CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

HUBUNGAN ANTARA DUGAAN SOSIAL DENGAN KESEPIAN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS NUSA CENDANA

Juliad Uli Loni[1], Dian L. Anakaka[2], Shela C. Pello[3], Yendris Krisno Syamruth[4]
Program Studi Psikologi, Universitas Nusa Cendana[1,2,3,4]
e-mail: juliadululiloni8@gmail.com

Diterima: *07/10/2026*; Direvisi: *18/10/2026*; Diterbitkan: *30/10/2026*

ABSTRAK

Kesepian merupakan persoalan psikologis yang dapat dialami mahasiswa tingkat akhir ketika menghadapi tuntutan akademik dan perubahan hubungan sosial selama penyelesaian studi. Dukungan sosial dipandang sebagai salah satu sumber daya interpersonal yang berkaitan dengan pengalaman psikologis mahasiswa. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan kesepian pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Nusa Cendana. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Dari populasi sebanyak 269 mahasiswa, diperoleh sampel 161 mahasiswa melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *UCLA Loneliness Scale Version 3*, kemudian dianalisis menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel, dengan koefisien korelasi sebesar 0,613 dan nilai signifikansi 0,010 ($p < 0,05$). Temuan tersebut mengindikasikan keterkaitan antara skor dukungan sosial dan skor kesepian pada responden. Namun, arah hubungan perlu ditafsirkan berdasarkan ketepatan pengodean dan penskoran instrumen sebelum disimpulkan bahwa dukungan sosial yang lebih tinggi berkaitan dengan kesepian yang lebih rendah. Penelitian ini memberikan gambaran empiris mengenai keterkaitan kedua variabel pada mahasiswa tingkat akhir dan dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan mengenai faktor sosial yang berkaitan dengan pengalaman kesepian mahasiswa.
Kata Kunci: *Dukungan Sosial, Kesepian, Mahasiswa Tingkat Akhir.*

ABSTRACT

Loneliness is a psychological concern that may affect final-year university students as they navigate academic demands and changes in social relationships during the completion of their studies. Social support is considered an interpersonal resource associated with students' psychological experiences. This study aimed to examine the relationship between social support and loneliness among final-year students in the Psychology Study Program at Universitas Nusa Cendana. A quantitative approach with a correlational design was employed. From a population of 269 students, a sample of 161 participants was selected using proportionate stratified random sampling. Data were collected using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and UCLA Loneliness Scale Version 3, and analyzed using the Pearson Product-Moment correlation. The results indicated a statistically significant relationship between the two variables, with a correlation coefficient of 0.613 and a significance value of 0.010 ($p < 0.05$). These findings indicate an association between social support scores and loneliness scores among the participants. However, the direction of the relationship must be interpreted in accordance with the accuracy of the instruments' coding and scoring before concluding that higher social support is associated with lower loneliness. This study provides empirical insight

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

into the relationship between these variables among final-year university students and may serve as a basis for further research on social factors associated with students' experiences of loneliness.

Keywords: *Social Support, Loneliness, Final-Year University Students.*

PENDAHULUAN

Mahasiswa tingkat akhir menghadapi fase akademik yang berbeda dari tahap perkuliahan sebelumnya karena penyelesaian skripsi berlangsung bersamaan dengan tuntutan pengembangan diri, penentuan karier, dan penyesuaian terhadap perubahan hubungan sosial. Situasi tersebut dapat membatasi kesempatan berinteraksi secara teratur dengan teman sebaya, terutama ketika mahasiswa harus memusatkan perhatian pada penelitian dan penyelesaian persyaratan kelulusan. Dalam kondisi demikian, kualitas hubungan interpersonal menjadi relevan karena keberadaan orang lain secara fisik tidak selalu menjamin terpenuhinya kebutuhan emosional seseorang. Ketika hubungan yang dimiliki tidak sesuai dengan hubungan yang diharapkan, individu dapat mengalami kesepian (*loneliness*) sebagai pengalaman subjektif yang berkaitan dengan persepsi terhadap kualitas keterhubungan sosial. Hawkley et al. (2022) membahas kesepian sepanjang rentang perkembangan dari dewasa muda hingga usia lanjut, sehingga pengalaman ini perlu dipahami dengan mempertimbangkan karakteristik tahap kehidupan. Pada mahasiswa tingkat akhir, persoalan tersebut layak dikaji karena tekanan penyelesaian studi dan kebutuhan mempertahankan hubungan sosial dapat muncul secara bersamaan.

