

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KESEPIAN PADA
MAHASISWA LUAR JAWA DI UNIVERSITAS SETIA BUDI SURAKARTA**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

Hobby Qurnia

15160259K

Pembimbing:

Dr. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si.

Patria Mukti, S.Psi., M.Si.

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS SETIA BUDI

SURAKARTA

2021

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KESEPIAN PADA
MAHASISWA LUAR JAWA DI UNIVERSITAS SETIA BUDI SURAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Hobby Qurnia

15160259K

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS SETIA BUDI
SURAKARTA**

2021

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KESEPIAN PADA
MAHASISWA LUAR JAWA DI UNIVERSITAS SETIA BUDI SURAKARTA**

Oleh :

Hobby Qurnia
15160259K

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi Surakarta dan diterima untuk
memenuhisebagian dari syarat-syarat guna memperoleh
derajat gelar sarjana psikologi

Pada tanggal :

30 Desember 2021

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi

Dekan,



[Signature]
Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D.

Penguji

Tanda Tangan

1. Dr. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si
2. Patria Mukti, S.Psi., M.Si
3. Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi., Psi

[Signature]
[Signature]
[Signature]

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hobby Qurnia

NIM : 15160259K

Fakultas/ Jurusan : Psikologi

Universitas : Universitas Setia Budi Surakarta

Judul : Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kesepian pada Mahasiswa Luar Jawa di Universitas Setia Budi Surakarta.

Bersama dengan ini menyatakan bahwa selama melaksanakan kegiatan penelitian ini, saya tidak melanggar etika dalam akademik seperti plagiasi kecuai yang tertulis dikutip/diacu pada naskah serta sumber yang telah disebutkan pada daftar pustaka. Apabila skripsi ini melanggar kode etik, maka saya sepenuhnya bertanggung jawab atas penelitian ini.

Surakarta, 30 Desember 2021



Hobby Qurnia

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Tuhan Yesus Kristus

Ibu dan Bapak yang Aku sayangi

Kakakku tercinta

Keluarga besarku

Pacarku yang aku cintai

Sahabat dan teman-temanku (Fakultas Psikologi USB 2016)

Untuk Almamaterku

Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta

MOTTO

“Janganlah hendaknya kamu khawatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur.”

(Filipi 4:6)

“Pandanglah burung-burung dilangit, yang tidak menabur dan tidak menuai dan tidak mengumpulkan bekal dalam lumbung, namun diberi makan oleh Bapamu di Surga, bukankah kamu jauh melebihi burung-burung itu?”

(Matius 6:26)

“Tidak ada seorang pun yang dapat mengubah orang lain, tetapi seseorang dapat menjadi alasan orang lain untuk berubah.”

(Spongebob Squarepants)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan kasihNya memberikan kesempatan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KESEPIAN PADA MAHASISWA LUAR JAWA DI UNIVERSITAS SETIA BUDI SURAKARTA”.

Skripsi ini sebagai syarat untuk pencapaian gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Fakultas Psikologi di Universitas Setia Budi Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat dan karunia yang diberikan kepada penulis.
2. Yayasan Universitas Setia Budi Surakarta.
3. Bapak Dr. Ir. Djoni Tarigan, MBA selaku Rektor Universitas Setia Budi Surakarta.
4. Bapak Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
5. Bapak Sujoko, S.Pdi., S.Psi., M.Si selaku Dosen Pendamping Akademik yang telah mendampingi dari semester awal hingga akhir dan memberikan ilmu serta masukan-masukan dan arahan selama penulis menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
6. Bapak Dr. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si dan Bapak Patria Mukti, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktunya di sela-

sela kesibukannya yang padat untuk membimbing penulis dengan penuh kesabaran dan semangat dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini.

7. Ibu Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penguji yang sudah memberi saran dan masukan pada skripsi ini sehingga menjadi karya yang baik dan bermanfaat.
8. Ibu Prilya Shanty Andrianie, S.Psi., M.Psi., Psikolog., Bapak Yustinus Joko Dwi Nugroho, S.Psi., M.Psi., Psikolog., Ibu Dra. Endang Widyastuti, MA selaku Dosen yang telah mengajar dan memberikan ilmu selama penulis menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
9. Bapak Suyoto yang telah memberikan bantuan dalam proses administrasi, sehingga skripsi ini dapat berjalan dengan baik dari awal hingga akhir.
10. Seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta

Dengan kerendahan hati penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada penulis dan semua yang membacanya.

Tuhan Memberkati.

