

Hubungan antara *Family Functioning* dengan Kesepian pada Mahasiswa Perantau

Shinta Maria Magdalena
shintamaria94@gmail.com
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya

Jaka Santosa Sudagijono
jaka_s@ukwms.ac.id
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya

Happy Cahaya Mulya
happycahaya@ukwms.ac.id
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Corresponding Author: Jaka Santosa Sudagijono

Abstrak—Mahasiswa strata satu pada umumnya memiliki rentang usia 18-21 tahun. Ketika merantau untuk keperluan melanjutkan pendidikan tinggi, banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan penyesuaian diri karena adanya perbedaan seperti misalnya perbedaan budaya di tempat asal SMA dengan budaya di kota tempat kuliah, sifat pendidikan dari SMA ke perkuliahan, dan perbedaan pola komunikasi serta norma sosial yang ada. Apabila mahasiswa tidak dapat beradaptasi dengan semua perubahan tersebut maka mahasiswa yang merantau akan cenderung mengalami perasaan terasing dan kesepian. Kesepian adalah perasaan ketika hubungan sosial yang diinginkan tidak tercapai, termasuk muncul perasaan kurang nyaman, gelisah, tertekan, dan kesusahan. Saat mengalami kesepian inilah, mahasiswa yang merantau jauh dari keluarga sangat membutuhkan dukungan keluarga. Jika mahasiswa memiliki fungsi keluarga yang baik maka mahasiswa tidak akan merasa sendiri dan tidak terlalu merasa kesepian. Penelitian ini bertujuan untuk melihat ada tidaknya hubungan antara kesepian dengan *family functioning* pada mahasiswa yang merantau. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* dan didapatkan 146 mahasiswa. Kesepian diukur menggunakan skala dari Russell yaitu *UCLA Loneliness Version 3* dan skala *family functioning* yang dibuat oleh peneliti sendiri. Data dianalisis menggunakan statistik non parametrik yaitu *Kendall's Tau-B* karena ada uji asumsi yang tidak terpenuhi. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kesepian dengan *family functioning* pada mahasiswa yang merantau dengan nilai $r = -0,355$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *family functioning*, maka semakin rendah kesepian yang dirasakan individu dan begitu pula sebaliknya. Didapatkan juga bahwa variabel *family functioning* memberikan sumbangan efektif sebesar 12,6% terhadap variabel kesepian. Saran dari hasil penelitian ini adalah agar keluarga tetap memberikan dukungan dan perhatian pada mahasiswa yang merantau untuk menjalani studinya.

Kata kunci: kesepian; *family functioning*; mahasiswa; merantau

Abstract—Undergraduate students generally have an age range of 18-21 years. When wandering, students generally have difficulty adjusting because there are differences starting from culture, the nature of education from high school to college, social relations, and so on. If students cannot adapt, they who migrate will experience loneliness. Loneliness is a feeling when the desired social relationship is not achieved, including feelings of discomfort, anxiety, depression, and distress. When experiencing this loneliness, students who migrate far from their families really need family support. If students have good family functioning, they will not feel alone or feel less alone. This study aims to see whether there is a relationship between loneliness and family functioning among undergraduate students who migrate. This

study used accidental sampling technique in data collection and obtained 146 undergraduate students. Loneliness was measured using a scale by Russell, namely UCLA Loneliness Version 3 and a family functioning scale made by the researchers. Data were analyzed using non parametric statistics Kendall's Tau-B because there was an assumption test that was not met. The results showed that there was a relationship between loneliness and family functioning in undergraduate students who wandering with $r = -0.355$ ($p < 0.05$). This shows that the higher the family functioning, the lower the loneliness felt by individuals and vice versa. It was also found that the family functioning variable made an effective contribution of 12.6% to the loneliness variable. Suggestions from the results of this study are for families to continue to provide support and attention to students who migrate to undergo their studies.

Keywords: *loneliness; family functioning; undergraduate students; wandering*

Pendahuluan

Kesepian adalah perasaan yang bisa dirasakan oleh individu. Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan oleh peneliti mengenai kesepian didapatkan bahwa hasil survei *The Welsh Government* (2020) terhadap 12.000 lebih orang dewasa yang dipilih secara acak di seluruh Wales, ditemukan bahwa individu yang paling sering merasa kesepian berada pada rentang usia 16-24 tahun. Dari hasil survei oleh *Canada's National Statistical Agency* (2021) pada sukarelawan yang berusia 15 tahun ke atas di 10 provinsi Kanada juga ditemukan bahwa individu yang paling merasa kesepian berada pada rentang usia 15-24 tahun (23%). Survei ketiga yaitu *Government Statistical Service* (2021) pada sukarelawan yang berusia 16 tahun ke atas di Inggris juga menunjukkan hasil yang kurang lebih sama bahwa individu dengan rentang usia 16-24 tahun (11%) selalu atau sering merasa kesepian.