Secara ideal, mahasiswa tingkat akhir memperoleh dukungan sosial yang memadai dari keluarga, teman sebaya, dosen, dan lingkungan kampus agar dapat menghadapi tuntutan akademik tanpa kehilangan rasa keterhubungan dengan orang lain. Dukungan tersebut dapat berupa perhatian emosional, penghargaan, informasi, maupun bantuan nyata yang sesuai dengan kebutuhan individu. Namun, luasnya jaringan pertemanan tidak selalu sejalan dengan persepsi bahwa seseorang benar-benar memperoleh dukungan ketika menghadapi masalah. Adwah (2024) membahas peran dukungan sosial dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir melalui studi kasus di UIN Sunan Kalijaga, sedangkan Backhaus et al. (2023) mengkaji kesehatan mental, kesepian, dan dukungan sosial pada mahasiswa sarjana dalam konteks multinasional di Asia. Kedua kajian tersebut memberikan konteks mengenai relevansi dukungan sosial dalam kehidupan mahasiswa, meskipun perbedaan populasi dan fokus penelitian harus diperhatikan ketika hasilnya digunakan untuk menjelaskan kondisi mahasiswa di Universitas Nusa Cendana. Oleh karena itu, pemahaman mengenai dukungan sosial perlu diarahkan pada keterkaitannya dengan pengalaman kesepian, bukan hanya pada keberadaan hubungan sosial secara umum.

Keterkaitan antara dukungan sosial dan kesepian memperoleh dukungan empiris dari penelitian yang secara langsung menguji kedua variabel tersebut. Syaputri et al. (2026), misalnya, meneliti 121 mahasiswi tingkat akhir Universitas Jambi dan melaporkan hubungan negatif yang kuat antara dukungan sosial dan kesepian, dengan koefisien korelasi sebesar (r=-0{,}722) dan (p<0{,}001). Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pada populasi yang diteliti, dukungan sosial yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat kesepian yang lebih rendah. Maslakhah et al. (2025) juga mengkaji hubungan dukungan sosial dan kesepian pada mahasiswa rantau dengan jenis kelamin sebagai variabel moderator, sehingga memperluas perhatian pada karakteristik responden dalam memahami hubungan kedua variabel. Sementara itu, Allo dan Soetjiningsih (2025) membahas kesejahteraan psikologis dan kesepian pada mahasiswa baru yang merantau, sedangkan Santoso dan Wibowo (2024) mengkaji dukungan

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau setelah pandemi. Rangkaian penelitian tersebut relevan sebagai pembanding, tetapi perbedaan tahap perkuliahan, karakteristik mahasiswa, dan variabel yang dianalisis perlu dipertimbangkan agar temuan dari satu kelompok tidak langsung digeneralisasikan kepada kelompok lainnya.

Kesepian juga perlu dipahami dalam kaitannya dengan kondisi psikologis yang lebih luas, terutama kesejahteraan psikologis dan pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan kehidupan. Yunitasari et al. (2025) menelaah hubungan *psychological well-being* dengan *loneliness* pada mahasiswa angkatan 2022 Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat. Dong et al. (2024) mengkaji kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan memperhatikan peran mediasi dukungan sosial yang dirasakan dan resiliensi dalam strategi koping. Di sisi lain, Imanuel dan Agustina (2025) meneliti hubungan kesepian dengan kecemasan sosial pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi, sehingga memberikan konteks mengenai tantangan psikologis yang dapat menyertai fase penyelesaian studi. Jasmita (2024) mengkaji dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, dan kesepian pada kelompok lansia; relevansi penelitian tersebut terletak pada keterkaitan konstruk yang dikaji, bukan pada kesamaan karakteristik responden. Berbagai fokus penelitian tersebut memperlihatkan bahwa kesepian dapat dipelajari bersama sejumlah variabel psikologis, tetapi hubungan dukungan sosial dan kesepian tetap perlu diuji secara langsung pada populasi yang menjadi sasaran penelitian ini.

Meskipun penelitian mengenai dukungan sosial dan kesepian telah dilakukan pada sejumlah kelompok mahasiswa, konteks mahasiswa tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Nusa Cendana tetap memerlukan pengujian empiris tersendiri. Syaputri et al. (2026) memberikan pembanding langsung melalui penelitian pada mahasiswi tingkat akhir Universitas Jambi, sedangkan Maslakhah et al. (2025) memusatkan perhatian pada mahasiswa rantau dan mempertimbangkan jenis kelamin sebagai variabel moderator. Penelitian Allo dan Soetjiningsih (2025), Santoso dan Wibowo (2024), serta Yunitasari et al. (2025) menggunakan kelompok atau fokus variabel yang berbeda, sementara Adwah (2024), Backhaus et al. (2023), Dong et al. (2024), Hawkley et al. (2022), Imanuel dan Agustina (2025), serta Jasmita (2024) memberikan perspektif tambahan mengenai kesehatan mental, dukungan sosial, kesepian, dan perkembangan individu. Perbedaan tersebut menjadi dasar untuk mengidentifikasi kebutuhan penelitian yang lebih spesifik, bukan untuk menyatakan bahwa hubungan kedua variabel belum pernah diteliti. Dengan demikian, *research gap* penelitian ini terletak pada kebutuhan memperoleh bukti empiris mengenai hubungan dukungan sosial dan kesepian pada populasi mahasiswa tingkat akhir di Universitas Nusa Cendana, sekaligus membandingkan temuan lokal tersebut dengan hasil penelitian pada kelompok dan konteks yang berbeda.

