

Loneliness di Perantauan: Bagaimana Peran *Parental Attachment* dan *Self-Esteem* pada Mahasiswa Baru?

Razelasyah

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Tatik Meiyuntariningsih

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Hetti Sari Ramadhani

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: razelasyah21203@gmail.com

Abstract

This study aims to examine the relationship between loneliness, parental attachment, and self-esteem in new overseas students in Surabaya City. Using a correlational quantitative design, this study involved 233 students in Surabaya city who were selected by purposive sampling. The instruments used include parental attachment scale ($\alpha=0.927$), self-esteem scale ($\alpha=0.953$), and loneliness scale ($\alpha=0.948$). developed by the researcher. The data were analyzed by linear regression, and the results showed a significant relationship between the three variables. parental attachment and self-esteem to loneliness. Partially, the results showed that there is a significant negative relationship between parental attachment and loneliness. This means that the higher the parental attachment, the lower the loneliness of students will be. In addition, there is a significant negative relationship between self-esteem and loneliness. This shows that the higher the self-esteem, the lower the level of loneliness felt by students. It is recommended that new students strengthen relationships with family and increase self-esteem to reduce loneliness.

Keywords: Parental Attachment, Self-Esteem, Loneliness, Surabaya Students, Overseas Students

Abstrak [Center, Arial 12, Bold, Italic]

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara loneliness, parental attachment, dan self-esteem pada mahasiswa baru perantauan di Kota Surabaya. Menggunakan desain kuantitatif korelasional, penelitian ini melibatkan 233 mahasiswa di kota Surabaya yang dipilih dengan purposive sampling. Instrumen yang digunakan meliputi skala parental attachment ($\alpha=0,927$), skala self-esteem ($\alpha=0,953$), dan skala loneliness ($\alpha=0,948$). yang dikembangkan oleh peneliti. Data dianalisis dengan regresi linear, dan hasilnya menunjukkan adanya hubungan signifikan antara ketiga variabel. parental attachment dan self-esteem terhadap loneliness. Secara parsial, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara parental attachment dan loneliness. Artinya, semakin tinggi parental attachment, maka loneliness mahasiswa akan semakin rendah. Selain itu, ada hubungan negatif yang signifikan antara self-esteem dan loneliness. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi self-esteem, semakin rendah pula tingkat loneliness yang dirasakan oleh mahasiswa. Disarankan agar mahasiswa baru memperkuat hubungan dengan keluarga dan meningkatkan self-esteem untuk mengurangi loneliness.

Kata kunci: Parental Attachment, Self-Esteem, Loneliness, Mahasiswa Surabaya, Mahasiswa Baru Perantauan.

Pendahuluan

Keinginan untuk mendapatkan pendidikan berkualitas seringkali membuat seseorang memilih merantau (Vidyanindita, Agustin, & Setyanto, 2017). Mahasiswa baru, yang umumnya berada dalam rentang usia 18-25 tahun, menghadapi tantangan besar dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan yang berbeda dari lingkungan sekolah. Perbedaan ini dapat meningkatkan risiko *loneliness*, di mana individu cenderung menilai orang lain secara negatif, tidak mempercayai mereka, dan menginterpretasikan tindakan sosial dengan cara yang kurang positif. Menurut Russell (1996), *loneliness* adalah pengalaman subjektif yang muncul ketika individu merasa kurang memiliki kedekatan dengan orang lain. Kesepian dapat bersifat sementara atau dipicu oleh perubahan signifikan dalam kehidupan sosial seseorang, seperti perpindahan ke lingkungan baru. Kesepian secara emosional terjadi ketika individu tidak berhasil menjalin hubungan yang erat dan terintegrasi secara sosial (Santrock, 2003). Pada situasi ini, mahasiswa baru sering merasa tidak ada yang memahami mereka, yang membuat mereka terisolasi, terutama ketika hubungan dekat yang dimiliki mengalami penurunan.