Dari ketiga survei di atas ditemukan bahwa golongan yang paling sering merasa kesepian adalah golongan usia 15-24

tahun. Yang mana usia 15-24 tahun dapat dikatakan termasuk dalam usia *emerging adulthood* (Arnett, 2017). Menurut Arnett (2017), *emerging adulthood* memiliki rentang usia berkisar dari 18 - 25 tahun.

Individu pada usia remaja dan dewasa memiliki tuntutan yang relevan dengan *ecological system theory* yang berfokus pada konteks sosial di mana individu tinggal dan orang-orang yang mempengaruhi perkembangan individu tersebut. (Santrock, 2012). Hal ini akan sejalan dengan perkembangan individu dari masa remaja akhir ke masa dewasa awal (*emerging adulthood*) yang perlu menyiapkan diri untuk menjalani perubahan tingkat pendidikan dari sekolah menengah atas menuju ke perguruan tinggi.

Remaja akhir sebagai bagian dari *emerging adulthood* yang berusia 18-21 tahun biasanya adalah remaja yang sudah memasuki dunia perkuliahan (Jensen & Arnett, 2012). Remaja yang memasuki dunia perkuliahan sudah mulai memiliki kemandirian sehingga banyak

yang mengambil sekolah di luar kota. Hal ini didukung oleh salah satu ciri remaja yang sudah mencapai kemandirian secara kognitif maupun emosional dari orang tua atau figur lain yang mempunyai kontrol terhadap dirinya (Kay dalam Jahja, 2011).

Hal di atas menjadi sebuah pembuktian bahwa remaja dapat menjadi orang dewasa yang memiliki kualitas yang baik, mandiri, dan dapat bertanggung jawab ketika membuat suatu keputusan (Santrock, 2010). Pada remaja akhir, setelah lulus dari pendidikan sekolah menengah atas, banyak remaja yang kemudian melanjutkan pendidikan tinggi sampai ke luar pulau atau merantau ke tempat pendidikan tinggi tersebut berada. Menurut Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan (2015 dalam Halim & Dariyo, 2016) individu yang merantau adalah seseorang yang belajar di luar daerah asalnya dan seseorang tersebut harus tinggal jauh dari rumahnya dalam kurun waktu tertentu untuk menyelesaikan studinya.

Untuk remaja akhir yang tidak memiliki saudara di daerah rantau, kos merupakan pilihan yang banyak dipilih dibandingkan mengontrak sebuah rumah. Lebih lanjut dalam penelitian ini juga ditemukan salah satu alasan lain remaja lebih memilih untuk tinggal sendiri (kos, kontrak, apartemen, dan sebagainya) karena akan lebih bebas dan tidak akan

merasa segan, merepotkan kerabat keluarga yang mungkin sudah ada di tempat itu sebelumnya. Alasan lain untuk tidak tinggal bersama saudara adalah untuk menjauhkan diri dari pengawasan yang ketat dibandingkan dengan teman yang lain.

Pada remaja akhir yang merantau pada tahun pertama biasanya mengalami berbagai macam kesulitan ketika menyesuaikan diri di perguruan tinggi. Misalnya, seperti merasakan perbedaan dunia pendidikan ketika di sekolah menengah atas dengan perguruan tinggi yaitu perbedaan kurikulum, hubungan antar mahasiswa dengan dosen, perbedaan peraturan di perguruan tinggi seperti cara berpakaian, cara menghubungi dosen, dan lain sebagainya. Kemudian remaja juga merasakan perbedaan hubungan sosial antara teman lama dengan teman baru, permasalahan ekonomi hingga merasa salah pemilihan jurusan (Gunarsa & Gunarsa, 2012). Apabila remaja yang merantau tidak dapat beradaptasi maka dapat menyebabkan perasaan keterasingan yang kemudian berujung pada perasaan kesepian. Hal ini juga terungkap seperti pada wawancara *preliminary* yang dilakukan oleh peneliti kepada dua orang subjek. Keduanya sempat memiliki perasaan kesepian karena pertama kali harus tinggal di luar daerah yang jauh dari keluarga dan sama sekali tidak memiliki

