan persepsi terhadap dukungan sosial dan meningkatkan kerentanan pengalaman kesepian sehingga respon adaptasi serupa pada mahasiswa laki-laki maupun perempuan.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, total keseluruhan responden sebanyak 400. Mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki jumlah subjek setara yaitu sejumlah 200 masing-masing jenis kelamin. Kriteria penelitian ini merupakan mahasiswa dengan rentan umur 18 hingga 25 tahun. Subjek dominan berada pada usia 21 dan 22 tahun. pada tahap ini individu secara aktif membangun identitas kemandirian serta membangun hubungan intim agar memperoleh integrasi sosial yang kuat (Arnett, 2000). Mayoritas mahasiswa merantau pada rentan waktu 3-4 tahun sebanyak 201 subjek dengan persentase 50,25%, disusul mahasiswa yang merantau 1 hingga 2 tahun sebanyak 158 responden dengan nilai persentase 39,50%. Rentang waktu 1 hingga 2 tahun pertama mahasiswa rantau berada dalam fase adaptasi intens menghadapi berbagai tantangan penyesuaian. Penelitian Khan et al (2013) stres akademik dan penyesuaian di kampus akan sulit bagi mahasiswa tahun pertama. Tantangan kesejahteraan psikologis juga rentan pada tahun pertama mahasiswa dituntut untuk dapat melakukan adaptasi secepat mungkin dengan budaya, bahasa dan lingkungan baru (Datuchtidha & Huwae, 2024). Tahap ini perasaan dan kebutuhan sosial sangat mendesak bagi semua mahasiswa laki-laki maupun perempuan. Tantangan fundamental begitu dominan sehingga kebutuhan dasar dukungan untuk mengurangi isolasi dan penyesuaian menjadi serupa. Efek dukungan sosial dalam mengurangi kesepian fase ini bersifat esensial yang mengakibatkan jenis kelamin tidak mengalami perbedaan signifikan.

Selanjutnya, mahasiswa pada rentang perantau selama 3 dan 4 tahun umumnya telah melewati puncak kesulitan adaptasi awal. Kemungkinan besar berhasil membangun jejaring interaksi sosial baru, menguasai lingkungan dan mengembangkan koping strategi yang efektif salah satunya menghadapi kesepian. Sejalan dengan penelitian Ferdianti dkk (2024) menunjukkan kesulitan adaptasi yang menurun dan tantangan yang dialami pada awal merantau berkurang. Kesepian yang merupakan salah satu tantangan dalam penyesuaian adaptasi lingkungan baru karena terpisah dari keluarga serta lingkungan tempat tinggal. Tahap ini, pengalaman kesepian dan cara menerima dan mendapatkan dukungan sosial mungkin lebih homogen antara jenis kelamin. Program studi yang dirancang selama 3 hingga 4 tahun seperti diploma dan sarjana. Mahasiswa rantau berada pada tahun terakhir sudah dapat beradaptasi dan membangun komunitas sehingga merasa sama-sama didukung. Kesepian yang mereka rasakan mungkin bukan kesepian akut akibat isolasi melainkan kesepian eksistensial atau kerinduan (Boli dkk, 2024).

Perbedaan kategorisasi skor antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam dukungan sosial serta tingkat kesepian. Dukungan sosial pada mahasiswa laki-laki mayoritas pada kategori sedang dengan besaran persentase persentase 54%. Sementara itu, tingkat kesepian menunjukkan besaran 62% pada kategori sedang. Mahasiswa perempuan menunjukkan kecenderungan lebih positif pada persepsi dukungan sosial. Sebanyak 53% mahasiswa perempuan menunjukkan kategori dukungan sosial tinggi, hal ini mengindikasikan bahwa perempuan memperoleh dukungan yang kuat dari lingkungan sosialnya. Sementara pada tingkat kesepian berada pada kategorisasi sedang yakni 47% yang lebih sedikit rendah dibandingkan laki-laki.

Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa perempuan lebih cenderung merasakan dukungan sosial yang kuat dari lingkungan sehingga pengalaman kesepian memiliki persentase lebih rendah dibandingkan laki-laki. Sejalan dengan penelitian Palacio et al (2021) perempuan lebih aktif mempertahankan jejaring sosial emosional yang berkontribusi terhadap dukungan sosial yang lebih tinggi dan rasa kesepian lebih rendah dibandingkan laki-laki. Secara keseluruhan, terlihat dukungan sosial lebih tinggi pada perempuan yang berperan sebagai peyangga kesepian meskipun sepenuhnya tidak menghilangkan kesepian. Bagi mahasiswa laki-laki dukungan sosial yang diterima sudah cukup tampaknya kurang efektif mengurangi tingkat kesepian.

Selanjutnya analisis terhadap kesepian, perbedaan skor antara aspek memberikan gambaran tingkat kesepian yang dialami. Dari ketiga aspek yang menunjukkan aspek *depression* memperoleh skor rata-rata tertinggi yaitu 2,44. *Depression* bentuk kesepian yang termanifestasi dalam bentuk gejala atau suasana hati yang berkaitan dengan depresi, seperti kesedihan, kehilangan minat, atau keputusan (Russell & Pang, 2016). Berkaitan dengan pendapat Neff kesepian *depression* berkaitan dengan pemahaman untuk tidak menghakimi sebuah kegagalan sehingga dapat memandang pengalaman yang wajar tanpa menyalahkan diri secara berlebihan agar mencegah kesedihan dan kehilangan minat

dalam waktu mendatang (Mubina & Leometa, 2024). Individu yang tidak memiliki kestabilan emosional akan mudah mengembangkan perasaan negatif pada dirinya sehingga mengalami kondisi kesepian cukup tinggi (Pramasella, 2019).

Selanjutnya analisis terhadap dukungan sosial perbedaan skor antar aspek memberikan gambaran terhadap persepsi dukungan sosial yang diterima. Dari empat aspek dukungan sosial yang diukur menurut teori Sarafino dan Smith (2011), aspek dukungan persahabatan mengindikasikan menunjukkan skor tertinggi yakni 3,05. Artinya, responden cenderung mempersepsikan mendapat dukungan yang kuat dari persahabatan. Menurut Berndt (2000) juga mengemukakan bahwa keberadaan teman yang saling membantu maupun berbagi satu sama lain. Semakin lama hubungan itu terjalin dengan baik maka akan memperoleh pemenuhan kebutuhan sosial emosional, kasih sayang dan memelihara keintiman (Sandjojo, 2017). Dukungan persahabatan diperoleh individu melalui relasi intersponal yang akrab dan bersifat timbal balik dari lingkungan pertemanan. Tingginya pada skor pada aspek ini mencerminkan mahasiswa rantau memperoleh dukungan persahabatan dengan teman di tempat perantauan (Marandof & Sarajar, 2024). Teman sebaya merupakan seseorang yang paling dekat diperantauan, maka dari itu mahasiswa rantau harus memiliki teman guna membangun interaksi luar.

Hubungan dukungan sosial berperan sebagai penyangga indikasi munculnya kesepian. Dukungan emosional dapat mengurangi perasaan terisolasi dan menutup diri depression. Dengan adanya dukungan perhatian dan pemberian kasih sayang dapat meningkatkan harga diri dan rasa keberhargaan individu (Kurniati dkk, 2023). Kesepian yang diakibatkan dari ketidaksesuaian hubungan sosial yang diinginkan yang merujuk pada *social desirability*, dukungan persahabatan secara spesifik menjabatasi hal ini.. Perubahan pola interaksi dan aktivitas setiap orang menuntut adanya dukungan dari individu lingkungan terdekat agar mampu beradaptasi dengan kondisi yang dihadapi. Dinamika hubungan dimensi dukungan sosial dengan kesepian menunjukkan bahwa persepsi mahasiswa memperoleh dukungan sosial terhadap tingkat kesepian yang dialami. Perasaan sedih, putus asa, dan hampa merupakan bentuk kesepian yang paling dominan dirasakan responden. Selain itu, dukungan sosial dari dukungan persahabatan mencerminkan persepsi responden terhadap ketersediaan teman untuk berbagi diskusi serta melakukan aktivitas yang sama. Keterkaitan antara kedua dimensi menunjukkan dengan adanya teman atau dukungan yang berasal dari lingkaran pertemanan dapat mempengaruhi tingkat kesepian yang bersifat emosional dalam bentuk perasaan depresi. Dukungan persahabatan baik secara kualitas dan kuantitas memenuhi kebutuhan kebutuhan validasi dari jejaring sosial secara sepenuhnya mampu mengurangi aspek kesepian yang bersifat *depression*.

