

**HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA
PERANTAU UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

S K R I P S I



Oleh

**Ahmad Santoso
NIM. 19410026**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2026**

**HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA
PERANTAU UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

S K R I P S I

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

**Ahmad Santoso
NIM. 19410026**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2026**

**HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA
PERANTAU UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh
Ahmad Santoso
NIM. 19410026

Telah disetujui pada tanggal, ^{26 Mei}..... 2026

Dosen Pembimbing
Dosen Pembimbing 1

Tandatangan Persetujuan

Fuji Astutik, M. Psi., Psikolog
NIP. 199004072019032013



Dosen Pembimbing 2

Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M.Si
NIP. 199109082019032008



Malang, ^{19 Juni}..... 2026

Mengesahkan
Ketua Program Studi

Dr. Hina Hidayati, M.A.
NIP. 198610092015032002

**HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA
PERANTAU UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh

Ahmad Santoso
NIM. 19410026

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan
Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang Skripsi
Pada tanggal, 20 Juli 2026

Susunan Dewan Penguji
Penguji Utama

Dr. Mohammad Mahpur, M. Si
NIP. 1975051420000320003
Ketua Penguji

Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M. Si
NIP. 199109082019032008
Sekretaris Penguji

Fuji Astutik, M. Psi., Psikolog
NIP. 199004072019032013

Tandatangan Persetujuan









Disahkan Oleh

Dekan

Prof. Dr. Hj. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 196710291994032001

NOTA DINAS

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalaamu'alaikum wr. Wb,

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA
PERANTAU UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Yang ditulis oleh:

Nama : Ahmad Santoso
NIM : 19410026
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu 'alaikum wr. Wb.

Malang, 19 Juni 2026
Dosen Pembimbing 1,



Fuji Astutik, M. Psi., Psikolog
NIP. 199004072019032013

NOTA DINAS

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalaamu'alaikum wr. Wb,

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA
PERANTAU UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Yang ditulis oleh:

Nama : Ahmad Santoso
NIM : 19410026
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr. Wb.

Malang, 19 Juni 2026
Dosen Pembimbing 2,



Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M. Si
NIP. 199109082019032008

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ahmad Santoso

NIM : 19410026

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **"Hubungan Kesepian dengan Kecemasan pada Mahasiswa Perantau Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang"**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 18 Juni 2026
Penulis,



Ahmad Santoso
NIM. 19410026

TO

Selesaikan apa yang sudah engkau mulai, jangan memulai yang tak bisa engkau selesaikan

(Ust Felix Siauw)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'aalamiin.

Puji syukur kehadiran Allah SWT. yang telah memberikan kesempatan dan keteguhan serta begitu banyak nikmat sehingga pengerjaan skripsi ini selesai sampai akhir.

Skripsi ini peneliti persembahkan kepada orang-orang yang sangat berkontribusi, yaitu :

Kepada kedua orang tua, Bapak Supomo dan Ibu Siti Aminah yang terus menerus memberikan dukungan dan do'a tanpa henti dalam proses pengerjaan skripsi ini.

Kepada dosen pembimbing, Ibu Fuji Astutik dan Ibu Elok Fa'iz Fatma El Fahmi yang senantiasa sabar menghadapi dan mencari saya untuk terus menyelesaikan skripsi saya, terima kasih.

Terakhir, kepada diri saya yang berpikir bahwa kesempatan itu datang jika saya menginginkannya bukan dari pemberian orang lain.

Terima kasih.

KATA PENGANTAR

Puji syukur *Alhamdulillah* senantiasa penulis ucapkan ke hadirat Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis ucapkan ke hadirat Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafaatnya kelak di hari akhir.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang setinggi-tingginya kepada :

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si, CAHRM, CRMP selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Prof. Dr. Siti Mahmudah, M. Si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Fina Hidayati, M. A selaku ketua prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Drs. Zainul Arifin, M. Ag selaku wali dosen peneliti pribadi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
5. Fuji Astutik, M. Psi., Psikolog dan Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M. Si selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, nasihat, motivasi, dan berbagai pengalaman yang berharga kepada penulis
6. Dr. Mohammad Mahpur, M.Si selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak koreksi, masukan dan bimbingan yang objektif yang diberikan dalam menyempurnakan penelitian ini.
7. Ayah dan Ibu yang selalu memberikan doa, semangat, serta motivasi kepada penulis sampai saat ini.
8. Seluruh teman-teman di angkatan 2019, yang berjuang bersama-sama untuk meraih mimpi, terima kasih atas kenangan-kenangan indah yang dirajut bersama dalam menggapai impian.
9. Seluruh responden penelitian skripsi yang telah meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian dengan sukarela.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Malang, Juni 2026



Ahmad Santoso

Daftar Isi

Cover	i
Halaman Judul.....	ii
Halaman Persetujuan	Error! Bookmark not defined.
Halaman Pengesahan	Error! Bookmark not defined.
Nota Dinas I.....	Error! Bookmark not defined.
Nota Dinas II.....	Error! Bookmark not defined.
Surat Pernyataan	vii
Motto	viii
Halaman Persembahan	ix
Kata Pengantar	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel	Error! Bookmark not defined.
Daftar Gambar	Error! Bookmark not defined.
Daftar Lampiran	xvi
Abstrak	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kesepian (<i>Loneliness</i>)	8
1. Definisi Kesepian	8
2. Faktor Kesepian	10
3. Aspek Kesepian	11
B. Kecemasan (<i>Anxiety</i>)	13
1. Definisi Kecemasan	13
2. Faktor Kecemasan	15
3. Aspek Kecemasan	17
C. Kajian Keislaman	18

1.	Konsep Keislaman Kesepian (<i>Loneliness</i>)	18
2.	Konsep Keislaman Kecemasan (<i>Anxiety</i>)	19
D.	Hubungan Antara Kesepian Dan Kecemasan	21
E.	Kerangka Berpikir	22
F.	Hipotesis Penelitian	23
BAB III METODE PENELITIAN		24
A.	Jenis Penelitian	24
B.	Identifikasi Variabel Penelitian	25
C.	Definisi Operasional	25
1.	Kesepian (<i>Loneliness</i>)	26
2.	Kecemasan (<i>Anxiety</i>)	26
D.	Populasi, Sampel Dan Teknik <i>Sampling</i>	27
1.	Populasi	27
2.	Sampel	27
3.	Teknik <i>Sampling</i>	28
E.	Metode Pengumpulan Data	28
1.	<i>UCLA Loneliness Scale</i> (Version 3)	29
2.	<i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS)	30
F.	Uji Validitas Dan Reliabilitas	32
1.	Uji Validitas	33
2.	Uji Reliabilitas	34
G.	Teknik Analisis Data	35
1.	Uji Asumsi Klasik	35
2.	Uji Hipotesis	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		38
A.	Pelaksanaan Penelitian	38
1.	Gambaran Lokasi Penelitian	38
2.	Waktu Dan Tempat Penelitian	39
3.	Subjek Penelitian	39
B.	Hasil Penelitian	40
1.	Uji Validitas	40
2.	Uji Reliabilitas	43
3.	Hasil Uji Statistik Deskriptif	44
4.	Uji Normalitas	46

5. Uji Linearitas	46
6. Hasil Uji Hipotesis	48
C. Pembahasan	52
BAB V PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
1. Bagi Subjek Penelitian	60
2. Bagi Penelitian Selanjutnya	61
Daftar Pustaka	63
Lampiran	68

Daftar Tabel

Tabel 1. <i>Blue print</i> skala kesepian	30
Tabel 2. <i>Blue Print</i> skala kecemasan	31
Tabel 3. Demografi Responden	39
Tabel 4. Hasil Uji Validitas skala kecemasan	41
Tabel 5. Hasil Uji Validitas skala Kesepian	42
Tabel 6. Hasil uji reliabilitas skala kecemasan	43
Tabel 7. Hasil uji reliabilitas skala kesepian	44
Tabel 8. Hasil skala kesepian	44
Tabel 9. Hasil skala kecemasan	45
Tabel 10. Hasil uji Normalitas	46
Tabel 11. Hasil uji linearitas	47
Tabel 12. Hasil <i>R square</i> kecemasan (Y)	49
Tabel 13. Hasil uji Regresi sederhana pertama	49

Daftar Gambar

Gambar 1. Kerangka berpikir antar variabel	23
---	-----------

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Instrumen dan Skala	68
Lampiran 2. Tabulasi Responden Skala Kesepian	73
Lampiran 3. Tabulasi Responden Skala Kecemasan	75
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas	71
Lampiran 5. Hasil Uji Reliabilitas	73
Lampiran 6. Hasil Uji Normalitas	75
Lampiran 7. Hasil Uji Linearitas	76
Lampiran 8. Hasil Uji Regresi	78
Lampiran 9. <i>Informed Consent</i> Google Form.....	78
Lampiran 10. Hasil Regresi aspek kesepian dan kecemasan.....	78

Santoso, Ahmad., 2026. Hubungan Kesepian Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Perantau Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Dosen Pembimbing: Fuji Astutik, M. Psi., Psikolog

Kata Kunci : Kesepian, Kecemasan, Perantau, Mahasiswa

ABSTRAK

Salah satu ciri khas budaya perguruan tinggi di Indonesia adalah banyaknya mahasiswa yang merantau dari berbagai daerah untuk menempuh pendidikan di kota-kota besar. Perpindahan dari kampung halaman ke lingkungan baru menuntut mahasiswa membangun jejaring sosial dari awal dan beradaptasi dengan pola hidup berbeda, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap kesepian dan kecemasan karena jauh dari keluarga. Kondisi ini menjadikan mahasiswa perantau kelompok penting untuk dikaji dari aspek kesehatan mental.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan kuesioner untuk mengetahui hubungan antara tingkat kesepian dengan kecemasan pada mahasiswa perantau. Variabel kesepian diukur menggunakan instrumen *UCLA Loneliness Scale* (Version 3) dan kecemasan diukur dengan instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Instrumen dialihbentuk ke *Google Form* dan disebarkan melalui grup mahasiswa, kepanitiaan, dan organisasi mahasiswa di UIN Malang. Menggunakan teknik *purposive sampling*, peneliti memperoleh total 50 responden mahasiswa perantau dari berbagai fakultas.

Mayoritas sampel berjenis kelamin laki-laki dengan umur 21 tahun dan sedang menempuh semester 6. Hasil analisis menunjukkan sebagian besar partisipan berada pada kesepian kategori rendah dan kecemasan kategori sedang. Uji regresi sederhana menunjukkan pengaruh signifikan ($\text{Sig. } 0.003 < 0.05$) dengan kontribusi tingkat kesepian terhadap kecemasan sebesar 17.4%. Hasil koefisien regresi bernilai positif (0.627) menunjukkan dimana peningkatan tingkat kesepian juga meningkatkan tingkat kecemasan. Saat arah hubungan dibalik, koefisien regresi bernilai positif menunjukkan dimana hubungan antara variabel bersifat dua arah. Temuan ini menunjukkan hubungan positif, signifikan, dan dua arah antara variabel yang signifikan antara kesepian dengan kecemasan.

Santoso, Ahmad., 2026. The Relationship Between Loneliness and Anxiety Among Migrant Students at State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: Fuji Astutik, M. Psi., Psikolog

Keywords: *Loneliness, Anxiety, Migrant, Student*

ABSTRACT

One of the distinctive characteristics of higher education culture in Indonesia is the large number of students who migrate from various regions to pursue their education in major cities. Moving from one's hometown to a new environment requires students to build social networks from scratch and adapt to a different lifestyle, thereby increasing their vulnerability to loneliness and anxiety due to being far from family. This condition makes migrant students an important group to study from a mental health perspective.

This study used a quantitative approach with a questionnaire to determine the relationship between the level of loneliness and anxiety among migrant students. The loneliness variable was measured using the UCLA Loneliness Scale (Version 3) instrument, and anxiety was measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) instrument. The instruments were converted into a Google Form and distributed through student groups, committees, and student organizations at UIN Malang. Using a purposive sampling technique, the researcher obtained a total of 50 migrant student respondents from various faculties.

The majority of the sample were male, aged 21 years, and currently in their sixth semester. The results of the analysis showed that most participants fell into the low loneliness category and the moderate anxiety category. A simple regression test showed a significant effect (Sig. 0.003 < 0.05), with the level of loneliness contributing 17.4% to anxiety. The positive regression coefficient (0.627) indicates that an increase in the level of loneliness also increases the level of anxiety. When the direction of the relationship was reversed, the positive regression coefficient indicates that the relationship between the variables is bidirectional. These findings indicate a positive, significant, and bidirectional relationship between the variables of loneliness and anxiety.

سانتوسو، أحمد. 2026. العلاقة بين الشعور بالوحدة والقلق لدى الطلبة المغتربين في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية بمالانغ. رسالة بكالوريوس. كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية بمالانغ.
المشرفة: فوجي أستوتيك، ماجستير علم النفس، أخصائية نفسية

المشرف: د. فتح الله لبابين نقول، ماجستير العلوم

الكلمات المفتاحية: الوحدة، القلق، الاغتراب، الطلبة، العلاقات الاجتماعية

الملخص

من السمات المميزة لثقافة التعليم العالي في إندونيسيا كثرة الطلاب الذين يهاجرون من مناطق مختلفة لمتابعة تعليمهم في المدن الكبرى. ويتطلب الانتقال من مسقط الرأس إلى بيئة جديدة من الطلاب بناء شبكات اجتماعية من الصفر والتكيف مع نمط حياة مختلف، مما يزيد من قابليتهم للشعور بالوحدة والقلق بسبب البعد عن الأسرة. وتجعل هذه الحالة الطلاب المهاجرين فئة مهمة للدراسة من الناحية النفسية.

استخدمت هذه الدراسة منهجاً كمياً باستخدام استبيان لمعرفة العلاقة بين مستوى الشعور بالوحدة والقلق لدى الطلاب المهاجرين. وقيس متغير الشعور بالوحدة باستخدام أداة مقياس الوحدة لجامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس (النسخة الثالثة)، بينما قيس القلق باستخدام أداة مقياس هاملتون لتقييم القلق. وحولت الأدوات إلى نموذج Google ونشرت عبر مجموعات الطلاب واللجان والمنظمات الطلابية في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانغ. وباستخدام أسلوب العينة القصدية، حصل الباحث على ما مجموعه 50 مستجيباً من الطلاب المهاجرين من كليات مختلفة.

كانت غالبية أفراد العينة من الذكور بعمر 21 عاماً وفي الفصل الدراسي السادس. وأظهرت نتائج التحليل أن معظم المشاركين كانوا في فئة الشعور بالوحدة المنخفضة وفئة القلق المتوسطة. وأظهر اختبار الانحدار البسيط تأثيراً معنوياً (الدالة $0.003 > 0.05$)، حيث ساهم مستوى الشعور بالوحدة بنسبة 17.4% في تفسير القلق. وتشير قيمة معامل الانحدار الموجبة (0.627) إلى أن ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة يؤدي أيضاً إلى ارتفاع مستوى القلق. وعند عكس اتجاه العلاقة، أظهرت قيمة معامل الانحدار الموجبة أن العلاقة بين المتغيرين ثنائية الاتجاه. وتشير هذه النتائج إلى وجود علاقة إيجابية ومعنوية وثنائية الاتجاه بين متغيري الشعور بالوحدة والقلق.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal yang ditandai dengan berbagai perubahan dan tuntutan dalam aspek akademik, sosial, maupun emosional (Hulukati & Djibrin, 2018). Pada masa ini, mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan, membangun hubungan sosial yang baik, serta menyelesaikan berbagai tugas dan tanggung jawab akademik. Masa dewasa awal merupakan periode yang penuh dengan tuntutan perkembangan sehingga individu rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis apabila tidak mampu beradaptasi secara optimal (Giyati & Whibowo, 2023).

Salah satu kelompok mahasiswa yang rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis adalah mahasiswa perantau. Mahasiswa perantau merupakan mahasiswa yang menempuh pendidikan di daerah yang berbeda dari daerah asalnya sehingga harus hidup jauh dari keluarga dan lingkungan yang selama ini menjadi sumber dukungan sosial utama (Hariyanto & Setiawan, 2017). Kondisi tersebut menuntut mahasiswa untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, budaya yang berbeda, serta pola kehidupan yang lebih mandiri dibandingkan sebelumnya (Aryand dkk., 2020).

Kota Malang merupakan salah satu pusat pendidikan tinggi di Indonesia yang menjadi tujuan mahasiswa dari berbagai daerah untuk melanjutkan studi, termasuk di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang memiliki mahasiswa dengan latar belakang daerah yang beragam. Keberagaman budaya, bahasa, dan kebiasaan yang dimiliki

mahasiswa perantau menuntut mereka untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang baru (Wahyutama & Maulani, 2022). Proses adaptasi tersebut tidak

selalu berjalan dengan mudah karena mahasiswa perantau tidak hanya dihadapkan pada tuntutan akademik, tetapi juga harus membangun relasi sosial baru serta beradaptasi dengan lingkungan yang belum familiar. Kesulitan dalam menjalani proses penyesuaian diri tersebut dapat menimbulkan berbagai permasalahan psikologis, seperti *homesick*, perasaan terasing, kurangnya dukungan emosional, hingga munculnya perasaan kesepian.

Kesepian (*loneliness*) merupakan pengalaman psikologis yang umum dialami oleh individu yang merasa hubungan sosial yang dimilikinya tidak sesuai dengan hubungan sosial yang diharapkan. Menurut Russell (1996), *loneliness* adalah kondisi subjektif yang muncul ketika individu merasakan adanya kesenjangan antara kualitas maupun kuantitas hubungan sosial yang diinginkan dengan yang dimiliki. Kesepian tidak selalu berkaitan dengan keadaan seseorang yang hidup sendiri, tetapi lebih berkaitan dengan persepsi individu terhadap hubungan sosial yang dimilikinya (Russell, 1996b).

Pada mahasiswa perantau, perasaan kesepian dapat muncul akibat berkurangnya interaksi dengan keluarga, teman dekat, dan lingkungan sosial yang telah dikenal sebelumnya. Meskipun berada di tengah lingkungan kampus yang ramai, tidak semua mahasiswa mampu menjalin hubungan sosial yang dekat dan bermakna dengan orang lain. Akibatnya, mahasiswa dapat merasa terisolasi secara emosional dan mengalami kesulitan dalam memperoleh dukungan sosial ketika menghadapi berbagai permasalahan (Stern, 1986)

Selain kesepian, permasalahan psikologis yang juga sering dialami mahasiswa perantau adalah kecemasan (*anxiety*). Menurut Hamilton (1959) kecemasan merupakan keadaan yang ditandai oleh perasaan khawatir, takut, tegang, dan tidak nyaman yang disertai dengan berbagai gejala psikologis maupun fisiologis.