teman. Akibatnya mereka juga harus berusaha menyelesaikan semua permasalahan di tempat yang baru tersebut sendirian.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lou dkk. (2012) diketahui bahwa mahasiswa yang sedang menjalani studi di tingkat pertama mendefinisikan kesepian yang dirasakan sebagai kehampaan, kejemuan, serta keterasingan. Mereka lebih sering merasa kesepian ketika merasa ditolak, tersingkir serta tidak sanggup mempunyai kedudukan dalam lingkungannya. Kesepian sendiri diartikan sebagai kurangnya hubungan sosial yang ingin dicapai, termasuk perasaan tidak nyaman, gelisah, tertekan, kesusahan, dan persepsi kekurangan dalam hubungan sosial seseorang (Russell dalam Lou dkk., 2012).

Ketika remaja mengalami kesepian maka remaja akan merasakan dampak negatif terhadap kesehatan psikologisnya (Corsano, 2006 dalam Garvin, 2017). Hal ini tidak terkecuali dialami oleh mahasiswa yang merantau. Ada berbagai macam dampak negatif yang dirasakan atau yang dialami oleh mahasiswa. Mulai dari dampak yang ringan hingga ke dampak yang paling buruk seperti meningkatnya perilaku adiksi penggunaan *smarthphone*, penggunaan zat-zat terlarang, kenakalan remaja, depresi, dan keinginan untuk melukai diri sendiri serta bunuh diri. Hal

ini menjadi semakin parah saat pandemi berlangsung beberapa waktu yang lalu. Sebagai mahasiswa yang merantau pasti mengalami kesepian karena rindu dengan keluarganya. Sebelum merantau keluarga adalah lingkungan terdekat di mana individu dapat berinteraksi, mendapatkan kepedulian serta kasih sayang dari orang tua. Anggota keluarga saling menjalankan perannya masing-masing, yaitu seperti: orang tua yang memberikan kasih sayang kepada anak, komunikasi antar anggota keluarga, dan aktivitas-aktivitas yang dilakukan dalam keluarga, yang semuanya ini dapat disebut sebagai *family functioning*.

Menurut Epstein-Lubow dkk. (2009) *family functioning* merujuk pada bagaimana seluruh anggota keluarga bisa sama-sama berkomunikasi, melakukan berbagai aktivitas atau pekerjaan bersama, dan saling tolong-menolong di mana hal itu semua mempunyai pengaruh bagi kesehatan fisik dan mental anggota keluarga. Sejalan dengan hal itu, Penick dan Jepsen (1992) juga mendefinisikan *family functioning* sebagai penilaian akan fungsi atau kegunaan keluarga dalam mencapai tujuan bersama para anggotanya. Menurut Moos dan Moos (2002) *family functioning* adalah kualitas atau mutu ketika anggota keluarga berinteraksi serta bisa pula dikonsepsikan sebagai kohesivitas dalam keluarga. Moos dan Moos secara

spesifik menjelaskan jika *family functioning* bisa diamati dari jumlah komunikasinya, konflik atau permasalahan yang terjadi dalam keluarga, anggota keluarga bisa menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi pada keluarganya, antar anggota keluarga saling memberikan dukungan, perhatian, kasih sayang, dapat menunjukkan dan mengekspresikan apa yang dirasakannya dan apa yang diinginkannya, antar anggota keluarga mau menyediakan waktunya untuk *quality time*, kebebasan setiap anggota keluarga, keagamaan, moral, orientasi prestasi, dan penyelesaian atau penanganan masalah yang dilakukan oleh tiap anggota keluarga untuk keluarganya.

