HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN KESEPIAN PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR

Andi Muhammad Fiqran F
Universitas Negeri Makassar

Ahmad Razak
Universitas Negeri Makassar

Andi Halima
Universitas Negeri Makassar

Journal of Correctional Issues
2025, Vol. 8 (1)
Politeknik Ilmu
Pemasyarakatan

Review
18-02-2025

Accepted
20-04-2025

Abstract

Students face various challenges in their educational process, students must be more independent in facing challenges in college. This study aims to determine the relationship between self-esteem and loneliness in students. The sampling technique used accidental sampling technique. This study uses a quantitative method with 151 research respondents. The measuring instrument used in this study is the Rosenberg's self-esteem scale with a reliability value of 0.908 and the UCLA (University of California, Los Angel) Loneliness Scale with a reliability value of 0.922. Hypothesis testing uses the Pearson correlation analysis technique using the SPSS version 25.0 application with a sig = 0.014 and $r = -0.201$. The results of this study indicate that there is a negative relationship between self-esteem and loneliness in students at Makassar State University, meaning that the lower the level of self-esteem, the higher the level of loneliness of students at Makassar State University. The implication of this study is that students are expected to be able to realize the importance of self-esteem as a buffer in socializing and are expected to reduce the level of loneliness they feel, and this study is expected to be able to contribute to the development of theories related to self-esteem and loneliness in students.

Keywords: Loneliness, Migrant Student, Self-esteem

Abstrak

Mahasiswa menghadapi berbagai tantangan dalam proses pendidikan mereka, mahasiswa harus lebih mandiri dalam menghadapi tantangan di perkuliahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan responden penelitian berjumlah 151 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala harga diri Rosenberg's dengan nilai reliabilitas sebesar 0,908 dan Skala kesepian UCLA (University of California, Los Angel) dengan nilai reliabilitas sebesar 0,922. Uji hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi Pearson menggunakan aplikasi SPSS versi 25.0 dengan hasil sig = 0,014 dan nilai $r = -0,201$. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan negatif yang antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa di Universitas Negeri Makassar, artinya semakin rendah tingkat harga diri maka semakin tinggi tingkat kesepian mahasiswa di Universitas Negeri Makassar. Implikasi dari penelitian ini adalah mahasiswa diharapkan mampu menyadari pentingnya harga diri sebagai buffer dalam bersosialisasi dan diharapkan menurunkan tingkat kesepian yang mereka rasakan, dan penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih pada pengembangan teori yang terkait harga diri dan kesepian pada mahasiswa.

Kata Kunci: Harga Diri, Kesepian, Mahasiswa

Pendahuluan

Mahasiswa adalah individu yang secara resmi mendaftar untuk mengikuti pembelajaran di perguruan tinggi, dengan batas usia sekitar 18 hingga 30 tahun (Ismunandar, 2016). Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 30 Tahun 1990, juga menjelaskan bahwa "mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan aktif dalam proses belajar di perguruan tinggi". Menjalani masa pendidikan tinggi merupakan periode krusial dalam kehidupan individu yang penuh dengan perubahan dan tantangan. Selama periode ini, mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik yang lebih tinggi di universitas, yang berbeda dengan di sekolah menengah (Elias, Ping & Abdullah, 2011).

Mereka juga dihadapkan pada perubahan lingkungan sosial, seperti kehilangan teman-teman sekolah, pindah dari rumah, dan menyesuaikan diri di tempat yang baru (Cleary, Walter, & Jackson, 2011). Tantangan lainnya adalah mahasiswa harus lebih mandiri dalam memenuhi tuntutan akademik dan non-akademik mereka, karena perbedaan sistem pembelajaran antara sekolah menengah dengan universitas dan hilangnya orang-orang yang biasanya mendukung mereka (Beiter, Nash, McCrady, Rhoades, Linscomb, Clarahan, & Sammut, 2015).

