

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya kerentanan mahasiswa rantau dalam mengalami kesepian akibat tuntutan adaptasi sosial, emosional, dan akademik di lingkungan baru. Kesepian pada mahasiswa rantau dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, salah satunya *self-compassion* dan dukungan sosial teman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan kesepian yang dimediasi oleh dukungan sosial teman pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. Subjek penelitian sebanyak 252 mahasiswa rantau yang sedang menempuh pendidikan di berbagai perguruan tinggi di Yogyakarta. Pengambilan data penelitian menggunakan UCLA *Loneliness Scale* Version 3 untuk mengukur kesepian, *Self-compassion Scale* (SCS) untuk mengukur *self-compassion*, dan Skala Dukungan Sosial Teman untuk mengukur dukungan sosial teman. Teknik analisis data dilakukan menggunakan metode *medmod* dengan bantuan program aplikasi Jamovi versi 2.6.44 for Windows. Berdasarkan hasil analisis data mediasi menunjukkan bahwa nilai pengaruh tidak langsung (*indirect effect*) sebesar -0,083 ($p < 0,001$), sedangkan nilai pengaruh langsung (*direct effect*) sebesar -0,172 ($p < 0,001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial teman berperan sebagai mediasi parsial (*partial mediation*) dalam hubungan antara *self-compassion* dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. Artinya, *self-compassion* tidak hanya berpengaruh secara langsung dalam menurunkan kesepian, tetapi juga berpengaruh secara tidak langsung melalui peningkatan dukungan sosial teman. Mahasiswa rantau yang memiliki *self-compassion* tinggi cenderung lebih mampu menerima diri, mengelola emosi negatif, serta membangun hubungan sosial yang positif sehingga memperoleh dukungan sosial teman yang lebih baik dan pada akhirnya tingkat kesepian menjadi lebih rendah.

Kata Kunci: Dukungan Sosial Teman; Kesepian; Mahasiswa Rantau; *Self-compassion*.

Abstract

This study is motivated by the high vulnerability of out-of-town students to experiencing Loneliness due to the demands of social, emotional, and academic adaptation in a new environment. Loneliness among these students can be influenced by both internal and external factors, such as self-compassion and peer social support. This study aims to examine the relationship between self-compassion and Loneliness, mediated by peer social support, among out-of-town students in Yogyakarta. The participants consisted of 252 out-of-town students pursuing higher education at various institutions in Yogyakarta. Data collection utilized the UCLA Loneliness Scale Version 3 to measure Loneliness, the Self-compassion Scale (SCS) to measure self-compassion, and the Peer Social Support Scale. Data analysis was conducted using the mediation modeling (medmod) method via the Jamovi software (version 2.6.44 for Windows). The mediation analysis results revealed an indirect effect of -0.083 ($p < 0.001$) and a direct effect of -0.172 ($p < 0.001$). These findings indicate that peer social support acts as a partial mediator in the relationship between self-compassion and Loneliness among out-of-town students in Yogyakarta. This implies that self-compassion not only directly reduces Loneliness but also indirectly influences it by fostering greater peer social support. Out-of-town students with high self-compassion tend to be better at self-acceptance, managing negative emotions, and building positive social relationships; consequently, they secure better peer social support, ultimately resulting in lower levels of Loneliness.

Keywords: *Loneliness ; Out-of-town Students; ; Peer Social Support; Self-compassion.*