Pada remaja akhir yang berstatus mahasiswa, ketika antar anggota keluarga saling berkomunikasi (meski tidak secara langsung atau melalui media sosial) mahasiswa akan merasa mendapat dukungan, perhatian, pertolongan sehingga merasa dicintai oleh keluarganya (Lou dkk., 2012). Hal ini akan membuat mahasiswa tidak akan merasa sendirian, walaupun jauh dari keluarganya dan menunjukkan bahwa *family functioning* dari keluarga yang dimilikinya berjalan dengan baik. Ini sejalan dengan pendapat Hurlock (2017) yang mengatakan bahwa dukungan dari keluarga dapat berwujud perhatian dan penerimaan sehingga rasa percaya diri pada remaja akan meningkat

dan remaja akan merasa bahagia. Kebahagiaan tersebut yang akan memotivasi remaja untuk mencapai tujuan akademiknya, untuk mendapat prestasi yang baik, walaupun berada jauh dari keluarganya. Sebaliknya remaja akan dapat merasakan kesepian karena terjadinya komunikasi yang tidak efektif dalam keluarga dan ketidakmampuan membahas permasalahan yang terjadi dalam keluarga (Gürsoy & Biçakçi, 2006). Brennan (1982) juga menegaskan bahwa munculnya kesepian pada remaja disebabkan oleh hubungan yang buruk antara orang tua dan anak. Ketika harapan remaja untuk berinteraksi dengan keluarganya tidak sesuai atau tidak tercapai, remaja akan merasa ditolak, dan gagal dalam membuat peran sosial, sehingga hal tersebut dapat mengakibatkan kesepian (Stickley dkk., 2016). Hal ini merupakan wujud dari faktor yang memicu timbulnya kesepian karena kualitas hubungan dengan orang lain tidak terwujud. Pada penelitian-penelitian terdahulu mengenai *family functioning*, penelitian banyak dilakukan pada remaja secara umum, sementara pada penelitian ini subjek penelitian adalah mahasiswa strata satu. Mahasiswa yang merantau pada tahun pertama perkuliahan akan rentan mengalami kesepian jika proses adaptasi yang harus dijalani gagal untuk dilalui karena kurang berjalannya

fungsi keluarga dalam memberikan dukungan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara *family functioning* dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau.

Metode Penelitian

Partisipan. Subjek pada penelitian ini berjumlah 146 mahasiswa (16 laki laki dan 130 perempuan) dengan rentang usia 18-21 tahun, baru merantau setahun pertama (≤ 12 bulan), dan sedang tinggal sendiri (kos, apartemen, asrama, dan sebagainya). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*. *Accidental sampling* adalah suatu teknik untuk menentukan sampel yang dijumpai secara kebetulan (Sugiyono, 2013).

Alat Ukur Penelitian. Penelitian ini menggunakan skala UCLA *Loneliness Scale Version 3* dari Russell (1996) untuk mengukur tingkat kesepian yang dirasakan mahasiswa yang merantau. Proses penerjemahan dilakukan oleh peneliti sendiri yang kemudian diperiksa oleh dua orang *expert judges* yang merupakan dosen di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (UKWMS). Setelah diperiksa, skala yang sudah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia diterjemahkan kembali ke Bahasa Inggris

tanpa melihat Bahasa Inggris dari skala yang asli, setelah itu diperiksa kembali oleh dua orang *expert judges* dengan membandingkan antara skala Bahasa Inggris dari peneliti dengan skala Bahasa Inggris yang asli serta skala translasi berbahasa Indonesia. Setelah melakukan perbaikan-perbaikan yang disarankan dan mendapat persetujuan dari kedua *expert judges* baru skala terjemahan Bahasa Indonesia tersebut bisa disebar. Proses penyebaran skala dilakukan melalui *Google Formulir*. Pada skala ini terdiri dari 20 *item*, di mana 11 aitem merupakan *item favorable* dan 9 aitem merupakan *item unfavorable*. Skala UCLA *Loneliness Scale Version 3* yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk skala *Likert* yang mempunyai empat pilihan jawaban untuk setiap aitem yang akan diberikan oleh mahasiswa. Empat pilihan itu terdiri atas Selalu (S), Kadang kadang (K), Jarang (J), serta Tidak Pernah (TP). Skor untuk *item favourable* adalah: jawaban Selalu akan mendapat skor 4, jawaban Kadang-kadang akan mendapat skor 3, jawaban Jarang akan mendapat skor 2 dan jawaban Sangat Tidak Pernah akan mendapat skor 1. Sementara skor untuk *item unfavourable* adalah sebaliknya. Russell (1996) juga menguji reliabilitas dan validitas pada skala ini dan didapatkan nilai koefisien *alpha* sebesar 0,92 dan memiliki nilai *corrected item total correlation* yang

berkisar antara 0,32–0,69. Peneliti juga melakukan uji validitas dan reliabilitas alat ukur ini. Hasil uji validitas terhadap skala UCLA *Loneliness Scale Version 3* diperoleh nilai *corrected item total correlation* pada aitem alat ukur berkisar dari 0,236 hingga 0,706. *Item* dengan nilai *corrected item total correlation* yang berada di bawah 0,3 adalah *item* No. 8. *Item* ini tetap diikutsertakan dalam proses pengolahan data karena merupakan bagian dari skala hasil translasi. Sementara pada uji reliabilitas skala menghasilkan nilai koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,907.

