

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN KONSEP DIRI MAHASISWA PERANTAU ASAL BANGKA YANG TINGGAL DI BANDUNG

Nara Syifa Saputri, Agus Abdul Rahman, dan Elisa Kurniadewi

Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Jl. A.H Nasution No. 105 Bandung

email: a_abdurrahman72@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara kesepian dan konsep diri mahasiswa perantau asal Bangka di Kota Bandung. Purposive sampling sebanyak 60 orang diambil dari 280 jumlah populasi yang ada. Hasil menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kesepian dengan konsep diri -0,379 dan Significancy level (0,019). Kesimpulan yang dapat dibuat adalah jika mahasiswa perantau memiliki tingkat kesepian yang tinggi maka mereka memiliki konsep diri yang rendah, sebaliknya jika mereka memiliki tingkat kesepian rendah maka konsep diri mereka juga positif.

Kata Kunci : *Kesepian, Konsep Diri*

Abstract

This research aims to empirically study about correlation between loneliness and self-concept of students from Bangka who stay in Bandung. Sample are 60 students taken through purposive sampling from 280 population. Result shows that there is significant correlation between loneliness and self concept with coefficient correlation -0,379 and significancy level (0,019). It is concluded that student having high loneliness will have low self-concept whereas those who have low loneliness their self-concept become positive.

Keywords : *loneliness, self-esteem*

PENDAHULUAN

Manusia secara esensial merupakan makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial manusia tidak akan pernah lepas dari hubungannya dengan orang lain, mulai dari bangun pagi hingga tidur kembali di malam harinya. Sebagian besar hidupnya dihabiskan dengan cara berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain. Hubungan diantara mereka itu ada yang bersifat formal, ada yang hanya sekedar basa-basi (tidak mendalam), atau bahkan hubungan yang mendalam dimana mereka dapat

mencurahkan isi hati masing – masing, berkeluh kesah dan meminta pertolongan apabila dalam kesulitan.

Mereka yang diajak berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari, pada umumnya sangatlah bervariasi dan interaksi sosial yang dilakukan tersebut terjadi dalam konteks yang berbeda, seperti misalnya interaksi dengan anggota keluarga, interaksi dengan teman, atau interaksi dengan kelompok. Berdasarkan pendapat menurut Tim Sosiologi (2002), interaksi sosial dapat berlangsung jika

memenuhi dua yaitu kontak sosial dan adanya komunikasi. Kontak sosial di sini di artikan sebagai hubungan antara satu pihak dengan pihak lain yang merupakan awal terjadinya interaksi sosial, dan masing - masing pihak saling bereaksi antara satu dengan yang lain meski tidak harus bersentuhan secara fisik. Sedangkan komunikasi diartikan berhubungan atau bergaul dengan orang lain. Dari uraian di atas, jelas bahwa interaksi sosial merupakan suatu proses yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan manusia. Begitu juga dengan mahasiswa perantau yang dituntut untuk melakukan interaksi sosial dengan individu lain di sekitar lingkungannya.

Dalam kenyataannya, proses interaksi sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari ini tidak selamanya dapat berjalan dengan lancar, adakalanya terjadi gangguan atau hambatan. Adanya gangguan atau hambatan dalam interaksi sosial yang dilakukan seseorang jelas akan mengurangi arti kebahagiaan dan makna hidup individu yang bersangkutan. Individu dapat merasakan kehampaan dan kesepian. Lebih lanjut Mc. Closky & Schaar mengatakan bahwa : “ kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain merupakan situasi yang tidak menyenangkan ” Mc. Closky & Schaar (Agustina, 1997).

Jika melihat pola kehidupan di kota-kota besar khususnya Jakarta, tidak heran jika banyak orang yang merasa kesepian. Mereka tampak saling acuh satu sama lain, kurang peduli dengan orang lain dan sibuk dengan diri sendiri. Banyaknya orang kesepian tampak dari data yang ada pada lembaga *Hotline Service* bersama dalam Koran Pos Kota edisi minggu, februari 1998 pada halaman 1 dan 12 disana tertulis bahwa selama bulan Agustus – Desember 1988 saja tercatat 1.514 orang yang mengeluh kesepian dan berkonsultasi tentang kesepian ke lembaga tersebut. Ini meliputi usia di bawah 10 tahun hingga di atas 51 tahun. Jumlah yang terbesar dari

golongan 21 sampai 30 tahun sebanyak 810 orang (53 %) (Agustina, 1997).

