



Hubungan *Psychological well-being* dengan *Social Loneliness* pada Mahasiswa

Muhammad Faizal Maulana Burhanuddin^{1*}, Lukman², Hilwa Anwar³

¹²³*Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia*

**Email: mfaizalmaulanab@gmail.com*

Abstract

Social loneliness is an individual's condition when he feels lacking in social relationships. Meanwhile, psychological well-being is a tool in increasing individual self-actualization. This study aims to determine the relationship between psychological well-being and social loneliness in college students. This research uses quantitative methods. This study involved students at Makassar State University (N=382). The sampling technique in this study used convenience sampling. The measuring instrument used is the djG 11 Item scale (specifically using social loneliness items) and the scale from Ashari's research (2017). The data analysis used in this study is the Pearson correlation with the SPSS 26.00 application. Data analysis obtained a significance value (p) of 0.000 ($p < 0.05$), so that H_0 in this study was rejected with a coefficient (r) of -0.479. The results of this study indicate that there is a significant negative relationship between psychological well-being and social loneliness in college students.

Keyword: *College students, Psychological well-being, Social Loneliness.*

Abstrak

Social loneliness merupakan keadaan individu ketika merasa kurang dalam hubungan sosial. Sedangkan, psychological well-being merupakan alat dalam meningkatkan aktualisasi diri individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara psychological well-being dengan social loneliness pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini melibatkan mahasiswa di Universitas Negeri Makassar (N=382). Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan convenience sampling. Alat ukur yang digunakan yaitu skala djG 11 Item (spesifik menggunakan item social loneliness) dan Skala dari penelitian Ashari (2017). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu korelasi Pearson dengan aplikasi SPSS 26.00. Analisis data diperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 dalam penelitian ini ditolak dengan koefisien (r) sebesar -0,479. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara psychological well-being dengan social loneliness pada mahasiswa.

Kata kunci: *Mahasiswa, Psychological well-being, Social Loneliness.*

PENDAHULUAN

Loneliness merupakan hal umum yang bisa terjadi pada setiap individu dan berperan sebagai pendorong dalam memenuhi kebutuhan sosial (Bhagchandani, 2017; Simanjuntak, Prasetio, Tanjung & Triwahyuni, 2021). *Loneliness* secara umum merupakan perasaan negatif terhadap hubungan sosial pada diri individu ketika hubungan tersebut dianggap tidak cukup dan tidak memuaskan, baik secara kualitas maupun kuantitas. (Matthews, Danese, Wertz, Odgers, Ambler, Moffit & Areneault, 2016). Yanguas, Pinanzo-Henandis dan Tarazona-Santabalbina (2018) mengemukakan bahwa salah satu jenis dari *loneliness* yaitu, *social loneliness*. *Social loneliness* merupakan keadaan individu ketika merasa kurang dalam hubungan sosial. Selain itu, ketidakhadiran dalam sebuah lingkaran pertemanan dapat mendorong kecenderungan individu untuk melakukan penarikan diri.

Individu di kalangan usia muda yang mengalami *loneliness* umumnya berada pada kategori usia emerging adulthood (Halim & Dariyo, 2016). Individu pada fase emerging adulthood berada di rentang usia 18-25 tahun. Individu pada masa ini berada pada masa eksplorasi yang melibatkan faktor sosio-emosional, sehingga rentan dalam mengalami berbagai macam masalah (Santrock, 2007).

Selain individu pada fase *emerging adulthood*, mahasiswa juga rentan dalam mengalami *social loneliness*. Banyak dari individu dengan usia muda, khususnya mahasiswa berjuang untuk menyeimbangkan tuntutan dan harapan yang diberikan, kemudian pada akhirnya berujung mengalami *social loneliness*. Selain itu, permasalahan yang paling sering dialami mahasiswa adalah proses transisi sosial di lingkungan baru. Hal tersebut menjadi salah satu faktor yang menyulitkan mahasiswa untuk membangun serta memiliki hubungan dekat dengan individu atau kelompok di lingkungannya sehingga menyebabkan *social loneliness* pada mahasiswa (Barreto dkk., 2021; Papalia & Feldman, 2014).