Surakarta, 30 Desember 2021

Penulis,

Hobby Qurnia

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK.....	xiii
INTISARI.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Kesepian	8
1. Pengertian Kesepian	8
2. Aspek-aspek Kesepian.....	9
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian	10

B. Penerimaan Diri.....	12
1. Pengertian Penerimaan Diri.....	12
2. Aspek-aspek Penerimaan Diri.....	13
3. Faktor-faktor Penerimaan Diri.....	15
C. Mahasiswa	18
D. Hubungan antara penerimaan diri dengan kesepian pada mahasiswa luar Jawa di Universitas Setia Budi Surakarta.....	19
E. Kerangka Berpikir	22
F. Hipotesis	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Identifikasi dan Operasional Variabel	24
B. Operasional Variabel	24
1. Kesepian	24
2. Penerimaan Diri.....	24
C. Populasi, Sampel, dan Sampling	25
1. Populasi	25
2. Sampel	26
3. Sampling.....	27
D. Metode Pengumpulan Data	27
1. Skala Kesepian	27
2. Skala Penerimaan Diri	28
E. Validitas dan Reliabilitas.....	29
1. Validitas.....	29
2. Reliabilitas	29
F. Analisis Data.....	30
1. Uji Normalitas	30
2. Uji Linearitas	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
A. Persiapan Penelitian.....	31
1. Orientasi Kancah Penelitian	31
2. Proses Perizinan.....	34
3. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	35

B. Pelaksanaan Penelitian	36
1. Pengumpulan Data.....	36
2. Pelaksanaan Skoring.....	36
C. Deskripsi Data Penelitian	37
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	37
2. Deskripsi Data Penelitian	38
D. Analisis Data Penelitian.....	40
1. Uji Normalitas	40
2. Uji Linearitas	40
3. Uji Hipotesis	41
4. Sumbangan Efektif	41
E. Pembahasan	42
F. Keterbatasan Penelitian	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	47
1. Kesimpulan.....	47
2. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN	52

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint Skala Kesepian	27
Tabel 2. Blueprint Penerimaan Diri.....	28
Tabel 3. Data Mahasiswa Luar Jawa Universitas Setia Budi	34
Tabel 4. Skala Kesepian	35
Tabel 5. Skala Penerimaan Diri.....	35
Tabel 6. Deskripsi Subjek Penelitian.....	37
Tabel 7. Deskripsi Statistik Data Hasil Penelitian.....	38
Tabel 8. Norma Kategori Skor Subjek	39
Tabel 9. Deskripsi Kategori Variabel Penelitian.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

A. Lampiran Alat Ukur Penelitian.....	50
1. Kuisisioner Penerimaan Diri	54
2. Kuisisioner Kesepian.....	55
B. Lampiran Tabulasi Data Penelitian	56
1. Tabulasi Data Penerimaan Diri.....	57
2. Tabulasi Data Kesepian	60
C. Lampiran Analisis Deskriptif, Uji Asumsi dan Hipotesis	62
1. Uji Deskriptif.....	63
2. Uji Normalitas	63
3. Uji Linearitas	66
4. Uji Hipotesis	67
D. Lampiran Surat Izin dan Bukti Penelitian	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa yang tidak pernah merasakan pergi jauh dari rumah atau yang mungkin belum pernah meninggalkan kampung halamannya, dapat menjadi masalah yang sangat besar ketika individu tersebut harus berkuliah diperguruan tinggi di kota lain. Berada di tempat yang baru, daerah yang berbeda, subkultur yang unik dari daerah lainnya, maka akan memunculkan penyesuaian dengan budaya tersebut (Yuliadi, 2018).

Menjadi individu yang menimba ilmu di tanah rantau dapat menciptakan cerita unik serta pengalaman hidup yang menarik. Di kala pandemi Covid-19, beberapa kampus memutuskan untuk meniadakan perkuliahan dikelas serta menggantikannya dengan kuliah online ataupun daring sehingga tidak perlu untuk bertatap muka secara langsung dikelas. Sebagian mahasiswa memutuskan untuk kembali ke daerahnya asalnya. Walaupun demikian, tidak seluruh mahasiswa perantau dapat pulang ke wilayah asalnya, akan tetapi beberapa mahasiswa memutuskan untuk senantiasa tinggal serta bertahan hidup di wilayah perantauan (Rizal, 2020).