Mahasiswa yang merantau ke kota besar seperti di Kota Surabaya berada di fase awal masa dewasa, sebuah periode transisi yang menuntut kemampuan beradaptasi terhadap tantangan-tantangan baru. Menurut *Mental Health Foundation* (2023), individu berusia 16-24 tahun lebih rentan terhadap *loneliness* dibandingkan kelompok usia yang lebih tua. Penelitian Saputri, Rahman, dan Kurniadewi (2018) mengungkapkan bahwa 60% mahasiswa perantauan mengalami tingkat kesepian di atas rata-rata, menunjukkan dampak signifikan dari pengalaman merantau terhadap kesehatan mental mereka. Hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada 34 mahasiswa baru perantauan juga menunjukkan bahwa 27 di antaranya mengalami kesepian yang mencakup aspek *personality* yakni kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, *social desirability loneliness* kurangnya hubungan yang mendalam dengan teman baru, dan *depression loneliness* yakni gangguan emosional yang memicu kesedihan dan rasa tidak berharga.

Menurut Peplau (1994), *loneliness* adalah pengalaman subjektif yang muncul ketika hubungan sosial kehilangan elemen penting, yang menyebabkan perasaan gelisah, cemas, dan tertekan. Weiss (dalam Wilson, 2017) menambahkan bahwa *loneliness* sering kali merupakan pengalaman emosional yang menyakitkan akibat isolasi sosial atau emosional. *Loneliness* juga dapat berdampak pada perilaku, seperti menarik diri dari interaksi sosial atau tidak berbagi masalah dengan orang lain, yang memperburuk isolasi (Perlman & Peplau, 1981). Aspek *depression loneliness* yang dijelaskan oleh Lubis (2009) menunjukkan bahwa kesepian dapat memicu gangguan suasana hati, kehilangan semangat, dan perasaan tidak berharga, yang sering kali berujung pada isolasi sosial yang lebih dalam.

Dalam konteks ini, *parental attachment* dan *self-esteem* telah diidentifikasi sebagai faktor penting yang memengaruhi *loneliness*, terutama pada mahasiswa dewasa awal. Bowlby (1980) menjelaskan melalui teori kelekatan bahwa hubungan yang aman dengan orang tua memberikan rasa percaya diri dan stabilitas emosional, yang penting untuk mencegah *loneliness*. Sebaliknya, kurangnya kelekatan

emosional dengan orang tua dapat meningkatkan risiko loneliness karena individu merasa kurang didukung secara emosional (Hediati & Nawangsa, 2020). Selain itu, self-esteem berperan penting dalam membantu individu membangun hubungan sosial yang sehat. Coopersmith (1967) menyatakan bahwa individu dengan *self-esteem* tinggi cenderung lebih percaya diri dan mampu menjalin hubungan yang bermakna, sementara rendahnya *self-esteem* dapat memicu perasaan tidak berharga dan isolasi sosial. Penelitian Rasadi (2014) juga menemukan bahwa *self-esteem* yang rendah secara signifikan berkorelasi dengan *loneliness* pada mahasiswa baru.