Bilamana kasus – kasus kesepian tidak ada kaitannya dengan berbagai masalah, tentunya tidak terlalu perlu untuk memberikan perhatian pada masalah ini. Banyak para ahli yang berpendapat bahwa kesepian ada kaitannya dengan berbagai masalah. Peplau & Perlman (1998) berpendapat bahwa, kesepian erat kaitannya dengan depresi dan kecemasan, konsumsi alkohol, serta tingginya rata-rata angka perceraian, kesepian juga dapat mengganggu kesehatan fisik yang mengakibatkan pola makan dan tidur seseorang cenderung menjadi kacau, menderita sakit kepala dan sakit punggung. Jones, Freeman, & Goswick, (1981) mengatakan kesepian berbanding terbalik dengan ukuran harga diri. Sedangkan Hansson, Jones, Carpenter, & Remondet (1986) berpendapat kesepian sangat terkait dengan depresi dan kecemasan pada individu yang bersangkutan. Jones, Rose & Russell (1990) mengatakan orang yang kesepian terkait dengan penyalahgunaan zat, bunuh diri, juga kerentanan terhadap masalah kesehatan (Perlman & Peplau, 1981, hal. 35-37).

Tampaknya kesepian bukanlah sekedar tidak adanya orang lain, karena ternyata seseorang dalam melakukan interaksi sosial juga membutuhkan suatu hubungan yang akrab, tidak hanya sekedar hubungan yang resmi bersifat dangkal dan basa-basi (tidak mendalam), tetapi lebih dari itu yaitu hubungan yang sifatnya mendalam.

Seiring dengan kemajuan teknologi dan perkembangan zaman banyak manusia yang berlomba-lomba untuk mendapatkan yang terbaik. Segala sesuatu terkadang disanggupi untuk mendapatkan hal yang terbaik. Banyak dari mereka yang mengatasinya dengan mengembangkan ilmu pengetahuan yang mereka miliki. Pemahaman bahwa di kota-kota besar, ilmu pengetahuan lebih baik dari pada di pedesaan. Baik dari segi pengajaran

maupun fasilitas yang didapatkan. Hal itu yang menuntut mereka untuk melanjutkan kuliah di universitas yang berada di kota-kota besar khususnya di Jawa, sehingga mau tidak mau mereka yang melanjutkan pendidikan harus meninggalkan kampung halamannya, berpisah dengan orang tua atau keluarga.

Sejak berpuluh tahun fenomena mahasiswa perantau sudah menjadi kenyataan yang lazim dijumpai di Indonesia. Banyak pemuda pemudi yang melanjutkan pendidikannya di luar daerah tempat tinggal dan kelahirannya agar memperoleh fasilitas pendidikan dan kualitas pendidikan yang lebih baik dibandingkan di kampung sendiri. Sebagai contoh, gejala ini dapat dilihat pada perguruan-perguruan tinggi di Bandung yang tidak sedikit mahasiswanya berasal dari luar daerah.

Sebagai pendatang yang berasal dari lingkungan berbeda, mahasiswa perantau dituntut untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan barunya dan berbagai perubahan kondisi yang ada. Contohnya pada mahasiswa Bangka yang berkuliah di Bandung, banyak situasi atau kondisi yang berbeda yang di temui di Bandung, mulai dari cara berbicara, kebudayaan, dll. Perubahan-perubahan tersebut membutuhkan upaya adaptasi yang berbeda-beda, tergantung besar kecilnya perubahan dan kemampuan adaptasi mahasiswa perantau yang bersangkutan.

Adanya berbagai tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi dapat menjadi sumber stres atau *stressor* bagi mahasiswa perantau. Stres lambat laun dapat menimbulkan perasaan kesepian karena berpisah dengan orang tua, saudara, teman, sahabat, juga menimbulkan perasaan terkucil dari teman-teman yang baru karena takut terdapat bedanya strata ekonomi.

