

## Kesepian pada Mahasiswa: Bagaimana Peran *Social Adjustment* dan *Pet Attachment* ?

**Ade Pradipta Harjanto**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Dwi Sarwindah Sukiatni**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Rahma Kusumandari**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail : [dwisarwindah@untag-sby.ac.id](mailto:dwisarwindah@untag-sby.ac.id)

### **Abstract**

*Every year when entering the new school year there are always students from outside the region or from their place of origin to pursue proper education in big cities. Obstacles and challenges faced by students such as loneliness are often experienced by overseas students, as well as factors that cause such as social adjustment. In addition, attachment to pets is also a factor in loneliness, therefore this study aims to determine the relationship between social adjustment and pet attachment with loneliness in overseas students in Surabaya. The design in this study used questionnaire information collection, while the subjects in this study were overseas students in the Sukolilo sub-district of Surabaya city, totaling 100 people. In this study using correlational qualitative methods. The results in this study show that there is no relationship between social adjustment and loneliness and there is a relationship between pet attachment and loneliness in overseas students in Surabaya. The conclusion in this study is that the first hypothesis is rejected and the second hypothesis is accepted, while the third hypothesis cannot be tested because it does not meet the prerequisite test.*

**Keywords:** *Loneliness, Pet Attachment, Social Adjustment*

### **Abstrak**

Setiap tahun ketika memasuki tahun ajaran baru selalu ada mahasiswa yang dari luar daerah atau merantau dari tempat asal untuk menempuh pendidikan yang layak di kota-kota besar. Rintangan dan tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa seperti kesepian kerap kali dialami oleh mahasiswa rantau, adapun faktor yang menyebabkan seperti penyesuaian sosial. Selain itu kelekatan dengan hewan peliharaan juga menjadi faktor dalam kesepian, maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *social adjustment* dan *pet attachment* dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Surabaya. Desain dalam penelitian ini menggunakan pengumpulan informasi kuesioner, adapun subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau yang ada di kecamatan Sukolilo kota Surabaya yang berjumlah 100 orang. Dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif korelasional. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *social adjustment* dengan kesepian dan terdapat hubungan antara *pet attachment* dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Surabaya. Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa hipotesis pertama ditolak dan hipotesis kedua diterima, adapun hipotesis ketiga tidak dapat diuji karena tidak memenuhi uji prasyarat.

**Kata kunci:** *Kesepian, Pet Attachment, Social Adjustment*

## Pendahuluan

Kurangnya hubungan yang intens berkontribusi pada perasaan kesepian. Sebabnya seorang individu merasa kesepian meskipun individu tersebut memiliki jaringan sosial yang luas. Namun, kurangnya hubungan sosial juga membuat kesepian semakin parah, begitu juga dengan masalah harga diri (Makarim, 2019).

Dalam memenuhi kebutuhan sosial secara efektif dan profesional sesuai dengan kemampuannya seorang individu mampu menciptakan hubungan yang harmonis dengan dirinya sendiri, orang lain dan lingkungan sosialnya (Sari & Fauziah, 2019). Penyesuaian sosial (*social adjustment*) merupakan keahlian seorang dalam berperilaku buat bisa membiasakan diri dalam kelompok serta lingkungannya yang ditunjukkan dengan perilaku serta tingkah laku yang menyenangkan, dan sanggup berhubungan dengan orang lain serta bisa berpartisipasi secara fisik ataupun sosial sehingga terbentuk ikatan yang harmonis dengan area (Riadi, 2019). Penyesuaian sosial menggambarkan sesuatu proses mental serta tingkah laku yang mendorong seseorang buat membiasakan diri cocok dengan kemauan yang berasal dari dalam dirinya sendiri yang bisa diterima oleh lingkungannya. Penyesuaian sosial sangat berarti untuk seorang buat mendukung kesuksesan di masa depan dalam menjalankan ikatan dengan orang-orang disekitarnya. Totalitas proses hidup serta kehidupan orang hendak senantiasa diwarnai oleh ikatan dengan orang lain, baik itu dengan lingkup keluarga, sekolah, ataupun publik secara luas, selaku makhluk sosial, orang senantiasa memerlukan pergaulan dalam hidupnya dengan orang lain, pengakuan, serta penerimaan terhadap dirinya dari orang lain (Riadi, 2019).

Kepemilikan hewan peliharaan sudah lama berhubungan dengan kesehatan mental yang lebih baik serta tingkatan keadaan negatif yang lebih rendah semacam kesepian serta tekanan mental, baik pada populasi umum ataupun pada penderita dengan kendala fisik serta mental. Hasil ini menunjukkan penulis riset baru buat fokus pada ikatan antara *style* keterikatan interpersonal (ikatan semacam apa dengan orang lain yang membuat kita aman), keterikatan dengan hewan peliharaan, serta kesehatan mental (Hedrish, 2019).