Kecemasan dapat muncul ketika individu menghadapi situasi yang dianggap mengancam atau menimbulkan ketidakpastian dalam kehidupannya (Hamilton, 1959).

Mahasiswa perantau memiliki berbagai faktor yang dapat memicu munculnya kecemasan, seperti tuntutan akademik, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, keterbatasan dukungan sosial, serta kekhawatiran terhadap keberhasilan studi di masa depan. Apabila tidak dikelola dengan baik, kecemasan dapat berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar, gangguan tidur, kesulitan menjalin hubungan sosial, hingga penurunan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan (Nevid dkk., 2018). Oleh karena itu, kecemasan menjadi salah satu masalah yang penting untuk mendapatkan perhatian dalam kehidupan mahasiswa perantau.

Secara teoritis, kesepian dan kecemasan memiliki keterkaitan yang erat. Individu yang mengalami kesepian cenderung merasa kurang memperoleh dukungan sosial, merasa tidak diterima oleh lingkungan, serta memiliki persepsi negatif terhadap hubungan interpersonal yang dimilikinya. Kondisi tersebut dapat memunculkan perasaan tidak aman, kekhawatiran yang berlebihan, dan ketegangan emosional yang menjadi karakteristik utama dari kecemasan (Perlman & Peplau, 1981a). Dengan demikian, semakin tinggi tingkat kesepian yang dialami individu, maka semakin besar kemungkinan munculnya kecemasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Rinaldi (2021) menunjukkan bahwa kesepian memiliki hubungan positif dengan kecemasan pada mahasiswa. Penelitian lain oleh Gaite dkk. (2022) menemukan bahwa mahasiswa yang mengalami tingkat kesepian yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Selain itu, penelitian oleh Humaira (2024) juga menunjukkan bahwa kesepian berhubungan secara signifikan dengan kondisi psikologis negatif, termasuk kecemasan pada mahasiswa. Namun, penelitian-penelitian tersebut masih berfokus pada mahasiswa

secara umum dan belum secara spesifik meneliti mahasiswa perantau. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui hubungan kesepian (*loneliness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian mengenai hubungan kesepian (*loneliness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kondisi psikologis mahasiswa perantau, khususnya terkait perasaan kesepian dan kecemasan yang dialami selama menjalani perkuliahan jauh dari keluarga. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak kampus dalam memberikan dukungan psikologis serta menciptakan lingkungan sosial yang lebih suportif bagi mahasiswa perantau. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kesepian (*Loneliness*) dengan Kecemasan (*Anxiety*) pada Mahasiswa Perantau di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Tingkat Kesepian (*Loneliness*) pada Mahasiswa Perantau UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) pada Mahasiswa Perantau UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Bagaimana Hubungan antara Kesepian dan Kecemasan Mahasiswa Perantau UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk Mengetahui tingkat Kesepian (*Loneliness*) pada Mahasiswa Perantau UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Untuk Mengetahui tingkat Kecemasan (*Anxiety*) pada Mahasiswa Perantau UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Untuk Menganalisis Hubungan antara Kesepian dengan Kecemasan Mahasiswa Perantau UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya pada bidang psikologi klinis dan psikologi pendidikan terkait hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmiah mengenai kondisi kesehatan mental mahasiswa perantau, terutama lingkungan perguruan tinggi Islam seperti UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti variabel kesepian (*loneliness*), kecemasan (*anxiety*) maupun kesehatan mental mahasiswa dengan karakteristik subjek yang serupa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pihak Kampus

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak kampus, khususnya UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, dalam menyediakan

layanan program, maupun dukungan psikologis yang lebih sesuai bagi mahasiswa perantau guna meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dan sumber informasi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian mengenai Kesepian (*Loneliness*), Kecemasan (*Anxiety*), maupun kesehatan mental pada mahasiswa dengan variabel atau subjek yang berbeda.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kesepian (*Loneliness*)

1. Definisi Kesepian

Kesepian (*loneliness*) merupakan keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang muncul ketika individu merasa hubungan sosial yang dimilikinya tidak sesuai dengan harapan atau kebutuhan. Kesepian bersifat subjektif karena dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap kualitas dan kepuasan hubungan sosial yang dimiliki, bukan semata-mata oleh jumlah teman atau frekuensi interaksi sosial. Seseorang dapat merasa kesepian meskipun berada di lingkungan yang ramai apabila tidak memperoleh kedekatan emosional yang diharapkan. Pada mahasiswa perantau, kesepian dapat muncul akibat proses penyesuaian diri di lingkungan baru, jauh dari keluarga, serta berkurangnya dukungan sosial yang biasanya diperoleh di daerah asal.

Penelitian Perlman dan Peplau (1981) kesepian adalah pengalaman tidak menyenangkan yang muncul akibat adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki individu. Ketidaksesuaian tersebut dapat berupa kurangnya jumlah hubungan sosial maupun rendahnya kualitas hubungan yang dimiliki. Semakin besar kesenjangan antara hubungan sosial yang diharapkan dan yang diperoleh, semakin besar pula kemungkinan individu mengalami kesepian.

Di satu sisi, Russell (1996) mendefinisikan kesepian sebagai pengalaman subjektif yang muncul ketika individu merasakan adanya kesenjangan antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang dimiliki. Russell

menekankan bahwa kesepian berkaitan dengan persepsi individu terhadap kualitas hubungan sosialnya, bukan semata-mata pada kondisi objektif seperti jumlah teman atau frekuensi interaksi sosial.

Pada penelitian Weiss (1974), kesepian merupakan kondisi yang muncul akibat tidak terpenuhinya kebutuhan hubungan sosial tertentu dalam kehidupan individu. Weiss membedakan kesepian menjadi dua bentuk, yaitu *emotional loneliness* dan *social loneliness*. *Emotional loneliness* terjadi karena tidak adanya hubungan yang dekat dan intim dengan orang lain, sedangkan *social loneliness* muncul karena kurangnya keterlibatan individu dalam jaringan sosial atau kelompok sosial yang memberikan rasa memiliki.

Peneliti de Jong-Gierveld (1987) menjelaskan bahwa kesepian merupakan pengalaman negatif yang dirasakan individu akibat kurangnya hubungan sosial yang memadai, baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Kesepian muncul ketika individu merasa hubungan sosial yang dimiliki tidak sesuai dengan harapan atau kebutuhan yang diinginkan. Oleh karena itu, kesepian dapat terjadi meskipun individu memiliki banyak hubungan sosial apabila hubungan tersebut tidak memberikan kepuasan emosional.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah dikemukakan oleh para ahli, dapat disimpulkan bahwa kesepian (*loneliness*) adalah pengalaman psikologis yang bersifat subjektif dan tidak menyenangkan yang muncul akibat adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang dimiliki individu. Kesepian ditandai oleh perasaan terasing, kurangnya kedekatan emosional, serta ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang dimiliki.

2. Faktor Kesepian

Kesepian tidak muncul begitu saja, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan karakteristik individu, pengalaman hidup, serta kondisi lingkungan sosial yang dimiliki seseorang. Menurut (Perlman & Peplau, 1981), kesepian merupakan hasil dari ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki individu. Dalam teori tersebut, terdapat tiga kelompok faktor yang berperan dalam muncul dan bertahannya kesepian, yaitu faktor predisposisi, faktor pencetus, dan faktor pemelihara.

a. Faktor Predisposisi (*Predisposing Factors*)

Faktor predisposisi merupakan karakteristik atau kondisi yang telah ada dalam diri individu dan dapat meningkatkan kerentanan seseorang untuk mengalami kesepian. Faktor ini berkaitan dengan aspek kepribadian maupun kemampuan individu dalam menjalin hubungan sosial. Individu yang memiliki harga diri rendah, sifat pemalu, kurang percaya diri, serta keterampilan sosial yang kurang memadai cenderung mengalami kesulitan dalam membangun dan mempertahankan hubungan interpersonal yang memuaskan. Akibatnya, individu lebih rentan merasakan kesepian karena kebutuhan sosial dan emosionalnya tidak terpenuhi secara optimal.

b. Faktor Pencetus (*Precipitating Event*)

Faktor pencetus merupakan berbagai peristiwa atau perubahan dalam kehidupan yang dapat mengurangi kualitas maupun kuantitas hubungan sosial yang dimiliki individu. Peristiwa seperti berpindah tempat tinggal, merantau untuk menempuh pendidikan, kehilangan orang yang dicintai,

putus hubungan dengan pasangan, maupun perubahan lingkungan sosial dapat menyebabkan individu kehilangan sumber dukungan sosial yang sebelumnya dimiliki. Kondisi tersebut dapat menimbulkan kesenjangan antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang tersedia, sehingga memunculkan perasaan kesepian.

c. Faktor Pemelihara (*Maintaining Factors*)

Faktor pemelihara merupakan kondisi yang menyebabkan perasaan kesepian tetap bertahan dalam jangka waktu yang lebih lama. Faktor ini biasanya berkaitan dengan kurangnya dukungan sosial, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, kecenderungan menarik diri dari interaksi sosial, serta adanya pikiran negatif terhadap diri sendiri maupun orang lain. Individu yang telah mengalami kesepian sering kali menjadi enggan untuk menjalin hubungan sosial karena takut ditolak atau tidak diterima. Akibatnya, kesempatan untuk memperoleh dukungan sosial menjadi semakin terbatas dan perasaan kesepian terus berlanjut.

3. Aspek Kesepian

Menurut (Russell, 1996a), kesepian (*loneliness*) merupakan pengalaman subjektif yang muncul ketika individu merasakan adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki. Kesepian tidak hanya ditentukan oleh jumlah hubungan sosial yang dimiliki seseorang, tetapi lebih dipengaruhi oleh bagaimana individu mempersepsikan kualitas dan kepuasan terhadap hubungan sosial tersebut.

Russell memandang kesepian sebagai suatu konstruk yang bersifat *Unidimensional*, sehingga kesepian dipahami sebagai satu kesatuan pengalaman

psikologis yang utuh. Individu yang mengalami kesepian umumnya menunjukkan berbagai pengalaman subjektif, seperti merasa sendiri meskipun berada di tengah banyak orang, merasa terisolasi dari lingkungan sosial, merasa tidak memiliki kedekatan emosional dengan orang lain, merasa tidak menjadi bagian dari suatu kelompok sosial, serta merasa tidak memiliki hubungan interpersonal yang memuaskan.

Pengalaman kesepian juga dapat ditandai dengan perasaan ditinggalkan, kurangnya rasa memiliki (*sense of belonging*), serta munculnya persepsi bahwa hubungan sosial yang dimiliki tidak mampu memenuhi kebutuhan emosional dan sosial individu. Semakin besar ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang dimiliki, maka semakin tinggi tingkat kesepian yang dirasakan individu.

Menurut Russell, kesepian merupakan pengalaman subjektif yang muncul akibat ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki individu. Dalam beberapa pengembangan *UCLA Loneliness Scale*, kesepian dijelaskan melalui tiga aspek utama, yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression*.

a. Kepribadian (*Personality*)

Aspek *personality* mengacu pada karakteristik individu yang berhubungan dengan kecenderungan mengalami kesepian. Individu yang memiliki rasa kurang percaya diri, harga diri rendah, serta kesulitan dalam membangun hubungan sosial cenderung lebih mudah mengalami kesepian.

b. Kebutuhan Hubungan Sosial (*Social Desirability*)

Aspek *social desirability* berkaitan dengan kebutuhan individu untuk menjalin hubungan sosial yang memuaskan. Kesepian dapat muncul ketika

individu merasa bahwa hubungan sosial yang dimilikinya tidak mampu memenuhi kebutuhan akan kedekatan, perhatian, dan rasa memiliki.

c. Perasaan Depresif (*Depression*)

Aspek *depression* berkaitan dengan kondisi emosional negatif yang muncul sebagai akibat dari kesepian. Individu yang mengalami kesepian sering kali merasakan kesedihan, kehampaan, keterasingan, dan ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang dimilikinya.

B. Kecemasan (*Anxiety*)

1. Definisi Kecemasan

Kecemasan (*anxiety*) merupakan salah satu bentuk respons emosional yang muncul ketika individu menghadapi situasi yang dianggap mengancam, berbahaya, atau menimbulkan ketidakpastian. Kecemasan ditandai oleh perasaan khawatir, takut, tegang, dan tidak nyaman yang dapat memengaruhi kondisi psikologis maupun fisik individu. Dalam tingkat tertentu, kecemasan merupakan reaksi yang normal, namun apabila muncul secara berlebihan dapat mengganggu fungsi individu dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Lim dkk. (2016), kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman yang disertai dengan respons otonom dan perasaan takut yang sumbernya sering kali tidak jelas. Kecemasan muncul sebagai respons terhadap ancaman yang dipersepsikan oleh individu. Kondisi ini dapat memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi situasi tertentu.

Menurut (Nevid dkk., 2018), kecemasan adalah keadaan emosional yang ditandai oleh perasaan khawatir dan ketakutan terhadap kemungkinan terjadinya peristiwa yang tidak menyenangkan di masa depan. Kecemasan biasanya disertai

dengan peningkatan kewaspadaan terhadap ancaman yang dirasakan. Selain itu, kecemasan juga dapat menimbulkan berbagai gejala fisik dan psikologis yang memengaruhi kesejahteraan individu.

Menurut (Hamilton, 1959), kecemasan merupakan suatu keadaan yang ditandai oleh adanya perasaan takut, khawatir, tegang, dan berbagai gejala somatik yang muncul sebagai respons terhadap ancaman yang dirasakan individu. Hamilton memandang kecemasan sebagai kondisi yang melibatkan aspek emosional dan fisiologis secara bersamaan sehingga tidak hanya memengaruhi kondisi mental seseorang, tetapi juga kondisi fisiknya. Oleh karena itu, kecemasan dipahami sebagai suatu sindrom yang terdiri atas berbagai gejala yang saling berkaitan dan dapat memengaruhi fungsi individu secara keseluruhan.

Secara psikologis, kecemasan menurut (Hamilton, 1959) ditandai oleh munculnya perasaan khawatir yang berlebihan, ketegangan, rasa takut, kegelisahan, sulit berkonsentrasi, mudah tersinggung, serta gangguan tidur. Individu yang mengalami kecemasan cenderung memiliki pikiran negatif terhadap situasi yang dihadapi dan terus-menerus mengantisipasi kemungkinan terjadinya hal-hal buruk. Kondisi tersebut menyebabkan individu merasa tidak tenang dan mengalami tekanan emosional yang berkepanjangan.

Selain itu, kecemasan juga dapat terlihat melalui berbagai gejala fisik atau somatik. Hamilton (1959) menjelaskan bahwa kecemasan dapat memengaruhi berbagai sistem tubuh, seperti sistem kardiovaskular, pernapasan, pencernaan, dan muskular. Gejala fisik yang sering muncul antara lain jantung berdebar-debar, sesak napas, ketegangan otot, gemetar, berkeringat berlebihan, sakit kepala, gangguan pencernaan, serta rasa lelah yang berlebihan. Gejala-gejala tersebut

menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya dirasakan secara emosional, tetapi juga tercermin dalam respons fisiologis tubuh.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah dikemukakan, dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan keadaan emosional yang ditandai oleh perasaan khawatir, takut, dan tegang ketika individu menghadapi situasi yang dianggap mengancam atau tidak pasti. Kecemasan tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis individu, tetapi juga dapat menimbulkan berbagai reaksi fisik yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Dengan demikian, kecemasan dapat dipahami sebagai respons psikologis dan fisiologis yang muncul akibat adanya ancaman atau tekanan yang dirasakan oleh individu.

2. Faktor Kecemasan

Kecemasan tidak muncul tanpa sebab, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari kondisi fisik maupun psikologis individu. Faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi cara individu memandang, menilai, dan merespons suatu situasi yang dianggap mengancam. Ketika individu merasa tidak mampu menghadapi ancaman atau tekanan yang dihadapinya, maka tingkat kecemasan yang dirasakan cenderung meningkat.

Menurut (Lim dkk., 2016), kecemasan dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu ancaman terhadap integritas fisik dan ancaman terhadap sistem diri. Kedua faktor tersebut dapat menimbulkan respons kecemasan apabila individu menilai suatu keadaan sebagai sesuatu yang membahayakan atau mengganggu kesejahteraan dirinya.

a. Ancaman terhadap fisik

Ancaman terhadap fisik merupakan kondisi yang dapat membahayakan kesehatan atau fungsi tubuh individu. Ancaman ini dapat berupa penyakit, cedera, kelelahan, perubahan biologis, maupun gangguan pada fungsi tubuh lainnya. Ketika individu merasa kondisi fisiknya terganggu atau terancam, maka kecemasan dapat muncul sebagai respons terhadap kemungkinan terjadinya dampak yang tidak diinginkan. Semakin besar ancaman yang dirasakan terhadap kondisi fisik, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang mungkin dialami individu.

b. Ancaman terhadap sistem diri

Ancaman terhadap sistem diri berkaitan dengan berbagai kondisi yang dapat memengaruhi identitas, harga diri, peran sosial, maupun hubungan interpersonal individu. Faktor ini dapat muncul akibat kegagalan mencapai tujuan, konflik peran, penolakan sosial, kehilangan orang yang berarti, maupun perubahan lingkungan yang menuntut proses penyesuaian diri. Individu yang merasa kemampuan, status, atau keberhargaan dirinya terancam cenderung lebih rentan mengalami kecemasan. Oleh karena itu, ancaman terhadap sistem diri menjadi salah satu faktor penting yang dapat memicu munculnya kecemasan.

Berdasarkan pendapat Stuart (2016), faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan meliputi ancaman terhadap integritas fisik dan ancaman terhadap sistem diri. Kedua faktor tersebut dapat memunculkan respons kecemasan ketika individu memandang suatu situasi sebagai ancaman terhadap kondisi fisik maupun psikologisnya. Semakin besar ancaman yang dirasakan individu, maka semakin besar pula kemungkinan munculnya kecemasan.