Tuntutan dalam beradaptasi dengan budaya lain dan berusaha mandiri dapat membuat seseorang kesepian. Hal tersebut dapat terjadi pada mahasiswa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Teppers, Luyckx, Vanhalst, Klimstra, dan Goossens, (2014) mengungkapkan bahwa individu yang baru saja memasuki lingkungan universitas cenderung mengalami tingkat kesepian yang lebih tinggi. Menurut survei yang dilakukan

oleh Susilowati (2009) pada mahasiswa di Yogyakarta yang tinggal dengan orang tua maupun tidak, mereka merasa kesepian karena membiasakan diri dengan lingkungan baru atau disebabkan dirinya tidak memiliki teman. Kesepian yang dirasakan terus menerus oleh individu terutama mahasiswa dengan jangka waktu yang panjang tentunya bisa memberikan dampak negatif untuk dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya (Firdaus, 2021).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Irham, Fakhri, dan Ridfah (2022) di Universitas Negeri Makassar, ditemukan hasil menarik terkait tingkat kesepian pada mahasiswa. Dari total 202 subjek yang menjadi sampel, penelitian ini melakukan kategorisasi terhadap tingkat kesepian. Dalam kategorisasi tersebut, sebanyak 34 subjek (16,83%) diklasifikasikan memiliki tingkat kesepian tinggi, 140 subjek (69,31%) diklasifikasikan memiliki tingkat kesepian sedang, dan 28 subjek (13,86%) diklasifikasikan memiliki tingkat kesepian rendah. Dengan demikian, hasil kategorisasi ini mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa cenderung mengalami tingkat kesepian berkategori sedang. Dalam penelitian yang berbeda, Lee, Koeske, dan Sales (2004) mendapatkan temuan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan rentan mengalami masalah psikososial, termasuk sering merasakan kesepian. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Halim dan Dariyo (2016) juga menemukan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami rasa kesepian. Temuan serupa juga ditemukan oleh Nurlayli dan Hidayati (2014), dari 50 mahasiswa yang tinggal terpisah dari keluarga, 40 di antaranya mengaku merasakan kesepian.

Dampak kesepian pada kesehatan mahasiswa sangat signifikan. Kesepian dapat menyebabkan tekanan yang mengganggu fungsi sehari-hari (McIntyre, Worsley, Corcoran, Harrison, Woods, & Bentall, 2018). Selain itu, gejala depresi dan kecemasan juga dapat terkait dengan kesepian pada mahasiswa (Zawadski, Graham & Gerin 2013). Menurut Cosan (2014), kesepian memiliki dampak negatif yang meliputi rasa bosan yang mudah muncul, perasaan tidak diterima, kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang sekitar, penutupan diri, dan kesulitan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Selain itu menurut Bernard (2013), kesepian juga dapat menimbulkan masalah kesehatan seperti penyakit jantung dan penurunan sistem kekebalan tubuh. Bahkan, menurut Perlman & Peplau (1981) kesepian dapat memicu dorongan untuk bunuh diri.

Peplau dan Perlman (1982) menyatakan ada tiga faktor utama penyebab kesepian yaitu kepribadian, situasional dan budaya, kemudian dalam faktor kepribadian, terdapat, terdapat beberapa bagian penting yang membentuk kepribadian seseorang. Seperti keterampilan sosial, rasa malu dan harga diri. Menurut Bednar (2000), perasaan kesepian sering kali berkaitan dengan rendahnya harga diri. Peplau dan Dentist (1984) mengemukakan bahwa terdapat dua faktor yang dapat menyebabkan kesepian, yaitu faktor pemicu dan faktor kerentanan. Salah satu faktor kerentanan yang mempengaruhi kesepian adalah harga diri.

Harga diri mengacu pada bagaimana individu menilai dirinya, termasuk bagaimana individu mempersepsikan nilai-nilai yang dimilikinya dan mengevaluasi keberhargaannya di mata orang lain. Harga diri memainkan

peran penting dalam memengaruhi tingkat kepercayaan diri terhadap orang lain, serta berkontribusi dalam membentuk kualitas hubungan interpersonal, kinerja dalam pekerjaan, dan hampir seluruh aspek kehidupan seseorang. (Stieger & Burger, 2010). Individu dengan harga diri yang positif cenderung lebih menghargai diri mereka, lebih mampu mengendalikan diri, dan memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik. Sebaliknya, individu dengan harga diri yang negatif cenderung merasakan ketidakpercayaan terhadap diri mereka sendiri, serta kurangnya rasa hormat terhadap kemampuan dan keputusan yang mereka buat (Stieger dan Burger, 2010). Dalam konteks akademis, beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengeksplorasi hubungan antara harga diri dan kesepian. Misalnya, studi yang dilakukan oleh Qualter, Vanhalst, Harris, Van, Lodder, Bangee, Maes dan Veerhagen (2015) menemukan bahwa individu dengan harga diri yang lebih rendah lebih rentan terhadap perasaan kesepian. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa harga diri dapat berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap kesepian, dimana individu dengan harga diri yang tinggi lebih mampu membangun hubungan sosial yang positif. Dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat ditemukan strategi yang efektif untuk meningkatkan harga diri mahasiswa dan pada gilirannya, mengurangi perasaan kesepian yang mereka alami.