Hal itu sesuai dengan hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap 6 orang mahasiswa

perantau asal Bangka yang tinggal di Bandung. Mereka mengaku merasakan kesepian emosional maupun kesepian sosial. Rasa kesepian itu muncul terutama di saat mereka tidak beraktifitas ataupun terlalu banyak aktifitas. Hal ini terlihat pada pernyataan berikut :

“saya sering merasakan kesepian secara emosional, di saat saya tidak memiliki aktifitas, ataupun jika saya terlalu banyak aktifitas, hari-hari yang paling berat saya rasakan ketika hari libur kuliah, seperti jum’at, sabtu, minggu. Di saat saya tidak memiliki aktifitas kesepian itu sering kali datang, biasanya ketika saya merasakan kesepian hal yang saya lakukan yaitu menonton televisi atau menghubungi pacar saya. Tapi saya merasakan kesepian juga bukan datang hanya pada saat saya tidak ada kegiatan, ternyata kesepian juga datang disaat saya kelelahan dalam beraktifitas, kalau di rumah mungkin setelah lelah beraktifitas saya pasti akan dimanjakan oleh ibu saya, tapi sekarang saya jauh dari orang tua, jadi ya apa-apa mesti sendiri”.

“saya sering merasa kesepian di saat saya mendapati diri saya sendiri di kostn, teman-teman yang lain pada pergi ga ada di kostn. Ada yang pergi ama pacarnya, ada yang pergi main keluar, pokoknya kalo orang yang ada di kostn sedikit saya ngerasa kesepian, ga enak tau rasanya kaya yang ga ada peduli gitu ama saya, semuanya pada sibuk ama urusannya masing-masing. Tapi biasanya saya kalo lagi kesepian saya pergi aja keluar, ke kostn temen yang lain kek, atau belanja, shopping-shopping gitu”

Banyak orang-orang yang merasa kesepian menanggulangi rasa kesepian mereka dengan menjalin relasi yang lebih intim terhadap orang-orang disekitarnya, baik terhadap sahabat, ataupun kekasih. Hal tersebut mereka lakukan dengan alasan hal itu dapat menurunkan rasa kesepian

yang mereka rasakan. Ada pula yang memilih cara untuk mencari aktifitas lain seperti main ke luar bersama para sahabat atau teman sekelompok mereka. Ada pula yang memilih cara mengurung diri di kamar kostan dengan alasan untuk menenangkan diri mereka dan membangun kembali perasaan percaya diri mereka bahwa sebenarnya kesepian itu bukan akhir dari segalanya dan masih banyak cara lain yang bisa dilakukan untuk menghilangkan rasa kesepian yang dirasakannya.

Menurut Dayakisni & Hudaniah (2003), kesepian pada umumnya berkorelasi dengan kecemasan sosial dan depresi. Lebih lanjut Tridayakisni dan Hudaniah menjelaskan dibandingkan dengan orang yang tidak mengalami kesepian, orang-orang yang mengalami kesepian lebih memiliki pendapat yang negatif tentang orang lain, kurang memiliki keterampilan sosial dalam interaksi dengan orang lain, kurang responsif secara sosial, dan dalam beberapa kondisi orang yang mengalami kesepian menimbulkan reaksi-reaksi negatif dari orang lain.

Kesepian tidak hanya berpengaruh pada bagaimana seseorang memandang orang lain, tapi juga berpengaruh terhadap bagaimana ia memandang dirinya sendiri atau konsep diri. Tridayakisni & Hudaniah menjelaskan bahwa atribusi kausal berpengaruh terhadap kesepian. Dijelaskan juga bahwa individu yang mengatribusikan kesepian yang dialaminya karena faktor-faktor internal dan stabil (misalnya: "seseorang kesepian karena merasa tidak pantas dicintai"), mungkin membuatnya menjadi jera, tidak terdorong untuk bertemu dengan orang lain, merasa bahwa dirinya tidak berharga, dan tidak menarik.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk menguji secara empirik bagaimana hubungan antara kesepian dan konsep diri. Hal ini penting untuk dilakukan karena kesepian merupakan hal yang jamak terjadi di kalangan perantau, dan konsep diri merupakan faktor yang

dapat menentukan bagaimana seseorang bertindak dan berhubungan dengan orang lain.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas penulis berusaha merumuskan permasalahan tersebut sebagai berikut " Bagaimana Hubungan antara Kesepian dengan Konsep Diri pada Mahasiswa Perantau Asal Bangka yang Tinggal di Bandung"

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut :Apakah terdapat hubungan antara kesepian dengan konsep diri pada mahasiswa perantau asal Bangka yang tinggal di Bandung ?