3. Aspek Kecemasan

Hamilton (1959), kecemasan merupakan kondisi yang melibatkan aspek psikologis dan aspek fisik yang saling berkaitan. Kecemasan tidak hanya ditunjukkan melalui perasaan khawatir, takut, dan tegang, tetapi juga melalui berbagai reaksi fisiologis yang muncul sebagai respons terhadap ancaman yang dirasakan individu. Oleh karena itu, Hamilton mengelompokkan kecemasan ke dalam dua aspek utama, yaitu aspek psikologis (*psychic anxiety*) dan aspek fisik (*somatic anxiety*).

a. Aspek Psikologis (*Psychic Anxiety*)

Aspek psikologis merupakan gejala kecemasan yang berkaitan dengan kondisi mental dan emosional individu. Aspek ini ditandai oleh munculnya perasaan khawatir, takut, gelisah, tegang, mudah tersinggung, serta kesulitan berkonsentrasi. Individu yang mengalami kecemasan juga cenderung memiliki pikiran negatif terhadap situasi yang dihadapi dan terus-menerus mengantisipasi kemungkinan terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan. Selain itu, kecemasan dapat mengganggu kualitas tidur dan menimbulkan perasaan tidak tenang dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

b. Aspek Fisik (*Somatic Anxiety*)

Aspek fisik merupakan gejala kecemasan yang ditunjukkan melalui berbagai respons fisiologis tubuh. Gejala yang sering muncul meliputi jantung berdebar-debar, sesak napas, ketegangan otot, gemetar, berkeringat berlebihan, sakit kepala, serta gangguan pada sistem pencernaan. Reaksi fisik tersebut muncul sebagai bentuk respons tubuh terhadap ancaman atau tekanan yang dirasakan individu. Semakin tinggi

tingkat kecemasan yang dialami, semakin besar kemungkinan munculnya berbagai keluhan fisik yang menyertainya.

C. Kajian Keislaman

1. Konsep keislaman Kesepian (*Loneliness*)

Kesepian dalam perspektif Islam merupakan kondisi emosional yang dapat dialami seseorang ketika merasa jauh dari orang-orang yang dicintai atau kehilangan kedekatan sosial yang dibutuhkan. Islam mengakui bahwa manusia memiliki kebutuhan untuk berinteraksi dan menjalin hubungan dengan sesama, namun Islam juga mengajarkan bahwa seorang muslim tidak pernah benar-benar sendiri karena Allah SWT senantiasa menyertai dan memperhatikan hamba-Nya. Oleh karena itu, ketika seseorang mengalami kesepian, ia dianjurkan untuk mendekatkan diri ke Allah SWT melalui doa, dzikir, dan ibadah sebagai sarana memperoleh ketenangan dan kekuatan batin.

Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Baqarah ayat 186 : *"Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka sesungguhnya Aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia berdoa kepada-Ku."* (QS. Al-Baqarah [2]: 186).

Dalam Tafsir *Al-Mishbah*, M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa Allah SWT memiliki kedekatan dengan hamba-Nya dan senantiasa mengetahui serta mendengar setiap keadaan yang dialami manusia. Kedekatan tersebut memberikan jaminan bahwa seorang muslim tidak pernah sendiri, meskipun sedang menghadapi kesulitan, kesedihan, atau keterasingan. Melalui doa dan hubungan spiritual dengan Allah SWT, individu dapat memperoleh

ketenangan hati, rasa aman dan kekuatan untuk menghadapi berbagai permasalahan yang dihadapinya.

Dalam penelitian ini, kecemasan menjadi fokus penelitian pada mahasiswa perantau yang sedang menjalani proses adaptasi di lingkungan baru. Perasaan kesepian yang berkepanjangan dapat memunculkan berbagai dampak psikologis, salah satunya kecemasan. Dalam perspektif Islam, keyakinan bahwa Allah SWT selalu dekat dan mendengar setiap do'a dapat menjadi sumber dukungan spiritual yang membantu mahasiswa perantau mengurangi perasaan kesepian dan menghadapi kecemasan yang muncul selama proses adaptasi di lingkungan baru. Dengan demikian, nilai-nilai spiritual dalam Islam dapat menjadi salah satu faktor yang membantu mahasiswa perantau menjaga kesehatan psikologisnya.

2. Konsep keislaman Kecemasan (*Anxiety*)

Kecemasan dalam perspektif Islam merupakan keadaan psikologis yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut, gelisah, dan tidak tenang dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Kecemasan dapat muncul ketika seseorang merasa tidak mampu menghadapi tantangan, ketidakpastian masa depan, atau tekanan yang sedang dialaminya. Islam mengajarkan bahwa kecemasan merupakan bagian dari ujian kehidupan, namun seorang muslim dianjurkan untuk senantiasa bertawakal, berdoa, dan mengingat Allah SWT agar memperoleh ketenangan hati serta mampu menghadapi berbagai kesulitan dengan lebih baik. *"Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."* (QS. Ar-Ra'd [13]: 28).

Dalam Tafsir *Al-Mishbah*, M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa ketenangan hati yang sejati diperoleh melalui kedekatan dengan Allah SWT. Ketika seseorang menghadapi kegelisahan, ketakutan, atau kecemasan, mengingat Allah melalui dzikir, doa, dan ibadah dapat memberikan rasa aman serta menumbuhkan keyakinan bahwa segala sesuatu berada dalam kehendak dan pengawasan-Nya. Dengan demikian, dzikir kepada Allah menjadi salah satu cara untuk mengurangi beban psikologis dan memperoleh ketenteraman batin dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan.

Dalam penelitian ini, kecemasan dipahami sebagai salah satu kondisi psikologis yang dapat dialami mahasiswa perantau akibat berbagai tuntutan selama masa perkuliahan, termasuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru dan juga jauh dari dukungan sosial utama seperti keluarga dan teman dekat. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kerentanan mahasiswa perantau untuk mengalami kecemasan. Selain itu, perasaan kesepian yang dialami mahasiswa perantau dapat memperburuk tingkat kecemasan yang dirasakan. Dalam perspektif Islam, kedekatan kepada Allah SWT melalui dzikir, doa, dan ibadah dapat menjadi sumber ketenangan yang membantu individu mengelola kecemasan yang muncul. Oleh karena itu, ayat ini relevan dengan penelitian mengenai hubungan kesepian (*loneliness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau, karena menunjukkan bahwa ketenangan batin dapat menjadi salah satu cara untuk menghadapi dampak psikologis dari kesepian.

D. Hubungan antara Kesepian dan Kecemasan

Kesepian (*loneliness*) merupakan kondisi subjektif yang muncul ketika individu merasa hubungan sosial yang dimilikinya tidak sesuai dengan harapan atau kebutuhannya. Sementara itu, kecemasan (*anxiety*) merupakan keadaan emosional yang ditandai oleh perasaan khawatir, takut, dan tegang terhadap situasi yang dianggap mengancam atau tidak pasti. Kedua kondisi tersebut sering kali saling berkaitan karena individu yang mengalami kesepian cenderung memiliki keterbatasan dukungan sosial dan emosional yang dapat membantu mereka menghadapi berbagai tekanan dalam kehidupan.

Menurut Russell (1969), kesepian muncul akibat adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki individu. Ketika individu merasa kurang memperoleh dukungan, kedekatan emosional, atau interaksi sosial yang memadai, mereka cenderung mengalami perasaan terisolasi dan tidak memiliki tempat untuk berbagi pengalaman maupun masalah yang dihadapi. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap berbagai masalah psikologis, termasuk kecemasan.

Individu yang mengalami kesepian sering kali memiliki persepsi negatif terhadap lingkungan sosialnya. Mereka cenderung merasa tidak diterima, tidak dipahami, atau tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain. Persepsi tersebut dapat menimbulkan rasa tidak aman, kekhawatiran berlebihan, serta ketakutan terhadap penolakan sosial yang pada akhirnya meningkatkan tingkat kecemasan. Selain itu, kurangnya dukungan sosial juga membuat individu memiliki sumber daya yang lebih terbatas untuk menghadapi berbagai tekanan dan permasalahan yang dialami.

Pada mahasiswa perantau, hubungan antara kesepian dan kecemasan menjadi semakin relevan. Mahasiswa perantau harus beradaptasi dengan lingkungan baru, jauh dari keluarga, serta membangun hubungan sosial yang baru. Kesulitan dalam proses adaptasi dan terbatasnya dukungan sosial dapat menimbulkan perasaan kesepian. Apabila kondisi tersebut berlangsung dalam waktu yang lama, individu dapat mengalami peningkatan kecemasan yang ditandai dengan munculnya perasaan khawatir, tegang, tidak tenang, dan berbagai gejala fisik lainnya.

Sejumlah penelitian juga menunjukkan bahwa kesepian memiliki hubungan positif dengan kecemasan. Semakin tinggi tingkat kesepian yang dialami individu, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan. Sebaliknya, individu yang memiliki hubungan sosial yang baik dan memperoleh dukungan sosial yang memadai cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan hubungan sosial yang positif dapat berperan sebagai faktor protektif terhadap munculnya kecemasan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa kesepian dan kecemasan memiliki hubungan yang erat. Perasaan kesepian yang muncul akibat kurangnya hubungan sosial yang memuaskan dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap kecemasan. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat kesepian yang dialami seseorang, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut mengalami kecemasan.

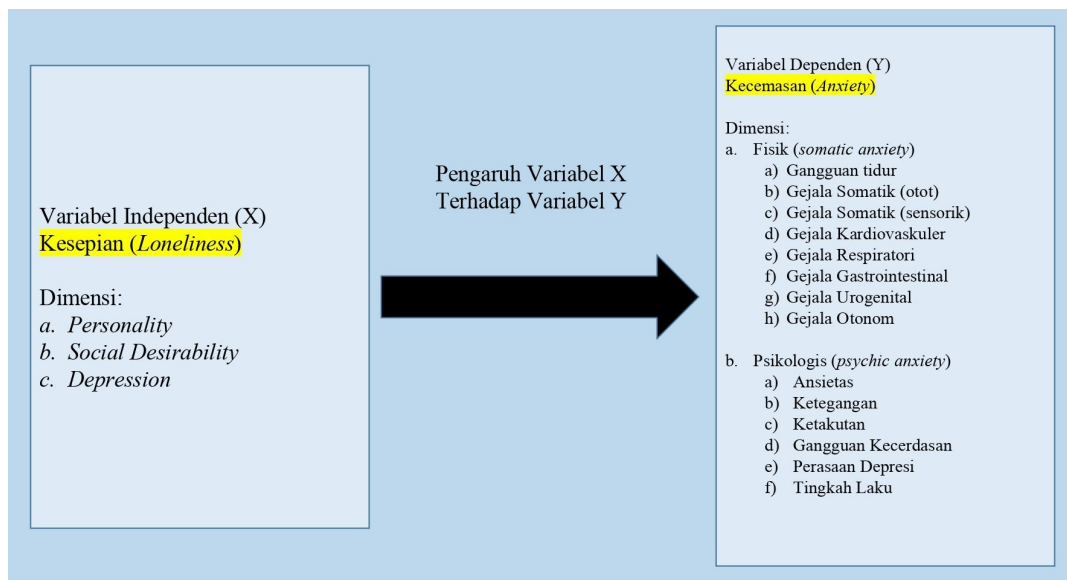
E. Kerangka Berpikir

Mahasiswa perantau menghadapi berbagai tuntutan penyesuaian diri, seperti beradaptasi dengan lingkungan baru, membangun hubungan sosial, serta menjalani kehidupan yang jauh dari keluarga. Kondisi tersebut dapat menimbulkan perasaan

keseharian apabila individu merasa hubungan sosial yang dimilikinya tidak sesuai dengan yang diharapkan.

Menurut Russell, keseharian merupakan kondisi subyektif yang muncul akibat adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki individu. Sementara itu, menurut Hamilton, kecemasan merupakan kondisi yang ditandai oleh perasaan khawatir, takut, dan tegang yang disertai gejala psikologis maupun fisik.

Gambar 1. Kerangka berpikir antar variabel



F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori, penelitian terdahulu, dan kerangka berpikir yang telah diuraikan, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. **H₀**: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keseharian (*loneliness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau UIN Malang
2. **H₁**: Terdapat hubungan yang signifikan antara keseharian (*loneliness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau UIN Malang

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *explanatory research*. Menurut Sugiyono (2019), penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian serta analisis data yang bersifat statistik.

Jenis penelitian yang digunakan adalah *explanatory research*. Jenis penelitian *Explanatory research* merupakan penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan hubungan antara variabel-variabel penelitian melalui pengujian hipotesis (Sugiyono, 2016a). Dalam penelitian ini, *explanatory research* digunakan untuk menjelaskan hubungan antara kesepian (*loneliness*) dan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau.

Penelitian ini menggunakan desain korelasional karena bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel kesepian (*loneliness*) sebagai variabel X dan kecemasan (*anxiety*) sebagai variabel Y. Analisis hubungan antarvariabel dilakukan menggunakan teknik analisis korelasi sehingga dapat diketahui arah (positif atau negatif) dan tingkat hubungan antara kedua variabel tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini tidak bertujuan untuk menguji pengaruh atau hubungan sebab-akibat, melainkan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dan kecemasan pada mahasiswa perantau.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang menjadi objek pengamatan dalam suatu penelitian. Menurut Sugiyono (2019), variabel penelitian adalah segala sesuatu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi mengenai hal tersebut dan kemudian dapat ditarik kesimpulannya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perasaan kesepian (*loneliness*) dengan perasaan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau. Oleh karena itu, terdapat dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu variabel kesepian (*loneliness*) dan variabel kecemasan (*anxiety*). Kedua variabel tersebut dipilih karena diduga memiliki keterkaitan berdasarkan kajian teori dan penelitian terdahulu.

C. Definisi Operasional

Penelitian menurut Sugiyono (2016), variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat, atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu dan ditetapkan oleh penelitian ini, peneliti menggunakan dua variabel, yaitu independen dan dependen. Sugiyono (2016) mengatakan bahwa variabel independen atau biasa disebut variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi sebab perubahan pada variabel dependen. Sedangkan, variabel dependen adalah sebuah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari adanya variabel independen. Berdasarkan pemaparan diatas terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu :

- a. Variabel Independen (X) : Tingkat kesepian
- b. Variabel Dependen (Y) : Tingkat kecemasan

1. Kesenian (*Loneliness*)

Kesenian (*loneliness*) dalam penelitian ini adalah kondisi subjektif yang dialami mahasiswa perantau akibat adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang dimiliki. Kesenian mengacu pada teori Russell (1996) yang menjelaskan bahwa kesepian muncul ketika individu merasa kebutuhan akan hubungan sosial dan kedekatan emosional tidak terpenuhi.

Kesenian diukur menggunakan *UCLA Loneliness Scale Version 3* yang dikembangkan oleh Russell (Russell, 1996a). Skor yang tinggi menunjukkan tingkat kesepian yang tinggi, sedangkan skor yang rendah menunjukkan tingkat kesepian yang rendah pada mahasiswa perantau. Adapun aspek yang diukur oleh instrumen sebagai dasar pengukuran pada UCLA Loneliness Scale version 3 yaitu *Personality*, *Social desirability*, dan *Depression*.

2. Kecemasan (*Anxiety*)

Kecemasan (*anxiety*) dalam penelitian ini adalah kondisi emosional yang ditandai oleh perasaan khawatir, takut, dan tegang yang disertai gejala psikologis maupun fisik. Kecemasan mengacu pada teori Hamilton (1959) yang memandang kecemasan sebagai kondisi yang melibatkan aspek psikologis (*psychic anxiety*) dan aspek fisik (*somatic anxiety*).

Kecemasan diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* yang dikembangkan oleh Hamilton seperti pada penelitian (Bruss dkk., 1994). Skor yang tinggi menunjukkan tingkat kecemasan yang tinggi, sedangkan skor yang rendah menunjukkan tingkat kecemasan yang rendah pada mahasiswa perantau.

D. Populasi, Sampel dan Teknik *Sampling*

Subjek penelitian adalah sebuah sumber/tempat untuk memperoleh keterangan atau data penelitian yang dapat berupa individu yang beda (Sugiyono, 2016a). Dalam penelitian ini, subjek penelitiannya adalah mahasiswa UIN Malang.

1. Populasi

Sugiyono (2019), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantau yang sedang menempuh pendidikan di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Namun, pada saat penelitian dilakukan, data yang valid dan akurat mengenai jumlah mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang merantau tidak diketahui jumlahnya. Oleh karena itu, jumlah populasi dalam penelitian ini tidak diketahui (*Infinite*) sesuai buku (Azwar, 2017a).

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2019), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel digunakan sebagai wakil dari populasi sehingga hasil penelitian yang diperoleh dapat menggambarkan kondisi populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantau yang memenuhi kriteria penelitian seperti mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tua atau berasal dari luar daerah tempat menempuh pendidikan.

Dalam buku panduan penelitian psikologi (Azwar, 2017a) menyatakan bahwa jumlah sampel yang layak untuk penelitian berkisar 30 hingga 500 individu.

Dengan mengacu pada buku panduan tersebut, jumlah sampel dalam penelitian ini ditetapkan sebanyak 50 mahasiswa perantau. Jumlah tersebut dianggap telah memenuhi kebutuhan penelitian kuantitatif korelasional karena penelitian dengan analisis korelasi umumnya menggunakan sampel minimal 30–100 responden agar data dapat dianalisis secara statistik dan mampu menggambarkan hubungan antar variabel penelitian.

3. Teknik *Sampling*

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2019), *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti sesuai dengan tujuan penelitian. Teknik ini digunakan karena tidak semua anggota populasi memiliki karakteristik yang sesuai dengan kebutuhan penelitian. Adapun kriteria responden dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mahasiswa aktif program sarjana
- b. Mahasiswa perantau
- c. Usia 18-26 tahun
- d. Telah merantau minimal 1 tahun

Dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, diharapkan responden yang terpilih benar-benar sesuai dengan karakteristik yang dibutuhkan dalam penelitian mengenai hubungan kesepian (*loneliness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau.

E. Metode Pengumpulan Data

Penelitian memerlukan data yang objektif, yang didapat berdasarkan pengumpulan data yang tepat (Sugiyono, 2016). Teknik pengumpulan data pada

penelitian ini, dikumpulkan dengan menggunakan skala. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *UCLA Loneliness Scale (Version 3)* untuk mengukur variabel independen perasaan kesepian dan juga menggunakan skala *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*.

1. *UCLA Loneliness Scale (Version 3)*

Skala *University of California, Los Angeles Loneliness Scale (Version 3)* ini disusun oleh (Russell, 1996). Skala yang berawal dari bahasa Inggris, diadopsi ke bahasa Indonesia lalu dimodifikasi oleh (Dila, 2023). Dalam penelitian tersebut, skala ini memiliki reliabilitas sebesar 0.854 dan memiliki 20 item pernyataan.

