

**HUBUNGAN *PEER SUPPORT* DAN REGULASI DIRI DENGAN
KESEPIAN PADA *EMERGING ADULTHOOD* PASCA PUTUS CINTA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi Pada Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia



Disusun oleh :
Natalia Olivia
1901019

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

**HUBUNGAN *PEER SUPPORT* DAN REGULASI DIRI DENGAN
KESEPIAN PADA *EMERGING ADULTHOOD* PASCA PUTUS CINTA**

Oleh:

Natalia Olivia

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

© Natalia Olivia 2023
Universitas pendidikan Indonesia
Desember 2023

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau hanya sebagian, dengan
dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari peneliti.

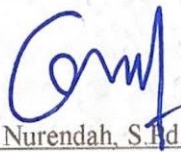
LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

Natalia Olivia
NIM. 1901019

**HUBUNGAN *PEER SUPPORT* DAN REGULASI DIRI DENGAN
KESEPIAN PADA *EMERGING ADULTHOOD* PASCA PUTUS
CINTA**

Disetujui dan Disahkan oleh Pembimbing:
Pembimbing I



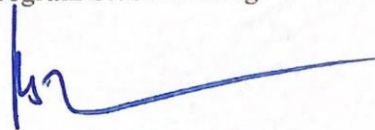
Gemala Nurendah, S.Ed., M.A.
NIP. 198302022010122002

Pembimbing II



Muhammad Ariez Musthofa, S.Ag., M.Si.
NIP. 197404092008121002

Mengetahui,
Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Sri Maslihah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 197007262003122001

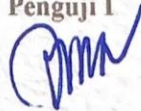
SKRIPSI INI TELAH DIUJUKAN PADA

SKRIPSI INI TELAH DIUJIKAN PADA

Hari, Tanggal : Rabu, 20 Desember 2023
Waktu : 10.00
Tempat : Ruang Ujian 2

Para penguji terdiri atas:

Penguji I



Dr. Herlina, M.Pd., Psikolog
NIP. 196605162000122002

Penguji II



Ita Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd.
NIP. 197803122005012002

Penguji III



Muhammad Ariez Musthofa, M.Si.
NIP. 197404092008121002

Tanggung jawab yuridis ada pada:

Peneliti,



Natalia Olivia
1901019

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul “Hubungan *Peer Support* dan Regulasi Diri dengan Kesepian pada *Emerging Adulthood* Pasca Putus Cinta” sepenuhnya hasil karya saya. Saya tidak menjiplak ataupun mengutip dengan cara yang tidak sesuai dengan etika dan kaidah penulisan yang berlaku. Dengan ini, saya siap menanggung konsekuensi apabila dikemudian hari ditemukan bahwa terdapat pelanggaran dalam keaslian hasil skripsi saya.

Bandung, 26 Desember 2023

Peneliti

Natalia Olivia

1901019

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan penyertaan-Nya sehingga peneliti dapat mengerjakan skripsi dengan judul “Hubungan *Peer Support* dan Regulasi Diri dengan Kesepian pada *Emerging Adulthood* Pasca Putus Cinta” dapat terselesaikan.

Skripsi ini adalah salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia. Peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak yang membantu peneliti dalam pengerjaan skripsi ini. Peneliti juga sangat terbuka untuk kritik dan saran dari para pembaca. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pihak yang membaca serta dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian selanjutnya.

Bandung, 26 Desember 2023

Peneliti

Natalia Olivia

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas tuntunan dan penyertaan-Nya saya dapat mengerjakan skripsi dari awal sampai akhir. Peneliti menyadari bahwa tanpa adanya doa serta dukungan yang diberikan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terselesaikan. Oleh karena itu, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Gemala Nurendah, S.Pd., M.A. selaku dosen pembimbing pertama yang telah meluangkan waktu dan tenaga serta arahan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Ariez Musthofa, S.Ag., M.Si. selaku dosen pembimbing seminar proposal sampai dengan pembimbing skripsi kedua yang telah meluangkan waktu dan tenaga serta arahan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Seluruh dosen program studi psikologi yang telah memberikan pembelajaran dan ilmu kepada peneliti selama peneliti menjadi mahasiswa yang menempuh pendidikan di Program studi Psikologi UPI.
4. Keluarga, Papa Naek Juang Marihot Haloho S.E., Amoy Astini Saragih S.E. dan Eklesia Michelle Irene yang selalu memberi kekuatan, doa, serta kasih sayang kepada peneliti selama ini sehingga peneliti dapat menjadi peneliti hari ini.
5. Seluruh Teman – Teman peneliti Theresya, Alfahira, Azkia yang senantiasa menjawab pertanyaan peneliti terkait pengerjaan skripsi dan Bethris Loisa, Qori Fitria Rukmana, Farah Nur, Nia Astria, Aldhea Nabila, yang senantiasa mendukung peneliti selama masa kuliah.
6. Responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini
7. Berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu dalam proses pengerjaan skripsi
8. Diri saya sendiri yang telah bertahan dan teguh dalam mengerjakan skripsi ini, walaupun banyak masalah yang terjadi selama proses pengerjaan.

