

Pengaruh Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Terhadap Rasa Kesepian Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama (Studi Pada Mahasiswa Rantau di Fakultas Sosial Universitas Jendral Soedirman)

Amanda Annisa R^{1*}, Wanodya Kusumastuti², Kuni Saffana³
^{1*, 2, 3} Universitas Muhammadiyah Purworejo

A B S T R A C T

This research aims to determine the effect of social support and adjustment on feelings of loneliness in overseas students at the Faculty of Social and Politics, Jendral Soedirman University. The sample in this study amounted to 82 people with sampling using the purposive sampling method. The data collection instrument used a questionnaire with a Likert scale, with data analysis using multiple linear regression. The results of the multiple linear regression test show that the significance value for the social support variable is $0.669 > 0.05$, while the sig value for the self-adjustment variable is $0.001 < 0.05$. The results of this study showed that all research subjects had moderate social support, adjustment and feelings of loneliness. The influence given is 17.5% while the remaining 82.5% is influenced by other variables. So it can be concluded that social support has no significant effect on loneliness, while self-adjustment has an effect on loneliness.

Keywords: Social Support, Adjustment, Loneliness in Overseas Students.

A B S T R A K

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap rasa kesepian pada mahasiswa rantau di Fakultas Sosial dan Politik Universitas Jendral Soedirman. Sampel pada penelitian ini berjumlah 82 orang dengan pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket dengan skala likert, dengan analisis data menggunakan regresi linier berganda. Hasil uji regresi linier berganda menunjukkan nilai signifikansi pada variabel dukungan sosial sebesar $0,669 > 0,05$ sedangkan nilai sig pada variabel penyesuaian diri $0,001 < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua subjek penelitian memiliki dukungan sosial, penyesuaian diri, dan rasa kesepian yang sedang. Pengaruh yang diberikan sebesar 17,5% sedangkan sisanya 82,5% dipengaruhi oleh variabel lain. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap kesepian sedangkan penyesuaian diri berpengaruh terhadap kesepian.

Katakunci: Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri, Kesepian Pada Mahasiswa Rantau.

Received:
24.06.2024

Revised:
00.00.2024

Accepted:
00.00.2024

Available online:
00.00.2024

Suggested citation: Annisa R, Amanda, Wanodya Kusumastuti, & Kuni Saffana (2024). Pengaruh Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Terhadap Rasa Kesepian Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama (Studi Pada Mahasiswa Rantau di Fakultas Sosial Universitas Jendral Soedirman). *Journal of Psychosociopreneur*, 3 (2), 105-111. DOI:[Open Access | URL: http://jurnal.umpwr.ac.id/index.php/jpsh](http://jurnal.umpwr.ac.id/index.php/jpsh)

¹ Corresponding Author: Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Purworejo, Jl. K.H Ahmad Dahlan No. 3 Purworejo; Email: xxx@umpwr.ac.id

PENDAHULUAN

Sebagian besar mahasiswa di Indonesia memutuskan untuk merantau. Banyaknya mahasiswa yang menempuh jalur perguruan tinggi di luar daerah asalnya, hal ini disebabkan karena belum tersebar secara merata perguruan tinggi dan perguruan tinggi terbaik hanya tersebar di beberapa kota besar di Indonesia, sehingga mereka memilih untuk menjadi seorang perantau demi mendapatkan kualitas pendidikan yang mumpuni. Mahasiswa yang menempuh pendidikan tinggi di luar daerahnya membuat mereka harus tinggal jauh di luar daerah dalam jangka waktu tertentu untuk menyelesaikan pendidikannya disebut dengan istilah mahasiswa rantau (Halim dan Dariyo, 2016). Mahasiswa perantau datang dari berbagai daerah dengan tujuan untuk menempuh pendidikan. Mereka akan hidup di lingkungan baru dan juga dihadapkan dengan permasalahan baru. Selain itu, mahasiswa perantau akan merasakan kehidupan yang berbeda, seperti pola hidup, interaksi sosial, tanggung jawab atas tindakannya, dan tuntutan untuk menyesuaikan diri (Rufaida & Kustanti, 2017).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap enam mahasiswa rantau yang berasal dari luar Kabupaten Banyumas diketahui bahwa mahasiswa mengatakan mengalami kendala untuk melakukan penyesuaian diri pada saat pertama di Purwokerto, lima dari mahasiswa merasa kesepian karena faktor lingkungan sosial yang berbeda dengan kondisi di tempat asalnya. Kondisi yang berada jauh dengan keluarga yang dialami mahasiswa perantau dapat memicu munculnya kesepian (Nejad,dkk. 2013). Hal senada juga dijelaskan oleh Hidayati (2016) bahwa berpisah atau berada jauh dengan keluarga dan teman dekat adalah salah satu faktor munculnya kesepian. Ghufron & Risnawita (2012) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menghadapi segala tuntutan baik dalam diri maupun lingkungan, sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan dan tercipta keselarasan antara individu dengan realitas. Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengerti bagaimana cara menyesuaikan diri dengan baik agar tidak merasakan kecemasan dan kesepian di lingkungan yang baru.

