**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN *LONELINESS***

**(KESEPIAN) PADA MAHASISWA RANTAU DI YOGYAKARTA**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF ESTEEM AND***

***LONELINESS ON OVERSEAS STUDENTS IN YOGYAKARTA***

**Anindya Ayu Laksmita Utami, Santi Esterlita Purnamasari, M.Psi., Psikolog**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta Anin23@gmail.com

# Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self esteem* dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukkan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara *self esteem* dengan loneliness. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 40 mahasiswa rantau yang berada di Yogyakarta berusia 18-21 tahun. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan Skala *Self Esteem* dan Skala *Loneliness*. Kedua skala ini menggunaakan skala Likert yang terdiri dari 4 alternatif jawaban. Metode analisis data yang digunakkan adalah *Product Moment* dari *Karl Peorson*, kemudian diperoleh hasil yang menunjukkan korelasi antara *self esteem* dan *loneliness* adalah rxy 0,263 dengan (p = 0,05). Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. Nilai korelasi sebesar 0,263 menunjukkan hubungan yang lemah antara *self esteem* dan *loneliness.* Koefisien determinasi (R2) menunjukkan bahwa *self esteem terhadap loneliness berkontribusi sebesar 6,9% dan sebesar 93,1% berasal dari faktor lain. Kemudian untuk generalisasi penelitian hanya terbatas pada kelompok subjek pada kondisi pandemi ini.*

*Kata kunci : Harga diri, Kesepian, mahasiswa rantau*

## Abstract

*This study aims to determine the relationship between self-esteem and loneliness in overseas students in Yogyakarta. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between self-esteem and loneliness. The subjects in this study found 40 overseas students in Yogyakarta aged 18-21 years. The data collection method in this study used the Self Esteem Scale and Loneliness Scale. Both of these scales use a Likert scale which consists of 4 alternative answers. The data analysis method used is Karl Peorson's Product Moment, then the results obtained show that between self-esteem and loneliness is rxy 0.263 with (p = 0.05). Based on the relationship and discussion, it can be said that there is no relationship between self-esteem and loneliness among overseas students in Yogyakarta. The correlation value of 0.263 indicates a weak relationship between self-esteem and loneliness. The coefficient of determination (R2) shows that self-esteem contributes 6.9% to loneliness and 93.1% comes from other factors.* *Then the generalization of the research is only limited to the subject group in this pandemic condition.*

*Keywords: Self-esteem, Loneliness, overseas students*

# 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 menenempuh pendidikan yang lebih berkualitas di Pulau Jawa. Mahasiswa adalah peserta didik yang menjalani pendidikan di sebuah universitas atau perguruan tinggi (Lingga & Tuapattinaja, 2012).

Kota Yogyakarta merupakan salah satu provinsi yang terletak di pulau Jawa yang merupakan salah satu kota tujuan untuk menempuh pendidikan yang banyak menarik minat para perantau untuk datang dan melanjutkan pendidikan ke berbagai perguruan tinggi yang terdapat di kota Yogyakarta. Hal ini ditinjau dari hampir setiap tahunnya puluhan universitas yang tersebar di wilayah Yogyakarta yang dipenuhi oleh para pelajar yang berasal dari luar kota, luar provinsi maupun luar negeri dengan motif tujuan yang sama yaitu untuk menuntut ilmu dan meneruskan studinya ke jenjang yang lebih tinggi, baik jenjang diploma, S1, S2, hingga S3.

Menurut Pemerintah Provinsi D.I.Y jumlah mahasiswa di Yogyakarta mencapai 320.000 orang. Berdasarkan dari jumlah tersebut, 90 ribu diantaranya atau sekitar 30% merupakan mahasiswa dari luar daerah (Zubaidah, Hamidah, Mustadi, Pratiwi, Agustin, & Nugroho, 2015). Menempuh pendidikan di perguruan tinggi merupakan salah satu alasan utama para generasi muda untuk merantau dan pendidikan di universitas terbaik atau yang di inginkan oleh generasi muda yang baru setelah menyelesaikan di bangku sekolah menengah atas (SMA), keinginan untuk mendapatkan di universitas terbaik, biasanya tidak di dapatkan di daerah asal atau di kota sendiri. Hal itu mengakibatkan sebagian orang harus merantau untuk mendapatkan pendidikan yang lebih tinggi dan berkualitas bagus.