ABSTRAK

Natalia Olivia (1901019). Hubungan *peer support* dan regulasi diri dengan kesepian pada *emerging adulthood* pasca putus cinta. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia (2023).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *peer support* dan regulasi diri dengan kesepian pada *emerging adulthood* pasca putus cinta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *convenience sampling* dengan jumlah responden sebanyak 389 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Perceived Peer Support* (PSS-Fr) yang disusun oleh Procidano & Heller (1983) yang diadaptasi oleh Khalifia Anisa Suad (2019), *Short Version Regulation Questioner* (SSRQ) yang disusun oleh Carey, Neal & Collins (2004), dan *University of California Los Angeles (UCLA) Loneliness Scale Ver.3* milik Daniel Russell (1996) yang diadaptasi oleh Qori Anggun (2019). Data dihitung dengan menggunakan teknik korelasi berganda dengan bantuan *software SPSS 24 for windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan: (1) adanya hubungan signifikan yang negatif antara *peer support* dengan kesepian pada *emerging adulthood* pasca putus cinta; (2) adanya hubungan signifikan yang negatif antara regulasi diri dengan kesepian pada *emerging adulthood* pasca putus cinta; (3) Terdapat hubungan yang kuat antara *peer support* dan regulasi diri dengan kesepian.

Kata kunci : *emerging adulthood*, kesepian, *peer support*, putus cinta, regulasi diri

ABSTRACT

Natalia Olivia (1901019). *The relationship between peer support and self-regulation with loneliness in emerging adulthood after a breakup. Psychology Study Program, Faculty of Education, Indonesia University of Education (2023).*

The purpose of this study is to determine the relationship between peer support and self-regulation with loneliness in emerging adulthood after a breakup. This research uses a quantitative approach with a correlational design. The sampling technique used is convenience sampling with a total of 389 respondents. The instruments used in this study are the Perceived Peer Support (PSS-Fr) developed by Procidano & Heller (1983) adapted by Khalifia Anisa Suad (2019), the Short Version Regulation Questionnaire (SSRQ) developed by Carey, Neal & Collins (2004), and the University of California Los Angeles (UCLA) Loneliness Scale Ver.3 owned by Daniel Russell (1996) adapted by Qori Anggun (2019). Data were analyzed using multiple correlation techniques with the help of SPSS 24 software for Windows. The results of this study show: (1) a significant negative relationship between peer support and loneliness in emerging adulthood after a breakup; (2) a significant negative relationship between self-regulation and loneliness in emerging adulthood after a breakup; (3) There is a strong relation between peer support and self-regulation with loneliness.

Keywords: *break up, emerging adulthood, loneliness, peer support, self-regulation*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB 2 KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kesepian	8
B. <i>Peer Support</i>	10
C. Regulasi Diri.....	12
D. Kerangka Berpikir	15
E. Hipotesis Penelitian	17
BAB 3 METODE PENELITIAN	18
A. Desain Penelitian	18
B. Populasi dan Sampel	18
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	20
D. Instrumen Penelitian	26
E. Proses Pengembangan Alat Ukur	27
F. Teknik Pengumpulan Data	29

G. Analisis Data	29
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	31
A. Hasil Penelitian	31
B. Pembahasan	43
C. Keterbatasan Penelitian	47
BAB 5 SIMPULAN DAN REKOMENDASI	48
A. Simpulan	48
B. Rekomendasi	48
DAFTAR PUSTAKA	xi