Teman sebaya merupakan seseorang yang paling dekat dengan mahasiswa perantauan. Teman sebaya dapat memberikan dukungan sosial yang diperlukan oleh mahasiswa rantau, maka dari itu mahasiswa harus memiliki banyak teman guna membangun interaksi dengan orang lain di lingkungan luar (Rufaida & Kustanti, 2018). Menurut Hasibuan *et al.*, (2018) dukungan sosial adalah suatu jalinan interpersonal yang dilakukan dengan orang-orang dekat guna memberikan pertolongan/dukungan. Hal ini sejalan dengan pendapat Pasaribu (2016) bahwa individu yang memiliki orang-orang terdekat, seperti keluarga atau teman, dapat membantu untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dialami oleh individu tersebut. Hasil penelitian Rufaida dan Kustanti (2018) menyebutkan bahwa dukungan sosial teman sebaya yang rendah akan menyebabkan penyesuaian dirinya juga akan rendah.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri terhadap Kesepian Mahasiswa Rantau (Studi pada Mahasiswa Rantau di Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Jendral Soedirman)”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif Pendekatan dalam penelitian ini adalah permodelan kausal yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh atau hubungan antara dua atau lebih variabel. Hasil pengujian dapat digunakan sebagai dasar untuk menarik kesimpulan penelitian, mendukung atau menolak hipotesis yang dikembangkan dari telaah teoritis yang dibuat (Sugiyono, 2017). Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa baru rantau yang berasal dari luar Pulau Jawa di Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Jendral Soedirman tahun pertama. Penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik *purposive sampling*. Adapun kriteria yang dijadikan sampel pada penelitian ini adalah (1.) Mahasiswa rantau, atau yang berasal dari luar Pulau Jawa, (2.) Mahasiswa aktif pada tahun pertama. Data dianalisis menggunakan uji regresi linier berganda .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1.1 Deskripsi responden .

Kategori	Klasifikasi	Frekuensi	Presentase
Usia	17-20	19	23.2%
	20-25	63	76.8%
Total		82	100%
JK	Perempuan	70	85.4%
	Laki-laki	12	14.6%
Total		82	100%
Memiliki saudara	Tidak	45	54.9%
	Ya	37	45.1%
Total			100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa responden dengan usia 20-25 tahun berjumlah 63 orang dengan presentase 76.8%. Jumlah responden perempuan berjumlah 70 orang dengan presentase sebesar 85.4%. Sedangkan yang tidak memiliki saudara yang berkuliah di Unsoed 45 orang dengan presentase 54.9%.

Tabel 1.2 Deskripsi data.

Variabel	Min	Mean	Max	SD
Dukungan sosial	63	72.98	83	4.160
Penyesuaian diri	62	73.77	87	5.607
Kesepian	37	49.20	59	3.636

Pada hasil variabel dukungan sosial skor terendah 63 dengan nilai rata-rata 83, variabel penyesuaian diri skor terendah 62 dengan nilai rata-rata 87, sedangkan variabel kesepian skor terendah 37 dengan nilai rata-rata 37.

Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Secara Umum

Variabel	Kategori	Rentang skor	Frekuensi	Presentase
Dukungan Sosial	Rendah	$x < M - 1SD = < 69$ $M - 1SD \leq x < M + 1SD$	11	13.4%
	Sedang	$= 69 - 77$	58	70.7%
	Tinggi	$M + 1SD \leq x = > 77$	13	15.9%
Total			82	100%
Penyesuaian Diri	Rendah	$x < M - 1SD = < 62$ $M - 1SD \leq x < M + 1SD$	13	15.9%
	Sedang	$= 62 - 73$	50	61.0%
	Tinggi	$M + 1SD \leq x = > 73$	19	23.2%
Total			82	100%

Kesepian	Rendah	$x < M-1SD = < 45$ $M-1SD \leq x < M + 1SD$	11	13.4%
	Sedang	$= 45 - 53$	60	73.2%
	Tinggi	$M + 1SD \leq x = > 53$	11	13.4%
Total			82	100%

Berdasarkan tabel di atas variabel dukungan sosial berada pada kategori sedang dengan frekuensi 58 presentase 70.7%, variabel penyesuaian diri pada kategori sedang dengan frekuensi 50 presentase 61.0% dan variabel kesepian pada kategori sedang dengan frekuensi 60 presentase 73.2%.

Tabel 1.4 Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		82
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.36728273
Most Extreme Differences	Absolute	.130
	Positive	.080
	Negative	-.130
Kolmogorov-Smirnov Z		1.174
Asymp. Sig. (2-tailed)		.127

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi $0,127 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Tabel 1.5 Hasil Uji Multikolinearitas

Model	Coefficients ^a					Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
1 (Constant)	28.847	7.553		3.819	.000		
Dukungan sosial	.040	.093	.046	.428	.669	.949	1.054
Penyesuaian diri	.236	.069	.364	3.405	.001	.949	1.054

a. Dependent Variable: Kesepian

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas diketahui nilai tolerance 0,949 > 0,10 maka dapat diartikan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.