Skala ini mengadopsi model skala likert level 4, dengan pernyataan favorabel dan unfavorabel yang dapat dijawab empat pilihan jawaban yaitu: SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Penilaian yang diberikan untuk item favourabel pada jawaban SS memperoleh skor 4, pilihan S (Sesuai) memperoleh skor 3, pilihan TS (Tidak sesuai) memperoleh sekitar skor 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 1. Sedangkan untuk item unfavorabel, jawaban SS memperoleh skor 1, pilihan S (Sesuai) memperoleh skor 2, pilihan TS (Tidak sesuai) memperoleh sekitar skor 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 4. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula tingkat perasaan kesepian, sebaliknya jika semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula tingkat perasaan kesepian.

Penentuan tingkat kesendirian dibagi menjadi tiga kategori, dimana jika skor jumlah sebesar 20 - 34 berarti tingkat tidak kesepian, skor 35 - 49 berarti

tingkat kesepian rendah, skor 50 - 64 berarti tingkat kesepian sedang, dan skor 65 - 80 berarti tingkat kesepian berat (Russell, 1996a).

Tabel 1. Blue print skala kesepian

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1	Personality	Suatu karakteristik dari perilaku			
		serta cara berfikir individu ketika merasakan kesepian	13, 17	4, 6, 9	5
2	Social Desirability	Keinginan untuk berhubungan sosial dengan orang lain dalam kesehariannya	2, 5, 7, 8, 18	1, 10, 15, 19	9
3	Depression	Sebuah bentuk tekanan dari dalam diri individu	3, 11, 12, 14	16, 20	6
Total					20

2. Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)

Skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) memiliki item yang sudah baku dan tersusun dari 14 indikator antara lain: perasaan ansietas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot), gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala respiratori, gejala gastrointestinal, gejala urogenital, gejala otonom, dan tingkah laku.

Skala asli menggunakan bahasa Inggris dan telah diadopsi ke bahasa Indonesia. Diadopsi dari (Septianawati et al., 2023) untuk skala HARS. Dalam penelitian tersebut, skala HARS versi Indonesia menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* antara 0.60 - 0.80 yang menunjukkan reliabilitas *fair* hingga *good* dan memenuhi kriteria sebagai alat ukur yang valid dan reliabel. Skala HARS tidak memiliki item berbentuk favorabel ataupun unfavorabel pada

setiap itemnya, hal ini dikarenakan skala ini tidak mengukur pernyataan sikap ataupun persetujuan responden, namun mengukur tingkat keparahan gejala kecemasan. Nantinya, skor tersebut dapat mengindikasikan intensitas gejala klinis, bukan keberpihakan terhadap sikap secara positif atau negatif (Rabinowitz dkk., 2023)

Tabel 2. Blue Print skala kecemasan

Aspek	Indikator	Item
Fisik (<i>somatic anxiety</i>)	Gangguan Tidur	4
	Gejala Somatik (otot)	7
	Gejala somatik (sensorik)	8
	Gejala Kardiovaskuler	9
	Gejala Respiratori	10
	Gejala Gastrointestinal	11
	Gejala Urogenital	12
	Gejala Otonom	13
Psikologis (<i>psychic anxiety</i>)	Gejala Ansietas	1
	Gejala Ketegangan	2
	Gejala Ketakutan	3
	Gangguan Kecerdasan	5
	Perasaan Depresi	6
	Tingkah laku	14
Jumlah Item		14

Cara penilaian kecemasan dengan memberikan nilai dengan kategori:

- a. Skor 0 (tidak ada gejala sama sekali)
- b. Skor 1 (Ringan, satu dari gejala yang ada)
- c. Skor 2 (Sedang, atau separuh dari gejala yang ada)
- d. Skor 3 (Berat, atau lebih 1/2 gejala yang ada)
- e. Skor 4 (Sangat berat, semua gejala ada)

Penentuan derajat kecemasan berdasarkan (Septianawati dkk., 2023), didapatkan dengan hasil:

- a. Skor < 14: Tidak ada kecemasan
- b. Skor 15 - 20: Kecemasan ringan
- c. Skor 21 - 27: Kecemasan sedang
- d. Skor 28 - 41: Kecemasan Berat
- e. Skor 42 - 56: Kecemasan berat sekali / panik

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

Untuk mengukur apakah valid dan reliabel dapat digunakan dengan uji coba instrumen. Dalam pengumpulan data penelitian ini menggunakan instrumen yang valid dan reliabel, yang diharapkan akan menjadi valid dan reliabel (Sugiyono, 2019). Pada penelitian kali ini, peneliti menggunakan dua skala yang merupakan instrumen baku yang telah teruji validitas dan reliabilitas pada penelitian terdahulu. Peneliti

tidak melakukan modifikasi apapun pada butir item sehingga kita bisa menggunakan hasil uji validitas penelitian lain sebagai acuan, metode ini dinamakan *total adaptation* (Sekaran & Bougie, 2016).

Untuk adaptasi bahasa Indonesia pada skala UCLA *Loneliness Scale (Version 3)* ada pada penelitian (Dila, 2023), juga digunakan pada penelitian (Yolanda & Ulfah, 2025; Kasinda et al., 2026) pada sampel mahasiswa. Kedua penelitian mendasarkan item serta uji validitas menggunakan hasil penelitian skala Inggris dari (Russell, 1996a). Pada skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) menggunakan uji reliabilitas dan validitas pada sampel mahasiswa kedokteran (Septianawati dkk., 2023). Selain itu, skala yang sama juga digunakan pada sampel pasien saat pandemi Covid-19 terjadi, peneliti (Ismoyowati, 2021) menghitung dan menimbang skala dalam hasil uji reliabilitas dan validitas. Keduanya mendasarkan kepada skala berbahasa Inggris (Bruss dkk., 1994).

1. Uji Validitas

Validitas merupakan derajat ketepatan suatu instrumen dalam mengukur apa yang seharusnya diukur. Menurut Sugiyono (2019), instrumen yang valid adalah instrumen yang mampu mengukur data dari variabel yang diteliti secara tepat. Oleh karena itu, uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana item-item dalam instrumen mampu mengukur konstruk yang hendak diteliti.

Dalam penelitian ini, instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang terdiri atas 14 item diberikan kepada 50 sampel mahasiswa. Uji validitas dilakukan menggunakan metode *corrected item-total correlation* (Septianawati dkk., 2023). Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh aitem memiliki total nilai *corrected correlation* sebesar ($p > 0.05$), sehingga 14 aitem HARS dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk pengumpulan data

di lapangan. Selain itu, penelitian Ismoyowati (2021) dengan 70 sampel menunjukkan bahwa nilai r -hitung instrumen HARS berada pada rentang 0.520 sampai 0.852. Nilai tersebut lebih besar daripada r -tabel dengan sampel 60 (0.254) sehingga alat ukur dinyatakan valid.

Di sisi lain, instrumen *UCLA Loneliness Scale (Version 3)* yang terdiri dari 20 item juga menunjukkan validitas yang baik. Validitas konstruk dari penelitian (Kasinda dkk., 2026) menunjukkan melalui EFA (*exploratory factor analysis*) yang mengidentifikasi dua faktor utama, yaitu *social loneliness* dan *emotional loneliness*. Selanjutnya, CFA (*confirmatory factor analysis*) memperlihatkan model fit yang baik dengan nilai RMSEA = 0.079; SRMR = 0.049; GFI = 0.924. Ditambah, penelitian Dila (2023) pada sampel 62 mahasiswa juga menunjukkan nilai koefisien korelasi aitem dan daya beda item berada pada rentang 0.3 sampai 0.640 ($p < 0.05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa seluruh item valid dan dapat digunakan untuk pengambilan data di lapangan.

2. Uji Reliabilitas

Apabila alat pengukuran yang sama digunakan untuk melakukan dua atau lebih pengukuran terhadap fenomena yang sama, maka uji reliabilitas digunakan untuk menilai seberapa konsisten hasil pengukuran tersebut. Reliabilitas merupakan ukuran kestabilan dan konsistensi tanggapan responden terhadap atau penyelesaian pernyataan-pernyataan bergaya kuesioner yang berhubungan dengan suatu dimensi suatu variabel (Sugiyono, 2019).

Kriteria uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan metode *Cronbach's Alpha*. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki nilai $Alpha > 0.6$. Pada penelitian lain dengan sampel 50 perawat atau nurs, diperoleh *Alpha* sebesar 0.756 (Septianawati et al., 2023; Muhamad Ramdan, 2019). Berdasarkan hasil tersebut, instrumen HARS dinyatakan reliabel dan dapat digunakan untuk pengambilan data di lapangan.

Pada instrumen *UCLA Loneliness Scale (version 3)* diperoleh *Alpha* sebesar 0.955 pada 200 mahasiswa aktif di Indonesia (Kasinda dkk., 2026). Selain itu, penelitian oleh (Yolanda & Ulfah, 2025) pada 60 mahasiswa FKIP menunjukkan nilai *Alpha* sebesar 0.907. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang sangat baik, sehingga layak digunakan untuk mengumpulkan data di lapangan.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif merupakan statistik. Sehingga penelitian ini menggunakan inferensi statistik, di mana bagian yang mempelajari penafsiran dan penarikan kesimpulan yang berlaku secara umum dari data yang tersedia (Azwar, 2017a; Sugiyono, 2016a).

Dalam penelitian ini, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data setiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang digunakan untuk menentukan apakah data berdistribusi normal atau tidak. Menurut Sugiyono (2016), jika data tidak berdistribusi normal, maka analisis data secara parametrik tidak dapat digunakan. Untuk menguji normalitas, terdapat dua tes yang bisa kita gunakan yaitu *Kolmogorov-Smirnov* (K-S) atau *Shapiro-Wilk*. Pada penelitian kali ini, peneliti menggunakan *Shapiro-Wilk* dengan alasan karena penelitian secara sengaja memilih sampel dengan jumlah 50, sehingga *Shapiro-Wilk* lebih cocok untuk sampel di bawah 50 dan sensitif pada sampel yang lebih kecil (Azwar, 2017a). Aturannya adalah jika $p > 0,05$, maka data tersebut berdistribusi normal. Sebaliknya, jika $p < 0,05$, maka data tersebut dinyatakan tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah pengujian terhadap garis regresi antara variabel bebas dan variabel terikat. Setelah melakukan uji normalitas, peneliti kemudian melakukan uji linearitas hubungan (Azwar, 2017a). Uji linearitas hubungan adalah syarat untuk semua uji hipotesis hubungan, yang bertujuan untuk melihat apakah hubungan antara dua variabel membentuk garis lurus linier.

Uji ini dilakukan untuk memastikan bahwa setiap variabel independen memiliki hubungan linear dengan variabel dependen. Dalam SPSS, uji linearitas dilakukan dengan menggunakan uji linearitas lajur *F deviation from linearity*. Hubungan dianggap linear jika nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$).

2. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis penelitian maka digunakan metode analisis data berupa analisis regresi sederhana, yang merupakan teknik analisis yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap dependen, dan juga terkait hubungan antar variabel apakah bersifat positif atau negatif (Azwar, 2017a).

Pengujian koefisien determinasi bertujuan untuk mengukur sejauh mana model dapat menjelaskan pengaruh variabel independen secara bersama-sama (simultan) terhadap variabel dependen, yang ditunjukkan oleh nilai *adjusted R-Squared* (Ghozali, 2013). Koefisien determinasi mengindikasikan seberapa besar kontribusi variabel bebas dalam model regresi mampu menjelaskan variasi dari variabel terikat. Nilai koefisien determinasi dapat dilihat melalui nilai *R square* (R^2) pada tabel *Model Summary*. Nilai koefisien determinasi yang kecil menunjukkan bahwa kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen sangat terbatas. Sebaliknya, nilai yang mendekati 1 (satu) menunjukkan bahwa variabel independen memiliki kemampuan memberikan semua informasi yang diperlukan untuk memprediksi variabel dependen.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan secara daring (*online*) pada lingkup kampus UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Peneliti membuat *Google Form* berisi instrumen yang disebar melalui grup WhatsApp dan Telegram, baik di grup mahasiswa angkatan, organisasi, kepanitiaan dan yang berkaitan. Dengan harapan peneliti bisa mendapatkan jumlah 50 sampel yang diinginkan. Peneliti secara spesifik membatasi pengisian pada mahasiswa UIN Malang dengan meminta responden untuk mencantumkan fakultas yang ada di UIN Malang dan semester responden saat ini. Peneliti memilih *Google Form* karena lebih mudah dalam pengumpulan data yang berbentuk digital, gratis, dan mudah untuk disebar di berbagai grup lintas *platform* secara bersamaan.

Peneliti membuat *Google Form* berisi tiga halaman dimana halaman pertama responden mengisi identitas diri seperti nama inisial, umur, gender, asal fakultas, semester saat ini, dan berapa banyak pulang ke rumah dalam satu tahun. Di halaman kedua, berisi instrumen *UCLA loneliness (Version 3)* beserta instruksinya. Selanjutnya, di halaman ketiga terdapat instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* beserta instruksinya. Peserta sebelum mengetuk tombol *submit*, diasumsikan sudah membaca tulisan bahwa data akan dibuat untuk keperluan penelitian skripsi dan akan dijaga kerahasiaan datanya.

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penyebaran dilakukan dalam periode lima hari dari tanggal 10 Juni 2026 hingga 15 Juni 2026. Terkumpul sejumlah 50 sampel dari mahasiswa perantau yang dikumpulkan. Penyebaran dilakukan di hari Rabu siang dan ditutup di hari Senin pagi secara otomatis karena 50 sampel sudah terkumpul.

3. Subjek Penelitian

Sampel total yang didapatkan sebanyak 50 orang, dimana mayoritas terdiri dari laki-laki sebanyak 56% dengan umur paling banyak di umur 21, sedang menempuh semester 6 di fakultas psikologi.

Tabel 3. Demografi Responden

		N	% Jumlah
gender	L	28	56%
	P	22	44%
umur	20	13	26%
	21	15	30%
	22	10	20%
	23	2	4%
	24	5	10%
	25	5	10%
semester	4	16	32%
	6	18	36%
	8	9	18%
	10	2	4%
	12	2	4%
	14	3	6%
fakultas	Fakultas Ekonomi	7	14%
	Fakultas Humaniora	6	12%
	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	8	16%

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	3	6%
Fakultas Psikologi	12	24%
Fakultas Sains dan Teknologi	8	16%
Fakultas Syariah	6	12%

Singkatan L berarti laki-laki dan singkatan P berarti perempuan.

Menggunakan singkatan untuk mempermudah pengolahan data serta saat mengoleksi data di lapangan. Usia lebih banyak berada pada umur 21 tahun, hal ini sesuai dengan jumlah semester muda yang peneliti dapatkan. Tidak ada alasan spesifik kenapa mendapatkan umur yang lebih muda di sampel penelitian kali ini, dugaan peneliti karena *Google Form* disebar di grup kepanitiaan dan berisi lebih banyak mahasiswa di tahun kedua atau ketiga.

Penelitian kali ini mendapatkan lebih banyak semester muda di rentang semester 4 dan 6 (mahasiswa tahun kedua dan ketiga). Terdapat sampel di atas semester delapan berjumlah total tujuh orang. Untuk tabulasi tabel lengkap lainnya seperti daerah asal sampel bisa dilihat di lampiran untuk lebih lanjut.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Validitas alat ukur berfungsi untuk menilai kelayakan instrumen dalam mengukur apa yang seharusnya diukur. Instrumen yang valid memiliki nilai validitas yang cukup dan berlaku sebaliknya (Sugiyono, 2016). Validitas diukur melalui validitas konstruk dan validitas isi. Validitas konstruk itu sendiri berfungsi mengungkapkan sejauh mana

alat ukur mampu mengukur apa yang hendak diukur sesuai dengan konsep atau definisi konseptual yang sudah ditentukan.

Proses pengukuran validitas konstruk dapat dilakukan dengan metode *pearson correlation*. Penelitian kali ini menggunakan patokan yang berdasarkan dari Azwar (2017) dimana koefisien validitas item < 0.30 dianggap tidak memuaskan atau memiliki validitas yang rendah sehingga item harus dibuang, begitu juga sebaliknya dimana koefisien validitas item > 0.30 dianggap memuaskan atau memiliki validitas yang tinggi sehingga item bisa digunakan. Semua Uji validitas konstruk dilakukan di aplikasi *SPSS for Windows*.

Hasil analisis validitas konstruk pada instrument *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang terdiri dari 14 item, tidak ada item yang memiliki koefisien validitas konstruk < 0.30 sehingga peneliti bisa menggunakan seluruh item untuk pengambilan data di lapangan.

Tabel 4. Hasil Uji Validitas skala kecemasan

Aspek	Indikator	Item	Item Valid	Item tidak Valid
Fisik (<i>somatic anxiety</i>)	Gangguan Tidur	4	4	-
	Gejala Somatik (otot)	7	7	-
	Gejala somatik (sensorik)	8	8	-
	Gejala Kardiovaskuler	9	9	-
	Gejala Respiratori	10	10	-
	Gejala Gastrointestinal	11	11	-
	Gejala Urogenital	12	12	-
	Gejala Otonom	13	13	-
Psikologis (<i>psychic anxiety</i>)	Gejala Ansietas	1	1	-
	Gejala Ketegangan	2	2	-
	Gejala Ketakutan	3	3	-

Gangguan Kecerdasan	5	5	-
Perasaan Depresi	6	6	-
Tingkah laku	14	14	
Jumlah	14	14	0

Berdasarkan tabel 4, nilai koefisien validitas konstruk rata-rata pada instrument HARS adalah 0.891 dengan rentang nilai koefisien antara 0.837 – 0.935. Skala HARS memiliki nilai validitas yang tinggi dan mampu menilai apa yang seharusnya dinilai. Untuk hasil koefisien validitas masing-masing dengan lebih jelas bisa dilihat pada lembar lampiran.

Pada instrument *UCLA Loneliness (Version 3)* yang terdiri dari 20 item, tidak ada item yang memiliki koefisien validitas konstruk < 0.30 sehingga peneliti bisa menggunakan seluruh item untuk pengambilan data di lapangan.