Metode

Penelitian ini, menggunakan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*, sehingga tidak ada peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur

atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik sampling ini dipilih untuk memudahkan pengambilan data karena jumlah populasi yang terlalu besar dan tersebar dilapangan. (Sugiyono & Iestari, 2021). Penentuan jumlah sampel, peneliti menggunakan aplikasi G-power versi 3.1.9.7 dengan memasukkan *Tail(s)* di *two*, *Correlation* $pH1$ atau *effect size* pada 0.3 berdasarkan meta analisis yang dilakukan pada kedua variabel yang diteliti pada penelitian ini dengan menetapkan standar error 0.05 maka di dapatkan total sample size sebesar 138 orang. Penelitian ini mengukur kesepian menggunakan skala Russel, University of California Las Vegas (UCLA) yang diadaptasi oleh Amran pada tahun 2023, dengan nilai reliabilitas alat ukur sebesar 0,922 dan loading faktor sebesar 0,449-0,912 sedangkan untuk mengukur harga diri menggunakan alat ukur Rosenberg's Self-Esteem Scale (RSES) yang diadaptasi oleh Alwi dan Razak pada tahun 2022, dengan nilai reliabilitas alat ukur sebesar 0,908 dan loading faktor sebesar 0,63-0,82.

Hasil

Hasil analisis deskriptif data penelitian dijabarkan melalui kategorisasi variabel penelitian dengan mengacu pada nilai rata-rata variabel yang diuji dalam penelitian.

Tabel 1. Deskripsi variabel harga diri

Kategorisasi	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	< 16	30	20%
Sedang	16 - 24	119	79%
Tinggi	24 <	2	1%
Total		151	100%

Berdasarkan tabel 1 diatas, menunjukan bahwa 151 responden penelitian. Terlihat bahwa terdapat responden yang berada pada kategori harga diri rendah sebanyak 30 responden

atau (20%), pada kategori sedang terdapat 119 atau (79%) responden yang berada pada harga diri kategori sedang dan terdapat 2 atau (1%) responden yang berada pada harga diri kategori tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa di universitas negeri makassar memiliki tingkat harga diri pada kategori sedang

Tabel 2. Deskripsi variabel kesepian

Kategorisasi	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	<37	0	0
Sedang	37-59	139	92%
Tinggi	59<	12	8%
Total		151	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas, menunjukan bahwa 151 responden penelitian. Terlihat bahwa tidak terdapat responden yang berada pada kategori rendah, pada kategori sedang terdapat 139 atau (92%) responden yang berada pada kategori kesepian sedang dan terdapat 12 atau (8%) responden yang berada pada kategori kesepian tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa di universitas negeri makassar memiliki tingkat harga diri pada kategori sedang.

Tabel 3. Hasil uji normalitas

Variabel	KS	Ket.
Harga Diri		
Kesepian	0,200	Normal

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukan hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, dapat dilihat nilai Kolmogorov-Smirnov dari variabel harga diri dan kesepian adalah 0,200 yang di mana lebih tinggi atau lebih besar dari 0,05 maka data dinyatakan terdistribusi secara normal.

Tabel 4. Hasil uji linearitas

Variabel	Linearity	Ket.
Harga Diri	0,016	Linear
Kesepian		

Pada tabel 4 hasil uji linearitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk *linearity* diperoleh 0,016 (Sig. <0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variable pada penelitian ini memiliki hubungan yang linear.

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

Variabel	Pearson Correlation	Sig.	Ket.
Stres Akademik	-0,201	0,014	Signifikan
Dukungan Teman Sebaya			

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis yang dilakukan, diperoleh nilai signifikansi sebanyak 0,014 (Sig.<0,05) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa di Universitas Negeri. Adapun nilai yang diperoleh *Pearson Correlation* sebesar -0,201. jika nilai *Pearson Correlation* pada penelitian ini menunjukkan negatif, hal ini dapat diartikan bahwa semakin rendahnya harga diri maka semakin tinggi kesepian begitupun sebaliknya. Dari hasil uji hipotesis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak. Hal berarti terdapat hubungan antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa di Univeristas Negeri Makassar.