Berdasarkan definisi kamus besar bahasa Indonesia, merantau merupakan pergi atau berpindah dari satu daerah asal ke daerah lain. Merantau memiliki arti berlayar atau mencari penghidupan di tanah rantau atau pergi ke negeri lain untuk mencari penghidupan, ilmu, dan sebagainya (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1997). Berdasarkan kajian kemasyarakatan, merantau dapat diartikan sebagai orang yang meninggalkan teritorial asal dan menempati teritorial baru, di tanah rantau individu tersebut dapat mencari mata pencaharian baru untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka. Merantau telah menjadi budaya hidup banyak orang di Indonesia, meneruskan studinya ke jenjang yang lebih tinggi, baik jenjang diploma, S1, S2, hingga S3. perantau juga dapat di identifikasi menjadi pengalaman positif dan pengalaman negatif. Pengalaman positif adalah ketika seorang mahasiswa perantau menemukan suatu hal yang membuat dia bahagia dan merasa tersokong untuk menggapai cita-citanya setelah merantau, sedangkan pengalaman negatif adalah ketika seorang mahasiswa perantau menemuka hal yang membuatnya sedikit sedih untuk menjalani hari-hari di tanah rantau. Setiap pegalaman (baikpositif maupun negatif) yang didapatkan oleh perantau di daerah rantau, hendaknya dapat membawa dampak positif bagi kehidupan seorang perantau. Menurut Santrock (2002), transisi sosial ke perguruan tinggi adalah waktu ketika kesepian mungkin terbentuk, ketika individu meninggalkan dunia tempat tinggal dan keluarga yang dikenal. Terutama jika mahasiswa pergi ke universitas yang jauh dari tempat asalnya, individu akan menghadapi tugas membangun hubungan sosial yang sama sekali baru. Menurut Baron (2005), perpindahan ke lokasi baru atau tempat yang baru dapat menjadi penyebab menimbulkan kesepian. Perasaan kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa perantau jika dibiarkan begitu saja dan terus mejadi beban psikologis akan berakibat munculnya stress yang berkepanjangan. Salah satu contoh perpindahan tempat tinggal adalah dengan merantau yang biasa dilakukan oleh mahasiswa untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi yang diinginkan.

Menurut Russell (dalam Lou, Yan, Nickerson, & McMorris, 2012) kesepian didefinisikan sebagai hubungan sosial yang tidak sesuai dari apa yang diinginkan atau dicapai, termasuk perasaan gelisah, tertekan, dan persepsi kurangnya hubungan sosial pada diri seseorang. Kesepian merupakan suatu permasalahan yang dialami oleh seseorang yang terjadi akibat hubungan interpersonal saat ini tidak sesuai dengan harapan yang telah dibentuk sehingga menjadi pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dan menyedihkan berupa rasa sedih, merasa tidak berdaya, putus asa dan hampa ( Nurayni & Ratna supradewi, 2017). Kemudian Weiss (dalam Sønderby & Wagoner, 2013) menyatakan bahwa kesepian adalah suatu kondisi bukan disebabkan karena individu sendiri melainkan karena kurangnya hubungan atau rangkaian hubungan yang dibutuhkan.

Menurut Perlman & Peplau (1981) adapun faktor-faktor menyebabkan kesepian yaitu faktor kepribadian, faktor situasional, dan faktor budaya. Faktor kepribadian, merupakan kesepian yang memiliki keterkaitan dengan aspek-aspek kepribadian yang dimiliki seseorang, di antaranya adalah:

1. *Shyness* atau rasa malu adalah sikap seseorang yang memiliki kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial dan kegagalan berpartisipasi secara tepat dalam situasi sosial,
2. *Self esteem* atau harga diri yang dapat menjadi penyebab seseorang mengalami kesepian adalah *self esteem* yang rendah. Semakin rendah tingkat self esteem seseorang, semakin rentan mengalami kesepian.
3. *Social skills,* Orang dengan keterampilan sosial yang buruk cenderung kurang mampu dalam menjalin hubungan sosial atau memiliki ketidakpuasan dalam hubungan sosial, sehingga rentan mengalami kesepian. Faktor situasional, Situasi yang bervariasi dalam menjalin kontak sosial, serta hubungan dengan orang baru, tidak lepas dari kendala yang bisa menimbulkan kesepian atau perasaan tidak nyaman. Faktor budaya juga bisa menjadi pemicu timbulnya rasa kesepian.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terkait dengan kesepian, kepada 8 mahasiswa yang berasal dari tempat asal yang berbeda-beda yang dilakukan di daerah Perumnas, Condong catur, Seturan, Mancasan kidul, pada tanggal 18 februari 2020, terdapat 5 diantara yang diketahui mengalami kesepian, dari hasil observasi tersebut 5 diantaranya menunjukkan ekspresi wajah yang sedih, saat berbicara sesekali kata-kata diucapkan secara terbata-bata dan terkadang terlihat bingung kemudian beberapa saat terlihat memikirkan sesuatu, beberapa dari mahasiswa tersebut mengatakan bahwa faktor situasional berpengaruh terhadap rasa kesepian yang dialami mahasiswa tersebut seperti tidak nyaman ketika sedang berada di keramaian, saat berada dikeramaian mahasiswa tersebut merasa sendirian dan merasa merindukan suasana rumah, kemudian faktor kepribadian juga memiliki kaitan dengan perilaku yang mereka tunjukkan beberapa dari mahasiwa tersebut merasa malu untuk memulai peracakapan dengan orang baru sehingga membuat individu tersebut enggan untuk bertemu dengan orang baru. Berdasarkan beberapa perilaku yang terlihat dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tersebut mengalami faktor-faktor kesepian tersebut, namun tidak menyadarinya. Hal tersebut ditandai dengan mahasiswa tersebut berkata bahwa merasa malu ketika memulai sebuah pembicaraan dengan orang baru, kemudian merasa tidak percaya diri ketika berkenalan dengan orang baru, sulit beradaptasi sehingga mahasiswa tersebut tidak memiliki begitu banyak hubungan dalam lingkup sosial seperti teman kemudian merasa canggung dengan lingkungan yang baru, sedangkan 3 mahasiswa lainnya merasa biasa-biasa saja ketika hal tersebut terjadi kemudian begitu pula dengan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 8 mahasiswa tersebut walau 3 diantaranya mengatakan bahwa tidak merasa kesepian hanya terkadang merasa sedikit kesepian karena kurangnya hubungan pertemanan.

Dari hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan dan didukung oleh data penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang merantau sering mengalami kesepian karena kurangnya hubungan pertemanan yang disebabkan oleh individu tersebut tidak memiliki *self esteem* yang baik untuk memulai sebuah pertemanan, namun kebanyakan dari mereka tidak menyadari hal tersebut, Banyak hal yang menyebabkan seseorang mengalami kesepian salah satu penyebabnya adalah kondisi dimana harus tinggal jauh dari keluarga, Hidayah (2015), mengatakan bahwa perpindahan ke lokasi baru dapat menimbulkan kesepian. Salah satu contoh perpindahan tempat tinggal adalah dengan merantau yang biasa dilakukan oleh mahasiswa untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi yang diiinginkan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat kita simpulkan bahwa *self esteem* adalah evaluasi yang dibuat oleh individu dan berkembang menjadi kebiasaan kemudian dipertahankan oleh individu dalam memandang dirinya sendiri yang diekspresikan melalui sikap menerima atau menolak serta mengindikasikan besarnya keyakinan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, dan keberhargaan dirinya sendiri. Menurut

Rosenberg (1965) terdapat tiga aspek dalam *self esteem* individu, yaitu

1. *physical* *self esteem,* aspek ini berhubungan dengan kondisi fisik yang dimiliki oleh seorang individu. Apakah seorang individu menerima keadaan fisiknya atau ada beberapa bagian fisik yang ingin diubah.
2. *Social self esteem*, aspek ini berhubungan dengan kemampuan individu dalam bersosialiasi. Apakah seorang individu membatasi orang lain untuk menjadi teman atau menerima berbagai macam orang sebagai teman. Selain itu, aspek ini mengukur kemampuan individu dalam berkomunikasi dengan orang lain dalam lingkungannya.
3. *Performance self esteem,* aspek ini berhubungan dengan kemampuan dan prestasi individu. Apakah seorang individu puas dan merasa percaya diri dengan kemampuan dirinya atau tidak.