Mahasiswa umumnya mengalami *social loneliness* karena berada pada lingkungan yang mengedepankan hubungan pertemanan dan lingkungan sosial. Sehingga, hubungan yang romantis cenderung menjadi pilihan kedua (Green, Richardson, Lago dan Schatten-Jones, 2001). Sejalan dengan hal tersebut, berdasarkan penelitian Dagne dan Dagne (2019) lebih lanjut dijelaskan bahwa sebanyak 60,2% mahasiswa mengalami *loneliness* yang disebabkan oleh transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi dan interaksi sosial. Berdasarkan berbagai penelitian di atas, peneliti melakukan pengambilan data awal. Data awal disebar kepada mahasiswa/i di Universitas Negeri Makassar menggunakan google form. Terdapat 40 responden yang mengisi kuesioner, dan diketahui bahwa 29 dari 40 responden

mengaku menjadi bagian dari kelompok pertemanan. Namun hanya lima dari 29 responden yang merasa dimengerti dan hanya 8 dari 29 responden yang merasa dapat mengandalkan kelompok pertemanannya.

Dampak-dampak yang dihasilkan dari *social loneliness* perlu diantisipasi dengan menjaga kesehatan mental. Salah satunya adalah dengan memiliki *psychological well-being* yang baik. Terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa *psychological well-being* memiliki korelasi negatif dengan *loneliness*, yang artinya semakin tinggi *psychological well-being* maka semakin rendah *loneliness* individu. Halim dan Dariyo (2016) mengemukakan bahwa *psychological well-being* memiliki korelasi negatif yang signifikan terhadap *loneliness* (salah satunya adalah *social loneliness*). Rantepadang dan Gery (2020) juga mengemukakan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *psychological well-being* dan *loneliness*.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti ingin melihat hubungan *psychological well-being* dengan *social loneliness* pada mahasiswa. Penelitian dilakukan di Universitas Negeri Makassar disebabkan oleh latar belakang budaya, responden serta spesifik menggunakan *social loneliness* yang dimana ketiganya berbeda pada penelitian sebelumnya yaitu penelitian Halim dan Dariyo (2016) mengenai hubungan *psychological well-being* dan *loneliness* pada mahasiswa rantau dengan responden mahasiswa rantau yang berada di kota DKI Jakarta.

Gierveld dan Tilburg (2006) mengemukakan bahwa dalam *social loneliness* terdapat *social network*. *Social network* merupakan bentuk hubungan sosial yang dimiliki individu bersama dengan kelompoknya. *Social network* dapat berupa dukungan sosial dan jumlah hubungan pertemanan yang dianggap berkualitas. Individu yang merasakan *social loneliness*, cenderung tidak merasakan bentuk dukungan sosial dari kelompok.

Peplau dan Perlman (1982) mengemukakan bahwa terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi *social loneliness*, yaitu:

1. Karakteristik personal berkontribusi terhadap *loneliness* (termasuk *social loneliness*) yang dialami individu. Setiap individu memiliki karakteristik yang mampu menurunkan keinginan individu dalam menjalin hubungan sosial. Karakteristik individu secara personal juga menjadi faktor dalam menilai hubungan yang berkualitas atau tidak. Terakhir, kualitas individu menjadi faktor bagaimana individu dalam bereaksi terhadap perubahan yang terjadi dalam hubungan sosialnya.
2. Faktor kultur (budaya) dan situasi dapat memberikan dampak terhadap *loneliness*. *Loneliness* menjadi semakin tinggi ketika terdapat nilai-nilai budaya yang meningkatkan risiko terjadinya *loneliness*. Sebagai contoh, budaya yang menekankan individualisme

yang tinggi, sifat kompetitif yang begitu tinggi serta menciptakan ekspektasi yang tidak realistis terhadap hubungan sosial dapat meningkatkan terjadinya *loneliness*. Faktor situasi yang dialami oleh individu juga dapat meningkatkan risiko terjadinya *loneliness*. Salah satu contohnya adalah arsitektur rumah atau kantor yang memungkinkan individu untuk beraktivitas sendirian (merasa terisolasi, seperti sudut ruangan) dapat meningkatkan risiko terjadinya *loneliness* khususnya *social loneliness*.