Pembahasan

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat kesepian pada mahasiswa Univeristas Negeri Makassar, menunjukkan bahwa sebanyak 139 orang mahasiswa (92,05%)

berada pada tingkat kesepian sedang dan 12 orang mahasiswa (7,95%) berada pada tingkat kesepian tinggi. Penelitian oleh Hakwley & Cacioppo (2010) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kesepian rendah cenderung mengalami peningkatan risiko depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan fisik. Penelitian oleh Qualter dkk. (2015) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kesepian sedang sering kali merasa terasing meskipun berada di tengah keramaian. Ini dapat mengarah pada perasaan tidak puas dan ketidakbahagiaan yang lebih besar. Mahasiswa dengan tingkat kesepian sedang sering kali mengalami ambivalensi dalam hubungan sosial mereka. Mereka mungkin memiliki beberapa teman dekat, tetapi juga merasa kurang terhubung dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Dalam penelitian Anggriani dan Arswimba (2023) menunjukkan orang dengan kesepian yang tinggi akan mengalami perasaan yang negatif yang diantaranya ketidakpuasan dan perasaan tidak berguna, selalu curiga kepada orang lain, ketidakmampuan mengatasi masalah, hingga percobaan untuk bunuh diri, dalam konteks mahasiswa kesepian yang tinggi dapat mempengaruhi kinerja akademis dan keterlibatan dalam kegiatan kampus. Hasil kategorisasi dukungan sosial mahasiswa di Universitas Negeri Makassar, menunjukkan bahwa sebanyak 30 orang Mahasiswa (77,04) berada pada tingkat dukungan sosial, 119 orang mahasiswa (17,8%) berada pada tingkat dukungan sosial sedang dan 2 orang mahasiswa (5,19%) berada pada tingkat dukungan sosial tinggi. Menurut penelitian oleh Kwan, Gitimoghaddam, & Collet (2020), harga diri yang rendah dapat menyebabkan mahasiswa mengalami

kesulitan dalam menjalin hubungan interpersonal, yang dapat memperburuk rasa kesepian mereka. Statistik juga menunjukkan bahwa mahasiswa dengan harga diri rendah lebih rentan terhadap masalah mental. Penelitian oleh Orth, Robon, Trzesniewski, Maes & Schmitt. (2009) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan harga diri sedang cenderung lebih terbuka terhadap umpan balik dan kritik, yang dapat menjadi faktor penting dalam pengembangan diri mereka. Mahasiswa dengan harga diri sedang sering kali berada di posisi yang lebih stabil dibandingkan dengan mereka yang memiliki harga diri rendah. Mereka mungkin merasa cukup baik tentang diri mereka sendiri, tetapi masih mengalami keraguan dan ketidakpastian di beberapa area kehidupan. Menurut penelitian oleh Harter (2013), individu dengan harga diri tinggi cenderung memiliki pandangan positif terhadap diri mereka sendiri dan dapat lebih mudah mengatasi stres.

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan uji korelasi Pearson, menunjukkan bahwa harga diri memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap kesepian mahasiswa di Universitas Negeri Makassar. Hal ini dapat dilihat dari nilai korelasi Pearson sebesar $-0,139$ yang memiliki hubungan yang negatif. Berdasarkan uji hipotesis tersebut, semakin tinggi harga diri mahasiswa maka semakin rendah kesepian, begitupun sebaliknya. Adapun berdasarkan hasil sig. $P < 0,05$ yaitu $0,014 > 0,05$ menunjukkan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa perantau di Universitas Negeri Makassar.

Penelitian sebelumnya mendukung hasil diatas. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rosenberg (1965),

individu dengan harga diri yang lebih tinggi cenderung memiliki jaringan sosial yang lebih luas dan lebih kuat. Hal ini menunjukkan bahwa mereka lebih mampu membangun dan mempertahankan hubungan interpersonal yang positif, yang akan mengurangi perasaan kesepian. Penelitian lain oleh Qualter dkk. (2015) menunjukkan bahwa individu dengan harga diri rendah lebih rentan terhadap kesepian, karena mereka sering merasa tidak layak untuk menjalin hubungan yang dekat dengan orang lain. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Orth dkk. (2010), individu dengan harga diri yang rendah cenderung mengalami perasaan kesepian yang lebih intens dibandingkan mereka yang memiliki harga diri tinggi. Dengan demikian, harga diri berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap kesepian.