Peplau, Miceli, dan Morasch (1982), mengatakan orang yang kesepian sering merasa tidak berharga, tidak kompeten, dan tidak dapat dicintai. Perlman dan Peplau (1982) juga mengatakan kesepian sering dikaitkan dengan penghinaan diri dan rendahnya harga diri, kemudian seseorang dengan harga diri yang rendah mempunyai pandangan negatif terhadap diri mereka. Selain itu orang dengan harga diri rendah memiliki kerentanan dengan peristiwa-peristiwa negatif dalam hidup mereka (Baumester dalam Baumgaradner,2009). Individu yang memiliki harga diri rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Disamping itu individu dengan harga diri rendah cenderung untuk tidak berani mencari tantangan-tantangan baru dalam hidupnya, lebih senang menghadapi hal-hal yang sudah dikenal dengan baik menyenangi hal-hal yang tidak penuh dengan tuntutan, cenderung tidak merasa yakin akan pemikiranpemikiran serta perasaan yang dimilikinya, cenderung takut menghadapi respon dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik, cenderung merasa hidupnya tidak bahagia (Clemes & Bean, 2001).

Harga diri yang rendah memiliki dampak negatif bagi individu yaitu mudah merasa cemas, stress, merasa kesepian dan mudah terjangkit depresi, dan menyebabkan masalah dengan teman baik dan sosial (Clemes & Bean, 2001). Kemudian, Seseorang dengan harga diri tinggi memiliki keyakinan vang positif terhadap dirinya. Individu memandang diri mereka sebagai seseorang yang menarik, menyenangkan dan memiliki kemampuan (dałam Baumgardner, 2009). Selain itu seseorang dengan harga diri yang tinggi memiliki keyakinan bahwa mereka mendapatkan penerimaan yang baik dari orang lain. Keyakinan akan penerimaan dari orang lain yang membuat mereka berhasil membangun hubungan dengan sosialnya (Buss, 1995).

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan pada latar belakang di atas, maka peneliti mengajukan rumusan masalah sebagai berikut: Apakah ada hubungan negatif antara *self esteem* dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta?

# METODE

Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *self esteem* dan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta, *self esteem* dalam penelitian ini akan diukur menggunakan Skala *Self esteem* yang disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Coopersmith (dalam Murk, 2006) yaitu kekuatan individu (*power),* keberartian (*significance),* kebajikan *(virtue),* dan kompetensi *(competence).* Semakin tinggi skor subjek maka semakin tinggi pula harga dirinya dan semakin rendah skor subjek maka semakin rendah pula harga dirinya. Kemudian variabel *loneliness* dalam penelitian ini akan di ukur menggunakan Skala *Loneliness* yang disusun berdasarkan aspek menurut Perlman & Peplau (1981) yaitu: afektif, motivasi atau kognitif, perilaku, dan masalah sosial yang terkait dengan kesepian. Subjek dalam penelelitian ini adalah Mahasiswa, adapun karakteristik subjek penelitian yakni mahasiswa rantau yang menempuh pendidikan di Yogyakarta, berusia 18-21 tahun.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Skala adalah suatu alat ukur untuk mengetahui atau mengungkap aspek psikologis, berupa pertanyaan yang secara tidak langsung mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan, respon atau jawaban subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah (Azwar, 2015). Alasan penggunaan skala dalam penelitian ini adalah data yang diungkapkan berupa konstruk psikologi yang menggambarkan aspek trait pada individu. Pernyataan pada skala merupakan stimulus yang mengungkapkan indikator perilaku subjek, serta mengungkapkan keadaan diri yang tidak disadari (Azwar, 2012). Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis skala *Likert* yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2016).

Skala pengukuran menggunakan rentang skor 1 sampai 4 dengan menggunakan 4 alternatif jawaban yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Penilaian terhadap jawaban untuk pernyataan *favourable* berkisar antara 1-4, dengan rincian Sangat Sesuai (SS) diberi skor 4, Sesuai (S) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Sedangkan skor alternatif jawaban untuk pernyataan *unfavourable* berkisar antara 1-4, dengan rincian Sangat Sesuai (SS) diberi skor 1, Sesuai (S) diberi skor 2, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 3 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 4.