Untuk variabel *family functioning* skala yang digunakan adalah skala yang dibuat oleh peneliti sendiri berdasarkan tujuh dimensi menurut Epstein dkk. (1983). *Item-item* yang dibuat terdiri atas pernyataan yang positif (*favorable*) dan pernyataan yang negatif (*unfavorable*). Aitem dalam skala ini berjumlah 28 *item* yang terdiri dari 14 *item favorable* dan 14 *item unfavorable*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Likert* yang mempunyai empat pilihan jawaban untuk setiap aitem yang akan diberikan oleh responden. Empat pilihan itu terdiri atas Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), serta Sangat Tidak Setuju (STS). Skor untuk *item favourable* adalah: pilihan jawaban Sangat Setuju (SS) akan mendapat skor 4, jawaban Setuju (S) akan

mendapat skor 3, jawaban Tidak Setuju (TS) akan mendapat skor 2 dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) akan mendapat skor 1. Sedangkan skor untuk aitem *unfavorable* adalah sebaliknya. Validitas skala ini menggunakan validitas isi dengan pengujian butir *item*, di mana koefisien korelasi antara *item* dengan skor totalnya tidak boleh kurang dari 0,3. Untuk uji Reliabilitas menggunakan metode *internal consistency* yang dihitung dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Reliabilitas pada skala *family functioning* dalam penelitian ini menghasilkan nilai koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,932. Uji Validitas pada skala ini diperoleh nilai *corrected item total correlation* pada *item* alat ukur berkisar dari 0,301 hingga 0,815 dan mewakili semua aspek yang ada dalam skala *family functioning*.

Teknik Analisis Data. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis non parametrik yaitu *Kendall's Tau-B*, dikarenakan di salah satu uji asumsi yaitu uji normalitas tidak terpenuhi, sedangkan uji linieritas terpenuhi.

Hasil Penelitian

Hasil uji asumsi normalitas variabel kesepian menunjukkan nilai sebesar 0,063 dengan $p = 0,200$ ($p > 0,05$), sehingga dari hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel kesepian berdistribusi normal. Pada

variabel *family functioning* menunjukkan nilai sebesar 0,110 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga dari hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel *family functioning* tidak terdistribusi secara normal. Hasil uji linieritas menunjukkan nilai F sebesar 35,365 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan variabel kesepian dengan variabel *family functioning* bersifat linier.

Pada uji hubungan *Kendall's Tau-B* didapatkan nilai koefisien korelasi atau r sebesar $-0,355$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *family functioning* dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau.

Pola hubungannya bersifat negatif, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi *family functioning*, maka semakin rendah kesepian yang dirasakan mahasiswa dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah *family functioning*, maka semakin tinggi kesepian yang dirasakan mahasiswa. Berdasarkan besarnya koefisien korelasi didapatkan bahwa kekuatan hubungan antar variabel adalah sedang. Sementara sumbangan efektif dapat dilihat melalui (r^2) sehingga didapatkan bahwa variabel *family functioning* menyumbang sebesar 12,6% terhadap variabel kesepian.

Selain itu, berdasarkan hasil deskriptif tiap variabel didapatkan hasil:

Tabel 1. Kategorisasi Variabel Kesepian

Kategorisasi	Batasan Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	$84 < X$	0	0%
Tinggi	$68 < X \leq 84$	3	2,05%
Sedang	$52 < X \leq 68$	63	43,15%
Rendah	$36 < X \leq 52$	68	46,58%
Sangat Rendah	$X \leq 36$	12	8,22%
Total		146	100%

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kesepian mahasiswa paling

banyak berada pada kategori rendah sebanyak 68 orang (46,58%).