Menurut Resmadewi, mahasiswa pasti akan mengalami transisi kehidupan dan perpisahan dari orang-orang terdekat karena harus tinggal jauh dari keluarga. Keadaan lingkungan kampus juga suatu hal yang baru bagi sebagian mahasiswa dan juga berpotensi menyebabkan suatu perbedaan serta penolakan, mulai dari lingkungan sekitar seperti teman ataupun dengan para praktisi pengajar (Resmadewi, 2019).

Melihat adanya kebutuhan-kebutuhan yang harus dipenuhi oleh para mahasiswa yang sedang merantau maka dari itu dibutuhkannya kemampuan penyesuaian sosial (*social adjustment*) sebagai perantau yang harus berinteraksi dengan lingkungan baru yang didatangi, sehingga dapat diterima dengan baik didalam lingkungan baru tersebut dan juga kelekatan dengan hewan peliharaan menjadi hal yang penting untuk memenuhi kebutuhan psikologis, dalam hal ini adalah rasa kesepian yang kerap kali dirasakan oleh mahasiswa yang merantau. Berdasarkan uraian pada latar belakang, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana gambaran *social adjustment* dan *pet attachment* dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau di Surabaya.

## Metode

Pada penelitian ini sasaran populasi yang digunakan adalah mahasiswa rantau di kecamatan Sukolilo, Surabaya. Metode yang digunakan untuk mengambil sampel dalam riset ini yakni metode atau teknik *accidental sampling*. Tipe *accidental sampling* yang digunakan dalam riset ini merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan siapa saja yang kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel. Adapun kriteria partisipan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu memiliki setidaknya satu hewan peliharaan yang sedang berada di kos dan merantau di daerah Kecamatan Sukolilo kota Surabaya.

Jumlah partisipan pada penelitian ini berjumlah 100 responden. Jumlah tersebut berdasarkan hasil hitungan menggunakan rumus Lemeshow. Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan menyebarkan kuisioner dan teknik analisis data dengan menggunakan uji analisis regresi berganda.

## Hasil

Berdasarkan data deskriptif yang didapatkan, dari 100 responden mahasiswa rantau memelihara 70% kucing, 11% anjing, 11% ikan, 5% hamster, dan 3% burung sebagai peliharaan mereka.

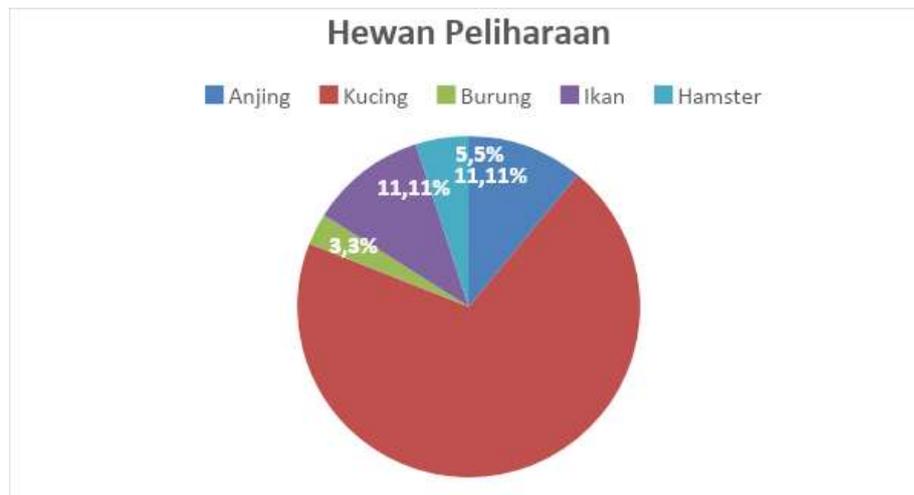
Pengujian dalam penelitian ini dilakukan pada variabel *social adjustment* dengan variabel kesepian dan variabel *pet attachment* dengan kesepian melalui teknik korelasi *spearman rho* yang dibantu dengan menggunakan program IBM SPSS *statistic 24 for windows*.

Berdasarkan hasil pada tabel uji korelasi *spearman rho* didapatkan hasil *correlation coefficient* sebesar -0,150 dengan nilai signifikansi 0,137 (>0,05). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan yang tidak signifikan antara *social adjustment* dengan kesepian. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis ditolak.

Menurut hasil pada tabel uji korelasi *spearman rho* maka didapatkan hasil *correlation coefficient* sebesar 0,203 atau bernilai positif dengan nilai signifikansi 0,042 (>0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara hubungan *pet attachment* dengan kesepian. Artinya semakin tinggi *pet attachment* maka semakin tinggi pula tingkat kesepian, sebaliknya semakin rendah *pet attachment* maka semakin tinggi kesepian. Maka dapat disimpulkan hipotesis diterima.

Pada hasil pengujian hipotesis ketiga yaitu mencari hubungan antara *social adjustment* dan *pet attachment* dengan kesepian tidak dapat dilakukan karena uji korelasi *spearman rho* hanya dapat digunakan untuk mengidentifikasi hubungan parsial antara variabel.