Penelitian ini menempatkan dukungan sosial sebagai variabel yang diduga berkaitan dengan kesepian, dengan tetap membedakan dugaan teoretis dari hasil empiris yang diperoleh. Dukungan sosial diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), sedangkan kesepian diukur menggunakan *UCLA Loneliness Scale Version 3*. Kedua instrumen tersebut digunakan untuk memperoleh data mengenai dukungan sosial yang dirasakan dan pengalaman kesepian pada mahasiswa yang menjadi responden penelitian. Interpretasi hubungan kedua variabel harus memperhatikan karakteristik pengukuran dan pengodean skor, sehingga arah korelasi tidak ditentukan hanya berdasarkan dugaan bahwa dukungan sosial yang tinggi akan selalu berkaitan dengan kesepian yang rendah. Selain itu, desain korelasional memungkinkan peneliti mengidentifikasi keterkaitan antarvariabel, tetapi tidak cukup untuk menetapkan bahwa salah satu variabel menyebabkan perubahan pada variabel lainnya. Ketepatan pengukuran dan interpretasi ini menjadi bagian penting dari

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

kontribusi penelitian karena memungkinkan hasil dibandingkan secara lebih hati-hati dengan penelitian terdahulu.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kesepian pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Nusa Cendana. Secara teoretis, penelitian diharapkan menambah bukti empiris mengenai keterkaitan dukungan sosial yang dirasakan dengan kesepian pada mahasiswa dalam konteks perguruan tinggi di Indonesia. Secara praktis, hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan bagi program studi dan lingkungan kampus dalam memahami kebutuhan sosial mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir, tanpa menempatkan dukungan sosial sebagai satu-satunya faktor yang berkaitan dengan kesepian. Temuan penelitian juga dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya untuk menguji kontribusi sumber dukungan sosial, karakteristik mahasiswa, dan faktor psikologis lainnya melalui rancangan yang sesuai. Dengan demikian, kontribusi penelitian ini diarahkan pada penyediaan bukti empiris yang kontekstual, pengayaan kajian psikologi sosial, serta pengembangan pemahaman mengenai kesepian pada mahasiswa tingkat akhir.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dan kesepian pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Nusa Cendana. Populasi penelitian mencakup 269 mahasiswa tingkat akhir, sedangkan jumlah sampel yang dilibatkan sebanyak 161 mahasiswa. Pemilihan responden dilakukan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara acak dengan mempertimbangkan proporsi setiap strata dalam populasi. Rincian pembagian strata, jumlah anggota pada setiap strata, dan alokasi sampel perlu disesuaikan dengan data pelaksanaan penelitian agar prosedur pemilihan responden dapat ditelusuri secara jelas.

Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen, yaitu *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial yang dirasakan dan *UCLA Loneliness Scale Version 3* untuk mengukur kesepian. Kedua instrumen digunakan untuk memperoleh skor masing-masing variabel dari responden penelitian. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,940 untuk skala dukungan sosial dan 0,885 untuk skala kesepian. Informasi mengenai jumlah butir, pilihan respons, tata cara pemberian skor, penanganan butir yang memerlukan pembalikan skor (*reverse scoring*), serta prosedur adaptasi dan pengujian validitas perlu dilengkapi berdasarkan instrumen yang benar-benar digunakan dalam penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), meliputi analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan pengujian hipotesis dengan korelasi *Pearson Product Moment*. Pemeriksaan normalitas diperlukan untuk mengevaluasi kesesuaian data dengan asumsi analisis yang digunakan, sedangkan uji linearitas digunakan untuk memeriksa bentuk hubungan antara dukungan sosial dan kesepian. Hasil pengujian linearitas yang dilaporkan menunjukkan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,498 dengan ($p>0,05$). Pengujian hipotesis menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,613 dengan nilai signifikansi yang dilaporkan sebesar 0,010 (($p<0,05$)); hasil ini perlu dibaca berdasarkan pengodean skor yang digunakan, dan nilai uji normalitas harus dilengkapi dari keluaran SPSS sebelum laporan metode dinyatakan lengkap.