Berdasarkan pada penjelasan teori, maka hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif dan signifikan antara *psychological well-being* dengan *social loneliness* pada mahasiswa.

METODE

Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu *Psychological well-being* yaitu cara individu dalam mencapai keberfungsian psikologis yang positif, selain itu *psychological well-being* dapat membantu individu dalam mencapai aktualisasi diri, keseimbangan antara emosi positif maupun negatif. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu *social loneliness* yaitu keadaan individu merasa tidak ikut terlibat dalam kelompok disekitarnya serta sulit dalam menyatakan pikiran dan perasaannya sehingga mengganggu aktivitas individu dalam hubungan sosial.

Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa secara umum di Kota Makassar. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *convenience sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala. Skala merupakan metode yang berbentuk pernyataan-pernyataan sikap. Skala yang digunakan ada dua yaitu skala *psychological well-being* dan skala *Social Loneliness*.

Validitas isi dari skala *psychological well-being* merupakan hasil adaptasi dari Ashari (2017) menyatakan bahwa seluruh aitem valid (esensial) dan dapat digunakan dalam penelitian ini. Uji coba skala *psychological well-being* dilakukan Ashari (2017) kepada 80 mahasiswa dari empat fakultas di Universitas Negeri Makassar dengan total 42 aitem. Hasilnya terdapat 10 aitem dengan nilai $<0,30$ yaitu aitem nomor 3, 4, 8, 9, 12, 13, 14, 15, 27, dan 31, maka aitem-aitem pada skala *psychological well-being* tersebut dinyatakan gugur, sehingga menyisakan 32 aitem pada skala. Sedangkan hasil uji coba pada *social loneliness* berjumlah 5 aitem. Hasilnya menunjukkan bahwa keseluruhan aitem memiliki nilai >30 sehingga tidak terdapat aitem yang gugur pada skala *social loneliness*.

Berdasarkan hasil uji coba pada skala *social loneliness*, dikemukakan bahwa hasil *confirmatory factor analysis* (CFA) pada De Jong Gierveld *loneliness scale*, menghasilkan

loadingfactor yang bergerak dari 0,515 sampai dengan 0,880 sehingga skala *social loneliness* valid untuk digunakan dalam penelitian.

Koefisien reliabilitas pada skala *psychological well-being* (Ashari, 2017) setelah uji coba terhadap 80 responden dengan total 32 aitem, memperoleh nilai Cronbach Alpha sebesar 0,841. Nilai Cronbach Alpha tersebut tergolong sebagai reliabilitas yang baik sehingga dapat digunakan dalam penelitian ini. Sedangkan, Koefisien reliabilitas pada skala *social loneliness* yang dilakukan oleh peneliti terhadap 109 responden dengan total 5 aitem, memperoleh nilai Cronbach Alpha sebesar 0,783. Nilai Cronbach Alpha tersebut tergolong reliabilitas cukup baik sehingga dapat digunakan oleh peneliti. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, uji asumsi (meliputi uji normalitas dan linearitas) serta uji hipotesis (*pearson correlation*).