Namun, penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada satu variabel saja, seperti *parental attachment* atau *self-esteem*, tanpa mempertimbangkan interaksi kedua variabel tersebut terhadap *loneliness*. Misalnya, Felixia (2022) meneliti pengaruh *parental attachment* terhadap *loneliness*, sedangkan Fitria (2022) dan Utami (2022) lebih menitikberatkan pada hubungan *self-esteem* dengan *loneliness*. Penelitian-penelitian ini juga sering menggunakan subjek yang homogen, sehingga hasilnya sulit digeneralisasi (Rasadi, 2014; Utami, 2022). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi gap tersebut dengan menggabungkan *parental attachment* dan *self-esteem* sebagai prediktor *loneliness*, serta menguji interaksi kedua variabel tersebut pada mahasiswa baru perantauan. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan memberikan perspektif baru tentang bagaimana kombinasi faktor internal yakni *self-esteem* dan eksternal yakni *parental attachment* memengaruhi loneliness pada mahasiswa yang menghadapi tantangan adaptasi di lingkungan baru.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk menemukan kekuatan hubungan antara tiga variabel, yaitu *loneliness* (Y) sebagai variabel terikat, serta *parental attachment* (X1) dan *self-esteem* (X2) sebagai variabel bebas. Variabel *parental attachment* menggambarkan kelekatan emosional antara mahasiswa dengan orang tua. Variabel *self-esteem* merujuk pada evaluasi individu terhadap nilai, kemampuan, dan kepercayaan diri dalam kehidupan sosial. Sedangkan variabel *loneliness* menggambarkan pengalaman subjektif mahasiswa baru perantauan yang mencakup perasaan terasing, kekurangan hubungan sosial bermakna, serta keterpisahan dari lingkungan sosial.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa baru angkatan 2024 di Kota Surabaya. Responden dipilih berdasarkan karakteristik berikut:

1. Mahasiswa yang berkuliah di Kota Surabaya.
2. Mahasiswa yang berasal dari luar Pulau Jawa.
3. Mahasiswa angkatan 2024 di Kota Surabaya.
4. Mahasiswa yang tinggal di kost atau asrama.
5. Mahasiswa yang tidak memiliki keluarga di Kota Surabaya.

Sampel penelitian ditentukan menggunakan metode *purposive sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 233 mahasiswa. Penetapan jumlah sampel ini dihitung menggunakan *GPower* dengan tingkat keyakinan *alpha* (α) sebesar 0,05, *beta* (β) sebesar 0,80, dan *effect size* medium sebesar 0,163.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang terdiri dari tiga skala, yaitu skala *parental attachment*, skala *self-esteem*, dan skala *loneliness*. Skala *parental attachment* dikembangkan berdasarkan teori Armsden dan Greenberg (2009) dengan 24 aitem dan reliabilitas 0,927. Skala *self-esteem* dikembangkan berdasarkan teori Coopersmith (1967) dengan 47 aitem dan reliabilitas 0,953. Skala *loneliness* menggunakan aspek dari teori Russell (1980). Semua skala diukur menggunakan skala Likert untuk menilai tingkat persetujuan terhadap setiap pernyataan.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan *software* IBM SPSS versi 26 for *Windows*. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi berganda untuk mengidentifikasi kontribusi masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat.

Hasil

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan SPSS for *Window* versi 26, didapatkan signifikansi sebesar $0.052 > 0.05$. Artinya bahwa sebaran data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 1. Data demografi PTS/PTN di Surabaya

No	Asal Universitas	Jumlah	Presentase
1	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (UNTAG)	78	33.48 %
2	Universitas Kristen Petra	15	6.44 %
3	Institut Teknologi Sepuluh Nopember	14	6.01 %
4	Universitas Airlangga	14	6.01 %
5	Universitas Dr. Soetomo	14	6.01 %
6	Universitas Muhammadiyah Surabaya	13	5.58 %
7	Universitas PGRI Adi Buana	13	5.58 %
8	Universitas Bhayangkara Surabaya	12	5.15 %
9	Universitas Hang Tuah Surabaya	11	4.72 %
10	Universitas Surabaya	10	4.29 %
11	Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	10	4.29 %
12	Universitas WR Supratman	9	3.86 %
13	Universitas Negeri Surabaya	9	3.86 %
14	Universitas Katolik Darma Cendika	8	3.43 %
15	Universitas Wijaya Putra	8	3.43 %
16	Universitas 45 Surabaya	8	3.43 %
17	Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya	7	3.00 %
18	Universitas Merdeka Surabaya	6	2.58 %
19	Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	5	2.15 %
20	Institut Teknologi Adhi Tama Surabaya	3	1.29 %
21	Universitas Ciputra Surabaya	3	1.29 %
22	Universitas Telkom Surabaya	3	1.29 %
23	Universitas Hayam Wuruk Perbanas	1	0.43 %
24	STIESIA Surabaya	1	0.43 %
	Total	233	100%