Tabel 2. Kategorisasi Variabel *Family Functioning*

Kategorisasi	Batasan	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	$105 > X$	0	0
Tinggi	$85 < X \leq 105$	15	10,3%
Sedang	$65 < X \leq 85$	86	58,9%
Rendah	$45 < X \leq 65$	40	27,4%
Sangat Rendah	$X \leq 45$	5	3,4%
Total		146	100%

Sementara dari tabel deskripsi variabel *family functioning* di atas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa paling banyak berada pada kategori sedang sebanyak 86 orang (58,9 %)

Pada tabulasi silang antara variabel *family functioning* dan variabel kesepian

didapatkan partisipan terbanyak memiliki tingkat *family functioning* tergolong sedang dengan tingkat kesepian yang tergolong rendah sebanyak 50 orang (74 %).

Tabel 3. Tabulasi Silang antara Variabel Kesepian dengan *Family Functioning*

Kategori <i>Family Functioning</i>	Kategori Kesepian											
	Sangat Tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat Rendah		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Sangat Tinggi	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Tinggi	0	0	0	0	2	3	9	13	4	33	15	10
Sedang	0	0	0	0	31	49	50	74	5	42	86	60
Rendah	0	0	2	67	27	43	9	13	2	17	40	27
Sangat Rendah	0	0	1	33	3	5	0	0	1	8	5	3
Total	0	0	3	100	63	100	68	100	12	100	146	100

Diskusi

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *family functioning* dan kesepian pada mahasiswa yang merantau. Mahasiswa yang merantau pada tahun pertama perkuliahan akan rentan mengalami kesepian jika proses adaptasi yang harus dijalani gagal untuk dilalui karena kurang berjalannya fungsi keluarga dalam memberikan dukungan.

Menurut Fabiani dan Hetty (2020) peran keluarga berpengaruh terhadap kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa. Ketika keluarga memberikan dukungan kepada mahasiswa, hal tersebut sama saja dengan orang tua memelihara kondisi psikis anak mereka. Mahasiswa yang awalnya merasa tertekan menjadi lebih baik melalui sikap yang diberikan oleh

keluarga seperti perhatian dan kasih sayang. Kesejahteraan mahasiswa yang meningkat juga akan meningkatkan harga diri dan pikiran positif tentang dirinya.

Ketika berada jauh di perantauan, adanya dukungan, perhatian, dan kasih sayang orang tua akan membuat mahasiswa tidak kesepian karena merasa orang tuanya berada bersama mereka. Namun, itu semua tidak akan terwujud ketika orang tua sendiri tidak memperhatikan hal tersebut. Sarafino (2006) mengemukakan bahwa dukungan keluarga yang dapat diberikan berupa perhatian, dukungan, penghargaan, dan bantuan akan memunculkan perasaan nyaman dan bahagia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lou dkk. (2012) pada

mahasiswa pengguna *facebook*, keluarga dapat berkomunikasi jarak jauh dengan anaknya melalui *chat*, *call*, bahkan dengan kemajuan teknologi saat ini sudah ada fitur *video call* sehingga sangat membantu dalam berkomunikasi. Orang tua juga dapat sesekali mengunjungi anaknya sehingga membuat mahasiswa tidak begitu merasa kesepian.

Karakteristik keluarga, komunikasi, kasih sayang, kemampuan mengekspresikan emosi, dukungan sosial, waktu yang diluangkan bersama-sama, *problem solving*, iklim keluarga, moralitas atau religiositas, kepedulian antar anggota keluarga merupakan bagian dalam *family functioning*. Variabel *family functioning* dalam penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 12,6% terhadap variabel kesepian di mana sisa sumbangan efektif sebesar 87,4% berasal dari faktor-faktor lainnya.

Berdasarkan hasil deskriptif variabel kesepian, juga didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kesepian dalam kategori yang rendah. Sementara itu, sejalan dengan hal tersebut, hasil deskriptif variabel *family functioning* yang menggambarkan bahwa mahasiswa merasa memiliki *family functioning* ada dalam kategori sedang. Hal ini semakin memperkuat bahwa memang ada keterkaitan antara persepsi mahasiswa terhadap dukungan yang diberikan