HASIL

Pada penelitian ini, terdapat 382 responden yang merupakan mahasiswa aktif S1 di Universitas Negeri Makassar yang terdiri dari sembilan fakultas. Selain itu, responden merantau sejumlah 231 dan tidak merantau sejumlah 151. Responden pada penelitian ini meliputi angkatan 2021 hingga 2017 (angkatan 2015 dan 2016 tidak mengisi skala). Responden berusia 18 hingga 25 tahun. Kemudian responden pada penelitian ini terdiri dari jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Rinciandan deskripsi lengkap dari responden penelitian ini, sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Berdasarkan Angkatan

Usia	<i>f</i>	%
2021	57	14,9
2020	80	20,9
2019	91	23,8
2018	81	21,2
2017	73	19,1
Total	382	100%

Berdasarkan tabel 1, diketahui dari keseluruhan responden, mahasiswa angkatan 2019 memiliki responden penelitian dengan persentase paling besar (23,8). Sedangkan responden penelitian dengan persentase paling kecil yaitu mahasiswa angkatan 2021 (14,9). Mahasiswa angkatan 2016 dan 2015 tidak mengisi skala penelitian.

Tabel 2. Deskripsi Berdasarkan Usia

Usia	<i>f</i>	%
18	25	6,5
19	65	17
20	81	21,2
21	83	21,7
22	78	20,4
23	50	13
Total	382	100%

Berdasarkan tabel 2, dari keseluruhan responden, mahasiswa dengan usia 21 tahun menjadi responden dengan persentase paling besar (21,7%). Kemudian usia 20 tahun dengan persentase (21,2%), usia 22 tahun dengan persentase (20,4%), 19 tahun dengan persentase (17%), serta usia 23 tahun (13%). Sedangkan mahasiswa yang berusia 18 tahun menjadi responden dengan persentase paling sedikit pada penelitian ini (6,5%).

Tabel 3. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	<i>f</i>	%
Laki-Laki	139	36,4
Perempuan	243	63,6
Total	382	100%

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa mahasiswa berjenis kelamin perempuan menjadi responden dengan persentase yang lebih besar (63,6%). Sedangkan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki menjadi responden dengan persentase yang lebih kecil (36,4%).

Deskripsi data pada penelitian ini merupakan hasil dari skor responden dan alat ukur (skala) yang digunakan dalam penelitian. Deskripsi tersebut meliputi skor minimal (*min*), maksimal (*max*), rata-rata (*mean*) dan standar deviasi (SD). Kategorisasi data responden pada penelitian ini menggunakan hipotetik dan empirik. Pada tabel 4 menunjukkan mean empirik psychological well-being lebih tinggi dibandingkan hipotetik yang mengindikasikan bahwa tingkat *psychological well-being* responden tergolong tinggi. Sedangkan mean hipotetik social loneliness lebih tinggi dibandingkan empirik, mengindikasikan bahwa tingkat social loneliness responden cenderung rendah.

Tabel 4. Deskripsi Skor Hipotetik dan Empirik Variabel Penelitian

Variabel	Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD
<i>Psychological Well Being</i>	32	160	96	21,3
<i>Social Loneliness</i>	5	25	15	3,3
Variabel	Empirik			
	Min	Max	Mean	SD
<i>Psychological Well Being</i>	60	153	109,7	14,9
<i>Social Loneliness</i>	5	25	13,2	3,9

Selain itu, persentase skor kategorisasi pada *psychological well-being* adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Persentase Kategorisasi Skor *Psychological well-being*

Interval	Kategori	<i>f</i>	%
118>	Tinggi	113	29,58
75-117	Sedang	260	68,06
<74	Rendah	9	2,35
Total		382	100%

Berdasarkan tabel 5, dapat dilihat bahwa responden terbanyak terdapat pada skala *psychological well-being* kategori sedang dengan persentase sebesar 68,06%. Responden dengan persentase rendah terdapat pada *psychological well-being* pada kategori rendah yaitu sebesar 2,35%. Hasil dari pengolahan data skala *psychological well-being* menunjukkan bahwa mahasiswa di Universitas Negeri Makassar memiliki *psychological well-being* ada pada kategori sedang. Serta, persentase skor kategorisasi pada *social loneliness* adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Persentase Kategorisasi Skor *Social Loneliness*