DAFTAR PUSTAKA

- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D., & Wadman, R. (2019). The Role Of Sources Of Social Support On Depression And Quality Of Life For University Students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(4), 484–496.
- Annur, C. M. (2022). Pengguna Twitter Indonesia Masuk Daftar Terbanyak di Dunia, Urutan Berapa?. (<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/03/23/pengguna-twitter-indonesia-masuk-daftar-terbanyak-di-dunia-urutan-berapa>, diakses pada Februari 2022).
- Aprilia, N. (2020). Pengaruh kesepian dan kontrol diri terhadap kecenderungan ketergantungan terhadap ponsel. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 294-254.
- Arini, D. P. (2021). Emerging Adulthood: Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(01), 11-20.
- Arnett, J. (2013). *Adolescence and Emerging Adulthood : A Cultural Approach* (5th Ed.). Boston: Pearson Education.
- Astuti, Y. D. (2019). Kesepian dan Ide Bunuh Diri di Kalangan Tenaga Kerja Indonesia. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(1), 35–58.
- Astutik, D. (2019). *Hubungan kesepian dengan psychological well-being pada lansia di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Provinsi Jawa Barat Dalam Angka 2022*.
- Batara, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesepian pada Narapidana Dewasa Awal Lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(1), 187.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2004). *Handbook of Self-Regulation*. New York: The Guilford.
- Bhrem, S., & Kassir, S. (2002). *Social Psychology*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Cacioppo, S., Grippo, A. J., London, S., Goossens, L., & Cacioppo, J. T. (2015). Loneliness: Clinical Import and Interventions. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 238–249.

- Carey, K. B., Neal, D. J., & Collins, S. E. (2004). A Psychometric Analysis Of The Self-Regulation Questionnaire. *Addictive Behaviors, 29*(2), 253-260.
- Chang, E. C., Wan, L., Li, P., Guo, Y., He, J., Gu, Y., & Hirsch, J. K. (2017). Loneliness and suicidal risk in young adults: does believing in a changeable future help minimize suicidal risk among the lonely?. *The Journal of psychology, 151*(5), 453-463.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting And Evaluating Quantitative And Qualitative Research* (4th Ed.). United States: Pearson Education.
- Davidson L, Bellamy C, Guy K, Miller R. (2012). Peer Support Among Persons With Severe Mental Illnesses: A Review Of Evidence And Experience. *World Psychiatry, 11*, 123–8.
- Delisle, M. A. (1988). What Does Solitude Mean To The Aged? *Canadian Journal On Aging / La Revue Canadienne Du Vieillessement, 7*(4), 358–371.
- Dennis, J. M., Phinney, J. S., & Chuateco, L. I. (2005). The Role Of Motivation, Parental Support, And Peer Support In The Academic Success Of Ethnic Minority First-Generation College Students. *Journal Of College Student Development, 46*(3), 223–236.
- Dias, P., & Castillo, J. A. G. del. (2014). Self-Regulation And Tobacco Use: Contributions Of The Confirmatory Factor Analysis Of The Portuguese Version Of The Short Self-Regulation Questionnaire. *Procedia - Social And Behavioral Sciences, 159*, 370–374.
- Duck, S. W. (2006). *What Goes Up May Come Down : Sex and Gendered Patterns in Relational Dissolution*. USA: Lawrence Erlbaum.
- Eiseberg, N. (2004). Emotion Related Regulation : Sharpening the Definition. *Child development, 75* (2), 334-339.
- Erikson, E. H., (1950). *Identity and the Life Cycle*. New York: International University Press.
- Fadhila, N., & Syafiq, M. (2020). Pengalaman Psikologis Self Injury Pada Perempuan Dewasa Alam. *Jurnal penelitian psikologi. vol 7*(3).
- Farley, J. P., & Kim-Spoon, J. (2014). The Development Of Adolescent Self-Regulation: Reviewing The Role Of Parent, Peer, Friend, And Romantic Relationships. *Journal Of Adolescence, 37*(4), 433-440.
- Fromm Reichman, F. (1959). Loneliness. *Psychiatry, 22*(1), 1–15.
- Gabbiadini, A., & Greitemeyer, T. (2017). Uncovering The Association Between Strategy Video Games And Self-Regulation: A Correlational Study. *Personality And Individual Differences, 104*, 129-136.