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Reliabilitas Instrumen Penelitian

Sebelum analisis hubungan antarvariabel dilakukan, reliabilitas instrumen diperiksa menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Pengujian ini dilakukan terhadap skala dukungan sosial dan skala kesepian yang digunakan untuk mengumpulkan data dari responden. Hasil pengujian reliabilitas kedua instrumen disajikan pada Tabel 1. Penyajian ini memuat jenis instrumen beserta nilai koefisien reliabilitas yang dilaporkan dalam hasil penelitian.

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian

No.	Instrumen	Koefisien Cronbach's Alpha
1.	Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)	0,940
2.	UCLA Loneliness Scale Version 3	0,885

Tabel 1 menyajikan nilai reliabilitas masing-masing instrumen yang digunakan dalam penelitian. Kedua instrumen memiliki nilai koefisien yang berbeda sesuai dengan hasil pengujian yang dilaporkan. Data tersebut menjadi bagian dari informasi pengukuran sebelum hasil analisis hubungan antarvariabel disajikan. Hasil pengujian validitas tidak ditampilkan dalam tabel ini karena nilai dan rincian pengujiannya belum tersedia dalam data yang diberikan.

2. Distribusi Kategori Kesepian dan Dukungan Sosial

Data responden selanjutnya disajikan berdasarkan kategori skor kesepian dan dukungan sosial. Pengelompokan dilakukan ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi, sebagaimana tercantum dalam hasil penelitian. Distribusi kedua variabel disatukan dalam satu tabel untuk memudahkan pembacaan dan perbandingan frekuensi kategori. Rincian jumlah responden dan persentase pada setiap kategori disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Kategori Kesepian dan Dukungan Sosial

No.	Kategori	Kesepian, n (%)	Dukungan sosial, n (%)
1.	Rendah	24 (14,9%)	27 (16,8%)
2.	Sedang	111 (68,9%)	112 (69,6%)
3.	Tinggi	26 (16,1%)	22 (13,7%)
	Total	**161 (100%)**	**161 (100%)**

Sebagaimana disajikan pada Tabel 2, distribusi responden telah dikelompokkan berdasarkan kategori pada masing-masing variabel. Tabel tersebut memuat frekuensi dan persentase untuk menggambarkan sebaran data penelitian. Seluruh responden tercakup dalam distribusi kategori kesepian maupun dukungan sosial. Persentase dapat menunjukkan selisih kecil dari 100% apabila dijumlahkan akibat pembulatan angka desimal.

3. Hasil Pengujian Asumsi dan Hipotesis

Pengujian hubungan antara dukungan sosial dan kesepian dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment. Sebelum pengujian hipotesis, penelitian juga melaporkan hasil uji linearitas untuk memeriksa bentuk hubungan kedua variabel. Nilai statistik yang

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

tersedia dari kedua pengujian tersebut dirangkum dalam Tabel 3. Hasil uji normalitas belum dicantumkan karena nilai statistik dan signifikansinya tidak tersedia dalam data yang diberikan.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas dan Korelasi Pearson

No.	Pengujian	Statistik	Nilai signifikansi	Keterangan pelaporan
1.	Linearitas	Deviation from Linearity	0,498	(p > 0,05)
2.	Korelasi Pearson Product Moment	(r = 0,613)	0,010	(p < 0,05)

Berdasarkan Tabel 3, hasil pengujian linearitas dan korelasi telah disajikan sesuai dengan nilai yang dilaporkan dalam naskah penelitian. Pengujian hipotesis menggunakan koefisien korelasi Pearson menghasilkan nilai korelasi sebesar 0,613 dengan signifikansi yang dilaporkan sebesar 0,010. Hasil tersebut menjadi dasar pelaporan pengujian hipotesis penelitian. Arah hubungan berdasarkan skor yang dianalisis tercatat positif, sehingga pengodean skor kesepian perlu diverifikasi sebelum interpretasi substantif ditetapkan pada bagian pembahasan.

Pembahasan

Hasil penelitian pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Nusa Cendana menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kesepian, dengan koefisien korelasi Pearson sebesar (r=0{,}613) dan nilai signifikansi (p=0{,}010). Temuan ini memperlihatkan bahwa kedua variabel memiliki keterkaitan dalam konteks mahasiswa yang sedang menghadapi tuntutan penyelesaian studi. Hubungan tersebut perlu dipahami dengan mempertimbangkan bahwa kesepian bukan semata-mata akibat terbatasnya jumlah interaksi sosial, melainkan juga berkaitan dengan persepsi individu mengenai kualitas dan kecukupan hubungan yang dimilikinya. Dukungan sosial dapat berupa perhatian emosional, bantuan praktis, penerimaan, serta kesempatan untuk menyampaikan persoalan kepada orang yang dipercaya. Namun, keberadaan dukungan sosial tidak selalu berarti bahwa kebutuhan emosional seseorang telah terpenuhi. Oleh karena itu, interpretasi hasil penelitian harus mempertimbangkan arah korelasi yang ditemukan. Nilai (r) positif menunjukkan bahwa skor kedua variabel bergerak searah sesuai pengodean yang digunakan, sehingga kesimpulan bahwa dukungan sosial yang lebih tinggi berhubungan dengan kesepian yang lebih rendah belum dapat ditetapkan sebelum penskoran instrumen, termasuk kemungkinan *reverse scoring* pada *UCLA Loneliness Scale Version 3*, diperiksa kembali.