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi dengan variabel *parental attachment* (X1), *self-esteem* (X2), dan *loneliness* (Y). Untuk memastikan kelayakan data dalam analisis, dilakukan uji asumsi klasik yang mencakup uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas, yang dianalisis menggunakan program IBM SPSS versi 26 for Windows.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan SPSS for Window versi 26, didapatkan signifikansi sebesar $0,052 > 0,05$. Artinya bahwa sebaran data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variabel	One Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
	Sig.	Keterangan
<i>Loneliness</i>	0,052	Normal

Sumber : Output Statistic Program SPSS 26 for Windows

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan SPSS for Window versi 26, didapatkan signifikansi sebesar $0,052 > 0,05$. Artinya bahwa sebaran data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas

Variabel	Linearity		
	F	Sig.	Ket
<i>Loneliness-Parental Attachment</i>	269.102	0,000	Linier
<i>Loneliness-Self-Esteem</i>	359.137	0,000	Linier

Sumber : Output Statistic Program SPSS 26 for Windows

Berdasarkan hasil uji linieritas yang dilakukan pada variabel *Parental Attachment* dengan *Loneliness*, didapatkan hasil koefisiensi *Linearity* sebesar 0,00 artinya koefisien tersebut $< 0,05$ sehingga dapat dikatakan *Parental Attachment* memiliki hubungan yang linier. Begitu juga dengan variabel *Self-Esteem* didapatkan hasil koefisiensi *Linearity* 0,00 artinya koefisiensi tersebut $< 0,05$ sehingga dapat dikatakan variabel *Self-Esteem* memiliki hubungan yang linier.

Tabel 4. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Collinearity Statistics		
	Tolerance	VIF	Keterangan
<i>Parental Attachment-Self Esteem</i>	0.704	1.421	Tidak Terjadi Multikolinieritas

Sumber : Output Statistic Program SPSS 26 for Windows

Hasil uji multikolinieritas antara variabel X1 (*Parental Attachment*) dan X2 (*Self-Esteem*) diperoleh nilai *tolerance* = 0,704 >0.10 dan nilai VF = 1.421 < 10.00. Artinya tidak ada multikolinieritas / interkorelasi antara variabel variabel X1 (*Parental Attachment*) dan X2 (*Self-Esteem*).

Tabel 5. Hasil Uji Heteroskedastitas

Variabel	p-value	Keterangan	Kesimpulan
<i>Parental Attachment</i>	0.326	>0.05	Tidak terjadi heteroskedastisitas
<i>Self-Esteem</i>	0.073	>0.05	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Sumber : *Output Statistic Program SPSS 26 for Windows*

Hasil uji Heteroskedastisitas terhadap variabel *Parental Attachment* dan *Self-Esteem* menggunakan korelasi *Spearman's Rho* diperoleh signifikansi = 0,326 ($p > 0,05$) pada variabel *Parental Attachment* pada variabel *Self-Esteem* diperoleh signifikansi = 0,73. Artinya tidak terjadi Heteroskedastisitas pada kedua variabel.

Tabel 6. Hasil Kategorisasi Data *Loneliness*

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
<i>Loneliness</i>	<74	Tinggi Sekali	0	0%
	63-73	Tinggi	87	37,3%
	52-62	Sedang	99	42,5%
	41-51	Rendah	25	10,7%
	<41	Rendah Sekali	22	9,4%
Jumlah				100%

Berdasarkan hasil kategorisasi skor *Loneliness*, sebanyak 9,4% partisipan, atau 22 orang, berada dalam kategori skor sangat rendah sekali dengan nilai kurang dari 41. Sebanyak 10,7% partisipan, yaitu 25 orang, termasuk dalam kategori skor rendah dengan nilai kurang dari 51. Kategori skor sedang mencakup 42,5% partisipan, berjumlah 99 orang, dengan nilai kurang dari 62. Sementara itu, 87 partisipan, yaitu 37,3% masuk dalam kategori skor tinggi dengan nilai kurang dari 73.