- Galinsky, E. (2010). *Mind In The Making: The Seven Essential Life Skills Every Child Needs*. NAEYC Special Ed. New York: Harpercollins.
- Getsdottir, S. & Lerner, R.M. (2008). Positive Development in Adolescence: The Development and Role of Intentional Self-Regulation. *Human Development*, Pp 202-224
- Guilford, J. P. (1956). *Fundamental Statistics in Psychology and Education*. 3rd Ed. New York: McGraw-Hill Book Company, Inc.
- Gunarsa. (2017). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Penerbit Libri.
- Hapasari, A., & Primastuti, E. (2014). *Papuan student confidence viewed from peer support (in Bahasa)*. Jakarta: GPU.
- Hasanah, A. 2(016). *Analisis Korelasi Ganda*. Surabaya: Universitas Surabaya.
- Heu, Luzia C., van Zomeren, M., & Hansen, N. (2019). Lonely Alone or Lonely Together? A Cultural-Psychological Examination of Individualism–Collectivism and Loneliness in Five European Countries. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45(5), 780–793.
- Heu, Luzia Cassis, van Zomeren, M., & Hansen, N. (2021). Does Loneliness Thrive in Relational Freedom or Restriction? The Culture-Loneliness Framework. *Review of General Psychology*, 25(1), 60–72.
- Hoiyle, R. H (2010). *Handbook of Personality and Self-Regulation*. United Kingdom: Blackwell.
- Iqbal, M. (2020). *Psikologi Pernikahan: Menyelami Rahasia Pernikahan*. Depok: Gema Insani.
- Karina, N. K. G., & Herdiyanto, Y. K. (2019). Perbedaan Regulasi Diri Ditinjau Dari Urutan Kelahiran Dan Jenis Kelamin Remaja Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 849-858.
- Kharisatun, S. (2019). *Regulasi Emosi Dalam Mengatasi Keputusan Pasca Putus Cintapada Remaja (Studi Kasus Pada Dua Mahasiswa Tarbiyah IAIN Purwokerto)* (Doctoral dissertation, IAIN).
- Krisnawati, E., & Soetjningsih, C. H. (2017). Hubungan antara kesepian dengan selfie-liking pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 122-127.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Lasgaard, M., Friis, K., & Shevlin, M. (2016). “Where Are All The Lonely People?” A Population Based Study Of High-Risk Groups Across The Life-Span. *Soc. Psych & Psych Epidem*. 51, 1373-1384.

- Lemeshow, S., Hosmer, D.W., Klar, J & Lwanga, S.K. (1997). *Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan*. Jogjakarta: Gadjah Mada University Press.
- Lewandowski Jr, G. W., & Bizzoco, N. M. (2007). Addition Through Subtraction: Growth Following The Dissolution Of A Low Quality Relationship. *The Journal Of Positive Psychology*, 2(1), 40-54.
- Lolong, O. F. (2015). *Hubungan antara Coping Strategy dengan Adaptational Outcomes pada Mahasiswa yang Mengalami Stress Pasca Putus Cinta* (Doctoral dissertation, Fakultas Psikologi (UNISBA)).
- Manab, A. (2016). Memahami Regulasi Diri: Sebuah Tinjauan Konseptual. *Psikologi Anf Humanity, UMM*, 19–20.
- Marfuatunnisa, N., Difa, H. F., Oko, L. T., Ling, N. S., & Hananiah, R. (2023). Dinamika Wanita Dewasa Awal yang Lajang Dalam Menyikapi Romantic Loneliness. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 6(1), 29-58.
- Mead, S., Hilton, D., Curties, L. (2001) Peer Support: A Theoretical Perspective. *Psychiatric Rehabilitation Journal*. (23). 134-142.
- Miller, W. R., & Brown, J. M. (1991). *Self-Regulation As A Conceptual Basis For The Prevention And Treatment Of Addictive Behaviours*. Sydney: Maxwell Macmillan Publishing Australia.
- Myers, D. G. (2012). *Social Psychology Ed.10*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Natasya, G. Y., & Susilawati, L. K. (2020). Pemaafan Pada Remaja Perempuan Yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 169-177.
- Ningrumsari, P. R., & Sawitri, D. R. (2018). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Dan Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 6(4), 37–43.
- Perlman, D., & Peplau, L.A. (1981). Toward A Social Psychology Of Loneliness. *Personal Relationships Disorder*, 31 - 56.
- Prasad, S., Lim, Vivien K.G., & Chen, Don J.Q., . (2010). Self-Regulation, Individual Characteristics and Cyberloafing. *PACIS 2010 Proceedings*. 159.
- Pratama, D. W., & Rusmawati, D. (2017). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Motivasi Belajar dalam Program Sekolah Lima Hari di Sman 5 Semarang. *Empati*, 6(4), 231–235.
- Pratiwi, I. W., & Wahyuni, S. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi. *Psikologi Pendidikan*, 8(1), 1–11.