Kesepian, di sisi lain, adalah kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan terasing dan kurangnya hubungan sosial yang memadai. Data dari American Psychological Association (APA) menunjukkan bahwa mahasiswa merupakan kelompok yang rentan terhadap kesepian, dengan sekitar 60% mahasiswa melaporkan merasa kesepian pada suatu titik dalam hidup mereka (APA, 2019). Ketidakpuasan sosial ini sering kali berkaitan dengan harga diri yang rendah, di mana mahasiswa merasa tidak berharga atau tidak layak untuk berinteraksi dengan orang lain, sehingga memperburuk perasaan kesepian mereka.

Berdasarkan hasil uji t untuk melihat perbedaan tingkat harga diri pada mahasiswa ditinjau dari kelompok jenis kelamin menghasilkan nilai signifikansi $0,204$ ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan

yang signifikan antara laki-laki dan perempuan ditinjau dari variabel harga diri. Kemudian, pada variabel kesepian pada mahasiswa, menunjukkan nilai signifikansi 0,075 ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan ditinjau dari variabel kesepian. Sependapat dengan Amran (2023) yang dalam penelitian menemukan tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel kesepian jika dilihat dari kelompok jenis kelamin. Berbeda dengan hasil penelitian Rizki (2020), bahwa terdapat perbedaan kesepian antara laki-laki dan perempuan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dengan stress akademik pada siswa kelas XII SMA Negeri 6 Bulukumba. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diterima siswa maka semakin rendah stres akademik yang siswa alami, begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan teman sebaya yang siswa dapatkan maka tingkat stres akademik siswa yang dirasakan semakin tinggi. Penelitian ini terkait hubungan antara harga diri dan kesepian pada mahasiswa perantau di Universitas Negeri Makassar ditemukan nilai koefisien korelasinya sebesar -0,201 dan nilai P sebesar 0,014. Hal ini berarti penelitian ini berkorelasi negatif yang signifikan antara harga diri dengan kesepian, dimana semakin rendah harga diri maka semakin rendah kesepian begitupun sebaliknya. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung memiliki tingkat kesepian yang lebih rendah. Dan mahasiswa yang memiliki

harga diri yang rendah lebih cenderung memiliki tingkat kesepian yang tinggi.

Implikasi

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara harga diri dengan tingkat kesepian pada mahasiswa, yang memberikan implikasi penting baik secara praktis maupun teoretis. Secara praktis, temuan ini mendorong pihak kampus untuk mengembangkan program psikologis seperti konseling, pelatihan peningkatan harga diri, serta menciptakan lingkungan sosial yang inklusif guna mengurangi rasa kesepian. Lembaga kemahasiswaan juga dapat berperan aktif melalui kegiatan sosial yang mendukung interaksi antar mahasiswa, terutama bagi mahasiswa baru atau perantau yang lebih rentan mengalami kesepian. Secara teoretis, hasil ini memperkuat teori bahwa harga diri merupakan faktor penting dalam kesejahteraan emosional dan hubungan sosial individu, serta membuka peluang bagi penelitian lanjutan yang mengeksplorasi faktor mediasi seperti dukungan sosial atau kelekatan emosional. Selain itu, temuan ini juga dapat menjadi pertimbangan dalam perumusan kebijakan kampus yang mendukung kesehatan mental mahasiswa melalui pendekatan yang holistik dan berkelanjutan.

Referensi

Alwi, M. A., & Razak, A. (2022). Adaptasi Rosenberg's Self-Esteem di Indonesia. SEMINAR NASIONAL HASIL PENELITIAN 2022 "Membangun Negeri dengan Inovasi tiada Henti Melalui Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat" LP2M-Universitas Negeri Makassar. Universitas Negeri Makassar.