Responden kemudian digolongkan ke dalam lima kategorisasi *parental attachment* yaitu *parental attachment* rendah sekali, rendah, sedang, dan tinggi, tinggi sekali. Berdasarkan tabel 7 kategorisasi berikut, dapat disimpulkan bahwa responden penelitian secara keseluruhan mengalami *parental attachment* yang sedang.

Tabel 7. Hasil Kategorisasi Data *Parental Attachment*

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
Parental Attachment	>83	Tinggi Sekali	0	0%
	72-82	Tinggi	36	15,5%
	61-71	Sedang	155	66,5%
	49-60	Rendah	40	17,2%
	<49	Rendah Sekali	2	9%
Jumlah				100%

Berdasarkan hasil kategorisasi skor *Parental Attachment*, sebanyak 9% partisipan, atau 2 orang, berada dalam kategori skor sangat rendah sekali dengan nilai kurang dari 49. Sebanyak 17,2% partisipan, yaitu 40 orang, termasuk dalam kategori skor rendah dengan nilai kurang dari 60. Kategori skor sedang mencakup 66,5 % partisipan, berjumlah 155 orang, dengan nilai kurang dari 71. Sementara itu, 36 partisipan, yaitu 15,5% masuk dalam kategori skor tinggi dengan nilai kurang dari 82.

Responden kemudian digolongkan ke dalam lima kategorisasi *self-esteem* yaitu *self-esteem* rendah sekali, rendah, sedang, dan tinggi, tinggi sekali. Berdasarkan tabel 8 kategorisasi berikut, dapat disimpulkan bahwa responden penelitian secara keseluruhan mengalami *self-esteem* yang sedang.

Tabel 8. Hasil Kategorisasi Data *Self-Esteem*

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
Self-Esteem	>145	Tinggi Sekali	37	15,9%
	134-144	Tinggi	36	15,5%
	122-133	Sedang	83	35,6%
	111-121	Rendah	56	24%
	<111	Rendah Sekali	21	9%
Jumlah				100%

Berdasarkan hasil kategorisasi skor *Self-Esteem*, sebanyak 9% partisipan, atau 21 orang, berada dalam kategori skor sangat rendah sekali dengan nilai kurang dari 121. Sebanyak 24% partisipan, yaitu 56 orang, termasuk dalam kategori skor Sedang dengan nilai kurang dari 133. Kategori skor sedang mencakup 35,6% partisipan, berjumlah 83 orang, dengan nilai kurang dari 144. Sementara itu, 36 partisipan, yaitu 15,5% masuk dalam kategori skor tinggi dengan nilai kurang dari 82. Dan sebanyak 15,9% partisipan, yaitu 37 orang, termasuk dalam kategori skor Sedang dengan nilai kurang dari 144.

Hasil analisis statistik pada tabel 9 menunjukkan bahwa secara simultan ada pengaruh yang signifikan kedua variabel prediktor yaitu *parental attachment* dan *self-esteem* terhadap *loneliness* ($F=144,630$; $P=0,000$). Penelitian ini membuktikan

bahwa *parental attachment* dan *self-esteem* merupakan prediktor yang signifikan terhadap *loneliness*. Pengaruh kedua variabel prediktor sebesar 55,7% terhadap *loneliness*. 94,43% dipengaruhi oleh variabel yang lain.