Tabel 5. Hasil Uji Validitas skala Kesepian

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Valid	Gugur	
1	Personality	Suatu karakteristik dari perilaku serta cara berfikir individu ketika merasakan kesepian	13, 17, 4, 6, 9	-	5
2	Social Desirability	Keinginan untuk berhubungan sosial dengan orang lain dalam kesehariannya	2, 5, 7, 8, 18, 1, 10, 15, 19	-	9
3	Depression	Sebuah bentuk tekanan dari dalam diri individu	3, 11, 12, 14. 16, 20	-	6
Total					20

Berdasarkan tabel 5, nilai koefisien validitas konstruk rata-rata pada instrument UCLA Loneliness (Version 3) adalah 0.836 dengan rentang nilai antara 0.757 – 0.914. Skala kesepian memiliki nilai validitas yang tinggi dan mampu menilai apa yang seharusnya dinilai. Untuk hasil koefisien validitas per item bisa dilihat di lembar lampiran.

b. Uji Reliabilitas

Apabila alat pengukuran yang sama digunakan untuk melakukan dua atau lebih pengukuran terhadap fenomena yang sama, maka uji reliabilitas digunakan untuk menilai seberapa konsisten hasil pengukuran tersebut (Sugiyono, 2019) . Pengukuran reliabilitas menggunakan metode *Cronbach's Alpha* dan dikenakan pada item masing-masing instrumen.

Koefisien reliabilitas pada penelitian ini menggunakan patokan Azwar (2017) apabila koefisien reliabilitas < 0.30 maka dinyatakan kurang reliabel. Selanjutnya, jika koefisien reliabilitas diantara 0.30 – 0.70 maka dinyatakan reliabel. Jika nilai koefisien reliabilitas diantara > 0.70 maka dinyatakan sangat reliabel. Koefisien reliabilitas yang mendekati 1.00 mengartikan semakin mendekati nilai 1.00 maka reliabilitasnya semakin tinggi. Seluruh komputasi dilakukan pada aplikasi *SPSS for Windows*.

Tabel 6. Hasil uji reliabilitas skala kecemasan

<i>Reliability Hamilton</i>		
Cronbach's Alpha		
Based on		
Cronbach's Alpha	Standardized Items	N of Items
.979	.979	14

Berdasarkan tabel 6, skala HARS memiliki nilai alpha 0.979, dimana $0.979 > 0.70$ yang berarti sangat reliabel dan dapat konsisten sebagai instrumen dalam menghasilkan data di lapangan. Di satu sisi, instrumen skala *UCLA Loneliness (Version 3)* memiliki nilai alpha sebesar 0.979 dimana $0.979 > 0.70$ yang berarti sangat reliabel dan dapat konsisten sebagai instrument dalam menghasilkan data di lapangan.

Tabel 7. Hasil uji reliabilitas skala kesepian

<i>Reliability UCLA Loneliness</i>		
Cronbach's Alpha		
Based on		
Cronbach's Alpha	Standardized Items	N of Items
.979	.979	20

2. Hasil Uji Statistik Deskriptif

Data penelitian yang sudah didapatkan maka akan diolah di program SPSS dan Excel untuk Windows. Statistik Deskriptif pertama adalah dengan melihat bagaimana kategori ordinal dari instrumen *UCLA Loneliness (Version 3)* membagi sampel menjadi empat kategori. Dari data bisa dilihat bahwa mayoritas sampel memiliki tingkat kesepian rendah ke sedang lebih banyak.

Tabel 8. Hasil skala kesepian

		total kesepian		
		Jumlah	Rerata Skor	% Total
kategori_kesepian	Tidak ada (0 - 34)	5	29	10%
	Rendah (35 - 49)	24	42	48%
	Sedang (50 - 64)	18	60	36%
	Berat (65 - 80)	3	67	6%

Hampir 50% sampel memiliki tingkat kesepian rendah ke sedang dengan persentase gabungan 84%. Dengan menimbang umur dan semester sampel, mayoritas mahasiswa memiliki tingkat kesepian cenderung rendah dengan jumlah 3 sampel memiliki tingkat kesepian berat, dan 5 sampel tidak memiliki tingkat kesepian yang berarti. Ini menunjukkan data yang cukup bervariasi antara responden.

Tabel 9. Hasil skala kecemasan

		total kecemasan		
		Jumlah	Rerata Skor	% Total
kategori_kecemasan	Tidak ada (0 - 14)	7	9	14%
	Ringan (15 - 20)	13	17	26%
	Sedang (21 - 27)	16	23	32%
	Berat (28 - 56)	14	41	28%

Tabel 5 menunjukkan hasil instrumen skala *Hamilton Anxiety Scale Rate* (HARS) dimana jumlah terbanyak ada pada kategori sedang dan berat dengan persentase gabungan 60%. Sedangkan kategori tidak ada memiliki jumlah 7 sampel, kategori berat memiliki 14 sampel dengan persentase 28%. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berat cenderung sedang, mengingat mayoritas sampel berada pada semester 4-6 mengindikasikan sampel memiliki variasi yang beragam. Kategori berat sebesar 28% menunjukkan bahwa usia dan semester yang relatif lebih muda dalam populasi juga bisa mengalami gejala kecemasan tinggi pada mahasiswa tahun kedua dan ketiga.

3. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Penelitian kali ini dikarenakan memiliki sampel berjumlah 50, maka menggunakan metode Shapiro-Wilk sebagai uji normalitas. Set data dikatakan terdistribusi normal jika memiliki nilai $p > 0.05$, sedangkan jika $p < 0.05$ maka data dianggap tidak terdistribusi dengan normal. Peneliti juga menambahkan uji Kolmogorov – Smirnov (K-S) tes sebagai uji tambahan disamping metode utama, hal ini karena sampel berada tepat di angka 50 sampel. Pada Uji K-S, data dapat dikatakan terdistribusi normal apabila $p > 0.05$, sedangkan jika $p < 0.05$ maka data dianggap tidak terdistribusi dengan normal.

Tabel 10. Hasil uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
total_kesepian	.224	50	.322	.860	50	.072
total_kecemasan	.086	50	.200	.947	50	.119

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data yang akan kita uji terdistribusi dengan normal dari dua tes uji normalitas. Dari tes *Shapiro-Wilk* didapatkan nilai Sig. 0.072 dan 0.119 yang berarti di atas nilai $p = 0.05$ ($p > 0.05$), hal ini menandakan bahwa data terdistribusi dengan normal. Begitu juga pada tes K-S didapatkan nilai Sig. 0.322 dan 0.200 yang berarti di atas nilai $p = 0.05$ ($p > 0.05$), maka mengindikasikan bahwa data juga terdistribusi dengan normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dapat diuji melalui observasi Q-Q plot dan grafik residual plot, atau dengan observasi lajur *F deviation from linearity*. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS for Windows untuk uji test ini pada data yang sama. Selain itu, juga bisa melalui nilai F dan kita komparasikan dengan tabel F.

Tabel 11. Hasil uji linearitas

			df	F	Sig.
total_kecemasan	Between	(Combined)	22	1.478	.166
* total_kesepian	Groups	Linearity	1	10.332	.003
		Deviation from Linearity	21	1.057	.440
Within Groups			27		
Total			49		

Hasil menunjukkan bahwa didapatkan Sig. 0.440 pada *Deviation from Linearity*, ini berarti di atas $p = 0.05$ ($p > 0.05$) yang menunjukkan hubungan antar variabel bersifat linear. Di satu sisi, kita bisa menggunakan tabel F melalui acuan *between group* $df = 21$ dengan *within group* $df = 27$. Sesuatu nilai F hitung (Sig. 0.05) didapatkan angka 1.96, dikarenakan nilai F pada gambar 2 diperoleh 1.057, yang berarti di bawah 1.96 ($1,057 < F$ tabel 1,96) maka ada hubungan linear secara signifikan antara variabel kesepian dengan variabel kecemasan.

4. Hasil Uji Hipotesis

Tujuan dilakukannya uji hipotesis pada penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh tingkat kesepian terhadap tingkat kecemasan. Dilakukan pada mahasiswa rantau yang saat ini sedang mengambil studi sarjana di UIN Malang. Hipotesis pada penelitian kali ini adalah sebagai berikut.

- a. **H₀**: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kesepian (*loneliness*) terhadap kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau UIN Malang
- b. **H₁**: Terdapat pengaruh yang signifikan antara kesepian (*loneliness*) terhadap kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa perantau UIN Malang

Uji hipotesis penelitian ini menggunakan dasar penilaian sebagai berikut:

- a. Jika Sig. < 0.05 maka H₀ ditolak
- b. Jika Sig. > 0.05 maka H₀ diterima

Uji hipotesis pada penelitian kali ini menggunakan uji regresi sederhana dengan tujuan ingin melihat apakah ada hubungan yang signifikan antara variabel dependen dengan independen serta seberapa besar perubahan variabel dependen yang bisa dijelaskan melalui variabel independen. Dilakukan dua kali dengan kondisi pertama yaitu variabel independen (kesepian) terhadap variabel dependen (kecemasan) dan kondisi kedua yaitu variabel independen (kecemasan) terhadap variabel dependen (kesepian).

Regresi sederhana dilakukan menggunakan aplikasi *Excel for Windows* untuk merapikan data dan SPSS untuk uji hipotesis regresi sederhana.

Menghasilkan dua tabel yaitu hasil R square dan *Coefficient* hasil regresi sederhana.

Tabel 12. Hasil R square kecemasan (Y)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.417 ^a	.174	.156	13.916

a. Predictors: (Constant), total_kesepian

Tabel di atas menunjukkan nilai R atau nilai korelasi analisis regresi sebesar 0.417 dengan determinasi R-square sebesar 0.174. Hal ini berarti korelasi variabel independen kesepian terhadap variabel dependen kecemasan sebesar 17.4%. Mengindikasikan bahwa variabel kesepian dapat menjelaskan variansi variabel kecemasan sebesar 17.4%.

Tabel 13. Hasil uji Regresi sederhana

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-2.989	10.952		-.273	.786
	total kesepian	.627	.197	.417	3.175	.003

a. Dependent Variable: total_kecemasan

Hasil analisis regresi menunjukkan $F(1,48) = 10,1$ dengan Sig. $0.003 < 0.05$ menandakan bahwa H_0 ditolak dan penelitian ini menerima H_1 sebagai hasil. Angka 0.627 merupakan nilai positif yang berarti semakin tinggi tingkat kesepian, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan. Ini berarti model bernilai signifikan dan bisa digunakan untuk menjelaskan hubungan antara variabel kesepian dan kecemasan.

Selanjutnya, peneliti juga melakukan uji hipotesis regresi sederhana di arah yang sebaliknya, dimana variabel kecemasan sebagai variabel independen dan variabel kesepian sebagai variabel dependen. Hasil regresi menunjukkan $F(1,48) = 10,1$ dengan Sig. $0.003 < 0.05$ yang menandakan bahwa H_0 ditolak dan menerima H_1 sebagai hasil. Angka 0.277 merupakan nilai positif yang berarti semakin tinggi tingkat kecemasan, maka semakin tinggi pula tingkat kesepian. Ini mengkonfirmasi bahwa hubungan antara variabel kesepian dan kecemasan memiliki hubungan dua arah yang signifikan dan memiliki hubungan timbal balik yang positif serta saling berkorelasi satu sama lain.

Peneliti selanjutnya melanjutkan analisis dengan mencoba melihat bagaimana masing-masing aspek kesepian mempengaruhi variabel kecemasan serta berapa perubahan yang disumbangkan masing-masing aspek variabel kesepian terhadap variabel kecemasan. Untuk itu, peneliti melakukan regresi sederhana pada masing-masing aspek kesepian dan disandingkan dengan hasil total variabel kecemasan. Selain itu, peneliti juga tertarik bagaimana masing-masing aspek variabel kecemasan mempengaruhi variabel kesepian saat arah pengaruh dibalik. Hal ini dilakukan untuk melihat bagaimana pengaruh masing-masing aspek tiap variabel mempengaruhi satu sama lain dalam hubungan dua arah.

Aspek variabel kesepian terdiri dari tiga yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression*. Dilakukan regresi sederhana dengan R square masing-masing yaitu 0.174 (Sig. $0.03 < 0.05$), 0.161 (Sig. 0.004), dan 0.216 (Sig. $0.001 < 0.05$). Adapun nilai koefisien regresi yaitu 2.693, 1.419, dan 2.459 pada masing-masing aspek kesepian terhadap variabel kecemasan. Angka-angka di atas menguatkan kesimpulan penelitian kali ini yaitu terdapat

pengaruh signifikan antara variabel kesepian dengan kecemasan. Dari tiga aspek yang ada, aspek *depression* memberikan pengaruh signifikan dengan kontribusi R square paling besar yaitu mencapai 21.6% dibandingkan aspek yang lain. Nilai koefisien regresi juga mengkonfirmasi bahwa ketiga aspek memiliki hubungan yang positif dengan kecemasan, ini menandakan bahwa jika masing-masing aspek meningkat, maka juga meningkatkan nilai variabel kecemasan. Tabel hasil analisis regresi sederhana masing-masing aspek lebih lengkap dapat dilihat pada bagian lampiran.

Selanjutnya, peneliti juga ingin melihat bagaimana aspek kecemasan mempengaruhi aspek kesepian pada arah yang sebaliknya. Dilakukan regresi sederhana pada dua aspek variabel kecemasan yaitu aspek fisik dan psikologis. Hasil dari regresi sederhana menghasilkan nilai R square masing-masing aspek sebesar 0.203 (Sig. 0.001 < 0.05) dan 0.126 (Sig. 0.011 < 0.05) . Adapun nilai koefisien regresi yaitu 0.406 dan 0.225 pada masing-masing aspek kecemasan terhadap variabel kesepian. Angka-angka di atas turut menguatkan kesimpulan bahwa antara variabel kecemasan dengan kesepian memiliki hubungan yang positif, signifikan, dan dua arah. Di antara kedua aspek kecemasan, aspek fisik lah yang memiliki sumbangsih paling besar terhadap kesepian di penelitian kali ini dengan pengaruh mencapai sebesar 20.3%. Sedangkan, nilai koefisien regresi menunjukkan bahwa kecemasan memiliki hubungan yang positif dengan variabel kesepian, ini menandakan bahwa jika masing-masing nilai aspek meningkat, maka juga meningkatkan nilai variabel kesepian. Tabel hasil analisis regresi sederhana masing-masing aspek lebih lengkap dapat dilihat pada bagian lampiran.

C. Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan antara variabel kesepian dan kecemasan pada sampel mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana, didapatkan nilai R square sebesar 0.174 atau 17.4% dengan Sig. 0.003 ($p < 0.05$) menunjukkan bahwa variabel kesepian bisa menjelaskan variansi dari variabel kecemasan pada sampel mahasiswa. Sisanya yaitu 82.6% dipengaruhi faktor lain di luar model ini. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Manurung, 2023; Rasyada, 2018; Rinaldi, 2021) dimana R square dilaporkan pada rentang 11-20% pada variabel kecemasan dan kesepian, spesifiknya pada sampel mahasiswa.

Dilakukan juga regresi sederhana kedua dengan variabel kecemasan (X) terhadap variabel kesepian (Y) dengan nilai $R = 0.417$ dan R square sebesar 0.174 atau 17.4% dengan Sig. 0.003 ($p < 0.05$). Terdapat hubungan dua arah antar variabel, saling memengaruhi secara positif, dan memiliki hubungan timbal balik. Apabila tingkat kecemasan meningkat maka tingkat kesepian pun juga ikut meningkat. Temuan ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa variabel kesepian dan kecemasan memiliki koneksi positif yang substansial, utamanya pada sampel mahasiswa dan siswa pada umumnya (Richardson et al., 2017; Sullivan et al., 2025; Wenig et al., 2023).

Selanjutnya, juga dilakukan analisis regresi pada masing-masing aspek variabel kesepian dengan kecemasan, begitu juga di arah sebaliknya. Dari ketiga aspek kesepian yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression* didapatkan masing-masing nilai R square yaitu 0.174 (Sig. 0.03 < 0.05), 0.161 (Sig. 0.004), dan 0.216 (Sig. 0.001 < 0.05). Adapun nilai koefisien regresi yaitu 2.693, 1.419, dan 2.459 pada masing-masing aspek kesepian terhadap variabel kecemasan. Pada arah sebaliknya,

aspek-aspek variabel kecemasan yaitu fisik dan psikologis didapatkan masing-masing nilai R square yaitu 0.203 (Sig. 0.001 < 0.05) dan 0.126 (Sig. 0.011 < 0.05) . Adapun nilai koefisien regresi yaitu 0.406 dan 0.225 pada masing-masing aspek kecemasan dengan variabel kesepian. Hasil keduanya menguatkan kesimpulan pada penelitian kali ini bahwa variabel kesepian dengan kecemasan memiliki hubungan yang positif, signifikan, dan dua arah.

1. Tingkat kesepian pada mahasiswa rantau

Mayoritas mahasiswa pada sampel penelitian kali ini mengalami kesepian di tingkat rendah (48%) diikuti dengan kesepian di tingkat sedang (36%). Rerata skor skala kesepian ada pada estimasi 45.70 (kategori rendah-sedang). Utamanya pada latar belakang mahasiswa rantau, temuan ini masih selaras dengan literatur sebelumnya. Bahwa faktor kesepian pada mahasiswa sering kali berkaitan dengan penyesuaian sosial dan tekanan psikologis selama masa studi, utamanya apabila mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dan keterbatasan dukungan sosial di tanah rantau (Riboldi dkk., 2025a)

Beberapa penelitian melihat adanya hubungan signifikan yang negatif antara tingkat kesepian dengan rendahnya adaptasi sosial (Musak, 2025) dan penelitian (Amany dkk., 2025) menunjukkan bahwa antara mahasiswa aktif dengan tidak aktif dalam kegiatan kemahasiswaan, mahasiswa yang tidak aktif cenderung memiliki tingkat kesepian yang lebih tinggi. Pada penelitian kali ini, ada total kategori berat dan sedang sejumlah 21 sampel atau 42%, mengingat sampel memiliki total 16 orang atau 32% berada pada semester 8 keatas dapat menjelaskan tingkat kesepian yang

cenderung tinggi pada sampel penelitian. Penelitian (Sembiring & Bajirani, 2024) menunjukkan bahwa usia, lama merantau, dan jenis kelamin tidak signifikan mempengaruhi tingkat kesepian. Peneliti mengarah ke kesimpulan yang sama pada penelitian kali ini karena faktor yang lebih besar memengaruhi lebih kepada semester responden daripada gender, umur, ataupun lama merantau (Gondokusumo & Soetjiningsih, 2023).

