

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Transisi dari kehidupan sekolah menengah ke perguruan tinggi seringkali menjadi periode yang penuh tantangan bagi mahasiswa baru. Berbagai perubahan signifikan, seperti lingkungan sosial yang baru, beban akademik yang meningkat, dan penyesuaian diri, dapat menyebabkan stres dan dampak psikologis yang tidak sepele. Salah satu fenomena psikologis yang umum ditemui selama masa transisi ini adalah perasaan kesepian (*loneliness*). Kesepian adalah perasaan subjektif yang timbul ketika individu merasa terputus dari hubungan sosial yang mereka inginkan, dan hal ini dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional dan mental. Di sisi lain, makna hidup (*meaning in life*) adalah konsep yang merujuk pada pemahaman dan penilaian individu terhadap tujuan dan makna dalam hidup mereka. Penelitian menunjukkan bahwa memiliki makna hidup yang kuat dapat berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap stres dan ketidaknyamanan emosional. Bagi mahasiswa baru, pencarian makna hidup sering kali menjadi bagian penting dalam proses penyesuaian diri mereka.

Dukungan sosial, sebagai bentuk bantuan dan perhatian dari lingkungan sekitar, telah diidentifikasi sebagai faktor penting yang dapat memoderasi hubungan antara *loneliness* dan *meaning in life*. Dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional, informasi, atau instrumental dari keluarga, teman, atau komunitas kampus. Dukungan sosial yang efektif dapat membantu mahasiswa baru dalam mengatasi perasaan kesepian, memperkuat makna hidup mereka, dan pada akhirnya mendukung penyesuaian mereka di lingkungan perguruan tinggi. Namun, meskipun pentingnya dukungan sosial dalam mengatasi kesepian (*loneliness*) dan mencari makna hidup telah diakui secara umum, masih ada kekurangan dalam pemahaman bagaimana dukungan sosial dapat memoderasi hubungan antara *loneliness* dan makna hidup pada

mahasiswa baru. Penelitian yang ada seringkali terfokus pada aspek-aspek ini secara terpisah, dan belum banyak yang mengeksplorasi interaksi antara ketiga variabel ini secara bersamaan dalam konteks mahasiswa baru.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi pengaruh *loneliness* dan makna hidup terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa baru dengan dukungan sosial sebagai variabel moderator. Dengan memahami bagaimana dukungan sosial mempengaruhi hubungan antara *loneliness* dan makna hidup, diharapkan dapat ditemukan strategi yang lebih efektif dalam mendukung penyesuaian diri mahasiswa baru dan meningkatkan kesejahteraan mereka selama periode transisi yang krusial ini.

Fenomena baru bagi anak yang melanjutkan kuliah diluar daerah merupakan hal yang lumrah di kalangan masyarakat. Keberagaman kampus dengan keunggulan masing-masing serta dengan penawaran khusus seperti hanya beasiswa dapat mendorong untuk daftar kuliah walaupun di luar daerah. Sebagai pendatang dari daerah yang berbeda-beda, mahasiswa baru harus beradaptasi dengan lingkungan dan situasi yang baru dan berbagai kondisi yang ada di daerah tersebut. Salah satu kondisi pada mahasiswa baru yang melanjutkan perkuliahan di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, banyak perubahan dan perbedaan situasi seperti cara berbicara, budaya, keadaan lingkungan sosial, budaya akademik, makanan, iklim atau cuaca dan pola interaksi antar mahasiswa.

Bagi para mahasiswa baru mereka harus beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka yang baru, tujuan dari beradaptasi dan berinteraksi tersebut agar terbentuk hubungan yang baik selama mereka masih menjadi mahasiswa baru. Hubungan antara manusia yang satu dengan yang lain sangat diperlukan dalam kehidupan, karena manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri atau masih membutuhkan bantuan dari pihak lain.

Bersosialisasi sangat penting dalam menjalin hubungan antar manusia, jika tidak adanya individu yang bersosialisasi, maka keluarga dan masyarakat tidak akan tercipta. Begitu pula dengan individu, tidak bisa hidup tanpa individu lain baik dari keluarga, masyarakat dan kebudayaan, setiap individu dapat mengekspresikan segala hal yang berhubungan dengan sosial. Aspek individu, keluarga, masyarakat dan kebudayaan merupakan aspek-aspek sosial yang saling terkait.