Uji daya beda aitem pada skala *Loneliness* menggunakan SPSS v.22 menunjukkan bahwa dari 64 aitem terdapat 10 aitem yang gugur, yaitu aitem nomor

4,15,20,21,22,29,50,52,55, dan 63 karena memiliki indeks daya beda aitem kurang dari 0,20. Koefisien uji daya beda aitem bergerak dari angka 0,205 sampai dengan 0,698. Reabilitas skala dalam penelitian ini diuji menggunakan prosedur *Cronbach Alpha* dengan koefisien reliabilitas *alpha* (α)sebesar 0,909. Kemudian pada skala *self esteem* Setelah dilakukan uji daya beda aitem pada Skala *Self esteem* menunjukan bahwa dari 64 aitem terdapat 10 aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 6,25,26,28,29,36,37,38,39 dan 52 karena memiliki indeks daya beda aitem kurang dari 0,30. Koefisien uji daya beda aitem bergerak dari angka 0,269 sampai 0,710. Reliabilitas skala dalam penelitian ini diuji menggunakan prosedur *Cronbach Alpha* dengan koefisien reliabilitas *alpha* (*α*) sebesar 0,931. Penelitian ini akan dilakukan dalam tiga tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pengumpulan data kemudian tahap analisis data:

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam pengambilan data, yaitu berupa skala yang terdiri dari skala *self esteem* dan skala *loneliness.* Peneliti kemudian menyusun *blue print* sebagai langkah awal dalam pembuatan skala berdasarkan ciri-ciri maupun aspek dari setiap variabel. Hasil *blue print* tersebut kemudian dikonsultasikan kepada dosen pembimbing untuk diberikan kritik dan saran. Sebelum alat ukur digunakan untuk mengambil data penelitian, dilakukan uji validitas dan reliabilitas alat ukur (uji coba alat ukur). Pelaksaan uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 26 November 2021 dengan menyebar skala dalam bentuk google form kepada 40 mahasiswa rantau. Pemilihan subjek uji coba dilakukan dengan cara memilih subjek berdasarkan karakteristik yang sama dengan subjek penelitian yaitu mahasiswa rantau berusia 18-21 tahun. Setelah memperoleh hasil uji coba skala, peneliti kemudian melakukan analisis data skala uji coba dan memperoleh hasil yaitu pada skala *self esteem* terdapat 10 aitem yang gugur, sehingga pada awalnya berjumlah 64 aitem kemudian menjadi 54 aitem, dengan menggunakan batas koefisien 0,30. Pada skala *loneliness* terdapat 10 aitem yang gugur, pada awalnya terdiri dari 64 aitem kemudian menjadi 54 aitem, dengan menggunakan batas koefisien 0,20. Dari hasil analisis data uji coba ternyata skala peneliti layak dijadikan alat ukur pada penelitian, kemudian peneliti melanjutkan penelitian pada tanggal 20 desember 2021 dengan menyebar skala dalam bentuk google form kepada 40 mahasiswa rantau.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Analisis Korelasi *Product Moment* dari *Person* untuk mengetahui hubungan antara variabel kriterium, yaitu Kesepian pada mahasiswa rantau dengan variabel prediktor, yaitu *Self esteem*  dengan menggunakan bantuan program *software* komputer. Analisis Korelasi *Product Moment* ini dapat digunakan dalam menguji hipotesis: Hubungan antara *Self esteem* dengan Kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta.

# HASIL DAN PEMBAHASAN

Data penelitian ini diperoleh berdasarkan skala *Loneliness* dan skala *Self Esteem* yang digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian yang menunjukkan skor minimum hipotetik, skor maksimum hipotetik, rerata hipotetik, standar deviasi hipotetik, skor minimum empirik, skor maksimum empirik, rerata empirik, standar deviasi empirik. Hal tersebut digunakan sebagai dasar pembuatan kategori subjek. Menut Azwar (2004) kategorisasi dilakukan dengan mengasumsikan bahwa skor populasi dari subjek memiliki distribusi yang normal. Berdasarkan hasil analisis yang telah peneliti lakukan terhadapat dara penelitan diperoleh deskripsi statistik pada masing-masing variabel dipeoleh jumlah aitem skala *Self esteem* adalah sebanyak 54 aitem. Skor terendah adalah 1 dan skor tertinggi adalah 4. Skor minimal hipotetik yang diperoleh adalah 1x54= 54 dan skor maksimal hipotetiknya adalah 4x54= 216, Rata-rata hipotetiknya (216+54) : 2 = 135 dengan standar deviasi (216-54) : 6=27. Data empirik skala *Self esteem* terendah adalah 126 dan tertinggi 191 Rata-rata empirik 161,50 serta standar deviasi sebesar 18,21.