Interval	Kategori	<i>f</i>	%
19>	Tinggi	167	43,71
12-18	Sedang	215	56,28
<11	Rendah	0	0,00
Total		382	100%

Berdasarkan tabel 6, dapat dilihat bahwa responden terbanyak pada skala *social loneliness* yaitu, kategori sedang dengan persentase sejumlah 56,28%. Kemudian, jumlah responden paling sedikit berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 43,71%. Sedangkan, responden dengan kategori rendah tidak ada. Hasil dari pengolahan data skala *social loneliness* dapat dilihat bahwa mahasiswa di Universitas Negeri Makassar menunjukkan *social loneliness* ada pada kategori sedang.

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Kolmogrov-Sminorv Test* dengan *software*

SPSS 26.0 Version dengan hasil bahwa diperoleh signifikansi sebesar 0,990 ($p > 0,05$). Artinya, data penelitian terdistribusi secara normal karena memiliki nilai signifikansi $> 0,05$. Selain uji normalitas, terdapat uji linearitas pada penelitian ini. Uji asumsi data pada penelitian ini juga menggunakan *software SPSS 26.0 Version*. Syarat untuk *linearity* yaitu $p < 0,05$ dan *deviation form linearity* yaitu $p > 0,05$. nilai signifikansi dari *deviation form linearity* sebesar 0,376 sedangkan nilai *linearity* sebesar 0,000. Nilai signifikansi linearitas dalam penelitian ini yaitu $< 0,05$ sedangkan *deviation form linearity* $> 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini linear.

Hipotesis pada penelitian ini yaitu, terdapat hubungan yang negatif signifikan antara *psychological well-being* dengan *social loneliness*. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *psychological well-being* dengan *social loneliness* pada mahasiswa dengan $r = -0,479$ ($p = 0,000$), sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Nilai koefisien korelasi pada penelitian ini bernilai negatif, semakin tinggi *psychological well-being* maka semakin rendah *social loneliness* pada mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah *psychological well-being* maka semakin tinggi *social loneliness*.

Selain uji hipotesis terhadap kedua variabel, peneliti melakukan uji korelasi terhadap dimensi-dimensi *psychological well-being* pada *social loneliness*. Berdasarkan hasil uji korelasi hasilnya adalah keseluruhan dimensi dari *psychological well-being* memiliki hubungan yang negatif signifikan terhadap *social loneliness*. Hasil analisis uji korelasi tersebut menunjukkan bahwa korelasi yang paling tinggi dari aspek *psychological well-being* dengan *social loneliness* yaitu dimensi penguasaan lingkungan dengan $r = -0,490$ ($p = 0,000$). Hal tersebut menunjukkan hubungan negatif signifikan antara aspek penguasaan lingkungan dengan *social loneliness*. Sedangkan dimensi paling rendah yaitu penerimaan diri. Hasilnya menunjukkan nilai $r = -0,260$ ($p = 0,000$) artinya menunjukkan hubungan yang negatif dengan *social loneliness*.

DISKUSI

Ismuniar dan Ardiwinata (2021) mengemukakan bahwa *psychological well-being* merupakan bentuk kondisi individu ketika sejahtera secara psikologis dan ditandai dengan dimensi-dimensi seperti, mampu menerima diri apa adanya, dapat membangun hubungan dengan individu lain, dapat menguasai lingkungan sekitarnya, mampu membangun tujuan dalam hidup, dapat hidup secara mandiri serta dapat bertumbuh secara pribadi. Kategori

sedang, secara memungkinkan dilihat cukup dalam memenuhi keenam dimensi pada *psychological well-being* .

Beberapa dimensi yang mendorong *psychological well-being* pada individu khususnya mahasiswa yaitu, hubungan yang positif dengan individu lain, kemandirian serta penerimaan diri. Mahasiswa cenderung mengalami berbagai macam masalah ketika memasuki fase baru di dunia perkuliahan sehingga ketiga dimensi tersebut dapat membantu mahasiswa dalam meraih kesejahteraan dan pengembangan diri (Kurniasari, Rusmana & Budiman 2019).