Hubungan antara dukungan sosial dan kesepian juga dapat dijelaskan melalui kualitas relasi interpersonal serta kemampuan individu membangun komunikasi yang terbuka. Guo et al. (2026), melalui penelitian terhadap mahasiswa, menguji peran keamanan kelekatan, kualitas pengungkapan diri, dan dukungan sosial yang dipersepsikan dalam kaitannya dengan kesepian. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan merupakan jalur penting yang menghubungkan keamanan kelekatan dengan kesepian, sementara kualitas pengungkapan diri turut berperan dalam model yang diuji. Temuan ini memberikan dasar untuk memahami bahwa dukungan sosial tidak hanya berkaitan dengan tersedianya orang lain, tetapi juga dengan kemampuan mahasiswa membangun kedekatan dan memanfaatkan sumber dukungan yang tersedia. Dalam konteks mahasiswa tingkat akhir, komunikasi dengan teman, keluarga, dan orang terdekat dapat menjadi ruang untuk menyampaikan kesulitan akademik

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

maupun persoalan pribadi. Meskipun demikian, penelitian Guo et al. (2026) menggunakan model *serial mediation* dengan variabel yang lebih luas daripada penelitian ini, sehingga hasilnya tidak dapat dianggap identik dengan korelasi sederhana antara dukungan sosial dan kesepian. Perbandingan tersebut justru memperlihatkan bahwa hubungan kedua variabel berpotensi melibatkan proses interpersonal yang perlu diteliti lebih lanjut.

Konteks mahasiswa perantau memberikan perspektif tambahan mengenai pentingnya hubungan sosial dalam menghadapi perubahan lingkungan dan kebutuhan penyesuaian diri. Gimnastiar dan Harlianty (2026) secara langsung mengangkat hubungan dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau di Tangerang Raya, sehingga topik penelitian tersebut memiliki kedekatan konseptual dengan penelitian di Universitas Nusa Cendana. Sementara itu, Pakpahan et al. (2026) membahas dukungan sosial teman sebaya dan *homesickness* pada mahasiswa rantau di Universitas Jambi, sedangkan Havilah et al. (2026) mengkaji dukungan pertemanan dalam kaitannya dengan kesehatan mental mahasiswa perantau melalui studi literatur. Ketiga kajian tersebut membantu menempatkan relasi sosial sebagai bagian dari konteks penyesuaian kehidupan mahasiswa, meskipun fokus variabel dan pendekatan penelitiannya berbeda. Kesepian tidak sepenuhnya sama dengan *homesickness*, karena kesepian berkaitan dengan pengalaman subjektif mengenai kurangnya kedekatan yang dirasakan, sedangkan *homesickness* lebih berhubungan dengan kerinduan terhadap rumah dan lingkungan asal. Selain itu, mahasiswa yang merantau belum tentu memiliki pengalaman yang sama dengan seluruh mahasiswa tingkat akhir. Oleh sebab itu, literatur tersebut relevan untuk memperluas pemahaman mengenai konteks sosial mahasiswa, tetapi tidak dapat digunakan sebagai bukti langsung bahwa semua mahasiswa yang memiliki dukungan sosial rendah pasti mengalami kesepian.

Tekanan akademik merupakan aspek lain yang patut diperhitungkan ketika menelaah pengalaman psikologis mahasiswa pada masa penyelesaian studi. Fatya dan Yusri (2026) membahas tekanan akademik pada mahasiswa semester empat dalam menyelesaikan tugas akhir semester, sedangkan Chong (2026) menyoroti peran dukungan sosial dan stres yang dipersepsikan dalam menghadapi tekanan akademik. Kedua kajian tersebut memberikan konteks untuk memahami bahwa tuntutan akademik dan sumber dukungan dapat menjadi bagian dari kondisi yang dialami mahasiswa selama menjalani perkuliahan. Walaupun demikian, tekanan akademik tidak dapat disamakan dengan kesepian, dan konteks mahasiswa semester empat juga tidak sepenuhnya identik dengan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Pada tahap akhir perkuliahan, tuntutan penyelesaian studi dapat berlangsung bersamaan dengan perubahan intensitas interaksi dengan teman sebaya, ketidakpastian mengenai kelulusan, dan kebutuhan untuk mengatur waktu secara mandiri. Kondisi tersebut dapat menjadi alasan untuk menguji keterkaitan tekanan akademik dengan dukungan sosial dan kesepian, tetapi hubungan antarkondisi itu tidak dapat dinyatakan sebagai fakta penelitian ini apabila variabel tersebut tidak diukur. Dengan demikian, penelitian lanjutan dapat mempertimbangkan stres akademik sebagai variabel tambahan untuk menjelaskan secara lebih rinci faktor-faktor yang berkaitan dengan pengalaman kesepian mahasiswa tingkat akhir.