Mahasiswa rantau juga harus mampu untuk menuntaskan tugas yang banyak dan menyesuaikan dirinya dengan tugas kedepannya seperti mengelola keuangan selama tinggal di daerah yang perantauan dan mengerjakan pekerjaan rumah sendiri. Mahasiswa rantau juga akan dihadapkan dengan tantangan akademik yang lebih sulit dan jauh lebih berat setiap tahunnya. Hal ini terkait dengan penerimaan diri yang akan menyebabkan masalah berat pada individu tersebut ketika memasuki semester-semester berikutnya. Kesepian dapat dirasakan pada individu tak terkecuali

mahasiswa yang merantau, karena mahasiswa tersebut tinggal di daerah yang jauh dari keluarganya. Kesepian adalah masalah umum pada kalangan mahasiswa. Hal tersebut dapat terjadi pada mahasiswa di kampus, asrama atau tempat kos yang jarang terjadi interaksi yang berkualitas. Selain itu, media sosial juga berpengaruh dalam memunculkan rasa kesepian pada mahasiswa. Ketika individu berkomunikasi dengan individu lain akan membutuhkan komunikasi nonverbal. Semakin sering individu membandingkan dirinya dengan individu lain, maka tingkat kecemasan meningkat, kurangnya kepuasan hidup, serta risiko terjadinya kesepian. Ketika individu sudah mulai menyalahkan dirinya sendiri, ingatkan individu tersebut untuk tidak terus melakukannya. Memberikan saran bahwa membangun koneksi yang langgeng dan sehat dengan individu lain dan lingkungan barunya akan membutuhkan waktu yang tidak sebentar. Perasaan kesepian akan muncul ketika individu hanya fokus pada kuliah semata, maka dari itu cobalah untuk memberikan saran kepada individu agar aktif ketika berorganisasi atau mengerjakan kegiatan yang positif lainnya. Individu yang berhasil melakukan atau mengerjakan hal yang positif akan mendapatkan teman dan lupa bahwa dirinya berada jauh dari keluarga (Maharani, 2019).

Perasaan kesepian akan datang ketika individu merasakan bahwa dirinya membutuhkan individu lain disekitarnya, akan tetapi dalam kehidupan nyata sering kali tidak seperti apa yang individu harapkan, individu tidak memiliki teman atau merasa kekurangan teman di sekitarnya, yang menciptakan perasaan tidak nyaman secara emosional. Kesepian akan terus datang didalam diri individu akibat dari perasaan kehilangan suatu hubungan yang diharapkan oleh individu. Kesepian akan muncul dikarenakan adanya berbagai faktor seperti kurangnya teman serta kekasih,

terjadi kesulitan dalam beradaptasi, sudah tidak adanya sodara atau orang tua yang tinggal jauh dari individu tersebut (Inayati, 2019).

Peplau dan Perlman (dalam Hidayati, 2015) mengutarakan bahwa kesepian adalah pengalaman yang tidak sesuai pada kelebihan serta nilai dari suatu jalinan sosial pada individu sehingga mengalami penurunan secara signifikan. Setiap individu yang mengalami kesepian pada dirinya, sehingga individu akan cenderung untuk melakukan hal-hal yang membahagiakan dirinya sehingga dapat mengurangi permasalahan emosionalnya dan memendam kehampaan yang ada pada diri individu.

Penelitian mengenai penerimaan diri dengan kesepian juga pernah dilakukan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (dalam Agustin, 2017) yang meneliti mengenai “Hubungan antara Self Acceptance dengan Loneliness pada perempuan lajang di Surabaya” mengutarakan bahwa kesepian akan muncul akibat dari beberapa permasalahan seperti usia, status pernikahan, gender, ketidakserasian dengan lingkungan sekitarnya atau individu tersebut dan mempunyai pandangan yang cenderung negatif terhadap diri individu tersebut.

Menurut Russel, dkk (dalam Agustin, 2017), kesepian merupakan emosi negatif yang muncul akibat ketidakseimbangan hubungan sosial yang diharapkan individu dengan realitas yang ada, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Salah satu indikator dari kesepian adalah timbulnya rasa kurang puas terhadap diri sendiri. Perasaan tidak puas muncul dan menimbulkan persepsi negatif terhadap diri individu tersebut dan lingkungannya, sehingga individu merasa tidak ada yang mampu untuk memahaminya.

Menyesuaikan diri serta adanya perubahan pola interaksi, kebudayaan, peran dan tanggung jawab terkadang dibutuhkan agar dapat beradaptasi di perantauan. Hal tersebut akan dirasakan oleh individu yang berkuliah di daerah yang baru atau luar

daerahnya. Bahasa, adat istiadat, budaya dan aturan-aturan baru dapat memunculkan berbagai macam permasalahan pada diri individu. Individu yang tidak mampu untuk melakukan penerimaan diri pada lingkungan yang berbeda atau lingkungan baru, maka individu tersebut akan mudah mengalami stress yang dapat berpengaruh pada kesejahteraan psikologisnya (Palupi, 2021).