DiTommaso dan Spinner (1997) mengemukakan bahwa *social loneliness* merupakan perasaan tidak puas yang dialami oleh individu terhadap jaringan sosialnya. Berdasarkan hal tersebut, individu ketika mengalami *social loneliness* akan merasa kesulitan untuk membangun hubungan sosial baik dari segi pertemanan dengan individu lain atau bergabung dengan kelompok (Cramer & Barry, 1999). Hal tersebut berkaitan dengan kebutuhan individu khususnya mahasiswa dalam mendapatkan dukungan secara sosial agar terhindar dari *social loneliness*. Selain, dukungan sosial, mahasiswa membutuhkan perasaan puas terhadap hubungannya sehingga dapat sejahtera secara psikologis dan tidak mengalami *social loneliness* (Hefner & Eisenberg, 2009; Heinrich & Gullone, 2006).

Studi Doman dan Le Roux (2012) misalnya menemukan bahwa lebih dari 25% komponen *psychological well-being* yang dapat mempengaruhi *loneliness* khususnya *social loneliness* adalah depresi dan *positive well-being*, sehingga mereka menyatakan bahwa karena faktor ini dapat mempengaruhi kesepian, maka faktor ini yang perlu diintervensi. Awaliyah dan Listiyandini (2017) mengemukakan bahwa penguasaan lingkungan merupakan salah satu aspek yang dapat mendorong mahasiswa untuk dapat lebih sadar dan memperhatikan keberadaannya. Selain itu, Agustin (2017) mengemukakan bahwa penerimaan diri merupakan sikap dari individu yang dapat menerima kelebihan maupun kekurangan dalam dirinya dengan cara yang lebih positif.

Keterbatasan dalam penelitian ini, data demografi yang tidak seimbang yaitu lain jumlah responden laki-laki dan perempuan yang timpang. Keterbatasan selanjutnya yaitu, penelitian terdahulu yang spesifik membahas mengenai *social loneliness* masih kurang sehingga peneliti kesulitan dalam mendapatkan penelitian-penelitian terbaru. Selain itu, penelitian yang spesifik membahas berkaitan dengan *social loneliness* dan *psychological well-being* masih sangat kurang.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* memiliki hubungan negatif yang signifikan pada *social loneliness*. Kesimpulannya bahwa semakin tinggi *psychological well-being* maka semakin rendah *social loneliness*, demikian pula sebaliknya. Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan bagi mahasiswa untuk lebih memperhatikan *psychological well-being* yang ada pada dirinya. *Psychological well-being* yang baik dapat mahasiswa menjadi lebih mandiri, menguasai lingkungannya, mengembangkan dirinya serta dapat menetapkan tujuan hidupnya dengan lebih baik. Dalam meningkatkan *psychological well-being* mahasiswa mampu memanfaatkan kegiatan orientasi kampus serta mengikuti kegiatan yang sifatnya pengembangan diri, sehingga mahasiswa mampu mengembangkan keenam dimensi pada *psychological well-being* serta menurunkan risiko terjadinya *social loneliness*. Selain itu, Perguruan tinggi diharapkan mampu memfasilitasi mahasiswa dengan kegiatan-kegiatan yang mampu meningkatkan *psychological well-being* dan menurunkan *social loneliness* seperti kegiatan orientasi kemahasiswaan yang dikemas secara menarik sehingga mampu mendekatkan mahasiswa satu sama lain.

Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu, diharapkan untuk memperhatikan variabel-variabel lain yang memiliki keterkaitan dengan *social loneliness*, seperti dukungan sosial, penerimaan diri dan lain sebagainya. Kemudian, diharapkan untuk mempertimbangkan proses pengumpulan data penelitian agar data demografi tidak timpang seperti dalam penelitian ini sehingga mempermudah dalam memperoleh hasil penelitian yang lebih general. Selain itu, disarankan ketika ingin meneliti lebih lanjut mengenai *social loneliness* untuk mempertimbangkan metode kualitatif disebabkan kurangnya penelitian yang membahas mengenai *social loneliness* serta untuk mendapatkan data yang lebih mendalam dari responden.

