

ABSTRAK

Mahasiswa rantau dapat merasakan kesepian yang menimbulkan tekanan dan mengganggu kehidupan mereka diperantauan. Mahasiswa rantau semester awal akan merasa bahwa hubungan sosial dijalani tidak memenuhi harapan, yang mana berarti bahwa ketika tidak ada kehadiran orang-orang terdekat, serta belum merasa puas dengan hubungan sosial yang ada dan dapat merasakan kesepian, bahkan saat berada di antara orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara belas kasih diri dengan kesepian pada mahasiswa rantau semester awal. Hipotesis yang diajukan adalah adanya hubungan negatif antara belas kasih diri dengan kesepian. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 210 mahasiswa rantau semester awal. Pengumpulan data menggunakan *Skala Loneliness UCLA (University of California Los Angeles) Loneliness Scale version 3* yang disusun oleh Russell (1996) dan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Rizal (2023), kemudian diadopsi oleh peneliti dan *Skala Self Compassion Scale* adaptasi bahasa Indonesia dari SCS (*Self compassion scale*), skala ini disusun dan diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh (Sugianto dkk., 2020). Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien r_{xy} sebesar $-0,616$ ($p < 0,050$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara belas kasih diri dengan kesepian pada mahasiswa rantau semester awal, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Koefisien determinasi (R^2) sebesar $0,380$ yang menunjukkan bahwa belas kasih diri memiliki kontribusi sebesar 38% terhadap kesepian.

Kata Kunci: Kesepian, Mahasiswa Rantau, Belas Kasih Diri

ABSTRACT

Regional students can feel loneliness that creates stress and disrupts their lives overseas. First-semester students will feel that social relationships do not meet expectations, which means that when there is no presence of those closest to them, and they are not satisfied with existing social relationships and can feel lonely, even when they are among others. This study aims to determine the relationship between self-compassion and loneliness in first-semester regional students. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between self-compassion and loneliness. The participants in this study amounted to 210 students in the first semester. Data collection was conducted using the UCLA (University of California Los Angeles) Loneliness Scale version 3 compiled by and translated into Indonesian by Rizal (2023), then adopted by researchers Russell (1996) and the Self Compassion Scale adaptation of the Indonesian adaptation of SCS (Self compassion scale), this scale was compiled and translated into Indonesian by (Sugianto et al., 2020). The data analysis technique used is product moment correlation from Pearson. The results of the analysis showed that the value of the rxy coefficient was -0.616 ($p < 0.050$). This shows that there is a negative relationship between self-compassion and loneliness in first-semester regional students, so the hypothesis proposed in this study is acceptable. The determination coefficient (R^2) was 0.380 which showed that self-compassion had a 38% contribution to loneliness.

Keywords: Loneliness, Student Region, Self-Compassion