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengumpulkan dan mendapatkan data empiris mengenai hubungan antara kesepian dengan konsep diri pada mahasiswa perantau asal Bangka yang melanjutkan pendidikan mereka di Bandung selaku mahasiswa perantau.

Penelitian ini juga memiliki tujuan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara kesepian dan konsep diri dan juga untuk memperoleh gambaran tentang sejauhmana kesepian berhubungan dengan konsep diri pada mahasiswa perantau asal Bangka yang tinggal di Bandung.

Secara teoritis penelitian ini berguna sebagai kajian pengembangan ilmu khususnya mengenai bidang kajian Psikologi Sosial. Hasil penelitian ini diharapkan juga dapat melengkapi kepustakaan dalam hal penyampaian tentang kesepian dan konsep diri serta dapat menjadi bahan informasi bagi pihak yang berkepentingan.

Secara praktis penelitian ini diharapkan menambah wawasan pengetahuan dalam bidang Psikologi Sosial mengenai Bagaimana Hubungan Antara Kesepian Dengan Konsep Diri pada Mahasiswa Perantau. Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan bahan masukan dan pemikiran bagi mahasiswa perantau khususnya yang berasal dari Bangka ketika mengatasi rasa kesepian.

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif yaitu suatu metode kuantifikasi atribut-atribut psikologis melalui suatu alat ukur yang dapat diinterpretasikan, dimana interpretasi tersebut akan lebih objektif apabila alat ukur diperoleh lewat prosedur yang sistematis serta memiliki validitas, reliabilitas serta objektivitas yang cukup tinggi (Azwar, 2009, hal. 1-2).

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain penelitian korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara dua variabel yang diteliti dan apabila ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu (Arikunto, 2010, hal. 313). Dengan desain korelasi seorang peneliti dapat mengetahui hubungan variasi dalam sebuah variabel dengan variabel lainnya. Besarnya tingkat hubungan antara dua variabel yang diteliti dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi, mengingat kegunaan dari koefisien korelasi adalah suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto, 2010, hal. 313). Adapun variabel yang diteliti yaitu variabel konsep diri dan variabel kesepian.

Definisi Operasional, Kesepian tersebut diukur berdasarkan indikator perilaku dari dimensi-dimensi kesepian dari Gierveld dan Tillburg (1990) yaitu: kesepian emosional dan sosial. Dimensi-dimensi tersebut akan diungkap melalui skala kesepian: semakin tinggi skor yang diperoleh subyek maka tingkat kesepian subyek semakin tinggi dan semakin rendah skor yang diperoleh subyek maka tingkat kesepian subyek semakin rendah.

Konsep diri meliputi empat aspek utama, yaitu aspek kritik diri, aspek harga diri, aspek integrasi diri dan aspek keyakinan diri. Keempat aspek tersebut menggambarkan bagian-bagian diri yang

digolongkan dalam dua dimensi, yaitu dimensi internal dan dimensi eksternal. Masing-masing dimensi memiliki komponen-komponen spesifik yang merupakan detil dari bagian-bagian diri. Komponen-komponen dimensi internal terdiri dari komponen identitas diri, perilaku dan penilaian diri. Sedangkan dimensi eksternal terdiri dari komponen fisik, moral etis, diri personal, diri keluarga dan diri sosial. Dimensi-dimensi tersebut akan diungkap melalui skala konsep diri: semakin tinggi skor yang diperoleh subyek maka semakin positif konsep diri yang dimiliki semakin rendah skor yang diperoleh subyek maka semakin negatif konsep diri yang dimilikinya.

Sugiono (2011) mengartikan populasi adalah "wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek /subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya" (hal. 80). Adapun subyek yang akan dijadikan populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa perantau yang berasal dari bangka dan pertama kalinya berpisah dengan keluarganya dan memenuhi karakteristik yang telah ditentukan oleh penulis.

Karena keterbatasan waktu, tenaga, dan dana maka dari populasi di atas akan diambil sampel, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiono, 2011, hal. 81).