REFERENSI

- Ashari, A. (2017). *Perbedaan Psychological well-being pada Mahasiswa Organisasi dan Non- Organisasi di Universitas Negeri Makassar*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar.
- Awaliyah, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Pengaruh rasa kesadaran terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Psikogenesis*, 5(2), 90–101.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness around the world: age, gender, and cultural differences in loneliness. *Journal Personality and Individual Differences*, 169(March), 110066. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>
- Bhagchandani, R. K. (2017). Effect of loneliness on the *psychological well-being* of college students. *International Journal of Social Science and Humanity*, 7(1), 60–64. <https://doi.org/10.18178/ijssh.2017.7.1.796>

- Cramer, K. M., & Barry, J. E. (1999). Conceptualizations and measures of loneliness: a comparison of subscales. *Journal of Personality and Individual Differences*, 27(3), 491–502. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00257-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00257-8)
- Dagnew, B., & Dagne, H. (2019). Year of study as predictor of loneliness among students of University of Gondar. *Journal of BMC Research Notes*, 12(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4274-4>
- DiTommaso, E., & Spinner, B. (1997). Social and emotional loneliness: A reexamination of weiss' typology of loneliness. *Journal of Personality and Individual Differences*, 22(3), 417–427. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(96\)00204-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(96)00204-8)
- Doman, L. C. H., & Le Roux, A. (2012). The relationship between loneliness and *psychological well-being* among third-year students: a cross-cultural investigation. *International Journal of Culture and Mental Health*, 5(3), 153–168. <https://doi.org/10.1080/17542863.2011.579389>
- Gierveld, J. D. J., & Van Tilburg, T. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: confirmatory tests on survey data. *Journal of Research on Aging*, 28(5), 582–598. <https://doi.org/10.1177/0164027506289723>
- Green, L. R., Richardson, D. S., Lago, T., & Schatten-Jones, E. C. (2001). Network correlates of social and emotional loneliness in young and older adults. *Article of Personality and Social Psychology*, 27(3), 281–288. <https://doi.org/10.1177/0146167201273002>
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan *psychological well-being* dengan loneliness pada mahasiswa yang merantau. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170–181.
- Ismuniar, C., Ardiwinata, E., & Tarakan, B. (2021). Gambaran *psychological well-being* mahasiswa selama proses perkuliahan online guna untuk melihat learning lost. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*, 7(3).
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa universitas pendidikan indonesia. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Matthews, T., Danese, A., Wertz, J., Odgers, C. L., Ambler, A., Moffitt, T. E., & Arseneault, L. (2016). Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 51(3), 339–348. <https://doi.org/10.1007/s00127-016-1178-7>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., Feldman, R. D. (2009). *Human Development*. (Alih Bahasa : B. Marwensdy). (Edisi Kesepuluh). Jakarta : Salemba Humanika.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982) *Loneliness a sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Rantepadang, A., & Gery, A. Ben. (2020). Hubungan *psychological well-being* dengan loneliness. *Nutrix Journal*, 4(1), 59. <https://doi.org/10.37771/nj.vol4.iss1.428>
- Santrock, J. W. (2007). *Life-Span Development*. New York: McGraw-Hill
- Simanjuntak, J., Eko Prasetyo, C., Yusani Tanjung, F., & Triwahyuni, A. (2021). *Psychological well-being* sebagai prediktor tingkat kesepian mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(2), 158–175. <http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n2.p158-175>
- Yanguas, J., Pinazo-Henandis, S., & Tarazona-Santabalbina, F. J. (2018). The complexity of loneliness. *Article Healthy Aging*, 89(2), 302–314. <https://doi.org/10.23750/abm.v89i2.7404>