Skala Loneliness memiliki jumlah aitem tersisa yaitu 54 aitem. Skor terendah adalah 1 dan skor tertinggi adalah 4. Skor minimal hipotetik yang diperoleh adalah 1x54= 54 dan skor maksimal hipotetiknya adalah 4x 54= 216. Rata-rata hipotetik (216+54) : 2 = 135 dengan standar deviasi (216-54) : 6= 27. Data empirik Skala *Loneliness* yang terendah adalah 95 dan tertinggi 184 Rerata empirik 158,20 serta standar deviasi sebesar 19,04.

Menurut Azwar (2014) untuk mengetahui variabel-variabel penelitian pada subjek termasuk tinggi atau rendah dapat dilakukan dengan menetapkan kriteria kategorisasi. Kategorisasi skor jawaban subjek dalam penelitian ini menggunakan tiga kriteria yaitu tinggi, sedang dan rendah.

## Tabel I. Kategorisasi skor Skala Self Esteem

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori**  Tinggi | **Pedoman**  X ≥ (µ +  1σ) | **Skor**  X ≥  162 | **N**    3 | **Presentase**  7,5% |
| Sedang | (µ - 1σ) ≤ X < (µ +  1σ) | 108  ≤ X  <  162 | 18 | 45% |
| Rendah  **Total** | X < (µ -  1σ) | X <  108 | 19  40 | 47,5%  100% |

**Keterangan :**

X = X – Skor subjek µ = Mean atau rerata hipotetik σ = Standar deviasi hipotetik

Klasifikasi jawaban subjek dari masing-masing variabel dapat diketahui bahwa mahasiswa rantau yang memiliki *self esteem* masuk dalam kategori tinggi sebesar 7,5% (3 subjek), kategori sedang sebesar 45% (18 subjek), kategori rendah sebesar 47,5% (19 subjek). Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian sebagian besar memiliki *self esteem* pada kategori rendah.

**Tabel II. Kategorisasi skor Skala *Loneliness***

**Kategori Pedoman Skor N Presentase**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Tinggi | 1σ) | 162 |  | 5% |
| Sedang | (µ - 1σ) ≤ X < (µ +  1σ) | 108≤  X <  162 | 20 | 50% |
| Rendah  **Total** | X < (µ -  1σ) | X <  108 | 18  40 | 45%  100% |

**Keterangan :**

X = X – Skor subjek µ = Mean atau rerata hipotetik σ = Standar deviasi hipotetik

Berdasarkan kategori diatas, dapat diketahui bahwa mahasiswa rantau yang memiliki perasaan kesepian masuk dalam kategori tinggi sebesar 5% (2 subjek), kategori sedang 50% (20 subjek), dan kategori rendah sebesar 45% (18 subjek). Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki perasaan kesepian pada kategori sedang. Kemudian, berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi antara *self esteem* dengan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta sebesar r = 0,263 dengan p = 0,05 hasil ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara *self esteem* dengan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta, sehingga hipotesis yang diajukan ditolak.

Banyak hal yang mempengaruhi proses penelitian. Salah satu yang mempengaruhi adalah perubahan budaya belajar. Sebelum terjadi covid-19 proses pembelajaran dilakukan secara langsung. Pada saat covid-19 proses pembelajaran dilakukan jarak jauh. Tidak semua mahasiswa memilih untuk pulang dan kuliah dari kampung halaman. Sehingga, masih ada mahasiswa yang berkuliah di kota tempat menempuh pendidikan. Perubahan hidup ini mempengaruhi kondisi mahasiswa rantau. Lynos (dalam Taylor, 2000) mengemukakan bahwa salah satu penyebab muncunya kesepian adalah perubahan kondisi hidup. Adaptasi terhadap proses pembelajaran, berjarak dari teman, jauh dari keluarga juga dari tempat asal. Burhmester (dalam Sari, 2015) mengatakan manfaat individu berdekatan dengan orang terdekat seperti keluarga, pasangan atau teman yaitu individu akan memiliki rasa empati, dukungan emosional terpenuhi, dan mampu mengatasi konflik. Ketika kebutuhan bersosial tidak terpenuhi kemungkinan untuk mengalami kesepian meningkat. Sullivan (dalam Pepleu, 1985) kebutuhan individu untuk bersosial sangat kuat, ketika kebutuhan tidak terpenuhi maka individu lebih rentan mengalami kesepian.