Meaning in life menurut Bastaman (Palila, 2018) *Meaning in life* adalah dalam arti hidup yang bermakna mengandung aspek tujuan hidup, yaitu nilai-nilai yang perlu dipenuhi, meskipun secara prakteknya sulit untuk ditemukan karena sebenarnya tampak tersirat dalam kehidupan itu sendiri, *Meaning in life* dianggap penting karena menurut Frankl (2003), manusia memiliki tujuan utama yakni untuk mencapai *Meaning in life* dalam kehidupan. *Meaning in life* merupakan aspek yang penting dalam hidup, membuat hidup lebih berarti dan bermakna. Manusia memaknai kehidupannya agar tidak merasa hampa dalam menjalani hidup.

Menurut (Martela & Steger, 2016) mendefinisikan (*Meaning in life*) “sebagai arti yang dibuat”. Dimensi utama yang berdasarkan sumber *meaning in life* dan pencarian makna hidup seseorang memperoleh makna yang meliputi keyakinan, religiusitas/spiritualitas, dan kesehatan (Czekierda et al., 2017) menjelaskan bahwa ada dua dimensi *meaning in life* individu, yaitu sumber makna dan pencarian makna.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi lapangan yang dilakukan kepada beberapa mahasiswa baru di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, menyatakan bahwa sering merasa kesepian dengan keadaan diri sendiri, kadang sedih dan menangis, merasa tidak cocok dalam berinteraksi dengan lingkungannya, terdorong untuk menyerah dan ingin pulang kampung, ketika gelisah datang mengganggu produktivitas dalam menjalani kegiatan sehari-hari.

Masalah tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marisa dan Afriyani (2019) dengan judul “*Loneliness* Dan *Self Compassion* Mahasiswa baru” menyatakan hasil adanya hubungan negative yang signifikan antara *Loneliness* dan *Self Compassion* dengan koefisien korelasi sedang ($r = -0.538$ dan $p = 0.000$). selanjutnya, penelitian dilakukan oleh Yuliana dkk (2018) dengan judul “Hubungan Antara Dukungan sosial dan *Coping* dengan *meaning in life* Remaja Penyandang Kanker” menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan variabel dukungan sosial dan *coping* terhadap makna pada remaja penderita kanker. Berdasarkan latar belakang tersebut penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *Loneliness* dengan *Meaning in Life* pada mahasiswa baru di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

Loneliness menurut Russel (Marisa & Afriyani, 2019), merasa bahwa interaksi yang sedang dijalani tidak sesuai dengan harapan atau capaian. *Loneliness* sering dialami oleh mahasiswa yang baru atau yang tinggal berjauhan dengan keluarga atau orang terdekat sesuai dengan hasil penelitian yang ditemukan oleh Nurlyli dan Hidayati (Marisa & Afriyani, 2019), menyatakan hasil penelitian bahwa sebanyak 40 dari 50 orang mahasiswa jauh dari keluarga mengalami keadaan *Loneliness*. Hal ini dapat disebabkan oleh factor usia yang mengalami banyak transisi sosial dari masa remaja akhir ke masa dewasa awal, seperti hidup sendiri, meninggalkan rumah, memasuki perguruan tinggi, atau memasuki dunia kerja (Taylor, Peplau, & Sears, 2009). *Loneliness* merupakan perasaan negative yang membuat rasa tidak nyaman dan perasaan gelisah. Permasalahan *Loneliness* yang dialami mahasiswa ketika ditempat baru membuat perasaan takut dan gelisah sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.

Lingkungan yang berbeda terkadang membuat tidak nyaman dalam berinteraksi dan akhirnya membuat tidak merasa puas dengan interaksi karena bukan orang terdekat. Berdasarkan

data hasil penelitian yang ditemukan oleh Saputri, Rahman, & Kurniadewi (2018) diketahui bahwa terdapat 60% dari 30 mahasiswa baru yang berusia 18-21 tahun mengalami keadaan *Loneliness* dengan kategori tinggi. Hal tersebut dapat terjadi ketika individu berjauhan dengan orang terdekatnya. Individu yang mengalami *Loneliness* kesulitan berinteraksi dengan lingkungan sekitar ketika tidak memiliki keterikatan secara emosional. Perasaan *Loneliness* disebabkan ketika individu tidak terlibat dalam dalam kelompok interaksi sehingga muncul perasaan diasingkan, perasaan bosan dan kecemasan. Individu yang baru akan merasakan dua hal tersebut, ketika meninggalkan tempat harus menerima kondisi bahwa tidak bersama orang yang dekat dan ketika berada ditempat yang baru harus bisa menyesuaikan diri dilingkungan sosial yang baru dan jika gagal maka akan menimbulkan perasaan *Loneliness*.