keluarga dalam *family functioning* dengan rendahnya kesepian yang mereka rasakan. Hasil penelitian ini agak berbeda dengan fenomena awal yang ditemukan peneliti saat wawancara *preliminary*. Saat wawancara awal subjek yang berusia *emerging adult* merasa kesepian, namun ternyata dari hasil penelitian ini secara umum ditemukan bahwa kesepian yang dirasakan oleh sebagian besar subjek penelitian tergolong rendah. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa kemungkinan, yaitu: pertama, mengingat batasan usia partisipan adalah 18-21 tahun sehingga kemungkinan ada partisipan yang sebelumnya sudah pernah memiliki pengalaman tinggal sendiri sebelumnya. Partisipan yang sudah memiliki pengalaman merantau akan memahami bagaimana fase-fase yang akan dirasakan ketika tinggal sendiri dan bagaimana cara mengatasinya atau bahkan sudah terbiasa. Kedua, penyebaran kuesioner penelitian ini dilakukan secara *online*, dengan menyebarkan ke berbagai media sosial seperti *Twitter*, *Instagram*, dan *WhatsApp* sehingga partisipan yang mengisi adalah partisipan yang menggunakan media sosial sehingga memungkinkan para mahasiswa mencari jalan keluar untuk mengatasi kesepiannya dengan bermain media sosial. Hal ini sejalan dengan hasil orientasi kaneah yang dilakukan peneliti kemudian, ternyata diketahui bahwa para mahasiswa

yang menjalani studi mereka di tahun pertama, mereka secara aktif masih banyak berkomunikasi dengan orang tua atau keluarga di daerah asal saat mereka merasa kesepian di tahun-tahun pertama tersebut. Orang tua atau keluarga mereka pun masih sering menghubungi para mahasiswa saat awal mereka meninggalkan daerah mereka masing-masing. Hal ini menyebabkan para mahasiswa dapat menceritakan permasalahan-permasalahan yang mereka hadapi di perantauan sehingga mereka juga tidak mengalami kesepian pada akhirnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Moos & Moos (2002) yang secara spesifik menjelaskan jika *family functioning* bisa diamati dari jumlah komunikasinya. Dalam hal ini proses komunikasi para mahasiswa dengan keluarga di daerah asal banyak dilakukan melalui *handphone* maupun media sosial yang ada. Ariani, Supradewi & Syafitri (2020) juga menyatakan hal yang sama bahwa penggunaan internet melalui aplikasi media sosial seperti *YouTube, Instagram, Twitter, Telegram, WhatsApp, Facebook, TikTok* akan mempermudah mahasiswa untuk berhubungan dengan keluarga dan teman temannya sehingga memperkecil kemungkinan untuk merasa kesepian. Dengan kata lain, adanya kemajuan ilmu dan teknologi dalam bidang komunikasi ternyata sangat membantu proses komunikasi (*family functioning*) yang

dilakukan oleh para mahasiswa dengan orang tua dan keluarganya sehingga mencegah terjadinya kesepian pada para mahasiswa.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu sebagai berikut: (1) dalam penggalan data dilakukan melalui kuesioner yang disebarakan secara *online*, sehingga ketika subjek mengalami kendala atau kebingungan mengenai isi pernyataan, Subjek jarang untuk bertanya kepada peneliti, sehingga akan berdampak pada hasil penelitian ini; (2) penggunaan alat ukur *family functioning* yang dibuat sendiri oleh peneliti. Meski skala ini telah melewati proses uji validitas dan reliabilitas namun belum dapat dikatakan sebagai alat ukur yang telah terstandar, dan (3) dalam penelitian ini peneliti tidak menetapkan kriteria populasi atau batasan bahwa subjek penelitian belum pernah memiliki pengalaman tinggal sendiri sehingga ada kemungkinan bahwa subjek dalam penelitian ini ada yang sudah memiliki pengalaman tinggal sendiri dan berpengaruh pada hasil penelitian ini.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *family functioning* dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau. Hal ini menjelaskan bahwa semakin baik *family*

functioning yang dimiliki, maka semakin rendah kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa yang merantau. Begitu pula sebaliknya, semakin buruk *family functioning* yang dimiliki, maka semakin tinggi kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa yang merantau. Variabel *family functioning* memberikan sumbangan efektif sebesar 12,6% terhadap variabel kesepian. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian berada pada *family functioning* kategori sedang dengan variabel kesepian pada tingkat rendah sebanyak 50 responden dengan persentase sebesar 74%.

Saran. Pertama, bagi mahasiswa disarankan untuk dapat secara terbuka mengekspresikan diri dan bersikap terbuka kepada keluarganya agar *family functioning* yang terbentuk bisa berkembang lebih baik. Kedua, bagi keluarga disarankan agar keluarga sendiri dapat memberikan dukungan, perhatian, dan kasih sayang kepada anaknya. Peneliti juga menyarankan agar sesekali mengunjungi sang anak agar *family functioning* dapat lebih meningkat. Ketiga, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi terjadinya kesepian pada *emerging adult* selain *family functioning* yaitu tipe kepribadian, penerimaan teman sebaya, serta kemampuan dalam memanfaatkan komunikasi secara *online*.