Hal lain yang mempengaruhi hasil penelitian adalah gender. Pada penelitian ini bersifat general, tidak secara spesifik meneliti gender tertentu. Menurut Pepleu (1982) ada kaitan antara kesepian dengan gender, Individu dengan maskulitintas dan feminitas tinggi memiliki resiko kesepian yang rendah, begitu juga sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh Yurni (2015) menemukan ada korelasi positif yang signifikan antara gender dengan kesepian dan korelasi negatif yang signifikan antara gender dan harga diri. Pada penelitian Khatib (2012) pria lebih banyak mengalami kesepian, hal ini disebabkan karena pria lebih sulit untuk menceritakan pengalaman personal kepada orang lain.

Hasil ketegorisasi kesepian *(loneliness),* dari 40 subjek yang terlibat diketahui 2 subjek (5%) masuk ketegori kesepian yang tinggi, 23 subjek (57,5%) masuk pada kategorisasi sedang dan 14 subjek (35%) masuk pada kategorisasi rendah. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian sebagian besar memiliki perasaan kesepian pada ketegori sedang. Hal ini ditunjukkan respon subjek sesuai terhadap aspekaspek yang dikemukakan Perlman dan Peplau. Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rantau memiliki perasaan kesepian *(Loneliness)* yang sedang.

Berdasarkan hasil kategorisasi skor subjek pada harga diri dengan keterlibatan 40 subjek. 3 subjek (7,5%) menunjukkan ketegorisasi harga diri yang tinggi, 18 subjek (45%) menunjukkan kategorisasi sedang dan 19 subjek (47,5%) menunjukkan kategorisasi rendah. Hasil pengkategorian ini didasari dari aspek-aspek yang dikemukakan Coopersmith. Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rantau memiliki harga diri yang rendah dan Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai koefisien korelasi determinan sebesar 0,069 yang artinya harga diri memberikan sumbangan efektif sebesar 6,9% terhadap kesepian *(loneliness)* pada mahasiswa rantau. Hal ini menjelaskan bahwa harga diri tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap kesepian pada mahasiswa rantau. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 93,1% disebabkan oleh faktor lain yang mempengaruhi kesepian pada mahasiswa rantau. Faktorfaktor lain diantaranya kepribadian, situasional dan budaya (Perlman & Peplau, 1981). Kemudian berdasarkan hasil penelitian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kontribusi atau sumbangan harga diri sedikit pengaruhnya terhadap kesepian pada mahasiswa rantau.

Jadi, hipotesis penelitian ditolak.

# KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self esteem* dengan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara *self esteem* dengan pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. Nilai korelasi sebesar 0,263 menunjukkan hubungan yang lemah. Koefisien determinasi (R2) menunjukkan bahwa harga diri terhadap kesepian berkontribusi sebesar 6,9% dan 93,1% berasal dari faktor lain.

# Saran

1. Bagi Mahasiswa Rantau

Disarankan kepada para mahasiswa rantau yang memilih berkuliah di kota yang sama dengan menempuh pendidikan dan berjauhan dengan keluarga. Tetap aktif berkegiatan secara sosial dengan lingkungan terdekat baik secara online ataupun offine dengan tetap menerapkan protokol kesehatan. Mahasiswa yang aktif mengikuti kegiatan akan memiliki kesempatan untuk mengenal, belajar dan meningkatkan kemampuan bersosial sehingga kecenderungan untuk merasa kesepian berkurang dan memiliki kemampuan menghargai orang lain sehingga bisa merasa dihargai oleh orang lain.

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan sumbangan harga diri terhadap kesepian sebesar 6,9%, sehingga masih ada faktor lain yang diduga berhubungan dengan kesepian. Hal ini membuktikan bahwa sebesar 93,1% penyebab munculnya kesepian dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain, sehingga peneliti mengharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk memperhatikan variable-variabel lain yang mungkin memiliki hubungan terhadap munculnya perasaan kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta.

# DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala* *psikologi*. Edisi kedua. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

Baron, R. A., &amp; Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial Jilid 2*. Alih Bahasa:Ratna Juwita.

Jakarta: Erlangga.

Brehm, S. (2002). *Intimate relationship*.