Perasaan *Loneliness* yang dialami oleh beberapa mahasiswa baru dapat dipengaruhi oleh banyak factor, seperti kematangan emosional, pola pikir, umur, jenis kelamin dan lain-lain. *Mental Health Foundation*, (2010) mengungkapkan bahwa sebagian besar dari kelompok usia remaja akan lebih rentan mengalami *Loneliness*. Kemudian penelitian lain dari Goossens et.al (2014) mahasiswa berusia remaja memiliki kategori kesepian yang tinggi. Selain usia, kesepian juga dipengaruhi oleh jenis kelamin. Menurut Weiss bahwa jenis kelamin atau gender seperti wanita merasa lebih kesepian dari pada pria (Cosan, 2014). Sebuah survey yang dilakukan oleh *Mental Health Foundation* (2010) menemukan bahwa hanya 33% subjek pria yang merasa kesepian, dibandingkan dengan 41% subjek wanita. *Loneliness* dapat memicu individu untuk terdorong melakukan tindakan bunuh diri (Perlman & Peplau, 1981). Ketika individu mengalami *Loneliness* terus menerus sehingga tidak dapat mengatasinya maka akan mendorong pada keinginan bunuh diri.

Permasalahan-permasalahan mahasiswa baru yaitu salah satunya *Loneliness* akan menyebabkan stress akademik. Berdasarkan penelitian Saniskoro dan Akmal (2017) menemukan bahwa stress akademik merupakan dampak dari permasalahan yang dialami baru, berdampak pada penurunan prestasi akademik mahasiswa sehingga berdampak pula pada prestasi kampus. Tidak hanya itu, ketika individu merasakan *Loneliness* dapat mengganggu produktivitas dalam menjalani hidup dan akan merasa hampa serta tidak memiliki gairah. Dalam aspek *Loneliness* terdiri dari kepribadian (*Personality*), kehendak sosial (*Social Desirability*), Depresi (*Depression*). Kepribadian (*Personality*) individu akan berpengaruh pada seberapa lama akan mengalami *Loneliness*. Kehendak sosial (*Social Desirability*) yaitu keinginan individu terlibat dalam hubungan sosial namun keterlibatan yang diinginkan tidak terlaksana atau tercapai sehingga seseorang menarik diri dari lingkungan sosial dan muncul rasa diasingkan serta cemas. Depresi (*Depression*) yaitu individu yang mengalami *Loneliness* disebabkan oleh tekanan dalam diri individu, yang berupa rasa tidak berharga, tidak memiliki semangat, murung, kesedihan, dan ketakutan akan kegagalan. *Loneliness* dan *Meaning in Life* merupakan dimensi yang selalu dikaitkan dengan perilaku manusia.

Seperti pada penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kesepian dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan kebermaknaan hidup. Misalnya, Cacioppo dan Patrick (2008) mengungkapkan bahwa kesepian berhubungan erat dengan penurunan kualitas hidup, sedangkan Steger et al. (2006) menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup berhubungan positif dengan kesejahteraan. Cohen dan Wills (1985) menambahkan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi dampak negatif kesepian. Namun, sebagian besar penelitian ini tidak fokus pada mahasiswa baru, yang menghadapi transisi besar dalam hidup mereka. Penelitian ini berbeda karena mengkaji peran dukungan sosial sebagai variabel moderasi dalam hubungan antara

keseharian dan kebermaknaan hidup di kalangan mahasiswa baru. Dengan menggunakan pendekatan longitudinal, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang bagaimana dukungan sosial dapat membantu mahasiswa baru mengatasi keseharian dan menemukan makna dalam hidup mereka selama tahun pertama kuliah. Implikasi dari penelitian ini dapat memandu pengembangan program dukungan yang lebih efektif di perguruan tinggi.