Tabel 9. Analisis Regresi Berganda Variabel Prediktor terhadap *Loneliness*

Statistic	Value
F	144,630
P	0,00
R	0,746
R Square	0,557

Sumber : *Output Statistic Program SPSS 26 for Window*

Berdasarkan tabel 10 yaitu hasil uji T (parsial) menunjukkan bahwa nilai signifikansi *Parental Attachment* (X1) terhadap *Loneliness* -5,017 dengan signifikansi 0,00 Artinya ada korelasi negatif yang signifikan antara *Parental Attachment* dengan *Loneliness*, sehingga semakin tinggi *Parental Attachment* semakin rendah pula *Loneliness*. Hasil uji T (Parsial) menunjukkan bahwa nilai signifikansi *Self-Esteem* (X2) terhadap *Loneliness* -10,902 dengan signifikansi 0,00 Artinya ada korelasi negatif yang signifikan antara *Self-Esteem* dengan *Loneliness*, sehingga semakin tinggi *Self-Esteem* semakin rendah pula *Loneliness*.

Tabel 10. Pengaruh Variabel Prediktor terhadap *Loneliness*

Variabel	t	Sig.	Keterangan
<i>Loneliness</i>	28,284	0,00	Sgnifikan
<i>Parental Attachment</i>	-5,017	0,00	Sgnifikan
<i>Self-Esteem</i>	-10,902	0,00	Sgnifikan

Sumber : *Output Statistic Program SPSS 26 for Window*

Pembahasan

Hasil penelitian pada 233 mahasiswa baru perantauan di Kota Surabaya menunjukkan bahwa mahasiswa baru perantauan rata-rata mengalami *loneliness* atau kesepian yang tergolong sedang. Hal ini dibuktikan melalui data deskriptif, di mana sebanyak 42,5% responden mengalami kesepian dalam kategori sedang. Selain itu, data tentang *parental attachment* atau keterikatan emosional dengan orang tua menunjukkan bahwa 66,5% responden berada dalam kategori sedang. Sementara itu, data tentang *self-esteem* atau penghargaan terhadap diri sendiri menunjukkan bahwa 35,6% responden memiliki tingkat *self-esteem* yang tergolong sedang. Artinya, sebagian besar mahasiswa baru perantauan di Kota Surabaya cenderung berada pada tingkat sedang dalam hal kesepian, keterikatan emosional dengan orang tua, dan penghargaan terhadap diri sendiri.

Hasil pengujian statistik menunjukkan bahwa penelitian ini membuktikan bahwa *parental attachment* dan *self-esteem* merupakan prediktor yang signifikan terhadap *loneliness*. Secara parsial, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh negatif *parental attachment*. Artinya semakin tinggi *parental attachment*

semakin rendah *loneliness*, sebaliknya semakin rendah *parental attachment* semakin tinggi *loneliness*. Penelitian ini juga membuktikan bahwa *self-esteem* berpengaruh negatif secara signifikan terhadap *loneliness*. Artinya semakin tinggi *self-esteem* semakin rendah *loneliness*, sebaliknya semakin rendah *self-esteem* mahasiswa semakin tinggi *loneliness*nya.

Ketersediaan orangtua untuk berkomunikasi dengan anak dapat mengurangi perasaan kesepian pada anak. Pernyataan ini sejalan dengan pendapat Surya (2021) yang menyatakan bahwa kemungkinan munculnya rasa kesepian pada anak sangat dipengaruhi oleh kualitas komunikasi antara orangtua dan anak. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa individu yang merasa kesepian cenderung kekurangan hubungan interpersonal yang sehat. Sebaliknya, individu yang mampu menjalin hubungan interpersonal yang baik akan lebih mudah bersosialisasi, bahkan di lingkungan yang baru atau asing (Yurni, 2015). Kemampuan untuk menjalin hubungan interpersonal yang sehat dapat dikembangkan melalui keterampilan sosial, emosional, dan kognitif yang dimiliki oleh individu. Penelitian oleh Febriana & Rizal (2021) juga menunjukkan bahwa kemampuan sosial, emosional, dan kognitif ini dapat berkembang dalam diri individu, terutama dengan adanya faktor pendukung seperti keluarga. Ketika individu menerima respons positif dari orangtuanya, mereka memperoleh pengalaman interaksi sosial yang positif, sehingga mereka tidak merasa takut untuk mengungkapkan perasaan mereka.