Dukungan sosial juga berkaitan dengan aspek kesejahteraan psikologis yang lebih luas, tetapi keterkaitan tersebut perlu dibedakan dari kesepian sebagai konstruk tersendiri. Samar dan Setianingrum (2026) mengkaji hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada dewasa awal yang belum menikah, sedangkan Mahanani (2026) membahas dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma. Wang et al. (2026) turut menelaah dukungan sosial yang dipersepsikan dan resiliensi psikologis dalam hubungan antara partisipasi olahraga dan kesejahteraan subjektif

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

pada dewasa muda. Literatur tersebut memperlihatkan bahwa dukungan sosial dapat dikaji bersama berbagai aspek penyesuaian dan kesejahteraan individu, meskipun variabel hasil serta karakteristik respondennya berbeda dari penelitian ini. Kesejahteraan psikologis maupun *subjective well-being* tidak dapat diperlakukan sebagai padanan kesepian, karena seseorang dapat memiliki penilaian positif terhadap kehidupannya tetapi tetap merasa kurang memperoleh kedekatan emosional. Sebaliknya, seseorang yang mempunyai jaringan sosial luas belum tentu merasa bahwa hubungannya memenuhi kebutuhan emosionalnya. Oleh karena itu, rujukan tersebut memperluas konteks teoretis mengenai dukungan sosial, tetapi tidak secara langsung mengonfirmasi arah hubungan dukungan sosial dan kesepian pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Nusa Cendana.

Kajian pada kelompok usia lain juga memperlihatkan bahwa dukungan sosial merupakan topik yang relevan dalam berbagai konteks kehidupan, walaupun penerapannya perlu mempertimbangkan karakteristik populasi. Ningrum dan Al Fatih (2026) membahas gambaran dukungan teman sebaya pada lansia di Griya Lansia, sedangkan Pojmonpiti et al. (2026) mengkaji hubungan dukungan sosial dengan kesehatan mulut pada kelompok lansia melalui *systematic review* dan *meta-analysis*. Kedua penelitian tersebut tidak secara langsung membahas kesepian mahasiswa, sehingga relevansinya terhadap penelitian ini bersifat kontekstual dan tidak dapat dijadikan bukti langsung atas hasil korelasi yang ditemukan. Perbedaan tahap perkembangan, kebutuhan sosial, kondisi kehidupan, dan indikator hasil yang diteliti membuat fungsi dukungan sosial tidak selalu dapat disamakan antara mahasiswa dan lansia. Meskipun demikian, literatur lintas kelompok tersebut menegaskan perlunya mempertimbangkan konteks ketika membahas dukungan sosial, alih-alih menganggap bahwa bentuk dan manfaat dukungan selalu seragam. Dalam penelitian ini, kontribusi yang lebih spesifik terletak pada pengujian keterkaitan dukungan sosial dan kesepian pada mahasiswa tingkat akhir dalam satu program studi. Kontribusi tersebut bersifat kontekstual dan tidak boleh diklaim sebagai kebaruan mutlak tanpa penelusuran sistematis terhadap penelitian lain yang sejenis.