New York: Mc Graw Hill. Bruno, F.J.(2002). Conguer Loneliness, Menaklukan Kesepian. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Cakir, O., &amp; Oguz, E. (2014). *Relationship between the levels of*  *loneliness and internet addiction*. anthropologist.

Coopersmith, S. (1967). *The antecendents of self-Esteem*. U.S:Consulting Psychologys Press., M. (1965). Society and The Adolescent Self-Image. Pricenton: Pricenton University Press.

Dayakisni, T., &amp; Hudainah. (2003). *Psikologi sosial*, Edisi Revisi. Malang:UMM Press.

Hadi,S. (2015). *Statistik.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Irawati, S. D. (2013, 22 September). 6 alasan mereka merantau. Kompasiana.Diunduh dari

[http://www.kompasiana.com/s](http://www.kompasiana.com/)uciana/6-alasan-mereka

merantau\_5528f9986ea834b15b8b4590

Khatib, S. (2012). *Exploring the relationship among loneliness, self esteem, self efficacy and gender in united arab emirates college student*. *Europe’s Journal of Psychology,* 8(1),

159-181.

Lingga, R. W., &amp; Tuapattinaja, J. M. (2012). *Gambaran virtue* *mahasiswa perantau.*

Predicara

Lou, L. L., Yan, Z., Nickerson, A., &amp; McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and facebook use among first- year college students. *Journal of Educational Computing Research*, 46(1), 105-117.

Miller, R. S., Perlman, D., &amp; Brehm S.S. (2007). *Intimate relationship (4th ed.*). New

York, NY: McGraw-Hill.

Murk, C. J. (2006). *Self Esteem Research, Theory, and practice: Toeard Positive Psycholofy of Self Esteem (3th ed). New York; Springer Publishing Co.*

Newman, B. M. &amp; Newman P. R. (2006). *Development through life: A psychosocial approach* (9th ed). United State of America: Thomson Wadsworth.1(2),60.

Miller, R. S., Perlman, D., &amp; Brehm S. S. (2007). *Intimate relationship (4th ed.*). New

York, NY: McGraw-Hill.

Pepleu, L. A. & Berg, J.H. (1982). Loneliness: the relationship of self-disclosure and

androgyny. *Amerika Serikat: SAGE Journals,* 8(4),

624-630.doi:[10.1177/014616728208400](https://doi.org/10.1177%2F0146167282084004)4

Pepleu, L.A. (1985). Loneliness research: basic concepts and findings. *Los Angeles: Martinus Nijhoff Publishers,* 24(29), 269-270. doi: 10.1007/978 94-009-5115-0\_15

39

Robinson, K. (1994). Loneliness. [https://en.m.wikipedia.org/wiki/l](https://en.m.wikipedia.org/wiki/)oneliness. Diakses pada tanggal 20 februari 2020.

Rosenberg, M. J. (1979). *Conceiving The*  *Self.* New York: Basic Books.

Russell, D., Peplau, L.A., &amp; Cutrona,C.E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence*.*

Russell, D.W. (1996). UCLA Loneliness scale (Version 3): Reliability,validity, and factor Structure. *Journal of Personality Assessment,* 66, 20–44.

Santrock, J. W. (2002). Life-span development. Jakarta: Erlangga.

Sari, I.P., & Listiyandini, R.A. (2015). Hubungan antara resiliesi dengan kesepian

(l*oneliness*) pada dewasa muda lajang. *Depok: Universitas Yarsi*, 6(15), 45-51

Sønderby, L. C., &amp; Wagoner, B. (2013). Loneliness: sn integrative approach. Journal of Integrated.Social Sciences, 3(1), 1-29. Diunduh dari [www.jiss.org.](http://www.jiss.org/)

Taylor, S.E., Pepleu, L.A., & Sears, D.O. (2000). *Social psychology* (10th ed). New Jersey:

Prentice Hall.

Taylor, S. E., Peplau, L. A., &amp; Sears, D.O. (2006). *Social psychology* (12th ed.). New Jersey, NJ: Pearson Education Inc.

Weiten, W.; Lloyd, M.A.; Dunn, D.S.; Hammer, E.Y.2006. Psychology Applied To Modern Life: Adjustment In The 21st Century. Belmont: Guilford Press.

Yurni. (2015). Perasaan kesepian dan self-esteem pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah*

*Universitas Batanghari Jambi,* 15(4), 123

40