Segala permasalahan dan tekanan yang dialami mahasiswa baru dapat berdampak pada *Meaning in Life*-nya. Makna dalam hidup dianggap penting untuk kesejahteraan sepanjang rentang kehidupan (George & Park, 2016) dan (Steger, 2012). Menurut (Martela & Steger, 2016) mendefinisikan *meaning in life* (*Meaning in Life*) sebagai keinginan yang dikonseptualisasikan sebagai keinginan bawaan untuk memberi makna sebanyak mungkin (Krok, 2018) individu akan cenderung tidak melakukan produktivitas ketika tidak memiliki dorongan dan girah hidup dalam diri individu. Individu ditempat baruan dituntut untuk menyesuaikan diri dengan tempat barunya serta akan berdampak pada antusiasnya dalam menjalani hidupnya (Steger, Oishi, & Kashdan, 2009). Individu ditempat baru biasa menghadapi *Homesick* sehingga mempengaruhi kehidupan sehari-hari. *Meaning in Life* akan bermasalah ketika individu tidak menerima kondisi terburuk yang dihadapi ditempat baruan, seperti kondisi lingkungan yang berbeda dari tempat asal, kebutuhan ekonomi yang tidak cukup karena ditempat baru mengharuskan berhemat, tuntutan akademik dikampus, serta kegagalan membangun interaksi dengan orang sekitar.

Dukungan sosial merupakan faktor yang dapat menentukan tercapainya *meaning in life* seseorang. *Meaning in life* ditandai jika seseorang sanggup menetapkan haluan hidup dan bernilai secara pribadi. *Meaning in life* berguna menjadi dorongan besar untuk menetapkan arah hidup. Menurut Bastaman, 2007 (Putri dkk, 2020:130) faktor-faktor yang mempengaruhi *Meaning in Life* antara lain (a) Faktor internal berupa penemuan pribadi, bertindak positif, pengakraban

lingkungan, pendalaman tri nilai, ibadah, dan kualitas insani dan (b) Faktor eksternal berupa material, dukungan sosial, pekerjaan, dan orang-orang terdekat.

Berdasarkan wawancara pada Tanggal 24 november 2023 kepada 3 orang mahasiswa baru di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. Maka terungkap bahwa mahasiswa baru merasa sedih karena telah jauh dari keluarga dan sulit untuk menyesuaikan diri di wilayah kampus.

Sarason (1990) menyatakan bahwa dukungan sosial yang diperoleh individu berasal dari lingkungan keluarga dan teman sebaya. Mahasiswa baru yang meninggalkan lingkungan keluarganya untuk belajar di perguruan tinggi, praktis lebih sering berinteraksi dengan lingkungan teman sebayanya. Martin, SwartzKulstad, dan Madson (1999) menemukan, dukungan yang dirasakan oleh mahasiswa dari hubungan pertemanan mereka dapat memberikan kontribusi terhadap proses penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi. Dukungan sosial dari teman sebaya merupakan faktor pembentuk penyesuaian sosial terhadap lingkungan perguruan tinggi yang penting, karena teman sebaya dapat bertindak sebagai panutan, menjadi acuan grup, seorang pendengar, seseorang yang dapat mengerti, seorang kritikus, seorang penasihat, dan seorang pendamping (Richey & Richey, 1980; Tokuno, 1986).

Brissette, Scheier, & Carver (2002) mengutarakan, ada kemungkinan bahwa perbedaan kualitas lingkungan sosial berdampak secara kritis terhadap tingkat penyesuaian diri yang lebih baik. Hal ini dapat berarti, kualitas lingkungan sosial yang tinggi mampu memberikan tingkat kepuasan terhadap dukungan sosial yang lebih tinggi daripada kualitas lingkungan sosial yang rendah. Semakin tinggi kualitas lingkungan sosial yang dimiliki, maka semakin tinggi pula tingkat kepuasan terhadap dukungan sosial yang dimiliki. Semakin rendah kualitas lingkungan sosial yang dimiliki, maka semakin rendah pula tingkat kepuasan terhadap dukungan sosial yang

dimiliki. Tinggi rendahnya tingkat kepuasan terhadap lingkungan sosial dapat mempengaruhi pola perilaku yang ditunjukkan oleh individu terhadap lingkungannya, maka dalam hal ini kualitas dari lingkungan sosial dapat memberikan dampak terhadap kemampuan penyesuaian sosial dari individu, dalam penelitian ini khususnya pada lingkungan perguruan tinggi dari mahasiswa baru.

Menurut Sarason (dalam Baron & Byrne, 2005), dukungan sosial adalah Kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain. Dukungan sosial yang dirasakan individu dapat diterima dari berbagai pihak, yang diberikan baik secara disadari maupun tidak disadari oleh pemberi dukungan. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu yang diterima dari orang lain atau kelompoknya (Sarafino, 2011).

Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan oleh Gottlieb (dalam, Maslihah, 2011) sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungannya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau pengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Transisi dari sekolah menengah ke universitas dianggap sebagai perubahan besar dalam kehidupan banyak remaja (Friedlander, Reid, Shupak, & Cribbie, 2007) dan tantangan perkembangan utama pada masa remaja akhir, yang disebabkan oleh fakta bahwa individu mencapai kemandirian yang lebih besar. dan mengadopsi lebih banyak tanggung jawab dalam periode ini (Hickman, Bartholomae, & Mckenry, 2000).

Belajar di universitas memberikan siswa kesempatan untuk perkembangan psikososial (Friedlander et al., 2007) tetapi dapat menyebabkan banyak stres (Leong, Bonz, & Zachar, 1997)

dan tekanan akut (Friedlander et al., 2007) bagi mereka. Tanpa penyesuaian akademik yang tepat, siswa mungkin menghadapi masalah serius atau putus sekolah.

Di AS, sekitar 30-40% mahasiswa *drop out* dari universitas tanpa memperoleh gelar mereka, dan beberapa tidak pernah kembali untuk menyelesaikan pendidikan mereka (Enochs dan Ronald, 2006). Dukungan sosial yang ditawarkan oleh keluarga dan teman sebaya merupakan salah satu faktor utama yang memprediksi penyesuaian akademik di antara siswa (Grant-Vallone et al., 2004).

Para peneliti percaya bahwa siswa yang menerima lebih banyak dukungan dan konsultasi dari keluarga mereka lebih mampu beradaptasi dengan universitas. Di sisi lain, memasuki perguruan tinggi dapat menyebabkan terganggunya penyesuaian diri sebelumnya, sehingga individu harus dapat melakukan penyesuaian terhadap lingkungan baru dan ciri-cirinya yang khusus. Meskipun beberapa siswa mencapai penyesuaian akademik lebih cepat, yang lain mengalami kesulitan melepaskan diri dari hubungan mereka sebelumnya dan/atau menyesuaikan diri dengan kehidupan akademik dan sosial baru mereka di universitas (Woosly, 2003). Sejauh mana dan bagaimana dukungan sosial dapat mempengaruhi penyesuaian akademik telah dibahas dalam dua model utama.

Menurut model pertama, yang dikenal sebagai model generik dukungan sosial (Lazarus, 1966), dukungan sosial itu sendiri secara langsung mempengaruhi kesehatan individu, dan kekurangan atau kekurangannya dapat menyebabkan lebih banyak stres bagi orang tersebut. Oleh karena itu, dukungan sosial dapat membantu dalam banyak hal. Selain itu, dapat meningkatkan ketahanan individu terhadap gangguan mental dengan cara yang berbeda, misalnya, meningkatkan harga dirinya. Model lain, yang disebut model penyangga dukungan sosial

(Lazarus, 1966), menyatakan bahwa hanya setelah mengalami pengalaman stres, dukungan sosial dapat berkontribusi untuk penyesuaian.

Oleh karena itu, dukungan sosial sebagai faktor penyangga dapat membantu dalam mencegah masalah penyesuaian (Faghirpoor, 1995). Terlebih lagi, salah satu krisis besar pada masa remaja dan bahkan masa kehidupan lainnya adalah kesepian (Chary, 2003). Psikolog telah mendefinisikan kesepian dengan cara yang berbeda.

Kesepian atau *loneliness* adalah serangkaian perasaan yang kompleks seperti terhadap kebutuhan sosial yang terabaikan (Margalit, 2010). Margalit (2010) juga mengungkapkan bahwa kesepian yang dialami seseorang dapat dibedakan menjadi empat jenis, yaitu kesepian emosional, kesepian sosial, kesepian hidup, dan kesepian figur. Heinrich (dalam Myer, 2012) menyatakan bahwa remaja lebih banyak mengalami kesedihan daripada orang dewasa. Burns (1988) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan kesepian, seperti perasaan rendah diri, rasa keterasingan, terkucilkan dan perasaan takut untuk membuka diri.