Hasil seperti aspek *depression* yang memiliki sumbangsih terbesar daripada dua aspek lainnya pada variabel kesepian memiliki kesamaan hasil seperti pada penelitian (Afrilia & Siregar, 2024; Paramitadewi & Simarmata, 2024) yang menunjukkan bahwa tingkat depresi, dukungan sosial, kepribadian (*Big Five Personality*, utamanya neurotisme / ekstraversi) mempengaruhi resiko untuk kecemasan, depresi, dan kemampuan interaksi individu dalam sosial pada mahasiswa rantau. Selain itu, penelitian kualitatif mahasiswa yang mengalami siklus “kangen rumah” memiliki tingkat kecemasan, depresi, sulit tidur, dan menurunnya motivasi akademik pada kehidupan sehari-hari mahasiswa. Ini menunjukkan bahwa aspek kepribadian dan interaksi sosial mahasiswa juga sama pentingnya dan bisa dijadikan sebagai parameter ukur tingkat kesepian pada mahasiswa rantau.

2. Tingkat kecemasan pada mahasiswa rantau

Mayoritas mahasiswa pada sampel ini mengalami kecemasan sedang (32%) diikuti dengan kecemasan ringan (26%). Rerata skor skala Hamilton berada di estimasi 25.40 (kategori sedang). Hal yang menarik adalah beberapa sampel pada penelitian kali ini berasal dari fakultas

kedokteran UIN Malang. Meskipun hanya tiga orang (6%), temuan pada mahasiswa rantau fakultas kedokteran memiliki prevalensi kecemasan cukup tinggi di angka 42.2% kecemasan sedang, 41.1% di kecemasan ringan dengan 16.5% di kecemasan berat (Septianawati dkk., 2023).

Pada sampel mahasiswa rantau pada umumnya, temuan penelitian kali ini sesuai dengan literatur sebelumnya yang mana mahasiswa perantau jika dihadapkan pada lingkungan baru akan kesulitan menyesuaikan diri, namun yang menarik adalah faktor kecemasan tertinggi datang dari kesulitan dalam pengaturan keuangan (Marthoenis et al., 2022; Saputri, 2025). Adapun faktor yang memengaruhi seperti lingkungan buruk yang menghalangi prestasi, sulit beradaptasi dengan budaya, sosial, bahasa, dan makanan baru di daerah sekitar perantauan (Najich dkk., 2024). Pada mahasiswa Universitas Airlangga, Saputri (2025) menjelaskan latar belakang sosial ekonomi keluarga menengah kebawah memiliki kerentanan mengalami kecemasan sedang sebesar 52.3% dari 197 mahasiswa. Faktor sosial ekonomi bisa menjadi variabel tambahan di masa depan untuk penelitian mengenai kecemasan pada sampel mahasiswa rantau.

Di satu sisi, aspek kecemasan seperti fisik dan psikologis pada penelitian kali ini, menunjukkan bahwa aspek fisik memiliki dampak besar terhadap kecemasan dengan kesepian. Hal yang sama saat masa pandemi dimana penelitian pada 443 partisipan mahasiswa di Jerman (Werner dkk., 2021) memperlihatkan bahwa kecemasan fisik menjadi komplain terbesar selain kecemasan saat kesepian melanda mahasiswa di Jerman akibat Covid. Selain itu, penelitian longitudinal pada mahasiswa

sebanyak 3099 memperlihatkan bahwa tingkat depresi, kecemasan, dan gejala somatik fisik dapat dijadikan sebagai prediktor yang sangat bagus untuk tingkat kesendirian saat masa perkuliahan berlangsung (Dadfar dkk., 2024). Kecemasan dalam mempengaruhi fisik mahasiswa secara bersamaan menurunkan kualitas hidup individu, menurunkan harga diri, kemampuan dalam berinteraksi sosial dengan meningkatkan faktor gaya hidup yang tidak sehat seperti bergadang, jadwal tidur yang tidak teratur, dan pemilihan diet yang tidak seimbang membuat mahasiswa, utamanya yang merantau kesulitan dalam menjaga keseimbangan kehidupan perkuliahan dengan kehidupan pribadi (Qirtas dkk., 2023).

3. Hubungan antara kesepian dan kecemasan pada mahasiswa rantau

Secara keseluruhan, antara variabel kesepian dan kecemasan terdapat hubungan positif yang signifikan. Hal ini sesuai dengan literatur sebelumnya juga yang menekankan tingkat kesepian erat kaitannya dengan tingkat kecemasan (Cil dkk., 2025; Gul, 2017; Wenig dkk., 2023b). Peneliti mengambil kesimpulan dimana semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi pula kecemasan. Pada penelitian longitudinal, kesepian akan bertambah semakin besar dan akan membuat tingkat kecemasan yang lebih besar pada 454 mahasiswa seiring bertambahnya waktu (Richardson dkk., 2017). Pada masa covid-19, kesepian menjadi prediktor kuat tentang munculnya kecemasan, stress, depresi, dan masalah psikologis lainnya (Sullivan dkk., 2025b). Ditambah, mahasiswa dengan gejala kecemasan memiliki resiko 6.48 kali lebih besar memiliki tingkat kesepian yang tinggi pula (Wenig dkk., 2023b). Pada sampel mahasiswa, kesendirian mengarah ke kecemasan individu karena individu yang

memiliki tingkat kesendirian tinggi cenderung dan menghindar dari pergaulan, menciptakan siklus negatif yang meningkatkan kecemasan sosial. Hubungan sosial hilang utamanya pada mahasiswa rantau yang bisa menjadi sistem pendukung bersama di tanah rantau (Syifa, 2005).

Hubungan antar variabel yang positif, signifikan, dan memiliki hubungan dua arah satu sama lain dikuatkan dengan penelitian di China dimana 941 mahasiswa pada penelitian longitudinal, didapatkan bahwa kesendirian, kecemasan, dan tingkat depresi saling berkaitan satu sama lain yang berarti semakin tinggi tingkat kesepian juga terasosiasi dengan tingginya tingkat kecemasan dan gejala depresif (Yang dkk., 2023). Tidak hanya di China, penemuan yang sama juga ditemukan pada mahasiswa di Jerman (Werner dkk., 2021), Inggris dan Italia (Riboldi dkk., 2025b). Spesifiknya pada aspek-aspek variabel kesepian seperti kepribadian, ditemukan studi pada kepribadian tinggi tingkat neurotisme dan rendahnya tingkat ekstrasversion merupakan prediktor utama variabel kecemasan pada 451 mahasiswa di Brazil (Bernardelli dkk., 2025). Ini menandakan bahwa penjelasan kepribadian individu dan kemampuan interpersonal individu bisa dijadikan prediktor untuk tingkat kesendirian dapat dijelaskan. Sedangkan semakin tinggi tingkat kesendirian, semakin tinggi pula tingkat kecemasan (baik secara fisik maupun psikologis) bahkan bisa dijelaskan sebesar 26.8% pada sampel 228 mahasiswa Kroasia (Petak, 2024).

Hubungan dua arah diperkuat dengan penelitian dari berbagai negara seperti di Cina dimana tingkat kesendirian dengan kecemasan memiliki hubungan yang berbanding lurus dan memiliki hubungan sebab akibat

ketimbang korelasional, sebanyak 2785 mahasiswa di Cina melihat kesendirian sebagai prediktor langsung tingkat depresi dengan kecemasan serta variabel kemampuan memaafkan diri (*self compassion*) menjadi variabel mediasi langsung antara kedua variabel (Wang dkk., 2023)

Di satu sisi, ekonomi mahasiswa rantau menjadi variabel mediasi yang ampuh memprediksi tingkat kecemasan mahasiswa yang jauh dari rumah (Marthoenis et al., 2022; Saputri, 2025). Oleh karena itu, terdapat beberapa variabel yang bisa menjadi eksplorasi selanjutnya seperti adanya variabel moderasi atau media dari variabel lain seperti latar belakang ekonomi mahasiswa, atau penggunaan pendekatan regresi yang lebih tepat dan akurat. Menggunakan lebih dari dua variabel independen seperti latar belakang ekonomi keluarga atau budaya, utamanya untuk mahasiswa yang berasal dari luar pulau dari berbagai daerah dari seluruh Indonesia.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Salah satu ciri khas dari budaya Universitas di Indonesia adalah mahasiswa datang dari berbagai macam daerah di seluruh Indonesia untuk mengenyam pendidikan perguruan tinggi. Kerap kali, mereka beranjak dari kampung halaman menuju ke kota-kota besar di Indonesia dan menetap sementara untuk mengenyam pendidikan lebih lanjut, status perantau identik dengan mahasiswa Indonesia. Kondisi perantauan membawa tantangan psikologis unik, dimana mahasiswa harus beradaptasi di lingkungan baru, membangun hubungan sosial dari nol, dan seringkali menghadapi rasa kesepian dan kecemasan akibat jauh dari keluarga dan kampung halaman.

1. Tingkat kesepian pada mahasiswa rantau

Berdasarkan penelitian terhadap 50 mahasiswa dengan profil seimbang (Laki-laki berjumlah 28 mahasiswa dan perempuan berjumlah 22 mahasiswa) berusia 20-25 tahun serta berada di rentang semester antara 4 hingga 14 yang berkuliah di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Mayoritas mahasiswa memiliki tingkat kesepian pada kategori rendah hingga sedang dengan rerata skor skala kesepian menunjukkan 45.70 yang berarti mahasiswa perantau secara umum berada pada kategori rendah ke sedang.

2. Tingkat kecemasan pada mahasiswa rantau

Pada, tingkat kecemasan pada mahasiswa menunjukkan kondisi lebih serius dibandingkan tingkat kesepian. Mayoritas mahasiswa (58%)

mengalami tingkat kecemasan ringan ke sedang dengan temuan 28% mahasiswa mengalami kecemasan sedang ke berat. Rerata skor skala kecemasan menunjukkan 25.40 yang berarti mahasiswa perantau secara umum berada pada kategori sedang. Proporsi kecemasan tingkat berat ke panik di penelitian ini dapat mengindikasikan bahwa status perantau mungkin berkontribusi pada tingkat kecemasan yang lebih tinggi akibat tekanan adaptasi budaya, akademik, dan sosial.

3. Hubungan antara kesepian dan kecemasan pada mahasiswa baru

Terdapat hubungan positif dan signifikan antara kesepian dan kecemasan pada mahasiswa perantau. Hasil analisis regresi menunjukkan $R^2 = 0.174$ (Sig. 0.003) yang berarti variabel kesepian dapat dijelaskan sebesar 17.4% variasi pada variabel kecemasan mahasiswa. Signifikansi $p = 0.003$ ($p < 0.05$) menunjukkan bahwa hubungan antar variabel signifikan dan konsisten dengan penelitian sebelumnya pada sampel mahasiswa perantau. Juga, didapatkan nilai $B = 0.627$, angka positif berarti hubungan antar variabel memiliki hubungan positif dan signifikan, sehingga semakin tinggi tingkat kesepian maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan.

B. Saran

Berdasarkan penelitian ini, maka terdapat beberapa saran yang bisa dijadikan bahan pertimbangan kepada pihak terkait:

a. Bagi Subjek Penelitian

Beberapa hal yang bisa dilakukan adalah untuk mengurangi tingkat kesepian untuk mahasiswa adalah bangun koneksi sosial secara aktif seperti

mengikuti kegiatan mahasiswa. Menjaga hubungan dengan teman sekelas dan asal daerah dengan bergabung ke organisasi daerah yang ada di kampus, jaga hubungan dengan keluarga dengan rutin melakukan telepon dan saling sapa. Mahasiswa memiliki kegiatan yang banyak sehingga sangat direkomendasikan untuk memiliki rutinitas yang selalu dilakukan setiap hari.

Rutinitas yang bisa dilakukan seperti tidur cukup, olahraga ringan, kegiatan curhat dengan teman menjadi aktivitas yang dapat mengurangi tingkat kesepian dan kecemasan sebagai mahasiswa rantau. Rutinitas dapat memberikan rasa kontrol, arah tujuan, dan dapat mengurangi kecemasan. Bergabung ke organisasi daerah juga membuat mahasiswa dapat beradaptasi di 6 bulan pertama saat pindah ke daerah baru, menjadi tempat yang ideal untuk mengenal daerah baru namun dengan suasana yang masih terasa familiar.

b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, peneliti melihat keterbatasan pada sisi eksplorasi variabel independen sebagai faktor pengukur korelasi variabel dependen kecemasan. Temuan menunjukkan adanya variabel lain di luar sana yang dapat mengukur tingkat kecemasan di mahasiswa perantau dengan lebih baik. Beberapa saran dari peneliti yaitu eksplorasi dari latar belakang ekonomi mahasiswa, budaya asal mahasiswa, tingkat stress, atau kepribadian individu dalam menjalin hubungan interpersonal.

Penelitian dengan variabel mediasi dapat dilakukan dan bisa melihatkan faktor yang bersumbang kepada tingkat kecemasan. Studi

longitudinal dapat dilakukan misalnya dengan sampel di bulan pertama lalu di bulan keenam dan dilihat perbandingan hasil tingkat kecemasan.

Daftar Pustaka

- Afrilia, D., & Siregar, M. F. Z. (2024). Pengaruh Homesickness Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Rantau. *Jurnal Studi Islam Indonesia (Jsii)*, 2(1), 176–188. <https://ejournal.lapad.id/jsii/article/view/647>
- Amany, A. N., Handayani, P. K., & Sari, A. S. (2025). *Perbedaan Tingkat Kesepian Pada Mahasiswa Rantau Yang Aktif Dan Tidak Aktif Dalam Kegiatan Kemahasiswaan* (Versi 4344) [Doctoral, Universitas Muhammadiyah Jember]. <https://repository.unmuhjember.ac.id/28000/>
- Aryand, A. D., Mardiyawan, O., & Nurdianto, F. A. (2020). Proses Adaptasi Kaum Muda Yang Bermigrasi Ke Kota Yogyakarta Dan Bandung. *Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25(2), 215–228. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss2.art4>
- Azwar, S. (2017a). *Metode Penelitian Psikologi Edisi Ii* (Versi 4203). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017b). *Metode Penelitian Psikologi Edisi Ii*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017c). *Metode Penelitian Psikologi Edisi Ii*. Pustaka Pelajar. <https://books.google.co.id/books?id=9pjyzweacaaj>
- Bernardelli, L. V., Pereira, C., Brene, P. R. A., & Rangel, R. R. (2025). The Relationship Between Anxiety And Personality Traits In University Students. *Avaliação: Revista Da Avaliação Da Educação Superior (Campinas)*, 30, E025029. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/198257652025v30id29023929>
- Bruss, G. S., Gruenberg, A. M., Goldstein, R. D., & Barber, J. P. (1994). Hamilton Anxiety Rating Scale Interview Guide: Joint Interview And Test-Retest Methods For Interrater Reliability. *Psychiatry Research*, 53(2), 191–202. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(94\)90110-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(94)90110-4)
- Cil, E., Kesler, A., Akpınar, M., & Rahmani, N. (2025). The Relationship Between Anxiety, Loneliness, And Emotional Intelligence Among University Students. *African Journal Of Biological Sciences*, 6, 6740–6747. <https://doi.org/10.48047/afjbs.6.6.2024.6740-6748>
- Dadfar, M., Hosseini, A. F., & Lester, D. (2024). The Relationship Of Somatic Symptoms With Psychological Distress, Depression, Loneliness And Social Support In Iranian Students Using Modeling. *Mankind Quarterly*, 64(3). <https://doi.org/10.46469/Mq.2024.64.3.4>
- De Jong-Gierveld, J. (1987). Developing And Testing A Model Of Loneliness. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 53(1), 119–128. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.1.119>
- Ella Yolanda, -, & Elyusra Ulfah, -. (2025). *Hubungan Psychological Well-Being Dengan Loneliness Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Yang Merantau* (Versi 4225) [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau]. <https://repository.uin-suska.ac.id/86871/>
- Faulkner, J. E., & De Jong, G. F. (1966). Religiosity In 5-D: An Empirical Analysis. *Social Forces*, 45(2), 246–254. <https://doi.org/10.2307/2574395>
- Gaite, G., Ingkiriwang, E., & Tania, E. (2022). Gambaran Tingkat Stress, Kecemasan Dan Depresi Mahasiswa Saat Adaptasi Tahun Kedua Pandemi Covid-19. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 28, 289–294. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v28i3.2381>
- Ghozali, I. (2013). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program Ibm Spss 21 Update Pls Regresi* (Versi 4301).