Secara parsial, hasil penelitian menunjukkan bahwa *parental attachment* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *loneliness*. Mahasiswa yang memiliki *parental attachment* yang baik melaporkan tingkat *loneliness* yang lebih rendah. Temuan ini konsisten dengan penelitian terdahulu oleh Hediati dan Nawangsa (2020), yang menunjukkan bahwa hubungan yang erat dengan orang tua membantu mahasiswa menghadapi tantangan emosional di perantauan. Ketersediaan orangtua untuk berkomunikasi dengan anak dapat mengurangi perasaan kesepian pada anak. Pernyataan ini sejalan dengan pendapat Surya (2021) yang menyatakan bahwa kemungkinan munculnya rasa kesepian pada anak sangat dipengaruhi oleh kualitas komunikasi antara orangtua dan anak. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa individu yang merasa kesepian cenderung kekurangan hubungan interpersonal yang sehat. Sebaliknya, individu yang mampu menjalin hubungan interpersonal yang baik akan lebih mudah bersosialisasi, bahkan di lingkungan yang baru atau asing (Yurni, 2015).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *loneliness*. Mahasiswa dengan *self-esteem* yang tinggi cenderung lebih percaya diri dalam membangun hubungan sosial dan menghadapi tantangan di lingkungan baru, sehingga mengurangi perasaan kesepian. Temuan ini mendukung penelitian dilakukan oleh Fitria (2022) juga menemukan bahwa *self-esteem* yang rendah berkorelasi dengan meningkatnya *loneliness* akibat ketidakmampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Mahasiswa dengan *self-esteem* rendah sering kali mengalami keraguan terhadap kemampuan diri mereka, yang dapat menghambat interaksi sosial dan memperburuk *loneliness*. Temuan ini juga sesuai dengan pendapat Branden (1992), yang

menyatakan bahwa *self-esteem* rendah membuat individu cenderung menghindari hubungan sosial, sehingga memperkuat isolasi.

Penelitian ini memberikan kontribusi pada literatur tentang hubungan *parental attachment*, *self-esteem*, dan *loneliness*, khususnya dalam konteks mahasiswa baru perantauan. Temuan ini mendukung teori-teori sebelumnya dan menyoroti pentingnya peran kelekatan orang tua dan harga diri dalam mengurangi *loneliness*. Bagi mahasiswa baru perantauan, penting untuk menjaga komunikasi yang baik dengan keluarga dan membangun jaringan sosial yang kuat untuk mengurangi *loneliness*. Institusi pendidikan juga dapat memberikan dukungan melalui program orientasi, layanan konseling, dan kegiatan yang memfasilitasi interaksi sosial antar mahasiswa.

Kesimpulan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *parental attachment* dan *self-esteem* memengaruhi *loneliness* pada mahasiswa baru perantauan. Kesepian sering kali dialami oleh mahasiswa perantauan yang meninggalkan lingkungan asal mereka untuk menempuh pendidikan di tempat yang jauh dari keluarga. Hal ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya kelekatan dengan orang tua serta rendahnya harga diri dimana individu merasa dirinya tidak mampu untuk berinteraksi dengan orang lain. *Loneliness* menjadi dampak negatif yang dirasakan mahasiswa baru perantauan ketika mereka merasa tidak mampu menjalin hubungan sosial yang bermakna atau mendapatkan dukungan emosional yang cukup. Rendahnya *parental attachment* dapat membuat individu merasa terasing dan kurang memiliki tempat untuk bersandar secara emosional. Di sisi lain, *self-esteem* yang rendah menyebabkan mahasiswa merasa tidak cukup percaya diri untuk berinteraksi dengan lingkungan baru, yang memperburuk rasa keterasingan mereka.