Apabila dalam sebuah penelitian peneliti menggunakan kuesioner atau wawancara dalam pengumpulan datanya, maka sumber data disebut responden, pengertian responden itu sendiri adalah orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti, baik pertanyaan tertulis maupun lisan (Arikunto, 2010, hal. 172).

Populasi sasaran berdasarkan karakteristik sampel yang telah ditentukan sebelumnya. Dari 280 jumlah populasi yang ada hanya terdapat 60 orang yang memenuhi karakteristik yang telah

ditentukan oleh peneliti. Dimana dari 60 orang tersebut di bagi menjadi dua. Sejumlah 30 orang sebagai subjek dalam try out dan 30 subjek lagi digunakan untuk pengambilan data asli. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel yang memiliki karakteristik sebagai berikut : Mahasiswa Perantau, Usia 18 – 21, Belum menikah, Indekost atau rumah kontrakan, Dilahirkan dan di besarkan di Bangka, Belum pernah merantau sebelumnya

Hipotesis penelitian yang diajukan sebagai berikut:

$H_0 : r_s = 0 \rightarrow$ Tidak terdapat hubungan antara kesepian dengan konsep diri pada mahasiswa perantau asal Bangka.

$H_1 : r_s < 0 \rightarrow$ Terdapat hubungan negatif antara kesepian dengan konsep diri pada mahasiswa perantau asal Bangka.

HASIL PENELITIAN

Korelasi Antara Kesenian dengan Konsep Diri

Dari analisis inferensial yang dilakukan dari kesepian dan konsep diri maka diperoleh koefisien korelasi sebesar $-0,379$ dan $p \text{ Value} = 0,019$

Koefisien korelasi antara kesepian dengan konsep diri adalah $-0,379$, dengan nilai $p = 0,019$. Berdasarkan kriteria quillford koefisien korelais $-0,379$ termasuk ke dalam tingkat koefisien korelasi rendah.

Hal tersebut mengartikan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat korelasi negatif antara kesepian dengan konsep diri pada mahasiswa perantau asal Bangka, dengan tingkat korelasi yang rendah. Dimana jika subjek memiliki tingkat kesepian yang tinggi maka subjek memiliki konsep diri yang negatif, dan sebaliknya.

Untuk memperkaya hasil penelitian peneliti melakukan analisis deskriptif terhadap skor kesepian dan konsep diri yang diperoleh. Hasil analisis deskriptif tersebut adalah :

Kategori Kesenian Subjek Penelitian

Berdasarkan analisis deskriptif terhadap skor yang diperoleh dari skala kesepian , Dari skala kesepian maka diperoleh nilai mean sebesar 27,20, median sebesar 27, range sebesar 14, minimum sebesar 20, maksimum sebesar 34. Artinya, subjek yang skornya di bawah 27 termasuk subjek yang tingkat kesepiannya di bawah rata-rata atau rendah, dan subjek yang skornya sama dengan atau di atas 27 termasuk subjek yang tingkat kesepiannya di atas rata-rata atau tinggi.

Dengan menggunakan kriteria di atas maka diperoleh hasil sebanyak 40% (12 orang) mahasiswa perantau asal Bangka yang memiliki tingkat kesepian di bawah rata-rata atau rendah, dari kriteria diatas juga dapat diperoleh bahwa 60% (18orang) mahasiwa perantau asal Bangka memiliki tingkat kesepian di atas rata-rata atau tinggi. Dari skala konsep diri maka diperoleh nilai mean sebesar 143,30 , median sebesar 143, range sebesar 84, minimum sebesar 102, maksimum sebesar 186. Artinya, subjek yang skornya di bawah 143 termasuk subjek yang memiliki konsep diri negatif, dan subjek yang skornya sama dengan atau di atas 143 termasuk subjek yang memiliki konsep diri positif.

Dengan menggunakan kriteria diatas maka diperoleh hasil sebanyak 53,3% (16 orang) mahasiswa perantau asal Bangka yang memiliki konsep diri positif, dari kriteria diatas juga dapat diperoleh bahwa 46,7% (14orang) mahasiwa perantau asal Bangka memiliki konsep diri yang negatif

PEMBAHASAN

Dari analisis inferensial yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesa nol (H_0) ditolak dan hipotesa satu (H_1) diterima. Hal tersebut mengartikan bahwa adanya koefisien korelasi negatif antara kesepian dengan konsep diri pada mahasiswa perantau asal Bangka. Dengan tingkat koefisien korelasi

sebesar $-0,379$ (lihat tabel 4.1) dan $\rho = 0,019$, jika dibandingkan dengan tingkat koefisien korelasi Guilford maka antara kesepian dengan konsep diri menempati tingkat koefisien korelasi rendah.