- Pratiwi, D., Dahlan, T. H., & Damaianti, L. F. (2019). Pengaruh self-compassion terhadap kesepian pada mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi*, 3(2).
- Priska Defiani, et al. (2019). Mengatasi Perasaan Kesepian Berdasarkan Teori Rational Emotive Behavior Therapy Menurut Albert Ellis. *Paper Knowledge Toward a Media History of Documents*.
- Procidano, M. E., Heller, K. (1983). Measures of Perceived Social Support from Family: Three Validation Studies. *American Journal of Community Psychology*. (11). 1-24.
- Putri, Q. A. S. (2020). *Hubungan Self-Compassion dan Loneliness (Studi Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau)* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Qualter, P., et al. (2015). Loneliness Across The Life Span. *Perspectives On Psychological Science*, 10(2), 250–264.
- Rollo May. (1958). *Existence A New Dimension in Psychiatry and Psychology*. (henri Rollo May. ernes). New York: Basic Books.
- Rumondor, P. C. B. (2013). Gambaran Proses Putus Cinta pada Wanita Dewasa Muda di Jakarta: Sebuah Studi Kasus. *Humaniora*, 4(1), 28.
- Rumondor, P. C. (2016). *Bukan Move On Biasa: Bikin Langkahmu Lebih Bermakna*. Tangerang Selatan: Lentera Hati Group.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, And Factor Structure. *Journal Of Personality Assessment*, 66(1), 20-40.
- Rydz, E. (2011). Important Life Decisions Of Young People. In E. Rzechowska, S. Steuden, D. Musiał, E. Rydz, & M. Tatala (Eds.). *Contemporary Interpretations Of The Theory Of Positive Disintegration* (Pp. 25–43).
- Santika, R., & Permana, M. Z. (2021). Eksplorasi Alasan Seseorang Berpacaran Pada Emerging Adulthood. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 6(2), 101–112.
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 59.
- Sears, D. O., Freedman J. L., & Peplau . L. A. (1985). *Psikologi Sosial Jilid 1 (Edisi Kelima)*. Bandung: Erlangga.
- Sekaran, U. (2006). *Metodologi Penelitian untuk Bisnis*. Edisi 4. Buku 1. Jakarta: Salemba Empati.
- Setyahandayani, A. A. (2019). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Rantau* (Thesis of Unika Soegijapranata).

- Sianipar, N. A., & Kaloeti, D. V. S. (2019). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Fear Of Missing Out (Fomo) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 8(1), 136-143.
- Sinaga, D. H., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Efikasi Diri Wirausaha Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro. *Empati*, 6(1), 74–79.
- Solomon, P. (2004). Peer Support Peer Provided Services Underlying Processes, Benefits, and Critical Ingredients. *Psychiatric Quarterly*, 392–401.
- Stein, J. Y., & Tuval-Mashiach, R. (2015). The Social Construction of Loneliness: An Integrative Conceptualization. *Journal of Constructivist Psychology*, 28(3), 210–227.
- Stokes, J. E. (2017). Marital quality and loneliness in later life: A Dyadic Analysis Of Older Married Couples In Ireland. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(1), 114-135.
- Suad, K. A. (2019). *Pengaruh Campus Connectedness Dan Peer Support Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi* (Bachelor's Thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Sugiarto, J. A. S., & Soetjningsih, C. H. (2021). Dukungan Sosial Orang Tua Dan Psychological Well Being Pasca Putus Cinta Pada Dewasa Awal. *Psikologi Konseling*, 18(1), 833.
- Subagio, A. W., & Hidayati, F. (2017). Hubungan antara kesepian dengan adiksi smartphone pada siswa sma negeri 2 bekasi. *Jurnal empati*, 6(1), 27-33.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syarifudin, A. (2021). *Hubungan Kesepian Dengan Subjective Well Being Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Tacasily, Y. O. M. (2021). Hubungan Forgiveness dan Psychological Well-Being pada Mahasiswa yang Pernah Mengalami Putus Cinta. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2).
- Thahir, A. (2018). *Psikologi Perkembangan*. Lampung: Aura Publishing.
- Ulfah, N. M., & Aviani, Y. I. (2023). Hubungan Antara Kesepian dengan Online Self-Disclosure pada Remaja yang Menggunakan Instagram di Bukittinggi. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 4(2), 1448-1458.
- Wiggins, J. A., Wiggins, B. B., & Zanden, J. V. (1994). *Social Psychology* (5th ed). New York: McGraw-Hill, Inc.

Yunita, M. et al (2022). Self-Esteem Dan Kesepian Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(2), 114-128.

Yusuf, N. P. (2016). Hubungan harga diri dan kesepian dengan depresi pada remaja. In *Seminar ASEAN 2nd Psychology & Humanity, Psychology Forum UMM* (pp. 19-20).

Zapata L, Fuente J. d. l, Putwein D, & Sander P. (2014). Personal Self-Regulation As A Variable Student (Presage). *Journal Of Developmental And Education Psychology*. Vol.4, ISSN:0214-9877. Pp:165-174.

Zimmerman. (1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Education Psychologist*, 25(1), 3–17