Individu yang kesepian akan merasa dirinya bermasalah, jelek, enggan membuka diri, mudah putus asa dan merasa terkurung (Lake, 1986). Selain itu, Sudarman (2010) menyatakan bahwa orang yang mengalami depresi memiliki masalah dalam melihat diri sendiri, merasa tidak berguna, merasa gagal, merasa tidak ada yang peduli, merasa sedih dan berbagai perasaan negatif lainnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesepian yang paling tinggi berada pada remaja dan yang paling sedikit adalah di antara orang yang lebih tua (Sears, 1999)".

Hal ini didukung dengan penelitian Parlee (dalam Sears, 1999) yang menemukan bahwa 79% orang yang berusia di bawah 18 tahun mengatakan bahwa mereka kadang-kadang atau sering kali merasa kesepian dibanding dengan orang yang berusia di atas 55 tahun yang hanya 37%. Perasaan kesepian dan rendahnya dukungan sosial pada remaja menimbulkan resiko

depresi dan kecenderungan untuk bunuh diri (Lasgaard,2011). Dampak yang muncul dari perasaan kesepian ini tidak akan berlarut-larut jika remaja mampu bersosialisasi dan memiliki keterampilan sosial. Keterampilan sosial pertama kali didapatkan remaja dari keluarganya. Sears (dalam Prayitno, 2006) mengungkapkan ada dua cara bagi remaja dalam mempelajari tingkah laku sosial yaitu dengan: 1) memperoleh kepuasan atau menghindari ketegangan, 2) meniru, mengintimidasi atau observasi, orangtua dan keluarganya yang berperan penting dalam proses ini. Keluarga merupakan lingkungan pertama tempat anak-anak mempelajari proses sosialisasi (Prayitno, 2006).

Peplau dkk. (1982) mendefinisikan *loneliness* sebagai perbedaan antara tingkat hubungan sosial yang diinginkan dan saat ini dalam hal aspek kuantitatif dan kualitatif. Faktanya, kesepian didasarkan pada kesenjangan antara cita-cita individu dan pencapaian saat ini dalam hubungan dekat interpersonalnya. Semakin lebar kesenjangan ini, semakin kuat kesepiannya (Peplau, 1982).

Di sisi lain, beberapa individu mungkin mengembangkan kesepian karena mereka memiliki harapan negatif dalam interaksi mereka dan tidak memiliki keterampilan sosial yang diperlukan untuk membangun dan memelihara hubungan intim. Selain itu, mereka memiliki kecemasan yang ekstrim dalam hubungan sosial mereka (Solano & Koester, 1989), sensitif terhadap penolakan (Russell, Peplau, & Cutrona, 1980), mengalami kesulitan membangun hubungan persahabatan, melakukan kegiatan sosial, berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, menikmati pesta. , dan mengendalikan lingkungan (Horowitz & de Sales French, 1979), menganggap diri mereka negatif, tidak berharga, dan tidak kompeten secara sosial (Jones, Freemon, & Goswick, 1981; Jones & Moor, 1987; Jones, Sanson & Helm, 1983), dan memiliki harga diri yang rendah (Heinrich & Gullone, 2006).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terkait dengan kesepian, kepada 8 mahasiswa, terdapat 5 diantaranya yang diketahui mengalami kesepian, dari hasil observasi tersebut 5 diantaranya menunjukkan ekspresi wajah yang sedih, saat berbicara sesekali kata-kata diucapkan secara terbata-bata dan terkadang terlihat bingung kemudian beberapa saat terlihat memikirkan sesuatu, beberapa dari mahasiswa tersebut mengatakan bahwa faktor situasional berpengaruh terhadap rasa kesepian yang dialami mahasiswa tersebut seperti tidak nyaman ketika sedang berada di keramaian, saat berada di keramaian mahasiswa tersebut merasa sendirian dan merasa merindukan suasana rumah, kemudian faktor kepribadian juga memiliki kaitan dengan perilaku yang mereka tunjukkan beberapa dari mahasiswa tersebut merasa malu untuk memulai percakapan dengan orang baru sehingga membuat individu tersebut enggan untuk bertemu dengan orang baru. Berdasarkan beberapa perilaku yang terlihat dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tersebut mengalami faktor-faktor kesepian tersebut, namun tidak menyadarinya. Hal tersebut ditandai dengan mahasiswa tersebut berkata bahwa merasa malu ketika memulai sebuah pembicaraan dengan orang baru, kemudian merasa tidak percaya diri ketika berkenalan dengan orang baru, sulit beradaptasi sehingga mahasiswa tersebut tidak memiliki begitu banyak hubungan dalam lingkup sosial seperti teman kemudian merasa canggung dengan lingkungan yang baru, sedangkan 3 mahasiswa lainnya merasa biasa-biasa saja ketika hal tersebut terjadi kemudian begitu pula dengan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 8 mahasiswa tersebut walau 3 diantaranya mengatakan bahwa tidak merasa kesepian hanya terkadang merasa sedikit kesepian karena kurangnya hubungan pertemanan.