- Giyati, A. N., & Whibowo, C. (2023). Hubungan Antara Self-Compassion Dan Regulasi Emosi Dengan Stres Pada Dewasa Awal. *Psikodimensia*, 22(1), 83–95. <https://doi.org/10.24167/psidim.V22i1.5018>
- Gondokusumo, A. L., & Soetjningsih, C. H. (2023). Dukungan Sosial Dan Kesepian Pada Mahasiswa Rantau Uksw Dari Luar Pulau Jawa. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 831–836. <https://doi.org/10.47492/jih.V12i2.2969>
- Gul, S. (2017). *A Study Of Loneliness And Academic Anxiety Among College Students*. 25, 85–89.
- Hamilton, M. (1959). The Assessment Of Anxiety States By Rating. *British Journal Of Medical Psychology*, 32(1), 50–55. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>
- Hamilton, M. (1959). The Assessment Of Anxiety States By Rating. *British Journal Of Medical Psychology*, 32(1), 50–55. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>
- Harijanto, J., & Setiawan, J. L. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perantau Di Surabaya. *Psychopreneur Journal*, 1(1), 85–93. <https://doi.org/10.37715/psy.V1i1.361>
- Hulukati, W., & Djibrin, Moh. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, 2(1), 73. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.V2n1.p73-80>
- Humaira, Z. (2024). *Mengetahui Pengaruh Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Dan Mahasiswa Tingkat Akhir*.
- Ismoyowati, T. W. (2021). Tingkat Kecemasan Perawat Terhadap Penularan Covid 19 Dan Tingkat Kenyamanan Perawat Dalam Penggunaan Alat Pelindung Diri Selama Merawat Pasien Dengan Covid-19. *Jurnal Penelitian Kesehatan "Suara Forikes" (Journal Of Health Research "Forikes Voice")*, 12(3), 345–348. <https://doi.org/10.33846/sf.V12i3.1189>
- Kasinda, Y., Wahyudi, M., Zalmy, S., S, N. F. A., Wulandari, N., Deya, C. R., & Pratama, M. (2026). Analisis Psikometrik Skala Ucla Loneliness Pada Mahasiswa Di Sumatera Barat. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(2), 3450–3458. <https://doi.org/10.63822/mtc12d05>
- Lim, M. H., Rodebaugh, T. L., Zyphur, M. J., & Gleeson, J. F. M. (2016). Loneliness Over Time: The Crucial Role Of Social Anxiety. *Journal Of Abnormal Psychology*, 125(5), 620–630. <https://doi.org/10.1037/abn0000162>
- Manurung, S. A. (2023). *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir (Versi 4310)* [Thesis, Universitas Medan Area]. <https://repository.uma.ac.id/handle/123456789/21663>
- Marthoenis, M., Izzah, N., & Sari, H. (2022). Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Rantau Di Aceh. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(2), 21–28. <https://doi.org/10.52199/jik.V10i2.25622>
- Muhamad Ramdan, I. (2019). Reliability And Validity Test Of The Indonesian Version Of The Hamilton Anxiety Rating Scale (Ham-A) To Measure Work-Related Stress In Nursing. *Jurnal Ners*, 14, 33–40. <https://doi.org/10.20473/jn.V14i1.10673>
- Mulyanissa Dila, -. (2023). *Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Mahasiswi (Versi 4214)* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau]. <https://repository.uin-suska.ac.id/69298/>
- Musak, W. A. L. (2025). Hubungan Antara Kesepian Dan Adaptasi Sosial: Studi Kasus Pada Mahasiswa Rantau Di Jakarta. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 14(1). <https://journal.untar.ac.id/index.php/phronesis/article/view/31271>

- Najich, M., Rahman, D., & Atmoko, A. (2024). Analisis Faktor Yang Berkontribusi Terhadap Kecemasan Sosial Pada Siswa: A Systematic Literature Review. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9, 1653–1662. <https://doi.org/10.51169/Ideguru.V9i3.1182>
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2018). *Abnormal Psychology In A Changing World* (Versi 4257). Pearson Higher Education.
- Paramitadewi, K. K., & Simarmata, N. (2024). Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Riset Kesehatan Modern*, 6(4). <https://journalversa.com/s/index.php/jrkm/article/view/2933>
- Perlman, D., & Peplau, L. (1981a). Toward A Social Psychology Of Loneliness Personal Relationships 3. *Personal Relationships In Disorder*, 3, 31–43.
- Perlman, D., & Peplau, L. (1981b). Toward A Social Psychology Of Loneliness Personal Relationships 3. *Personal Relationships In Disorder*, 3, 31–43.
- Petak, A. (2024). Interpersonalne Kognitivne Distorzije Kao Medijator Učinka Socijalne Anksioznosti I Depresivnosti Na Usamljenost Studenata. *Primenjena Psihologija*, 17(4), 577–601. <https://doi.org/10.19090/Pp.V17i4.2527>
- Qirtas, M. M., Zafeiridi, E., White, E. B., & Pesch, D. (2023). The Relationship Between Loneliness And Depression Among College Students: Mining Data Derived From Passive Sensing. *Digital Health*, 9, 20552076231211104. <https://doi.org/10.1177/20552076231211104>
- Rabinowitz, J., Williams, J. B. W., Hefting, N., Anderson, A., Brown, B., Fu, D. J., Kadriu, B., Kott, A., Mahableshwarkar, A., Sedway, J., Williamson, D., Yavorsky, C., & Schooler, N. R. (2023). Consistency Checks To Improve Measurement With The Hamilton Rating Scale For Anxiety (Ham-A). *Journal Of Affective Disorders*, 325, 429–436. <https://doi.org/10.1016/J.Jad.2023.01.029>
- Rasyada, A. (2018). *Hubungan Antara Loneliness Dan Kecemasan Sosial Dengan Kecenderungan Adikasi Media Sosial Pada Kalangan Generasi Milenial Universitas Muhammadiyah Surabaya* (Versi 4243) [Undergraduate, Universitas Muhammadiyah Surabaya]. <https://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/2736/>
- Riboldi, I., Crocamo, C., Piacenti, S., Capogrosso, C. A., Calabrese, A., Lucini Paioni, S., Bartoli, F., Armes, J., Taylor, C., & Carrà, G. (2025a). Mental Health And Loneliness In University Students: A Structural Equation Modelling Comparing Italy And The Uk. *International Journal Of Social Psychiatry*, 71(8), 1574–1586. <https://doi.org/10.1177/00207640251346273>
- Riboldi, I., Crocamo, C., Piacenti, S., Capogrosso, C. A., Calabrese, A., Lucini Paioni, S., Bartoli, F., Armes, J., Taylor, C., & Carrà, G. (2025b). Mental Health And Loneliness In University Students: A Structural Equation Modelling Comparing Italy And The Uk. *The International Journal Of Social Psychiatry*, 71(8), 1574–1586. <https://doi.org/10.1177/00207640251346273>
- Richardson, T., Elliott, P., Roberts, R., & Jansen, M. (2017). Relationship Between Loneliness And Mental Health In Students. *Journal Of Public Mental Health*, 16(2), 48–54. <https://doi.org/10.1108/Jpmh-03-2016-0013>
- Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Di Indonesia. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 267–277. <https://doi.org/10.26740/Jptt.V11n3.P267-277>
- Russell, D. W. (1996a). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, And Factor Structure. *Journal Of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/S15327752jpa6601_2

- Russell, D. W. (1996b). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, And Factor Structure. *Journal Of Personality Assessment*, 66(1), 20–40.
https://doi.org/10.1207/S15327752jpa6601_2
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research Methods For Business: A Skill Building Approach* (Versi 4237). John Wiley & Sons.
- Sembiring, A. C., & Bajirani, M. P. D. (2024). Gambaran Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Sarjana (S1) Rantau. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(23), 101–113.
<https://doi.org/10.5281/Zenodo.14560592>
- Septianawati, P., Pratama, T. S., Kusumo, M. H. B., & Maulana, A. M. (2023). Uji Reliabilitas Dan Validitas Hras Dan Ndi Versi Indonesia Untuk Mengukur Kecemasan Dan Dispepsia Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama. *Psikologi Konseling*, 15(2), 347–357.
<https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/konseling/article/view/29439>
- Stern, P. C. (1986). Toward A Social Psychology Of Solidarity. *American Psychologist*, 41(2), 229–231. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.41.2.229>
- Sugiyono. (2016a). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Versi 1563, 1 Ed., Vol. 1). Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2016b). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (1 Ed., Vol. 1). Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Statistika Untuk Penelitian* (Versi 1563, 1 Ed., Vol. 1). Cv Alfabeta.
- Sullivan, P. J., Ruiz-Menjivar, J., Zhang, X., Carr, B. R., & Abraczinskas, M. (2025a). Examining The Impact Of Loneliness And Resilience On Mental Health: Empirical Evidence From A Nationally Representative Sample Of American College Students. *European Psychiatry*, 68(Suppl 1), S422–S423.
<https://doi.org/10.1192/J.Eurpsy.2025.878>
- Sullivan, P. J., Ruiz-Menjivar, J., Zhang, X., Carr, B. R., & Abraczinskas, M. (2025b). Examining The Impact Of Loneliness And Resilience On Mental Health: Empirical Evidence From A Nationally Representative Sample Of American College Students. *European Psychiatry*, 68(Suppl 1), S422–S423,
<https://doi.org/10.1192/J.Eurpsy.2025.878>
- Syifa, N. F. (2005). *Hubungan Antara Kecemasan Komunikasi Interpersonal Dengan Kesepian Pada Remaja Kelas Ii Smu Al-Muayyad Surakarta* (Versi 4393) [Undergraduate, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim].
<http://etheses.uin-malang.ac.id/55184/>
- Vokasi, Usi. (2025, Maret 12). Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Kecemasan Mahasiswa Perantau Universitas Airlangga. *Fakultas Vokasi Universitas Airlangga*. <https://vokasi.unair.ac.id/hubungan-tingkat-sosial-ekonomi-orang-tua-dengan-kecemasan-mahasiswa-perantau-universitas-airlangga/>
- Wahyutama, & Maulani, S. (2022). Mahasiswa Perantauan Minang Di Jakarta. *Jurnal Konvergensi*, 377–391.
- Wang, S., Tang, Q., Lv, Y., Tao, Y., Liu, X., Zhang, L., & Liu, G. (2023). The Temporal Relationship Between Depressive Symptoms And Loneliness: The Moderating Role Of Self-Compassion. *Behavioral Sciences*, 13(6), 472.
<https://doi.org/10.3390/Bs13060472>
- Weiss, R. S. (With Internet Archive). (1974). *Loneliness: The Experience Of Emotional And Social Isolation* (Versi 4285). Cambridge, Mass., Mit Press.
http://archive.org/details/Lonelinessexper0000weis_P6s5
- Wenig, V., Heumann, E., Stock, C., Busse, H., Negash, S., Pischke, C. R., & Heinrichs, K. (2023a). Associations Of Loneliness With Mental Health And With Social And Physical Activity Among University Students In Germany: Results Of The Covid-19

- German Student Well-Being Study (C19 Gsws). *Frontiers In Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1284460>
- Wenig, V., Heumann, E., Stock, C., Busse, H., Negash, S., Pischke, C. R., & Heinrichs, K. (2023b). Associations Of Loneliness With Mental Health And With Social And Physical Activity Among University Students In Germany: Results Of The Covid-19 German Student Well-Being Study (C19 Gsws). *Frontiers In Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1284460>
- Werner, A. M., Tibubos, A. N., Mülder, L. M., Reichel, J. L., Schäfer, M., Heller, S., Pfirrmann, D., Edelmann, D., Dietz, P., Rigotti, T., & Beutel, M. E. (2021). The Impact Of Lockdown Stress And Loneliness During The Covid-19 Pandemic On Mental Health Among University Students In Germany. *Scientific Reports*, 11(1), 22637. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-02024-5>
- Yang, M., Wei, W., Ren, L., Pu, Z., Zhang, Y., Li, Y., Li, X., & Wu, S. (2023). How Loneliness Linked To Anxiety And Depression: A Network Analysis Based On Chinese University Students. *Bmc Public Health*, 23(1), 2499. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17435-4>

Lampiran 1

Instrumen Skala

KUESIONER PENELITIAN

Terdapat dua instrumen yang akan digunakan yaitu instrumen *UCLA Loneliness Scale (Version 3)* untuk mengukur variabel kesepian dan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* untuk mengukur variabel kecemasan.

1) Data Responden

- a) Nama / Inisial (cth: AR, BA, PK)
- b) Jenis Kelamin
- c) Usia
- d) Fakultas
- e) Semester
- f) Daerah asal / Kabupaten
- g) Pulang kerumah dalam setahun

2) Instrumen Skala Kesepian

Petunjuk:

Anda diminta untuk menjawab setiap butir pernyataan di bawah ini dengan memilih salah satu dari 4 (empat) pilihan jawaban yang paling sesuai dengan pikiran anda.

Keterangan:

1 = Sangat Tidak Setuju

2 = Tidak Setuju

3 = Setuju

4 = Sangat Setuju

STS = Jika pernyataan tersebut TIDAK PERNAH dengan diri anda

TS = Jika pernyataan tersebut JARANG dengan diri anda

S = Jika pernyataan tersebut SERING dengan diri anda

SS = Jika pernyataan tersebut SELALU dengan diri anda

No.	Pernyataan	TS	S	S	SS
1.	Saya merasa selaras dengan orang sekitar saya				
2.	Saya memiliki sedikit teman				
3.	Saya tidak memiliki seseorang sebagai tempat mengadu				
4.	Saya tidak merasa kesepian				
5.	Saya merasa diasingkan dari kelompok pertemanan				
6.	Saya memiliki banyak kesamaan dengan orang di sekitar saya				
7.	Saya merasa tidak dekat dengan siapapun				
8.	Saya tidak terbiasa berbagi pendapat dan minat saya dengan orang lain				
9.	Saya merupakan pribadi yang ramah				
10.	Saya memiliki orang terdekat yang saya percaya				
11.	Saya merasa tidak dianggap				
12.	Kualitas hubungan sosial saya terasa dangkal				
13.	Tidak ada orang yang benar-benar memahami saya				
14.	Saya merasa dikucilkan dari lingkungan saya				
15.	Saya bisa menjalin persahabatan atau jika saya menginginkannya				
16.	Saya memiliki seseorang yang memahami saya dengan baik				
17.	Saya tidak suka menyendiri				
18.	Saya merasa sendiri walaupun sedang di tengah keramaian				
19.	Saya memiliki seseorang untuk diajak berbagi cerita				
20.	Saya memiliki orang yang dapat dipercaya sebagai tempat mengadu				

3) Instrumen Skala Kecemasan

Petunjuk:

Anda diminta untuk menjawab setiap butir pernyataan di bawah ini dengan memilih salah satu dari 4 (empat) pilihan jawaban yang paling sesuai dengan pikiran anda.

Keterangan:

0 = Tidak ada gejala sama sekali

1 = Ringan, satu dari gejala yang ada

2 = Sedang, atau separuh dari gejala yang ada

3 = Berat, atau lebih 1/2 gejala yang ada

4 = Sangat berat, semua gejala ada

No.	Gejala	Skor				
		0	1	2	3	4
1.	Perasaan Cemas: Cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung					
2.	Ketegangan: Merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gelisah, gemetar					
3.	Ketakutan: Takut terhadap gelap, terhadap orang asing, bila di tinggal sendiri dan takut pada binatang besar, pada keramaian, pada kerumunan orang banyak					
4.	Gangguan tidur: Sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak nyenyak, bangun dengan lesu, banyak bermimpi, mimpi buruk, mimpi menakutkan					
5.	Gangguan kecerdasan: Sulit konsentrasi, penurunan					

	daya ingat, daya ingat buruk					
6.	Perasaan depresi: Hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan tidak menyenangkan sepanjang hari					
7.	Gejala somatik (otot): sakit dan nyeri pada otot-otot, kaku, kedutan otot, gigik gemerutuk, suara tidak stabil					
8.	Gejala sensorik: Perasaan ditusuk-tusuk, penglihatan kabur, muka merah dan pucat, merasa lemah, tinnitus (telinga berdengung)					
9.	Gejala kardiovaskuler: Jantung berdebar kencang, berdebar-debar, nyeri di dada, denyut nadi mengeras, rasa lesu/lemas seperti mau pingsan dan detak jantung hilang sekejap					
10.	Gejala pernapasan: Rasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas panjang dan merasa napas pendek					
11.	Gejala gastrointestinal: Sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri perut sebelum dan sesudah makan, rasa terbakar di perut, rasa penuh / kembung, berat badan menurun, mual dan muntah, BAB lembek, sembelit					
12.	Gejala urogenital: Sering buang air kencing, tidak dapat menahan kencing, tidak kunjung menstruasi, darah haid berlebihan, darah haid amat sedikit, masa haid berkepanjangan, ejakulasi dini,					

	ereksi hilang, impotensi					
13.	Gejala vegetatif: Mulut kering, mudah berkeringat, muka merah, pusing atau sakit kepala, kepala terasa berat, bulu-bulu berdiri					
14.	Perilaku sewaktu wawancara: Gelisah, tidak tenang, jari-jari gemetar, mengkerutkan dahi atau kening, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek dan cepat, muka merah					

Lampiran 2

nama	gender	umur	Fakultas	Semester	Daerah Asal	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	item 11	item 12	item 13	item 14	item 15	item 16	item 17	item 18	item 19	item 20	total score	total_category
FR	L	25	Fakultas Ekonomi	8	MOJOKERTO	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	47	Rendah
DE	L	25	Fakultas Sains dan Teknologi	12	Sidoarjo	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	40	Rendah
FA	L	25	Fakultas Sains dan Teknologi	14	Kota Kediri	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41	Rendah
A	L	24	Fakultas Psikologi	14	Mojokerto	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	45	Rendah
NA	L	25	Fakultas Ekonomi	8	Kab Blitar	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	44	Rendah
UP	P	23	Fakultas Ekonomi	8	Jombang	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	45	Rendah
AA	P	22	Fakultas Psikologi	8	Kota Yogyakarta	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	46	Rendah
AAA	P	21	Fakultas Ekonomi	6	Banyuwangi	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	32	Tidak ada
DF	P	22	Fakultas Humaniora	8	Mojokerto	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31	Tidak ada
AF	P	22	Fakultas Sains dan Teknologi	8	Tangerang	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	46	Rendah
RK	L	24	Fakultas Psikologi	4	Samarinda	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40	Rendah
MDKR	L	20	Fakultas Sains dan Teknologi	4	Banyuwangi	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	48	Rendah
FF	L	24	Fakultas Psikologi	10	Kediri	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32	Tidak ada
YA	L	21	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	6	Banyuwangi	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	47	Rendah
RY	L	21	Fakultas Humaniora	6	Yogyakarta	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41	Rendah
EF	P	24	Fakultas Psikologi	4	Malang	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44	Rendah
AF	L	20	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	6	Banyuwangi	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	43	Rendah
PA	L	21	Fakultas Humaniora	4	Gresik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	60	Sedang
FA	P	20	Fakultas Psikologi	4	Surabaya	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41	Rendah
RA	L	20	Fakultas Sains dan Teknologi	6	Malang	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40	Rendah
NA	P	22	Fakultas Syariah	4	Kudus	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	46	Rendah
DA	L	20	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	6	Madiun	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30	Tidak ada
SA	P	22	Fakultas Ekonomi	4	Pasuruan	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	57	Sedang
MA	L	20	Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	6	Kediri	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40	Rendah
LA	P	21	Fakultas Psikologi	4	Probolinggo	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30	Tidak ada
KA	L	20	Fakultas Syariah	6	Blitar	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62	Sedang
TA	P	21	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	4	Sidoarjo	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	65	Berat
IA	L	20	Fakultas Humaniora	4	Tangerang	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	66	Berat
UA	P	22	Fakultas Psikologi	6	Samarinda	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	Sedang
CA	L	21	Fakultas Sains dan Teknologi	4	Banyuwangi	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	44	Rendah
BA	P	20	Fakultas Syariah	8	Magelang	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	46	Rendah
GA	L	22	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	6	Malang	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61	Sedang
HA	P	21	Fakultas Ekonomi	4	Yogyakarta	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	63	Sedang
JA	L	20	Fakultas Psikologi	6	Depok	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	64	Sedang
YA	P	21	Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	6	Wonogiri	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62	Sedang
WA	L	21	Fakultas Syariah	4	Kediri	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	68	Berat
ZA	P	20	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	6	Gresik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	45	Rendah
RF	L	21	Fakultas Humaniora	4	Ponorogo	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	62	Sedang
NF	P	20	Fakultas Psikologi	6	Pasuruan	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	Rendah
DF	L	21	Fakultas Sains dan Teknologi	8	Sidoarjo	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	47	Rendah
SF	P	22	Fakultas Syariah	10	Madiun	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60	Sedang
MF	L	23	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	6	Madiun	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	63	Sedang
LF	P	21	Fakultas Ekonomi	4	Mojokerto	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	64	Sedang
KF	L	20	Fakultas Psikologi	6	Blitar	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	Sedang
TF	P	21	Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	6	Mojokerto	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61	Sedang
IF	L	21	Fakultas Syariah	12	Surabaya	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	62	Sedang
PF	P	24	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	4	Banyumas	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	46	Rendah
VF	L	22	Fakultas Humaniora	8	Semarang	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60	Sedang
FF	P	22	Fakultas Psikologi	14	Tegal	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	62	Sedang
AB	L	25	Fakultas Sains dan Teknologi	6	Jombang	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60	Sedang