Tabel 1. Data Deskriptif



Sumber: Output Google Form

Tabel 2. Uji Hipotesis Spearman Rho Social Adjustment dan Kesepian

| <i>Correlation Coefficient</i> | <i>Sig.</i> | Keterangan       |
|--------------------------------|-------------|------------------|
| -0,150                         | 0,137       | Tidak Signifikan |

Sumber: Output SPSS IBM 24 for Windows

**Tabel 3. Uji Hipotesis Spearman Rho Pet Attachment dan Kesepian**

| <b>Correlation Coefficient</b> | <b>Sig.</b> | <b>Keterangan</b> |
|--------------------------------|-------------|-------------------|
| 0,203                          | 0,042       | Signifikan        |

Sumber: Output SPSS 24 IBM for Windows

## Pembahasan

Faktor yang mempengaruhi tidak terjadinya hubungan yang signifikan antara *social adjustment* dengan kesepian adalah dalam faktor *social adjustment* yang mempengaruhi penyesuaian individu meliputi faktor lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat dan kepercayaan diri individu menurut Ali (2009). Sedangkan faktor kesepian menurut Miller, Pelpman & Brehm (2007) adalah kekurangan hubungan yang dimiliki oleh seseorang, maka dalam hal ini seorang individu atau mahasiswa rantau di Surabaya bisa menyesuaikan diri baik di lingkungan kampus ataupun di lingkungan masyarakat yang mengakibatkan faktor dari kesepian tidak terjadi.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan analisis korelasi spearman rho didapatkan hasil nilai *correlation coefficient* -0,150 dengan taraf signifikansi 0,137, maka dapat diartikan bahwa hubungan *social adjustment* dengan kesepian memiliki tingkat korelasi yang rendah sehingga hipotesis yang diajukan ditolak. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sujarwo (2010) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesepian lansia di panti sosial Werdha Trisna Warga Tama Indralaya.

Dikarenakan uji normalitas dan juga uji heteroskedastisitas tidak terpenuhi sehingga pada penelitian ini tidak bisa menggunakan analisis klasik uji regresi berganda dalam pengujian hipotesis ketiga pada hubungan antara *social adjustment* dan *pet attachment* dengan kesepian. Dalam penelitian ini menggunakan uji *non parametric* menggunakan analisis *spearman rho* yang hanya dapat digunakan dalam pengujian variabel secara parsial. Sehingga pengujian terhadap variabel secara simultan tidak dapat dilakukan.

## Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan yang tidak signifikan antara *social adjustment* dengan kesepian. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis ditolak. Selain itu pada hubungan *pet attachment* dengan kesepian terdapat hubungan yang bernilai positif. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan yang artinya semakin tinggi *pet attachment* maka semakin tinggi kesepian, sebaliknya semakin rendah *pet attachment* maka semakin tinggi kesepian dan hipotesis kedua dapat diterima. Pada hipotesis ketiga yang menyatakan bahwa ada hubungan antara *social adjustment and pet attachment* dengan kesepian tidak dapat diuji, hal ini dikarenakan terdapat data yang tidak normal serta terjadi heteroskedastisitas sehingga tidak dapat memenuhi uji prasyarat.

Saran bagi mahasiswa rantau adalah jika ingin memelihara hewan sebagai teman untuk di tempat kos ketika merasa kesepian bisa memilih hewan yang ramah dan tidak merepotkan bagi penghuni lain atau pemilik kos. Serta saran bagi peneliti berikutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan subjek berbeda seperti pasien kanker dan metodologi penelitian yang berbeda pula seperti penggunaan metodologi kualitatif.

## Referensi

- Hedrih, V. (2019). People with insecure attachment styles tend to have strong emotional bonds with pets, study finds. Diakses dari <https://www.psypost.org/2022/10/people-with-insecure-attachment-styles-tend-to-have-strong-emotional-bonds-with-pets-study-finds-64161>.
- Makarim, F. R. (2019). Tanpa Disadari, Pikiran Ini Memicu Rasa Kesepian. Diakses dari <https://www.halodoc.com/artikel/tanpa-disadari-pikiran-ini-memicu-rasa-kesepian>
- Miller, R. S., Perlman, D., & Brehm, S. S. (2007). *Intimate relationship* (4th ed ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Resmadewi, R. (2018). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Kesepian pada Mahasiswa Prodi Kebidanan Poltekkes Surabaya yang Tinggal di Asrama. *Psikosains*. 13(1). Februari, 122-135. Diambil dari <http://journal.umg.ac.id/index.php/psikosains/article/view/764/622>. E-ISSN 2615-1529
- Riadi, M. (2019). Penyesuaian Sosial (Social Adjustment). Diakses pada 3/8/2023, dari <https://www.kajianpustaka.com/2019/08/penyesuaian-sosial.html>
- Sari, F. W, & Fauziah, N. (2019). HUBUNGAN ANTARA SELF MONITORING DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA MAHASISWA RANTAU MINANG DI UNIVERSITAS DIPONEGORO. In *Jurnal Empati* (Vol. 8, Issue 1).