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi program studi dalam mengembangkan lingkungan akademik yang memberi ruang bagi mahasiswa untuk memperoleh dukungan sosial secara sehat. Bentuk upaya yang dapat dipertimbangkan antara lain pendampingan sebaya, ruang diskusi yang terbuka, akses konseling, dan komunikasi akademik yang memungkinkan mahasiswa menyampaikan kesulitan tanpa merasa distigmatisasi. Program tersebut sebaiknya berorientasi pada kualitas hubungan, bukan sekadar memperbanyak aktivitas sosial, karena kebutuhan setiap mahasiswa terhadap kedekatan dan dukungan dapat berbeda. Namun, rekomendasi tersebut merupakan implikasi praktis yang perlu diuji, bukan bukti bahwa intervensi tertentu pasti menurunkan kesepian. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain korelasional, sehingga tidak dapat menetapkan hubungan sebab-akibat, serta berfokus pada mahasiswa dari satu program studi sehingga generalisasi ke populasi yang lebih luas harus dilakukan secara hati-hati. Penggunaan instrumen laporan diri juga memungkinkan jawaban dipengaruhi oleh persepsi responden dan cara mereka memahami setiap pernyataan. Selain itu, arah korelasi perlu dipastikan melalui pemeriksaan kembali pengodean dan penghitungan skor sebelum kesimpulan substantif ditetapkan. Penelitian mendatang dapat melibatkan lebih banyak program studi, menguji faktor seperti stres akademik, kualitas relasi interpersonal, dukungan keluarga, dan resiliensi, serta menggunakan pendekatan longitudinal atau metode tambahan untuk memahami perubahan pengalaman mahasiswa dari waktu ke waktu. Dengan langkah tersebut, penelitian selanjutnya dapat menghasilkan penjelasan yang lebih kuat mengenai kondisi ketika dukungan sosial berkaitan

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

dengan kesepian dan bagaimana temuan tersebut dapat dimanfaatkan dalam pendampingan mahasiswa.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kesepian pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Nusa Cendana. Hasil analisis korelasi Pearson menghasilkan koefisien sebesar (r=0{,}613) dengan nilai signifikansi (p=0{,}010), sehingga hubungan kedua variabel dinyatakan signifikan secara statistik. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa dukungan sosial dan kesepian berkaitan dalam konteks kehidupan mahasiswa yang sedang menjalani tahap akhir perkuliahan. Namun, arah hubungan harus ditafsirkan secara hati-hati karena koefisien positif menunjukkan bahwa skor kedua variabel bergerak searah berdasarkan pengodean yang digunakan. Oleh sebab itu, kesimpulan bahwa dukungan sosial yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat kesepian yang lebih rendah baru dapat ditetapkan setelah pengodean skor, ketepatan penskoran instrumen, dan kemungkinan penerapan *reverse scoring* pada *UCLA Loneliness Scale Version 3* diverifikasi. Dengan demikian, kesimpulan substantif penelitian perlu mengikuti hasil pengukuran yang telah dipastikan konsisten, bukan hanya berdasarkan dugaan teoretis mengenai hubungan kedua variabel.

Temuan ini dapat menjadi pertimbangan bagi program studi untuk memperhatikan kualitas dukungan sosial yang diterima mahasiswa melalui penguatan relasi teman sebaya, komunikasi akademik yang terbuka, dan akses terhadap layanan konseling. Meskipun demikian, penelitian ini menggunakan desain korelasional dan melibatkan mahasiswa dari satu program studi, sehingga hasilnya tidak dapat digunakan untuk memastikan hubungan sebab-akibat ataupun digeneralisasikan secara langsung kepada seluruh mahasiswa. Penelitian berikutnya disarankan melibatkan responden dari program studi dan perguruan tinggi yang lebih beragam, memeriksa konsistensi pengukuran kedua variabel, serta mempertimbangkan faktor lain seperti stres akademik, dukungan keluarga, kualitas hubungan interpersonal, dan resiliensi. Pendekatan longitudinal atau penggabungan data kuantitatif dengan wawancara juga dapat dipertimbangkan untuk memahami perubahan pengalaman kesepian dan cara mahasiswa memaknai dukungan sosial dari waktu ke waktu. Upaya tersebut diharapkan menghasilkan pemahaman yang lebih terarah mengenai keterkaitan dukungan sosial dan kesepian serta menyediakan dasar empiris yang lebih kuat bagi pengembangan pendampingan psikologis mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Adwah, A. R. (2024). Peran dukungan sosial dalam upaya menjaga kesehatan mental pada mahasiswa tingkat akhir studi kasus di UIN Sunan Kalijaga. *The Indonesian Conference on Disability Studies and Inclusive Education*, *4*(1), 45–56. https://conference.uin-suka.ac.id/index.php/icodie/article/view/1394

Allo, T. B., & Soetjiningsih, C. H. (2025). Psychological well being dan kesepian pada mahasiswa baru yang merantau. *Jurnal Psikologi Malahayati*, *7*(1). https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/article/view/19020

Backhaus, I., Fitri, M., Esfahani, M., Ngo, H. T., Lin, L. J., Yamanaka, A., Alhumaid, M. M., Qin, L., Khan, A., Fadzullah, N. A., & Khoo, S. (2023). Mental health, loneliness, and social support among undergraduate students: A multinational study in Asia. *Asia Pacific Journal of Public Health*, *35*(4), 244–250. https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/10105395231172311

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

Chong, Y. K. (2026). The role of social support and perceived stress in coping with academic pressure. *Developmental Psychology Innovations*, *2*(1), 1–9. https://dpi.cultechpub.com/index.php/dpi/article/view/12