Tabel 1.6 Hasil Uji Heterokedastisitas

Model	Coefficients ^a				
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	T	
1 (Constant)	28.847	7.553		3.819	.000
Dukungan sosial	.040	.093	.046	.428	.669
Penyesuaian diri	.236	.069	.364	3.405	.001

a. Dependent Variable: Kesepian

Berdasarkan hasil uji heterokedastisitas bahwa nilai sig X1 0,760 > 0,05 dan nilai sig X2 0,729 > 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heterokedastisitas.

Tabel 1.7 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.442a	.195	.175	3.303

a. Predictors: (Constant), Penyesuaian diri, Dukungan sosial

Berdasarkan tabel diatas didapatkan nilai Adjusted R Square sebesar 0,175 yang artinya pengaruh variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) sebesar 17,5%

Hasil penelitian dengan menggunakan uji regresi linier berganda menunjukkan nilai sig pada variabel dukungan sosial (X1) sebesar $0,669 > 0,05$ sehingga dapat dikatakan tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel (Y). Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Aneta dan Christiana (2023) yang berjudul Dukungan Sosial dan Kesenian Pada Mahasiswa Rantau UKSW dari Luar Pulau Jawa justru menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka tingkat kesepian menjadi rendah. Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian sebelumnya dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah keadaan dari responden dipenelitian ini. Kemungkinan yang terjadi adalah responden pada penelitian ini memiliki kemampuan penyesuaian diri yang cukup baik sehingga dukungan sosial tidak terlalu berperan dalam mempengaruhi kesepian pada responden. Kemungkinan yang mungkin terjadi justru kesepian dipengaruhi oleh faktor lain yang mungkin mempengaruhi kesepian pada responden.

Sedangkan nilai sig pada variabel penyesuaian diri (X2) sebesar $0,001 (p < 0,05)$. Dapat disimpulkan penyesuaian diri berpengaruh terhadap variabel (Y). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Raihaan Zahrah (2020) mengatakan bahwa penyesuaian diri berperan dalam kesepian. Demikian juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Amran, dkk (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan kesepian pada mahasiswa rantau. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua subjek penelitian memiliki dukungan sosial, penyesuaian diri, dan rasa kesepian yang sedang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial (X1) tidak berpengaruh signifikan sedangkan penyesuaian diri (X2) berpengaruh signifikan terhadap kesepian (Y). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi penyesuaian diri maka rasa kesepian semakin rendah. Besarnya pengaruh yang diberikan variabel dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap rasa kesepian sebesar 17,5% sedangkan sisanya 82,5% dipengaruhi oleh variabel lain.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap rasa kesepian mahasiswa rantau dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh secara signifikan terhadap kesepian yaitu sebesar 0,669, sedangkan penyesuaian diri berpengaruh secara signifikan terhadap rasa kesepian pada mahasiswa rantau yaitu sebesar 0,001. Sedangkan pengaruh yang diberikan dari variabel X terhadap variabel Y yaitu sebesar 17,5% sisanya 82,5% dipengaruhi oleh variabel lain.

Peneliti sadar bahwa masih terdapat banyak kekurangan pada penelitian ini oleh karena itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut :

- 1) Bagi mahasiswa rantau, untuk dapat lebih menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Sehingga akan dapat mengurangi tingkat kesepian
- 2) Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan data yang lebih spesifik lagi seperti kriteria responden, jumlah responden, dsb. Karena pada penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan supaya dapat disempurnakan lagi.

REFERENSI

- Amran, A. M., Zainuddin, K., & Ridfah, A. (2024). Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Kesenian pada Mahasiswa Perantau di Kota Makassar. *EKOMA: Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akuntansi*, 3(2), 731-739.
- Eliza, F. F. (2018). Perbedaan kebutuhan dukungan sosial pada mahasiswa rantau dengan mahasiswa tidak merantau di fakultas psikologi universitas sumatera utara (Doctoral dissertation, Universitas Sumatera Utara).
- Fahira, Z., Amna, Z., Mawarpury, M., & Faradina, S. (2021). Kesenian dan Nomophobia pada Mahasiswa Perantau. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 7(2), 183. <https://doi.org/10.22146/gamajop.65827>
- Gondokusumo, A. L., & Soetjningsih, C. H. (2023). DUKUNGAN SOSIAL DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU UKSW DARI LUAR PULAU JAWA. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 831-836.
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2017). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau. *Journal Psikogenesis*, 4(2), 170. <https://doi.org/10.24854/jps.v4i2.344>

- Hardiani, R. (2020). Hubungan Antara Resiliensi dengan Kesepian Pada Mahasiswa Rantau. E-Skripsi. UNNES
- Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, H. F. (2018). Hubungan antara Amanah dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2214>
- Maharani, Ines Puspa and -, Dr. Moordiningsih, M.Si, Psikolog (2018) Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau Di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Myers, D. G. (2015). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Salemba Humanika.
- Pasaribu, S. (2016). Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Interaksi Sosial Mahasiswa. *Jurnal Analitika Magister Psikologi UMA*, 8(1), 64–78.
- Santrock. (2013). Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup. In *Jakarta: Erlangga*.