## Kesimpulan

Hasil analisis data dan hasil pengujian hipotesis disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kesepian, akan tetapi jenis kelamin tidak berpengaruh signifikan sebagai variabel moderator. Hasil uji hipotesis regresi linear berganda menunjukkan signifikansi  $0.150 > 0.05$  model linear, jenis kelamin tidak terbukti memperkuat atau dapat melemahkan pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kesepian mahasiswa rantau. Akan tetapi, dukungan sosial memberikan subangsi 60% terhadap tingkat kesepian mahasiswa dan berkorelasi negatif dengan nilai koefisien regresi sebesar -0.723. Artinya, dukungan sosial tetap berpengaruh negatif terhadap tingkat kesepian. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu, maka semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan.

Faktor yang mempengaruhi jenis kelamin tidak memoderatori hubungan dukungan sosial dan tingkat kesepian pada mahasiswa rantau disebabkan oleh pengalaman adaptasi terhadap durasi merantau, tekanan, dan kebutuhan akan dukungan sosial dan kerentanan kesepian cenderung bersifat homogen bagi mahasiswa rantau terlepas dari jenis kelamin. Mahasiswa laki-laki dan perempuan rantau di Surabaya cenderung menghadapi tekanan situasional yang serupa. Durasi dan situasional menjadi faktor krusial yang turut berkontribusi terhadap homogenitas temuan ini. Mayoritas responden berada pada fase adaptasi yang matang sehingga berpotensi menyamakan perbedaan responden.

## Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah diperoleh, saran yang dapat diberikan peneliti sebagai bahan pertimbangan diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi Pembaca  
Ketidadaan efek moderator jenis kelamin dalam hubungan antara dukungan sosial dan kesepian memberikan perspektif baru yang berbeda dengan perspektif tradisional perbedaan respon berbasis gender terhadap kebutuhan sosial dan tingkat kesepian. Temuan ini mengindikasikan bahwa dalam konteks stresor adaptif yang intens dan relatif homogen seperti pengalaman merantau, mekanisme psikologis dasar membutuhkan keberadaan dukungan sosial dalam mengatasi pengalaman kesepian cenderung beroperasi secara universal.
2. Bagi Mahasiswa Rantau, Lembaga Pendidikan dan Komunitas Sosial  
Mahasiswa rantau disarankan untuk aktif membangun relasi yang bermakna dengan teman sebaya di lingkungan universitas atau tempat tinggal di perantauan. Institusi dan komunitas perlu membentuk dan memelihara jaringan sosial yang kuat pada mahasiswa rantau tanpa diskriminasi gender. Program screening dini untuk kesepian dan intervensi proaktif harus tersedia dan dipromosikan terutama pada perantau pada tahun pertama masa perantauan.
3. Bagi Penelitian Selanjutnya  
Saran dari peneliti pada penelitian selanjutnya ialah mempertimbangkan secara eksplisit mengintegrasikan pengalaman rantau dan durasi merantau sebagai variabel kunci dalam kerangka teoritisnya. melakukan pendekatan longitudinal ataupun pengukuran alternatif seperti wawancara kualitatif atau skala implisit untuk menganalisa bagaimana perubahan antara dukungan sosial dan kesepian dalam jangka waktu tertentu.