Daftar Pustaka

- Anggraini, E.N. (2014). *Hubungan Antara Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Yang Merantau Di Kota Malang*. Skripsi. Malang: Universitas Brawijaya, Program Studi Psikologi.
- Ariani, M. D., Supradewi, R., & Syafitri, D. U. (2020). Peran kesepian dan pengungkapan diri online terhadap kecanduan internet pada remaja akhir. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 14(1), 12-21.
- Arnett, Jeffrey Jensen (2017). *Adolescence and Emerging adulthood: A Cultural Approach* (6th Edition). London: Pearson.
- Brennan, T. (1982). Loneliness at adolescence. In L.A. Peplau & D. Perlman (eds). *Loneliness : A sourcebook of current theory, research, and therapy* (pp. 269-290). New York : wiley-Interscience.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., & Bishop, D. S. (1983). The McMaster family assessment device. *Journal of marital and family therapy*, 9(2), 171-180.
- Epstein-Lubow, G. P., Beevers, C. G., Bishop, D. S., & Miller, I. W. (2009). Family functioning is associated with depressive symptoms in caregivers of acute stroke survivors. *Archives of Physical*

- Medicine and Rehabilitation, 90(6), 947–955.
- Fabiani, R. R. M., & Hetty K. (2020). Pentingnya peran orang tua dalam membangun kepercayaan diri seorang anak dari usia dini. *Jurnal Prosiding Penelitian & Pengabdian Masyarakat*, 7(1), 40-47.
- Garvin, G. (2017). Hubungan Kecerdasan Sosial dengan Kesepian pada Remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 93-99.
- GOV.UK. (2021). *Wellbeing and Loneliness - Community Life Survey 2020/21*. Diakses dari <https://www.gov.uk/government/statistics/community-life-survey-202021-wellbeing-and-loneliness/wellbeing-and-loneliness-community-life-survey-202021>. Diakses pada 1 Maret 2022.
- GOV.WALES. (2020). *Loneliness (National Survey for Wales): April 2019 to March 2020*. Diakses dari <https://gov.wales/loneliness-national-survey-wales-april-2019-march-2020.html>. Diakses pada 1 Maret 2022.
- Gunarsa, Yulia Singgih D & Singgih D Gunarsa. (2012). *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta : Penerbit Libri.
- Gürsoy, F., & Biçakçı, M.Y.,(2006). A study on the loneliness level of adolescents. *Journal of qafqaz university number 18*, 140-146. Ankara-Turkiye.
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan psychological well-being dengan loneliness pada mahasiswa yang merantau. *Journal Psikogenesis*, 4(2), 170-181.
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi ke 5*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. (2011). Psikologi perkembangan. Jakarta: Kencana.
- Jensen, L. A., & Arnett, J. J. (2012). Going global: New pathways for adolescents and emerging adults in a changing world. *Journal of Social Issues*, 68(3), 473-492.
- Lou, L. L., Yan, Z., Nickerson, A., & McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and Facebook use among first-year college students. *Journal of Educational Computing Research*, 46(1), 105-117.
- Moos, R.H. & Moos, B.S. (2002). Family environment scale manual. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Penick, N. I., & Jepsen, D. A. (1992). Family functioning and adolescent career development. *The career development quarterly*, 40(3), 208-222.

- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of personality assessment*, 66(1), 20-40.
- Santrock, J. W. (2010). *Life-span Development* (Thirteenth). The McGraw-Hill Companies, Inc.
- Santrock, J. W. (2012). *A topical approach to life-span development*. New York: McGraw-Hill.
- Stickley, A., Koyanagi, A., Kuposov, R., Blatný, M., Hrdlička, M., Schwab-Stone, M., & Ruchkin, V. (2016). Loneliness and its association with psychological and somatic health problems among Czech, Russian and US adolescents. *BMC psychiatry*, 16(1), 1-11.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Fifth Edition. USA: John Wiley & Sons.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- The Daily. (2021). *Canadian Social Survey: Loneliness in Canada*. Diakses dari <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/211124/dq211124e-eng.htm>. Diakses pada 1 Maret 2022.