Tabulasi Responden Skala Kesepian

Lampiran 3

Tabulasi Skala Kecemasan

Lampiran 4

Hasil Uji Validitas Skala Hamilton Anxiety Scale Rate (HARS)

Correlations																
		hamilton1	hamilton2	hamilton3	hamilton4	hamilton5	hamilton6	hamilton7	hamilton8	hamilton9	hamilton10	hamilton11	hamilton12	hamilton13	hamilton14	total_hamilton
hamilton1	Pearson Correlation	1	.845**	.773**	.739**	.814**	.871**	.707**	.667**	.716**	.764**	.747**	.746**	.828**	.787**	.883**
	Sig. (2-tailed)		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton2	Pearson Correlation	.845**	1	.644**	.708**	.746**	.848**	.712**	.755**	.698**	.815**	.759**	.794**	.845**	.826**	.884**
	Sig. (2-tailed)	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton3	Pearson Correlation	.773**	.644**	1	.698**	.752**	.688**	.741**	.796**	.722**	.772**	.754**	.794**	.747**	.684**	.849**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton4	Pearson Correlation	.739**	.708**	.698**	1	.717**	.754**	.780**	.775**	.773**	.737**	.635**	.692**	.659**	.761**	.838**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton5	Pearson Correlation	.814**	.746**	.752**	.717**	1	.794**	.791**	.720**	.726**	.802**	.664**	.681**	.787**	.784**	.866**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton6	Pearson Correlation	.871**	.848**	.688**	.754**	.794**	1	.729**	.722**	.755**	.789**	.698**	.728**	.840**	.827**	.888**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton7	Pearson Correlation	.707**	.712**	.741**	.780**	.791**	.729**	1	.845**	.932**	.829**	.747**	.772**	.738**	.763**	.893**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton8	Pearson Correlation	.667**	.755**	.796**	.775**	.720**	.722**	.845**	1	.820**	.850**	.823**	.836**	.806**	.735**	.899**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton9	Pearson Correlation	.716**	.698**	.722**	.773**	.726**	.755**	.932**	.820**	1	.809**	.758**	.787**	.747**	.786**	.887**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton10	Pearson Correlation	.764**	.815**	.772**	.737**	.802**	.789**	.829**	.850**	.809**	1	.841**	.908**	.847**	.830**	.935**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton11	Pearson Correlation	.747**	.759**	.754**	.635**	.664**	.698**	.747**	.823**	.758**	.841**	1	.853**	.827**	.739**	.874**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton12	Pearson Correlation	.746**	.794**	.794**	.692**	.681**	.728**	.772**	.836**	.787**	.908**	.853**	1	.823**	.845**	.908**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton13	Pearson Correlation	.828**	.845**	.747**	.659**	.787**	.840**	.738**	.806**	.747**	.847**	.827**	.823**	1	.833**	.913**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001	<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
hamilton14	Pearson Correlation	.787**	.826**	.684**	.761**	.784**	.827**	.763**	.735**	.786**	.830**	.739**	.845**	.833**	1	.902**
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		<.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
total_hamilton	Pearson Correlation	.883**	.884**	.849**	.838**	.866**	.888**	.893**	.899**	.887**	.935**	.874**	.908**	.913**	.902**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

**, Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Skala UCLA Loneliness (version 3)

[illegible]

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Lampiran 5

Uji Reliabilitas

Skala Hamilton Anxiety Scale

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.979	.979	14

Inter-Item Correlation Matrix

	hamilton1	hamilton2	hamilton3	hamilton4	hamilton5	hamilton6	hamilton7	hamilton8	hamilton9	hamilton10	hamilton11	hamilton12	hamilton13	hamilton14
hamilton1	1.000	.845	.773	.739	.814	.871	.707	.667	.716	.764	.747	.746	.828	.787
hamilton2	.845	1.000	.644	.708	.746	.848	.712	.755	.698	.815	.759	.794	.845	.826
hamilton3	.773	.644	1.000	.698	.752	.688	.741	.796	.722	.772	.754	.794	.747	.684
hamilton4	.739	.708	.698	1.000	.717	.754	.780	.775	.773	.737	.635	.692	.659	.761
hamilton5	.814	.746	.752	.717	1.000	.794	.791	.720	.726	.802	.664	.681	.787	.784
hamilton6	.871	.848	.688	.754	.794	1.000	.729	.722	.755	.789	.698	.728	.840	.827
hamilton7	.707	.712	.741	.780	.791	.729	1.000	.845	.932	.829	.747	.772	.738	.763
hamilton8	.667	.755	.796	.775	.720	.722	.845	1.000	.820	.850	.823	.836	.806	.735
hamilton9	.716	.698	.722	.773	.726	.755	.932	.820	1.000	.809	.758	.787	.747	.786
hamilton10	.764	.815	.772	.737	.802	.789	.829	.850	.809	1.000	.841	.908	.847	.830
hamilton11	.747	.759	.754	.635	.664	.698	.747	.823	.758	.841	1.000	.853	.827	.739
hamilton12	.746	.794	.794	.692	.681	.728	.772	.836	.787	.908	.853	1.000	.823	.845
hamilton13	.828	.845	.747	.659	.787	.840	.738	.806	.747	.847	.827	.823	1.000	.833
hamilton14	.787	.826	.684	.761	.784	.827	.763	.735	.786	.830	.739	.845	.833	1.000

Skala UCLA Loneliness (Version 3)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.978	.979	20

Inter-Item Correlation Matrix

	ucla1	ucla2	ucla3	ucla4	ucla5	ucla6	ucla7	ucla8	ucla9	ucla10	ucla11	ucla12	ucla13	ucla14	ucla15	ucla16	ucla17	ucla18	ucla19	ucla20
ucla1	1.000	.598	.610	.727	.780	.751	.702	.758	.730	.628	.680	.681	.868	.798	.660	.709	.708	.754	.646	.613
ucla2	.598	1.000	.591	.601	.633	.740	.636	.703	.521	.597	.680	.749	.643	.655	.561	.620	.686	.683	.585	.493
ucla3	.610	.591	1.000	.591	.651	.809	.708	.578	.574	.734	.747	.629	.654	.728	.619	.600	.762	.747	.568	.488
ucla4	.727	.601	.591	1.000	.626	.722	.683	.683	.777	.688	.773	.616	.712	.669	.766	.807	.687	.734	.804	.697
ucla5	.780	.633	.651	.626	1.000	.690	.632	.632	.634	.644	.727	.773	.739	.795	.620	.610	.775	.698	.561	.520
ucla6	.751	.740	.809	.722	.690	1.000	.769	.769	.677	.797	.732	.760	.799	.841	.729	.697	.869	.923	.667	.607
ucla7	.702	.636	.708	.683	.632	.769	1.000	.744	.601	.619	.780	.665	.754	.694	.648	.699	.799	.779	.650	.572
ucla8	.758	.703	.578	.683	.632	.769	.744	1.000	.601	.619	.717	.726	.692	.764	.648	.699	.799	.779	.650	.572
ucla9	.730	.521	.574	.777	.634	.677	.601	.601	1.000	.780	.628	.667	.643	.707	.779	.817	.643	.696	.823	.785
ucla10	.628	.597	.734	.688	.644	.797	.619	.619	.780	1.000	.652	.690	.660	.741	.759	.805	.758	.736	.757	.710
ucla11	.680	.680	.747	.773	.727	.732	.780	.717	.628	.652	1.000	.702	.730	.731	.606	.655	.837	.743	.672	.543
ucla12	.681	.749	.629	.616	.773	.760	.665	.726	.667	.690	.702	1.000	.615	.886	.650	.632	.860	.768	.590	.567
ucla13	.868	.643	.654	.712	.739	.799	.754	.692	.643	.660	.730	.615	1.000	.649	.623	.676	.752	.737	.626	.542
ucla14	.798	.655	.728	.669	.795	.841	.694	.764	.707	.741	.731	.886	.649	1.000	.683	.656	.878	.852	.626	.621
ucla15	.660	.561	.619	.766	.620	.729	.648	.648	.779	.759	.606	.650	.623	.683	1.000	.880	.693	.750	.821	.782
ucla16	.709	.620	.600	.807	.610	.697	.699	.699	.817	.805	.655	.632	.676	.656	.880	1.000	.663	.721	.921	.883
ucla17	.708	.686	.762	.687	.775	.869	.799	.799	.643	.758	.837	.860	.752	.878	.693	.663	1.000	.883	.639	.573
ucla18	.754	.683	.747	.734	.698	.923	.779	.779	.696	.736	.743	.768	.737	.852	.750	.721	.883	1.000	.679	.621
ucla19	.646	.585	.568	.804	.561	.667	.650	.650	.823	.757	.672	.590	.626	.626	.821	.921	.639	.679	1.000	.852
ucla20	.613	.493	.488	.697	.520	.607	.572	.572	.785	.710	.543	.567	.542	.621	.782	.883	.573	.621	.852	1.000

Lampiran 6

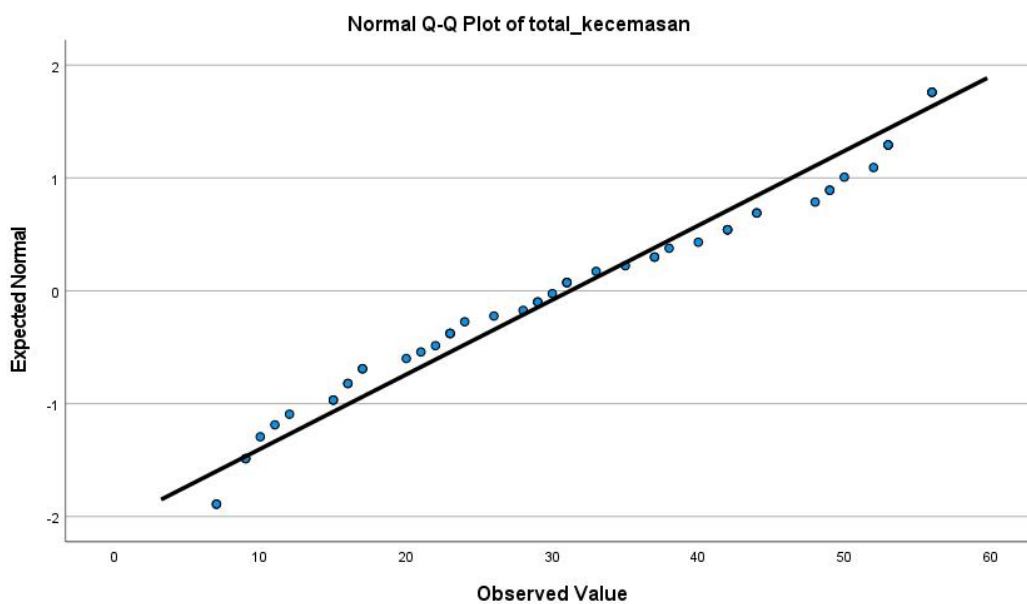
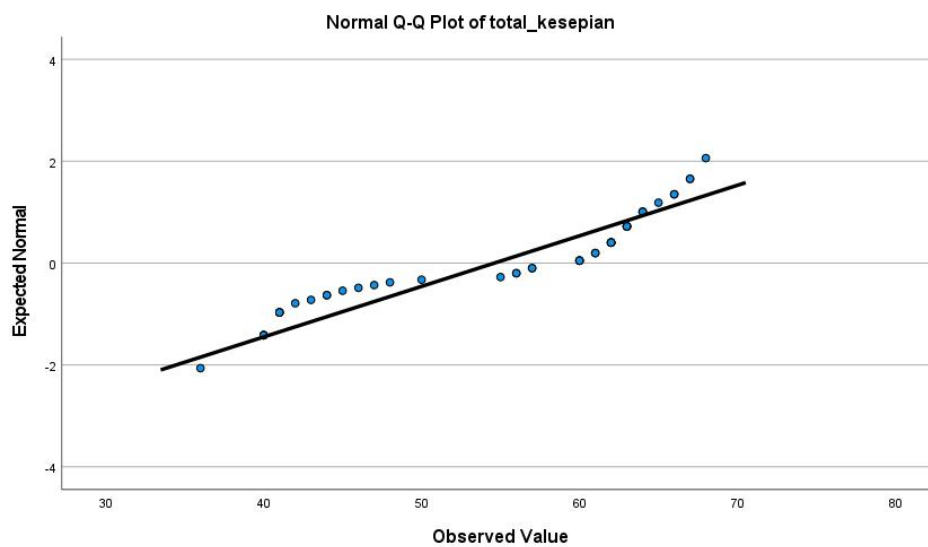
Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
total_kesepian	.224	50	.322	.860	50	.072
total_kecemasan	.086	50	.200*	.947	50	.119

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction



Lampiran 7

Uji linearitas

Uji linear saat variabel kesepian (X) terhadap kecemasan (Y)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
total_kecemasan * total_kesepian	Between Groups	(Combined)	6145.947	22	279.361	1.478	.166
		Linearity	1952.543	1	1952.543	10.332	.003
		Deviation from Linearity	4193.404	21	199.686	1.057	.440
	Within Groups		5102.633	27	188.986		
	Total		11248.580	49			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
total_kecemasan * total_kesepian	.417	.174	.739	.546

Uji linear saat variabel kecemasan (X) terhadap kesepian (Y)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
total_kesepian * total_kecemasa n	Between Groups	(Combined)	3681.500	30	122.717	1.804	.090
		Linearity	863.393	1	863.393	12.692	.002
		Deviation from Linearity	2818.107	29	97.176	1.429	.211
	Within Groups		1292.500	19	68.026		
	Total		4974.000	49			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
total_kesepian * total_kecemasan	.417	.174	.860	.740

Lampiran 8

Hasil Uji Regresi

Uji Regresi kondisi pertama: Variabel kesepian (X) terhadap kecemasan (Y)

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.417 ^a	.174	.156	13.916

a. Predictors: (Constant), total_kesepian

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1952.543	1	1952.543	10.082	.003 ^b
	Residual	9296.037	48	193.667		
	Total	11248.580	49			

a. Dependent Variable: total_kecemasan

b. Predictors: (Constant), total_kesepian

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-2.989	10.952		-.273	.786
	total_kesepian	.627	.197	.417	3.175	.003

a. Dependent Variable: total_kecemasan

Uji Regresi kondisi pertama: Variabel kecemasan (X) terhadap kesepian(Y)

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.417 ^a	.174	.156	9.254

a. Predictors: (Constant), total_kecemasan

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	863.393	1	863.393	10.082	.003 ^b
	Residual	4110.607	48	85.638		
	Total	4974.000	49			

a. Dependent Variable: total_kesepian

b. Predictors: (Constant), total_kecemasan

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	45.951	3.022	15.205	.000
	total_kecemasan	.277	.087	.417	.003

a. Dependent Variable: total_kesepian

Lampiran 9

Informed Consent Google Form

Kuesioner Penelitian : Hubungan Keseharian Dengan Kecemasan Mahasiswa Perantau UIN Malang

Halo, partisipan penelitian!

Perkenalkan, saya Ahmad Santoso mahasiswa S-1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang saat ini sedang melakukan penelitian untuk skripsi mengenai 'Hubungan Keseharian dengan Kecemasan Mahasiswa Perantau UIN Malang'.

Dengan demikian, saya memohon ketersediaan Anda untuk mengisi dan berpartisipasi secara sukarela sebagai responden. Partisipasi Anda sangat berarti dan membantu proses penyelesaian skripsi peneliti.

Hormat saya,
Ahmad Santoso

* Indicates required question

Kriteria Responden

- Mahasiswa/i aktif program Sarjana UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Mahasiswa perantau
- Usia 18-25 tahun
- Merantau minimal 1 tahun

Dengan mencentang kotak di bawah, anda bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian. Saya memahami bahwa identitas dan bentuk data yang saya bagikan dalam penelitian ini akan dijamin kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Saya juga memahami bahwa partisipasi penelitian ini bersifat sukarela sehingga saya dapat menarik diri secara bebas jika dirasa terdapat ketidaksesuaian. *

☐ Saya bersedia

Next

Page 1 of 5

Clear form

Lampiran 10

Hasil regresi aspek kesepian dan kecemasan

Personality x kecemasan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.418 ^a	.174	.157	13.910

a. Predictors: (Constant), total_personality

personality x kecemasan^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta	t		Tolerance	VIF
1	(Constant)	-4.377	11.351				
	total_personality	2.693	.846	.418	3.184	.003	1.000

a. Dependent Variable: total_hamilton

social_desirability x kecemasan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.402 ^a	.161	.144	14.020

a. Predictors: (Constant), total_social

social_desirability x kecemasan^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta	t		Tolerance	VIF
1	(Constant)	-3.168	11.494				
	total_social_1	1.419	.467	.402	3.037	.004	1.000

a. Dependent Variable: total_hamilton

depression x kecemasan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.465 ^a	.216	.200	13.551

a. Predictors: (Constant), item_depression

depression x kecemasan^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2434.768	1	2434.768	13.260	.001 ^b
	Residual	8813.812	48	183.621		
	Total	11248.580	49			

a. Dependent Variable: total_hamilton

c. Predictors: (Constant), item_depression

fisik x kesepian

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.451 ^a	.203	.187	8.182

a. Predictors: (Constant), total_kesepian

fisik x kesepian^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	819.696	1	819.696	12.246	.001 ^b
	Residual	3213.024	48	66.938		
	Total	4032.720	49			

a. Dependent Variable: total_fisik

b. Predictors: (Constant), total_kesepian

psikologis x kesepian

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.355 ^a	.126	.108	6.035

a. Predictors: (Constant), total_kesepian

psikologis x kesepian^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	252.822	1	252.822	6.941	.011 ^b
	Residual	1748.458	48	36.426		
	Total	2001.280	49			

a. Dependent Variable: total_psikologis

b. Predictors: (Constant), total_kesepian