## Daftar Pustaka

- Aguilar-Palacio, I., Maldonado, L., Malo, S., Sánchez-Recio, R., Marcos-Campos, I., Magallón-Botaya, R., & Rabanaque, M. J. (2021). Covid-19 inequalities: Individual and area socioeconomic factors (aragón, Spain). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph18126607>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Azwar. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi II)*. Pustaka Pelajar.
- Bemardon, S., Babb, K. A., Hakim-Larson, J., & Gragg, M. (2011). Loneliness, attachment, and the perception and use of social support in university students. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 43(1), 40–51. <https://doi.org/10.1037/a0021199>
- Bilecen, B., Diekmann, I., & Faist, T. (2024). Loneliness among Chinese international and local students in Germany: the role of student status, gender, and emotional support. *European Journal of Higher Education*, 14(3), 470–488. <https://doi.org/10.1080/21568235.2023.2215992>
- Boli, R., Silva, K. F. Da, Umar, R. B., & Killing, I. Y. (2024). *PERSPEKTIF KESEPIAN*

*PADA MAHASISWA YANG TINGGAL JAUH DARI KELUARGA ( MAHASISWA RANTAU ) PERSPECTIVES ON LONELINESS IN STUDENTS LIVING FAR FROM FAMILY ( STUDENTS FROM ABOARD ). 2(1), 2–7.*

- Brehm, S. (2002). *Intimate Relationship*. Mc. Graw Hill.
- Brett, C. E., Mathieson, M. L., & Rowley, A. M. (2023). Determinants of wellbeing in university students: The role of residential status, stress, loneliness, resilience, and sense of coherence. *Current Psychology*, 42(23), 19699–19708. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03125-8>
- Chang, L. (1994). A Psychometric Evaluation of 4-Point and 6-Point Likert-Type Scales in Relation to Reliability and Validity. *Applied Psychological Measurement*, 18(3), 205–215. <https://doi.org/10.1177/014662169401800302>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design Qualitative, Quantitative, And Mixed Methods Approaches ( 4th Ed.)*. Sage Publications, Inc.
- Cutrona, C. E., & Russell, D. (1987). The provisions of social relationships and adaptation to stress. *Advances in Personal Relationships, January 1983*, 37–67.
- Datuchtidha, S., & Huwae, A. (2024). Tantangan Menjalani Kehidupan di Perantauan : Studi Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau di Salatiga. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksa*, 15(3), 268–277. <https://doi.org/https://doi.org/10.23887/jibk.v15i3.87575>
- Ferdianti, R., Sujadi, E., & Putra, B. (2024). KEMAMPUAN BERADAPTASI MAHASISWA PERANTAU: APAKAH GAYA HIDUP HEDONIS DAN CULTURE SHOCK MEMILIKI PERAN ? *CONS-IEDU: Islamic Guidance and Counseling Journal*, 04(02), 252–263. <https://doi.org/10.51192/cons.v4i2.1113>
- Ghozali, I. (n.d.). *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23 (Edisi 8). Cetakan ke VIII*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gondokusumo, A. L., & Soetjiningsih, C. H. (2023). DUKUNGAN SOSIAL DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU UKSW DARI LUAR PULAU JAWA. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 831–836. <http://stp-mataram.e-journal.id/JIH>
- Khan, M. J., Altaf, S., & Kausar, H. (2013). Effect of Perceived Academic Stress on College Students. *FWU Journal of Social Sciences*, 7(2), 146–151. <https://www.researchgate.net/publication/327280770%0AEeffect>
- Kurniati, D., Maputra, Y., Sari, L., Mafaza, Purna, R. S., & Armalita, R. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being pada Pengangguran Terdidik. *Jurnal Psibernetika*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>
- Marandof, K. D. B., & Sarajar, D. K. (2024). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari wilayah 3t daerah papua. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 13(1), 61–72. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIH/article/view/3320>
- Meianisa, K., & Rositawati, S. (2023). Pengaruh Social Support terhadap Loneliness pada Mahasiswa Rantau di Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1), 640–646. <https://doi.org/10.29313/bcpsps.v3i1.6698>
- Mubina, N., & Leometa, C. H. (2024). *Peran Self-Compassion dalam Menghadapi Loneliness pada Mahasiswa Perantau The Role of Self-Compassion in Dealing with Loneliness in Migrant Student terhadap Kepala Disdukcapil Kabupaten*. 5(3), 739–

745.