- American Psychology Association. (2021). The risk of social isolation. <https://www.apa.org/monitor/2019/05/ce-corner-isolation> (diakses pada 1 januari 2025).
- Amran, A. A. M. (2023). Hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesepian pada mahasiswa perantau di Universitas Negeri Makassar. Skripsi. Universitas Negeri Makassar.
- Anggriani, B. R., & Arswimba, B. A. (2023). Perbedaan Tingkat Kesepian Mahasiswa Yang Tinggal Di Kost Dan Yang Tinggal Bersama Orang Tua/Keluarga Pada Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 5(2), 83-91.
- Bednar, K. L. (2000). Loneliness and self-esteem at different levels of the self. Honors Project, Illinois Wesleyan University.
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of affective disorders*, 173, 90-96.
- Bernard, S. M. (2013). Loneliness and Social Isolation Among Older People in North Yorkshire: Executive Summary.
- Cleary, M., Walter, G., & Jackson, D. (2011). "Not Always Smooth Sailing": Mental Health Issues Associated With The Transition From High School To College. *Issues in mental health nursing*, 32(4), 250-254.
- Coşan, D. (2014). An evaluation of loneliness. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 1(1), 103-110.
- Elias, H., Ping, W. S., & Abdullah, M. C. (2011). Stress and academic achievement among undergraduate students in Universiti Putra Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 646-655.
- Firdaus, J. S. (2021). Studi Tentang Kesepian Pada Mahasiswa Dki Jakarta Di Masa Pandemi Covid-19 (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta).
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170-181.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227.
- Irham, S. S., Fakhri, N., & Ridfah, A. (2022). Hubungan Antara Kesepian Dan Nomophobia Pada Mahasiswa Perantau Universitas Negeri Makassar. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 1(4), 318-332.
- Ismunandar, T. R. (2016). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Kwan, C., Gitimoghaddam, M., & Collet, J. P. (2020). Effects of Social Isolation and Loneliness in Children with Neurodevelopmental Disabilities: A Scoping Review. *Brain Sciences*, 10(11), 786.
- Lee, J. S., Koeske, G. F., & Sales, E. (2004). Social Support Buffering of Acculturative Stress: A Study of Mental Health Symptoms among Korean International Students. *International Journal of*

- Intercultural Relations*, 28(5), 399-414.
- McIntyre, J. C., Worsley, J., Corcoran, R., Harrison W, P., & Bentall, R. P. (2018). Academic and non-academic predictors of student psychological distress: The role of social identity and loneliness. *Journal of Mental Health*, 27(3), 230-239.
- Nurlayli, R. K., & Hidayati, D. S. (2014). Kesepian Pemilik Hewan Peliharaan yang Tinggal Terpisah dari Keluarga. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 21-35.
- Orth, U., Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Maes, J., & Schmitt, M. (2009). Low self-esteem is a risk factor for depressive symptoms from young adulthood to old age. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(3), 472–478. doi:10.1037/a0015922
- Peplau, A. L., & Dentist, L. (1984). A survey of empirical findings. Loneliness research.
- Perlman, D., & Peplau, L.A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal relationships*, 3, 31-56.
- Perlman, D., & Peplau, L.A. (1982). Theoretical approaches to loneliness. Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy, 36, 123-34.
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., Maes, M., & Verhagen, M. (2015). Loneliness Across the Life Span. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 250–264. doi:10.1177/1745691615568999
- Rosenberg, M. (1979). Components of Rosenberg's self-esteem scale. *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- Stieger, S., & Burger, C. (2010). Implicit and Explicit Self-Esteem in the Context of Internet Addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(6), 681–688. doi:10.1089/cyber.2009.0426
- Stieger, S., & Burger, C. (2010). Implicit and Explicit Self-Esteem in The Context of Internet Addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(6), 681–688. doi:10.1089/cyber.2009.0426
- Sugiyono, S., & Lestari, P. (2021). Metode penelitian komunikasi (Kuantitatif, kualitatif, dan cara mudah menulis artikel pada jurnal internasional).
- Susilowati, T. A. (2009). Hubungan antara kompetensi interpersonal dengan kesepian pada dewasa awal. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma.
- Susilowati, T. A. (2009). Hubungan antara Kompetensi Interpersonal dengan Kesepian Pada Dewasa Awal. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma.
- Teppers, E., Luyckx, K., Vanhalst, J., Klimstra, T., & Goossens, L. (2014). Attitudes towards aloneness during adolescence: A person-centred approach. *Infant and Child Development*, 23(3), 239-248.
- Zawadzki, M. J., Graham, J. E., & Gerin, W. (2013). Rumination and anxiety mediate the effect of loneliness on depressed mood and sleep quality in college students. *Health Psychology*, 32(2), 212.