Penelitian ini berimplikasi pada pentingnya dukungan dari berbagai pihak, termasuk institusi pendidikan, orang tua, dan mahasiswa itu sendiri. Institusi pendidikan perlu menyediakan program orientasi dan pendampingan yang mendukung adaptasi sosial dan emosional mahasiswa baru perantauan, seperti pelatihan keterampilan sosial dan konseling psikologis. Orang tua juga perlu menjaga komunikasi yang intensif dan memberikan dukungan emosional meskipun terpisah jarak, agar mahasiswa tetap merasa dihargai dan didukung. Selain itu, mahasiswa perlu diberi pelatihan untuk meningkatkan *self-esteem* melalui program pengembangan diri, sehingga lebih percaya diri dalam menjalin hubungan sosial dan menghadapi tantangan. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan intervensi yang lebih komprehensif dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa baru perantauan.

Referensi

A'yun, Z. Q., & Ervina, I. (2019). Gambaran *parental attachment* pada orangtua yang menggunakan gawai di TK ABA Kalibiru Wetan (Skripsi sarjana, Universitas Muhammadiyah Jember). Universitas Muhammadiyah Jember.

- Agriyanti, S.M.(2021). Perbedaan Tingkat Kesepian Pada Siswa Kelas X dan XI Ditinjau Dari Efektivitas Komunikasi Orangtua. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5)
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan *loneliness* dan *quarter life crisis* pada dewasa awal. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5).
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Jumlah mahasiswa (negeri dan swasta) di bawah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menurut kabupaten/kota, 2021 dan 2022*. Badan Pusat Statistik. Retrieved from <https://bps.jatimprov.go.id/website/fileUpload/kontributor/jumlah-mahasiswa-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-pendidikan-dan-kebudayaan-menurut-kabupaten-kota-2021-dan-2022--tabel-statistik-badan-pusat-statistik-provinsi-jawa-timur>
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan *psychological well-being* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang merantau [*Relationship between psychological well-being and loneliness among overseas students*]. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2). <https://doi.org/10.24854/jps.v4i2.344>
- Haliza, N., & Kurniawan, A. (2021). Hubungan antara keterbukaan diri dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi daring online. *Journal of Nursing Research*, 1(1).
- Hardika, J. (2019). Hubungan *self-esteem* dan kesepian dengan. *Psikosains*, 14(1).
- Husna. (2020). Pengaruh kelekatan teman sebaya (peer attachment) terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun akademik 2019-2020 (Skripsi sarjana, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang). <http://etheses.uin-malang.ac.id/23331/1/16410036.pdf>
- Karababa, A. (2022). *Understanding the association between parental attachment and loneliness among adolescents: The mediating role of self-esteem*. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01417-z>
- Mental Health Foundation. (2023). *The Mental Health Foundation survey: The lonely society*. Mental Health Foundation.
- Ramadhani, F. (2022). *Hubungan antara self-esteem dengan loneliness pada mahasiswa baru di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh* (Tesis magister, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry). UIN Ar-Raniry.
- Russell. D. W., Dkk. (2012). Is Loneliness The Same As Being Alone?. *J Psycholog*, 146(1-2)
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (2000). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40.
- Salsabila, K., & Fatonah, S. F. (2021). Konseling keluarga struktural sebagai upaya mengurangi tingkat *loneliness* remaja. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(2020)
- Sellawati, F., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2022). Keadaan *loneliness* pada dewasa awal: Benarkah ada peranan parental attachment? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3), xx–xx. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/642>

Loneliness di Perantauan: Bagaimana Peran *Parental Attachment* dan *Self-Esteem* pada Mahasiswa Baru?

Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Ummah, A. K. (2024). Gaya kelekatan dan kesepian pada mahasiswa perantau. *Psikobuletin*, 5(1)

Vidyanindita, A. N., Agustin, R. W., & Setyanto, A. T. (2017). Perbedaan penyesuaian diri ditinjau dari konsep diri dan tipe kepribadian antara mahasiswa lokal dan perantau di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Wacana*, 9(1), 39–52. <https://doi.org/10.13057/wacana.v9i1>