- Muttaqin, V. A., Hidayati, I. A., & Hidayati, A. (2022). Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Rantau Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Psikostudia*, 11(4), 587–602. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4>
- Nurayni, & Supradewi, R. (2017). DUKUNGAN SOSIAL DAN RASA MEMILIKI TERHADAP KESEPIAN PADA MAHASISWA PERANTAU SEMESTER AWAL DI UNIVERSITAS DIPONEGORO. *Proyeksi*, 12(2), 35–42.
- Pramasella, F. (2019). Hubungan Antara Lima Besar Tipe Sifat Kepribadian Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Rantau. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3), 457–465. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i3.4805>
- Purnamasari, L. N. (2024). Resiliensi Mahasiswa Rantau di Kota Surabaya yang Mendapatkan Dukungan Sosial dari Komunitas Kristen. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(02), 905–921. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p905-921>
- Putra, F. K., & Winta, M. V. I. (2024). LONELINESS PADA MAHASISWA RANTAU DI KOTA SEMARANG. *Jurnal Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Kramat Jati*, 5(1), 222–224. <https://doi.org/https://doi.org/10.55943/jipmukjt.v5i1.153>
- Putri, T. C., & Monika. (2024). DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN KESEPIAN MAHASISWA PERANTAUAN DI JAKARTA. *Ilmiah Jurnal Multidisiplin Terpadu*, 8(11), 224–229. <https://oaj.jurnalhst.com/index.php/jimt/article/view/6074>
- Ren, L., Han, X., Li, D., Hu, F., Mo, B., & Liu, J. (2021). The association between loneliness and depression among Chinese college students: Affinity for aloneness and gender as moderators. *European Journal of Developmental Psychology*, 18(3), 382–395. <https://doi.org/10.1080/17405629.2020.1789861>
- Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada Mahasiswa selama Pandemi COVID-19 Loneliness among College Students during the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 267–277. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p267-277>
- Russell, Daniel W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2)
- Russell, Daniel Wayne, & Pang, Y. C. (2016). Loneliness. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8\\_1085-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1085-1)
- Salfa, H. N. (2023). Peran Sosial Perempuan dalam Masyarakat dan Implikasinya terhadap Penempatan Perempuan Anggota Legislatif Pada Komisi-Komisi di DPR RI Periode 2019-2024. *Jurnal Politika Dinamika Masalah Politik Dalam Negeri Dan Hubungan Internasional*, 13(2), 162–181. <https://doi.org/10.22212/jp.v13i2.3163>
- Sandjojo, C. T. (2017). Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Urban. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 6(2), 1721–1740.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). Health Psychology : Biopsychosocial Interactions Seventh Edition. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). John Wiley & Sons, Inc. <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng->

- 8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\_SISTEM\_PEMBETUNGAN\_TERPUSAT\_STRATEGI\_MELESTARI
- Sembiring, A. C., & Bajirani, M. P. D. (2024). Gambaran Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Sarjana (S1) Rantau. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(23), 101–113. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.14560592>
- Simanjuntak, J. G. L. L., Prasetyo, C. E., Tanjung, F. Y., & Triwahyuni, A. (2021). Psychological Well-Being Sebagai Prediktor Tingkat Kesepian Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(2), 158. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n2.p158-175>
- Sinambela, S. M., Saragih, M. D., Novi, J., & Lumbantobing, Y. (2025). Dinamika Kebudayaan dan Perubahan Sosial dalam Masyarakat Modern. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika*, 2(2), 65–75. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/katalis.v2i2.1521>
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Tifferet, S. (2020). Gender Differences in Social Support on Social Network Sites: A Meta-Analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(4), 199–209. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0516>
- Wulandari, I., Suroso, & Risata, K. (2023). Motivasi belajar mahasiswa rantau dari Luar Jawa: Adakah peran penyesuaian diri? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 567–577. <https://aksiologi.org/index.php/inner>