Penerimaan diri yang salah akan berakibat negatif pada mahasiswa rantau terutama yang daerahnya berbeda dari daerah tempat individu menuntut ilmu. Mahasiswa rantau yang berasal dari luar Jawa harus belajar untuk meningkatkan kehidupan bersosialisasinya dan kemampuan untuk berekspresi terhadap masalah yang ada pada kehidupan individu lain. Beberapa mahasiswa yang merantau dan berasal dari luar Jawa akan mengalami suatu permasalahan ketika individu tersebut gagal dalam meningkatkan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru, berkomunikasi serta tidak dapat menghargai dirinya sendiri akan mengakibatkan individu tersebut tidak diterima oleh individu lainnya dan dapat memunculkan penerimaan diri yang cenderung negatif. Penerimaan diri yang cenderung negatif akan mempengaruhi pembentukan harga diri pada setiap individu. Self acceptance merupakan sikap baik maupun buruk yang ada pada individu dalam memunculkan perasaan yang dapat menerima serta bahagia terhadap segala kebaikan dan keburukan yang dimiliki serta bersedia untuk melanjutkan kehidupan dengan seluruh ciri khas pada diri individu (dalam Agustin, 2017).

Menurut Margando (dalam Fitri, 2017), Penerimaan diri merupakan rancangan yang berpengaruh untuk memahami perkembangan pada psikologi kesehatan, hal tersebut memiliki arti individu baik perempuan maupun laki-laki diharapkan dapat mempunyai penerimaan diri yang positif pada keburukan maupun kelebihan yang ada pada diri individu tersebut. Penerimaan diri merupakan suatu

perbuatan yang berdasar pada kepuasan dengan diri sendiri, bakat dan kualitas dari diri individu serta pengakuan akan keterbatasannya Chaplin (dalam Fatmawati & Sujoko, 2019).

Hubungan antara penerimaan diri dengan kesepian dapat terjadi karena setiap mahasiswa tidak berasal dari daerah yang sama sehingga memiliki kemampuan adaptasi yang berbeda-beda. Mahasiswa yang sulit dalam beradaptasi maka penerimaan dirinya cenderung mengarah ke negatif. Hal ini menyebabkan mahasiswa tersebut merasa terasingkan dan memunculkan perasaan kesepian dari dalam dirinya.

Berdasarkan hasil pra penelitian di Universitas Setia Budi pada hari rabu 26 Februari 2020, pukul 12.00 WIB terhadap subjek 20 mahasiswa baru yang berasal dari luar Jawa, data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa 80% dari 100% subjek mengalami kesepian. Subjek mengakui bahwa sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru sehingga penerimaan diri cenderung mengarah ke negatif yang mengakibatkan individu merasa kesepian.

Berdasarkan hasil analisis penelitian sebelumnya yang berjudul “Hubungan Antara Self Acceptance Dengan Loneliness Pada Perempuan Lajang di Surabaya” maka disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang diterima atau terbukti antara penerimaan diri dan kesepian pada wanita lajang di Surabaya. Artinya penerimaan diri yang kuat akan menunjukkan kesepian yang lemah dan sebaliknya, penerimaan diri yang lemah akan menunjukkan kesepian yang kuat.

Hasil dari penelitian di atas, maka disimpulkan jika tingkat penerimaan diri pada individu cenderung tinggi maka tingkat kesepian akan berkurang. Hal ini berarti jika tingkat penerimaan diri pada individu cenderung rendah maka tingkat kesepian akan mengalami peningkatan.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan kesepian pada mahasiswa luar Jawa di Universitas Setia Budi Surakarta.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kesepian pada mahasiswa luar Jawa di Universitas Setia Budi Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Dari penelitian ini, penulis berharap dapat membawa pengetahuan di bidang psikologi khususnya psikologi remaja terkait dengan masalah penerimaan diri dengan kesepian di kalangan mahasiswa dari luar Jawa.

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi tempat penelitian yang dijadikan objek penelitian mengenai penerimaan diri dengan kesepian pada mahasiswa luar Jawa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek penelitian

Dapat menyumbangkan informasi pada subjek agar mampu memahami dinamika psikologi dalam dirinya sendiri khususnya terkait penerimaan diri dengan kesepian. Dapat membawa informasi kepada subjek sehingga individu dapat memahami dinamika psikologis dalam dirinya terutama dalam kaitannya dengan penerimaan diri dengan kesepian.

b. Bagi peneliti

Dapat memberi wawasan dan pengalaman yang baru bagi peneliti dalam mengeksplorasi teori dan fenomena psikologi khususnya terkait penerimaan diri dengan kesepian pada mahasiswa luar Jawa.