Alasan mengapa kedua variabel diatas memiliki koefisien korelasi rendah mungkin karena mahasiswa perantau asal Bangka mengalami *Transitional Loneliness* yang menurut Young kesepian tersebut terjadi ketika individu yang sebelumnya sudah merasa puas dengan kehidupan sosialnya menjadi kesepian setelah mengalami gangguan dalam hubungan sosialnya (kematian orang yang dicintai, perceraian, pindah kelokasi baru). Mahasiswa perantau mengalami kesepian karena pindah ke lokasi baru dimana mereka harus berkuliah, pada awalnya mungkin mereka mengalami kesepian sesaat tapi setelah individu yang bersangkutan bisa menyesuaikan diri dan memperoleh keintiman dengan lingkungan sekitar, maka hal tersebut tidak begitu dirasakan lagi, sehingga tidak begitu mempengaruhi konsep diri yang individu tersebut miliki.

Banyak hal yang menyebabkan kesepian terjadi pada mahasiswa perantau asal Bangka, diantaranya :

Perubahan sosial yang terjadi, dimana adanya pemisahan fisik, Peplau & Perlman mengatakan kesepian dapat terjadi ketika individu masuk ke dalam komunitas baru, pergi jauh dari rumah untuk kuliah ataupun kerja (Peplau & Perlman, 1981, hal. 38).

Bisa juga karena perubahan status yang terjadi, mahasiswa asal Bangka harus meninggalkan kampung halamannya di saat mereka berpindah status dari seorang pelajar menjadi seorang mahasiswa.

Adanya perubahan perkembangan yang terjadi juga bisa menyebabkan kesepian. Masa dewasa awal adalah masa dimana perkembangan karier dan intimasi menjadi sangat penting (Santrock, 2003, hal. 31). Mahasiswa perantau asal Bangka

bisa saja mengalami kesepian ketika adanya gangguan pada perkembangan karier dan intimasi yang bersangkutan.

Kurangnya kualitas maupun kuantitas dari hubungan sosial yang dimiliki seseorang maka akan menyebabkan kesepian. Orang yang kesepian memiliki kontak yang dangkal dan singkat, dan menunjukkan kurangnya kontak sosial yang dimiliki (Peplau & Perlman, 1981, hal. 40-41). Menurut Sermat (1980) kesepian juga dipupuk oleh komunikasi yang buruk (Peplau & Perlman, 1982, hal. 41).

Faktor pribadi yang telah mendarah daging pada individu yang bersangkutan juga bisa menyebabkan kesepian, misalnya rasa malu, Pilkonis (1977) mengatakan bahwa orang yang pemalu memiliki kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial dan juga untuk gagal berpartisipasi dalam situasi sosial yang tepat (Peplau & Perlman, 1981, hal. 42).

Rendahnya harga diri yang dimiliki individu yang bersangkutan juga dapat menyebabkan kesepian. Orang yang memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi yang beresiko secara sosial (misalnya berbicara didepan umum dan berada dikerumunan orang yang tidak dikenal). Keadaan ini akan memotivasi individu untuk mengurangi kontak sosialnya, membuat ia semakin sulit untuk membangun suatu hubungan sosial dan individu akan merasa kesepian.

Orang yang kesepian cenderung memiliki *social skills* yang buruk, hubungan sosial sangat dibutuhkan untuk memusnahkan rasa kesepian. Jones beranggapan bahwa orang yang kesepian akan fokus pada diri sendiri dan non responsif, hal tersebut memiliki efek merugikan bagi pembentukan dan pemeliharaan hubungan (Perlman & Peplau, 1981, hal. 43).

Individu juga akan merasakan kesepian setiap diberikan situasi yang berbeda baik ras, etnis, kebangsaan,

agama, dan usia. Penyebab mahasiswa perantau asal Bangka merasa kesepian dikarenakan situasi yang mereka hadapi sekarang terdapat berbagai perbedaan mulai dari perbedaan budaya, ras, usia, dll.