Dong, S., Ge, H., Su, W., Guan, W., Li, X., Liu, Y., Yu, Q., Qi, Y., Zhang, H., & Ma, G. (2024). Enhancing psychological well-being in college students: The mediating role of perceived social support and resilience in coping styles. *BMC Psychology, 12*(1), Article 393. https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-024-01902-7

Fatya, A., & Yusri, F. (2026). Tekanan akademik pada mahasiswa semester 4 dalam menyelesaikan tugas akhir semester. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik, 3*(3), 271–279. https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jmia/article/view/10123

Gimnastiar, D. A., & Harlianty, R. A. (2026). Hubungan dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau di Tangerang Raya. *JIMU: Jurnal Ilmiah Multidisipliner, 4*(3). https://ojs.smkmerahputih.com/index.php/jimu/article/view/3040

Guo, H., Zhu, Q., Zhong, Y., & Huang, W. (2026). Serial mediation pathways linking attachment security to loneliness: The role of self-disclosure quality and perceived social support among college students. *Frontiers in Psychology, 17*, Article 1749281. https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2026.1749281/full

Havilah, E. N., Ramadhani, D. S., & Mutmainah, N. (2026). Studi literatur: Pengaruh dukungan pertemanan terhadap kesehatan mental mahasiswa perantau. *The Commercium, 10*(3), 115–121. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/Commercium/article/view/78662

Hawkley, L. C., Buecker, S., Kaiser, T., & Luhmann, M. (2022). Loneliness from young adulthood to old age: Explaining age differences in loneliness. *International Journal of Behavioral Development*, *46*(1), 39–49. https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0165025420971048

Imanuel, D., & Agustina, A. (2025). The relationship between loneliness and social anxiety among final-year students working on their thesis. *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, *3*(1), 96–102. https://journal.untar.ac.id/index.php/ijassh/article/view/35767

Jasmita, R. (2024). Pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap loneliness pada lansia. *Cons-Iedu, 4*(1), 11–25. https://jurnal.iuqibogor.ac.id/index.php/cons-iedu/article/view/849

Mahanani, V. G. (2026). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa baru Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma tahun 2025. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, *12*(3), 420–429. http://www.journal.stkipsubang.ac.id/index.php/didaktik/article/view/18215

Maslakhah, C. L., Jaro'ah, S., & Savira, S. I. (2025). Pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kesepian dengan jenis kelamin sebagai variabel moderator pada mahasiswa rantau. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *12*(2), 611–624. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/69116

Ningrum, T. P., & Al Fatih, H. (2026). Gambaran dukungan teman sebaya pada lansia di Griya Lansia. *Jurnal Keperawatan BSI*, *14*(1), 15–32. https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2356

Pakpahan, I., Elfira, N., & Wahyuni, H. (2026). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan homesickness pada mahasiswa rantau Jurusan Ilmu Pendidikan angkatan 2024 di Universitas Jambi. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *11*(2), 150–158. https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/44113

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291

Pojmonpiti, S., Syed, S. S., Srinivasan, M., Tsakos, G., Müller, F., & Janssens, B. (2026). Association of social support with oral health in older adults: A systematic review and meta-analysis. *Gerodontology*, *43*(3). https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/ger.70072

Samar, B. M. R. P., & Setianingrum, M. E. (2026). Hubungan dukungan sosial terhadap subjective well-being pada dewasa awal yang belum menikah. *Jurnal Ilmiah Global Education*, *7*(3), 2800–2811. https://ejournal.nusantaraglobal.ac.id/index.php/jige/article/view/6361

Santoso, A. Y., & Wibowo, D. H. (2024). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dan psychological well-being pada mahasiswa rantau pasca pandemi. *Innovative: Journal of Social Science Research*, *4*(4), 3910–3920. https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/13544

Syaputri, R. A., Pramudiani, D., Dewi, A. D., & Iranda, A. (2026). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswi tingkat akhir Universitas Jambi. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *11*(3), 341–357. https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/68808

Wang, X., Du, M., Yang, T., Li, Z., Shi, H., Yang, J., & Wan, X. (2026). The impact of sports participation on subjective wellbeing among Chinese young adults: Exploring the chain mediation effect of perceived social support and psychological resilience. *Frontiers in Public Health*, *14*, Article 1841181. https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2026.1841181/full

Yunitasari, P., Arsyad, M., & Makaria, E. C. (2025). Analisis kuantitatif: Pengaruh psychological well-being terhadap loneliness pada mahasiswa angkatan 2022 Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat. *Journal of Education Research*, *6*(1), 196–209. https://jer.or.id/index.php/jer/article/view/2324

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.16291