Shahini, Asayesh, Ghobadi, dan Sadeghi (2013) menunjukkan bidang studi dan tempat tinggal adalah dua faktor penting yang mempengaruhi jumlah kesepian dan dukungan sosial yang mungkin diterima siswa. Mempertimbangkan penelitian-penelitian tersebut di atas; penelitian ini,

oleh karena itu, bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dan kesepian, di satu sisi, dan penyesuaian akademik, di sisi lain, di kalangan mahasiswa.

Memasuki perguruan tinggi adalah sebuah transisi besar dalam kehidupan seorang mahasiswa baru, yang sering kali disertai dengan perubahan signifikan dalam lingkungan sosial dan akademik. Transisi ini tidak jarang menimbulkan perasaan kesepian, mengingat mahasiswa baru harus beradaptasi dengan lingkungan yang baru, menjalin hubungan sosial baru, dan menghadapi tuntutan akademik yang lebih tinggi (Labrague et al., 2017). Kesepian di kalangan mahasiswa baru menjadi isu yang penting untuk diteliti karena dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka serta berpotensi mengganggu proses penyesuaian diri mereka. Kebermaknaan hidup (*meaning in life*) merupakan konsep yang krusial dalam memahami kesejahteraan psikologis. Dalam konteks mahasiswa baru, perasaan bahwa hidup mereka memiliki makna dan tujuan dapat mempengaruhi bagaimana mereka mengatasi stres dan tantangan selama masa transisi ini (Steger et al., 2006). Namun, kesepian dapat mengganggu perasaan kebermaknaan hidup tersebut, membuat mahasiswa baru merasa terasing dan kurang berarti di lingkungan baru mereka.

Dukungan sosial dapat memainkan peran penting dalam proses *meaning in life*. Dukungan dari teman sebaya, keluarga, dan lembaga pendidikan dapat berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap dampak negatif dari kesepian. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kesejahteraan emosional, yang pada gilirannya dapat memperkuat perasaan kebermaknaan hidup (Cohen & Wills, 1985). Dengan demikian, dukungan sosial mungkin bertindak sebagai variabel moderasi yang mempengaruhi hubungan antara kesepian dan kebermaknaan hidup.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara *loneliness* dan *meaning in life* di kalangan mahasiswa baru, dengan dukungan sosial sebagai variabel moderasinya. Dengan memahami bagaimana dukungan sosial mempengaruhi hubungan antara *loneliness* dan *meaning in life*, hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang cara-cara untuk mendukung mahasiswa baru dalam penyesuaian mereka, serta mengidentifikasi strategi intervensi yang dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan program-program dukungan yang lebih efektif di lingkungan perguruan tinggi.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang disampaikan diatas bahwa peneliti ingin mencoba untuk lebih mengetahui seberapa besar **“Pengaruh *loneliness* dan *meaning in life* yang dimoderatori oleh dukungan sosial. Studi pada Mahasiswa Baru UIN Sunan Gunung Djati Bandung”**.

Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Apakah dukungan sosial dapat memoderatori pengaruh *loneliness* dan *meaning in life* pada mahasiswa baru?

Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui:

Peran dukungan sosial dalam memoderatori pengaruh *loneliness* dan *meaning in life* pada mahasiswa baru.

Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian berdasarkan pada pemaparan tujuan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, di antaranya sebagai berikut:

Kegunaan Teoretis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat dalam bidang psikologi sosial yang berhubungan dengan mahasiswa baru, kesepian (*loneliness*), *meaning in life*, dukungan sosial serta pengaruh antara *loneliness* dengan *meaning in life* pada mahasiswa baru.

Kegunaan Praktis

Peneliti berharap dapat memberikan informasi tentang pentingnya untuk memperhatikan seberapa besar pengaruh *loneliness* dan *meaning in life* yang di moderatori oleh dukungan sosial pada mahasiswa maupun masyarakat sehingga adanya informasi tersebut dapat memberikan gambaran agar dapat menjalani kehidupan yang lebih baik.