Dari hasil analisis deskriptif yang dilakukan diperoleh data bahwa kesepian lebih banyak dialami oleh mahasiswa perantau asal Bangka yang berjenis kelamin perempuan. Dari penelitian yang telah dilakukan di 18 negara, wanita lebih sering mengaku merasa kesepian dibanding laki-laki (Perlman & Peplau, 1989, hal. 575). Salah satu kemungkinan hal tersebut terjadi adalah lebih diterima secara sosial bagi perempuan bahwa mereka kesepian dibandingkan oleh pria.

Dari hasil analisis deskriptif yang dilakukan menggambarkan tidak menjamin individu yang bersangkutan tidak akan merasakan kesepian ketika memiliki saudara di Bandung. Banyak hal yang bisa menjadi alasan untuk kasus diatas. Bisa saja mahasiswa perantau memiliki sanak saudara di Bandung tetapi mereka tidak memiliki kualitas hubungan yang baik atau kuantitas hubungan yang baik. Sehingga walaupun mereka memiliki sanak saudara di Bandung tetapi mereka tetap merasakan kesepian. Seperti yang di katakan Perlman & Peplau (1981) dimana kurangnya kualitas ataupun kuantitas hubungan yang dimiliki seseorang merupakan salah satu faktor munculnya kesepian. Sedangkan menurut Sermat (1980) kesepian dipupuk oleh komunikasi yang buruk, kualitas ataupun kuantitas yang rendah berkorelasi dengan komunikasi yang buruk (Perlman & Peplau, 1981).

Dari hasil analisis deskriptif menyatakan bahwa ada 53,3% (16orang) yang memiliki konsep diri positif dan sisanya sebanyak 46,7 % (14 orang) memiliki konsep diri negatif.

Jika dilihat dari pengertian konsep diri positif menurut Calhoun dan Acocella (1990) yang mengatakan dasar dari konsep diri positif bukannya suatu kebanggaan melainkan penerimaan diri yang baik.

Individu yang memiliki konsep diri positif tahu betul tentang dirinya. Bisa menerima kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya, dan bisa menerima kritikan ataupun kehadiran orang lain. Individu yang memiliki konsep diri positif juga merancang tujuan yang kemungkinan besar bisa dicapai atau realistis, dan siap menghadapi kehidupannya. Menikmati hidup dan merasakan hidup adalah suatu hal yang menyenangkan. Bisa menerima keadaan baru dengan cepat dan baik, seperti bisa berinteraksi dengan orang disekitar dengan baik dan hangat.

Dari pengertian diatas bisa disimpulkan bahwa mahasiswa perantau asal Bangka yang memiliki konsep diri positif merupakan individu yang memiliki rasa penerimaan diri yang baik. Bisa menerima keadaan dirinya baik kekurangannya maupun kelebihanannya dan bisa menerima informasi dari lingkungan sekitar tentang dirinya, hal tersebut tidak dirasakan menjadi ancaman baginya melainkan sebagai jembatan menuju diri yang lebih baik lagi.

SIMPULAN

Berdasarkan pada hasil analisa data baik secara inferensial maupun secara deskriptif, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil korelasi *Rank Spearman* diperoleh hasil penelitian bahwa adanya hubungan negative yang *significant* antara kesepian dengan konsep diri dengan koefisien korelasi rendah sebesar -0,379. Hal ini berarti mahasiswa perantau yang mengalami kesepian maka konsep dirinya rendah, dan sebaliknya.
2. Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang diperoleh dari skala kesepian diperoleh dari 30 sampel terdapat 60 % (18 orang) yang memiliki kesepian diatas rata-rata/tinggi.
3. Berdasarkan analisis deskriptif terhadap skor yang diperoleh dari skala konsep diri dari 30 sampel terdapat 53,3% (16

orang) mahasiswa perantau asal Bangka memiliki konsep diri positif dan 46,7% (14 orang) memiliki konsep diri negative.

SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan kesimpulan yang telah dikemukakan, maka peneliti mengemukakan beberapa saran. Saran-saran peneliti diharapkan dapat berguna bagi perkembangan kelanjutan studi ilmiah dan berguna bagi pihak lain. Adapun saran-saran tersebut adalah :

1. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melaksanakan penelitian tentang kesepian sebaiknya meneliti variable lain yang berkorelasi dengan kesepian, mengingat berdasarkan hasil penelitian ini variable kesepian hanya memiliki tingkat koefisien korelasi yang rendah sebesar -0,379.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih banyak lagi mengumpulkan informasi dan literature tentang kesepian dan konsep diri.
3. Bagi mahasiswa perantau diharapkan lebih bisa menjalin hubungan dengan orang-orang baru dan lebih mudah untuk beradaptasi dengan lingkungan baru yang ada guna meminimalisir timbulnya rasa kesepian.
4. Bagi mahasiswa perantau juga diharapkan dapat dengan senang hati menerima diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang ada pada diri sendiri, karena hal itu merupakan salah satu cara menghindari timbulnya konsep diri negatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, E. (1997). *Studi Mengenai Hubungan Antara Tingkat Kesepian dan Konsep Diri Pada Mahasiswa Perantau*. Skripsi (tidak diterbitkan). Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Pajajaran Bandung.
- Anwar Mohammad. (2008). *Hubungan antara Konsep Diri dengan Tingkat*

Kenakalan Remaja pada Siswa Kelas 3 SMP Tambaksari Kabupaten Ciamis. Skripsi (tidak diterbitkan). Bandung: fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Arikunto, Suhasimi. (2010). *Prosedur Penelitian dan Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.

Azwar. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Burns B R. (1979). *The Self Concept*. (Eddy, Penerjemah). Jakarta: Arcan.

Dayakisni tri, M.Si dan Hudaniah, S.Psi. (2003). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.

Demir, A., & Tarhan N,. (2001). *Loneliness and Social Dissatisfaction in Turkish Adolescent*. *Jurnal Of Psychology*, no. 135 (1), 113-123.

Ditomaso. E., & Spinner. B,. (1997). *Social and Emotional Loneliness: A Reexamination Of Weiss Thyphology Of Loneliness*. *Jurnal Psychology*. No. 3, 417-427.

Fitts H William, Ph.D. (1971). *The Self Concept and Self Actualization*. Los Angeles: Westren Psychological Service.

Giverld Jong. D. J., & Tilburg. V. T., (2006). *A-6 Item Scale for Overall, Emotional, and Social Loneliness*. *Research on Aging*, no. 5, 582-598.

Hurlock B. Elizabeth. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Dra. Istiwidyawanti, dan Drs. Soedjarwo, M.Sc., Penerjemah). Jakarta: Erlangga.

<http://jurnal-sdm.blogspot.com/2009/05/interaksi-sosial-definisi-bentuk-ciri.html>

Kartini Imas. (2008). *Hubungan antara Konsep Diri dengan Kemandirian Santri Mukim Kelas VIII dan IX Madrasah Tsanawiyah Yayasan Pendidikan Islam AL-Wasillah Cilawu Garut*. Skripsi (tidak diterbitkan). Bandung: Fakultas

- Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Koentjaraningrat. (2004). *Manusia dan Kebudayaan di Indonesia*. Jakarta: Djambatan.
- Marika Kristiani. (2007). *Tingkat Kesepian Pada Siswa SMA Negeri 3 Semarang Ditinjau Dari Efektivitas Komunikasi Orangtua Dan Remaja*. Skripsi (tidak diterbitkan). Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.
- Perlman. D, & Peplau. A. L., (1981). *Personal Relationship Disorder*. London : Academic Press.
- Perlman. D. & peplau. A. L., (!998). *Loneliness*. London : Academic Press.
- Rokach, A., & Brock, H. (1998). *Coping With Loneliness*. *Jurnal Of Psychology*, no. 132 (1), 107-127.
- Santrock W John. (2003). *Adolenscene*. (Dra. Shinto B. Adelar, M.Sc, dan Sherly Saragih, S. Psi., Penerjemah). Jakarta: Erlangga.
- Sears, Freedman, Peplau. (1985). *Social Psichology*. (Michael Adryanto dan Savitri Soekrisno, S.H., Penerjemah). Edisi V. Jakarta:Erlangga.
- Siegel Sidney. (1990). *Statistik Nonparametrik*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Sobur Alex, M.Si. (2003). *Psikologi Umum*. Bandung:Pustaka Setia.
- Sugiono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta.