

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEPIAN YANG
DIMEDIASI OLEH *SELF-COMPASSION* PADA MAHASISWA BARU
YANG MERANTAU**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Disusun oleh :

Dhia Aliya Suci Rahmadani

1701334

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2024**

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEPIAN YANG
DIMEDIASI OLEH *SELF-COMPASSION* PADA MAHASISWA BARU
YANG MERANTAU**

Oleh
Dhia Aliya Suci Rahmadani

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

©Dhia Aliya Suci Rahmadani 2024
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2024

©Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.

**Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin
dari penulis.**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Dhia Aliya Suci Rahmadani
NIM. 1701334

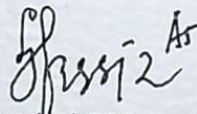
**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEPIAN YANG DIMEDIASI
OLEH SELF-COMPASSION PADA MAHASISWA BARU YANG MERANTAU**

Disetujui dan disahkan oleh Pembimbing:
Pembimbing I



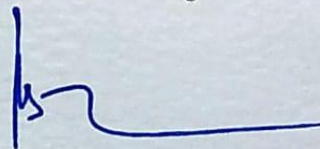
Helli Ihsan, M.Si
NIP. 19750912 200604 1 002

Pembimbing II



Lira Fessia Damayanti, S.Psi., M.Pd, Psikolog
NIP. 19631222 200604 2 007

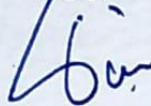
Mengetahui,
Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog
NIP. 19700726 200312 2 001

SKRIPSI INI TELAH DIUJIKAN PADA:

Hari, tanggal : Jumat, 23 Agustus 2024
Waktu : 09.00 WIB
Tempat : Ruang Sidang II

Para Penguji Terdiri:**Penguji I**

Dr. Tina Hayati Dahlan, S.Psi., M.Pd., Psikolog
NIP. 197204019 200912 2 002

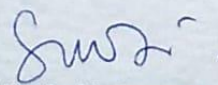
Penguji II

Helli Ihsan, M.Si
NIP. 19750912 200604 1 002

Penguji III

Ismawati Kosasih, M.Si
NIP. 19910428 201903 2 025

Tanggung jawab yuridis ada pada:

Peneliti

Dhia Aliya Suci Rahmadani
NIM. 1701334

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dhia Aliya Suci Rahmadani

NIM : 1701334

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian yang Dimediasi Oleh *Self-Compassion*” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2022

Dhia Aliya Suci Rahmadani

NIM.1701334

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT. Karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul " Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian yang Dimediasi Oleh *Self-Compassion* ". Shalawat serta salam peneliti panjatkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, kepada para sahabatnya, dan kita juga selaku ummatnya.

Peneliti menyusun skripsi didasarkan pada ketertarikan fenomena yang ada. Penyusunan skripsi dimaksudkan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi S1 Psikologi di Universitas Pendidikan Indonesia dan sebagai tambahan literatur dalam bidang keilmuan psikologi.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini peneliti mendapat banyak dukungan baik berupa moril maupun materil. Peneliti juga menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kesalahan dan kekurangan. Karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang dapat membantu peneliti sehingga dapat lebih baik lagi dalam pembuatan karya tulis selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat menambah wawasan dan bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan khususnya bagi peneliti.

Bandung, Agustus 2024

Dhia Aliya Suci Rahmadani

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji serta syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT. karena telah memberikan begitu banyak karunia, nikmat, kesempatan, dan kasih sayang kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Serta tak lupa peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah terlibat secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini, yaitu kepada:

1. Kedua orang tua peneliti, Ibu Wida Waridatul Ulum, dan Papah Roni Kristopan yang senantiasa percaya dan selalu mendukung peneliti agar saya dapat menyelesaikan studi di Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Kedua adik peneliti, M. Alghiffari Rahmadani, dan Rozan Aufa Rahmadani, Mamah Asih, Uwa Rina, dan segenap keluarga besar yang bersedia membantu peneliti setiap saat.
3. Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Bapak Helli Ihsan, S.Ag., M.Si., selaku Dosen Pembimbing dan Dosen Wali dalam penelitian ini yang selalu memberikan arahan dan nasehat dari awal hingga akhir perkuliahan hingga peneliti sampai pada titik menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Lira Fessia Damaianti, S.Psi., M.Pd., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing yang dengan penuh kesabaran memberikan arahan dan masukan selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh dosen yang telah memberikan ilmu serta pengalaman kepada peneliti selama perkuliahan dan seluruh staf yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh teman-teman angkatan 2017 di Psikologi UPI yang telah banyak membantu peneliti dalam masa penyelesaian skripsi dan kebersamaan proses perkuliahan, terutama teman-teman seperjuangan sidang terakhir.
8. Segenap warga Pippiland, yang selalu memberi dukungan moril, hiburan dan tempat cerita peneliti setiap harinya.
9. Seluruh partisipan yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

10. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu, terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah membantu peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.

Bandung, Agustus 2024

Dhia Aliya Suci Rahmadani

ABSTRAK

Dhia Aliya Suci Rahmadani (1701334). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian yang Dimediasi oleh Self-Compassion pada Mahasiswa Baru yang Merantau.* Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. (2024).

Tujuan penelitian ini untuk menguji pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian yang dimediasi oleh *self-compassion* pada mahasiswa baru yang merantau. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling* (*non-probability sampling*). Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 106 mahasiswa baru yang merantau dan berkuliah di Kota Bandung Raya. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Sosial Support Scale* ($\alpha=0,841$), *UCLA Loneliness Scale* ($\alpha=0,901$), dan *Self Compassion Scale* ($\alpha=0,810$). Data dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana, analisis regresi berganda, dan sobel test. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar ($\alpha = 0.000$) ($p < 0.001$) dan sobel test sebesar ($t = -1,99$) ($t > 1,96$). Berdasarkan hasil data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada dukungan sosial terhadap kesepian yang dimediasi oleh *self-compassion*.

Kata Kunci: dukungan sosial; kesepian; *self-compassion*; mahasiswa rantau.

ABSTRACT

Dhia Aliya Suci Rahmadani (1701334). *The Influence of Sosial Support on Loneliness Mediated by Self-Compassion Among New Students Living Away From Home. Thesis. Psychology Study Program, Faculty of Educational Sciences, Universitas Pendidikan Indonesia. (2024).*

This study aims to examine the effect of sosial support on loneliness, with Self-Compassion as a mediator, among new students living away from home. The research method employs a quantitative approach with a correlational design. Sampling was carried out using accidental sampling (non-probability sampling) techniques. The sample consists of 106 new students who are studying in the Greater Bandung area. The instruments used in this study are the Sosial Support Scale ($\alpha=0.841$), UCLA Loneliness Scale ($\alpha=0.901$), and Self-Compassion Scale ($\alpha=0.810$). Data were analyzed using simple regression analysis and multiple regression analysis. The results indicate a significance value of ($\alpha = 0.000$) ($p < 0.001$). Based on these data, it can be concluded that there is significant effect of sosial support on loneliness mediated by self-compassion.

Keywords: *sosial support; loneliness; self-compassion; students living away from home.*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	6
UCAPAN TERIMA KASIH	7
ABSTRAK	9
ABSTRACT	10
DAFTAR ISI	11
DAFTAR TABEL	14
DAFTAR GAMBAR	15
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Pertanyaan Masalah Penelitian	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	5
A. Dukungan Sosial	5
1. Pengertian Dukungan Sosial	5
2. Dimensi Dukungan Sosial	5
3. Dampak Dukungan Sosial	6
B. Kesepian	6
1. Pengertian Kesepian	6
2. Jenis-Jenis Kesepian.....	6
3. Aspek-Aspek Kesepian.....	7
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesepian	7
C. Self-Compassion	8
1. Pengertian <i>Self-Compassion</i>	8
2. Aspek-Aspek Self-Compassion	8
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i>	9
4. Dampak-Dampak <i>Self-Compassion</i>	11
D. Kerangka Berpikir	11
E. Hipotesis	13

BAB 3 METODE PENELITIAN	14
A. Desain Penelitian.....	14
B. Populasi, Sampel, dan Responden Penelitian	14
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	16
1. Dukungan Sosial (X)	16
2. Kesepian (Y)	17
3. <i>Self-Compassion</i> (Z).....	17
4. Definisi Konseptual.....	17
D. Instrumen Penelitian.....	18
1. Dukungan Sosial	18
2. Kesepian.....	19
3. <i>Self-Compassion</i>	21
E. Teknik Analisis Data	22
F. Uji Asumsi Klasik	23
1. Uji Normalitas	23
2. Uji Multikolinearitas	23
3. Uji Heteroskedastisitas	24
G. Prosedur Penelitian.....	24
1. Tahap Persiapan	24
2. Tahap Pelaksanaan	25
3. Tahap Pengolahan Data	25
4. Tahap Akhir	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A. Hasil Penelitian	26
1. Dukungan Sosial	26
2. Kesepian.....	27
3. <i>Self-Compassion</i>	29
B. Hasil Uji Analisis Regresi dan Uji Hipotesis.....	30
1. Hasil Uji Hipotesis Dukungan Sosial Terhadap Kesepian	30
2. Hasil Uji Hipotesis Dukungan Sosial Terhadap <i>Self-Compassion</i>	31
3. Hasil Uji Hipotesis <i>Self-Compassion</i> Terhadap Kesepian.....	31

4. Hasil Uji Hipotesis Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian yang Dimediasi oleh <i>Self-Compassion</i>	32
C. Pembahasan	34
D. Keterbatasan Penelitian	35
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	37
A. Simpulan.....	37
B. Rekomendasi.....	37
1. Rekomendasi bagi Peneliti Selanjutnya.....	37
2. Rekomendasi Bagi Mahasiswa Merantau.....	37
REFERENSI.....	39
LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Data Demografis Responden	15
Tabel 3. 2 Sebaran Item Sosial Support Scale.....	18
Tabel 3. 3 Penyebaran Instrumen Dukungan Sosial.....	19
Tabel 3. 4 Kategorisasi Skor Instrumen Dukungan Sosial	19
Tabel 3. 5 Sebaran Item UCLA Loneliness Scale	20
Tabel 3. 6 Penyebaran Instrumen Kesepian	20
Tabel 3.6 Tabel 3. 7 Kategorisasi Instrumen Kesepian	21
Tabel 3. 8 Sebaran Item Self Compassion Scale	21
Tabel 3. 9 Penyebaran Instrumen <i>Self-Compassion</i>	22
Tabel 3. 10 . Kategorisasi Skor Instrumen <i>Self-Compassion</i>	22
Tabel 3. 11 . Hasil Uji Normalitas	23
Tabel 3. 12 Hasil Uji Multikolinearitas	23
Tabel 3. 13 Hasil Uji Heteroskedastisitas	24
 Tabel 4. 1 Statistik Deskriptif Dukungan Sosial	 26
Tabel 4. 2 Kategori Tingkat Dukungan Sosial	26
Tabel 4. 3 Gambaran Demografi Dukungan Sosial.....	27
Tabel 4. 4 Statistik Deskriptif Kesepian	27
Tabel 4. 5 Kategori Tingkat Kesepian	28
Tabel 4. 6 Gambaran Kesepian Berdasarkan Demografi.....	28
Tabel 4. 7 Statistik Deskriptif <i>Self-Compassion</i>	29
Tabel 4. 8 Kategori Tingkat <i>Self-Compassion</i>	29
Tabel 4. 9 Gambaran <i>Self-Compassion</i> Berdasarkan Demografi.....	29
Tabel 4. 10 Nilai R ² Dukungan Sosial Terhadap Kesepian.....	30
Tabel 4. 11 Nilai Signifikansi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian ...	30
Tabel 4. 12 Nilai R ² Dukungan Sosial Terhadap <i>Self-Compassion</i>	31
Tabel 4. 13 Nilai Signifikansi Dukungan Sosial Terhadap <i>Self-Compassion</i>	31
Tabel 4. 14 R ² Nilai <i>Self-Compassion</i> Terhadap Kesepian	32
Tabel 4. 15 Nilai Signifikansi <i>Self-Compassion</i> Terhadap Kesepian	32
Tabel 4. 16 Nilai R ² Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Dimediasi oleh <i>Self-Compassion</i>	32
Tabel 4. 17 Nilai Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Dimediasi oleh <i>Self-Compassion</i>	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Berpikir.....	12
Gambar 3. 1 Desain Penelitian	14
Gambar 4. 1 Hasil Koefisien Jalur.....	33
Gambar 4. 2 Hasil Sobel Test.....	33

REFERENSI

- Adnan, A. Z., Fatimah, M., Zulfia, M., & Hidayati, F. (2016). Pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri remaja Desa Wonoayu Kecamatan Wajak. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 13(2), 53-58.
- Akin, A. (2010). *Self-Compassion and Loneliness. International online journal of educational sciences*, 2(3), 702-718.
- Akin, A., Kayis, A. R., & Satıcı, S. A. (2011). *Self-Compassion and Sosial Support. 2nd International Conference on New Trends in Education and Their Implications*, 1377-1380.
- Almisari, Hidayatur R., Ikhwanisifa, I., Marettih, Anggia K. E. (2023). Hubungan *Self-Compassion* dengan flourishing pada mahasiswa. *Persepsi: Jurnal Riset Mahasiswa Psikologi*, 2(3), 159-168.
- Amalia, Rezha Nur., Dianingati, Ragil Setia., Annisaa, Eva. (2022). Pengaruh Jumlah Responden terhadap Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi. *Generics: Journal of Research in Pharmacy*, 2(1), 9-15.
- Amseke, F. V. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Motivasi Berprestasi. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), 65-81.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). hubungan Loneliness dan Quarter life crisis pada dewasa awal. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1-11.
- Aulia, I. S., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan antara Pola Asuh Authoritative dengan *Self-Compassion* pada Individu Dewasa Awal. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(1), 845-860.
- Azwar, S. (2013). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Batara, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2020). Hubungan dukungan sosial dengan kesepian pada narapidana dewasa awal lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(1), 187-194.
- Bukhori, B. (2012). Hubungan kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental narapidana. *Jurnal ad-din*, 4(1), 1-19.
- Breines, J. G., & Chen, S. (2012). *Self-Compassion* increases self-improvement motivation. *Personality and Sosial Psychology Bulletin*, 38(9), 1133-1143.
- Channitun, Z. A., & Soetikno, N. (2022). Hubungan Kesepian dengan Agresi pada Remaja Ditinjau dari Pola Komunikasi Orang Tua-Anak. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 6(2), 359-367.
- Christanti, A., & Wati, C. L. S. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Yang Berdomisili Di Dormitory Unika Atma Jaya. *Psiko Edukasi*, 21(2), 106-122.
- Chu, P. S., Saucier, D. A., & Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between sosial support and well-being in children and adolescents. *Journal of Sosial and Clinical Psychology*, 29(6), 624–645.
- Cutrona, C. E. & Russell, D. W. (1987). The provisions of sosial relationships and adaptation to stress. *Advances in Personal Relationships*, 1, 37-67.
- Dorrance Hall, E., McNallie, J., Custers, K., Timmermans, E., Wilson, S. R., & Van den Bulck, J. (2017). A cross-cultural examination of the mediating role of family support and parental advice quality on the relationship between family communication patterns and first-year college student adjustment in the United States and Belgium. *Communication Research*, 44(5), 638-667.
- Estiane, U. (2015). Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1), 29-40.

- Fachrial, L. A., & Maulydia, N. (2023). Hubungan Antara *Self-Compassion* Dan Loneliness Pada Remaja Broken Home. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(2), 22-30.
- Febriana, Yane., Purwono, Urip. & Djunaedi, Achmad. (2021). Perceived stress, *Self-Compassion*, dan suicidal ideation pada mahasiswa. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 13(1), 60-70.
- Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Sosial support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of college student development*, 48(3), 259-274.
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2017). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau. *Journal Psikogenesis*, 4(2), 170–181.
- Handono, Oki T., & Bashori, Khoiruddin. (2013). Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Lingkungan pada Santri Baru. *Empathy*, 1(2), 79-89.
- Hardianti, H., & Wimbari, S. (2021). Kesepian Sebagai Mediator Antara Dukungan Sosial dengan Kecenderungan Adiksi Video Game pada Anak. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 4(2), 130-142.
- Harnas, F. A., Gustriani, T., & Azra, M. Z. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Self Compassion Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 6(1), 75-101.
- Hidayati, D. S. (2016). Shyness dan Loneliness. In *Dipresentasikan pada seminar ASEAN 2nd Psychology and Humanity, Malang*.
- House, J. S. (1981). Work Stress and social support. Reading, MA: Addison-Wesley. Diakses dari www.jstor.org.
- Irnanda, R. C., & Hamidah, H. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Self Compassion Pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 396-405.

- Johnson, D. W., & Johnson, R. (1991). *Learning Together and Alone*. Allin and Bacon: Massachussetts.
- Kamila, A. T., & Tasaufi, M. N. F. (2023). Hubungan Kelekatan Ayah dan Self Compassion pada Remaja Akhir. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology*, 3(1), 54-63.
- Karinda, F. B. (2020). Belas Kasih Diri (Self Compassion) Pada Mahasiswa. *Cognicia*, 8(2), 234-252.
- Kitayama, S., Markus, H. R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, emotion, and well-being: Good feelings in Japan and the United States. *Cognition & Emotion*, 14(1), 93-124.
- Lam, B. H., & LAM, B. H. (2019). *Correction to: Sosial support, well-being, and teacher development*. Springer: Singapore.
- Lestari, A., Ma'wiyah, N., & Ihsan, M. (2020). Kontribusi Dukungan Keluarga dan Teman Bergaul Terhadap Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Dengan Memperhatikan Intensitas Belajar. *Al-Khwarizmi: Jurnal Pendidikan Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 8(1), 51-60.
- Marisa, D., & Afriyeni, N. (2019). Kesepian dan self compassion mahasiswa perantau. *Psibernetika*, 12(1), 1-11.
- Marpaung, W. (2018). Affiliation Need Viewed from Loneliness on Students Living at Dormitory of University of Sari Mutiara Indonesia Indonesia Medan. *Jurnal Psychomutiara*, 1(1), 51-58.
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2).
- McIntyre, J. C., Worsley, J., Corcoran, R., Harrison Woods, P., & Bentall, R. P. (2018). Academic and non-academic predictors of student psychological distress: The role of sosial identity and loneliness. *Journal of Mental Health*, 27(3), 230-239.

- Meianisa, K., & Rositawati, S. (2023). Pengaruh Sosial Support terhadap Loneliness pada Mahasiswa Rantau di Kota Bandung. *In Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1), 640-646.
- Meilia, A. R. I. N. I. (2021). Pengaruh Kesepian sebagai Salah Satu Faktor Risiko Pengalaman Psikotik pada Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1207-1217.
- Moningka, C. (2017). Pemaknaan self compassion pada tenaga kesehatan di Jakarta Utara melalui pendekatan psikologi ulayat. *Psibernetika*, 6(2), 29-43.
- Moningka, C., & Putri, Y. W. (2021). *Self-Compassion* dan Motivasi Berprestasi pada Remaja yang Aktif di Klub Bulu Tangkis. *Widyakala Journal: Journal Of Pembangunan Jaya University*, 8(1), 20-24.
- Muba, W. (2009). Predictors of subjective well-being. *Journal of positive psychological assessment*, 1, 24-35.
- Nazneen, N. A. (2019). Perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari jenis kelamin dengan kovarian kepribadian neuroticism pada mahasiswa Fakultas Psikologi Ubaya. *CALYPTRA*, 8(1), 696-710.
- Neff, K. (2003). *Self-Compassion*: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and identity*, 2(2), 85-101.
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Sosial and personality psychology compass*, 5(1), 1-12.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). *Self-Compassion* and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and identity*, 9(3), 225-240.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). *Self-Compassion* and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality*, 41(1), 139-154.
- Neff, K. D. & Vonk, R. (2009). *Self-Compassion* versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77, 23-50.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a sosial psychology of loneliness. *Personal relationships*, 3, 31-56.

- Pradana, Muhammad Refin A., Lukman., Firdaus, Faradillah. (2023). Pelatihan *Self-Compassion* dalam menurunkan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir. *Innovative: Journal of Sosial Science Research*, 3(5), 6790-6800.
- Prahayuningtyas, Fifian., Basaria, Debora. (2023). Analisis korelasi *Self-Compassion* dengan psychological wellbeing pada anak sulung perempuan dewasa awal. *Jurnal of Sosial and Economic Research*, 5(2), 1176-1190.
- Prasetio, C. E., Rahman, T. A., & Triwahyuni, A. (2019). Gangguan mental emosional dan kesepian pada mahasiswa baru. *Mediapsi*, 5(2), 97-107.
- Pratiwi, D., Dahlan, T. H., & Damaianti, L. F. (2019). Pengaruh *Self-Compassion* terhadap kesepian pada mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi*, 3(2), 88-97.
- Putra, M. D. K. (2015). Uji validitas konstruk the sosial provisions scale. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 4(4), 1-18.
- Qadriyah, S., Ayriza, Y., Setiawati, F., & Wibowo, Y. (2020, November). The Big Five Personality Traits as a Predictors Self Compassion in Adolescents. In The Proceedings of the 4th International Conference of Sosial Science and Education, ICSSSED 2020, August 4-5, 2020, Yogyakarta, Indonesia.
- Renggani, A. F., & Wideasavitri, P. N. (2018). Peran *Self-Compassion* terhadap psychological well-being pengajar muda di indonesia mengajar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 177-186.
- Riskia, F., & Dewi, D. K. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Self Efficacy Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya Angkatan Tahun 2015. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 1-7.
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Sumatera Di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 6(3), 217-222.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and faktor structure. *Journal of Personality Assessment*. 66(1), 20-40

- Safitri, F., & Yuniwati, C. (2019). Pengaruh Motivasi dan Dukungan Keluarga terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Universitas Ubudiyah Indonesia. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 2(2), 154-161.
- Saniskoro, B. S. R., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Perantau di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 96-106.
- Shepherd, D. A., & Cardon, M. S. (2009). Negative emotional reactions to project failure and the self-compassion to learn from the experience. *Journal of Management Studies*, 46(6), 923-949.
- Sugianto, D., Sutanto, H., & Suwartono, C. (2020). *Self-Compassion as A Way To Embrace Loneliness In University Students*. *Psikodimensia*, 19(1), 122-131.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Alfabeta.
- Swaraswati, Y., Sugiariyanti, S., Rizki, B., & Figi, F. (2019). Memahami *Self-Compassion* remaja akhir berdasarkan trait kepribadian big five. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(1), 69-81.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial edisi kedua belas*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Taylor, S. E. (2011). Sosial Support: A Review. In H. S. Friedman (Ed.), *The Oxford handbook of health psychology* (pp. 189–214). Oxford University Press.
- Triani, A. (2012). Pengaruh Persepsi Penerimaan Teman Sebaya Terhadap Kesepian Pada Remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 1(1), 128-134.
- Wahyudi, A. P., Sofia, L., & Kristanto, A. A. (2022). Pengaruh kesepian terhadap agresivitas verbal di media sosial pada mahasiswa Universitas Mulawarman. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(1), 69.
- Wang, H., & Lou, X. (2022). A Meta-analysis On the Sosial Relationship Outcome of Being Compassionate Towards Oneself: The Moderating Role Of

- Individualism-collectivism. *Personality and Individual Differences*, 184, 111162.
- Watson, J. C., & Lenz, A. S. (2018). Development and evaluation of the inventory of new college student adjustment. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*, 0(0), 1–16.
- Widyastuti, W. (2020). Self compassion, stress akademik dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru. *Jurnal Psikologi Talenta*, 3(1), 6.
- Wiffida, D., Dwijayanto, I. M. R., & Priastana, I. K. A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Rekan Kerja Dengan *Self-Compassion* Pada Perawat. *Indonesian Journal Of Health Research*, 5(2), 91-99.
- Yunanto, T. A. R. (2019). Perlukah Kesehatan Mental Remaja? Menyelisik Peranan Regulasi Emosi Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Diri Remaja. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 2(2), 75-88.
- Yunita, M. M., Isabel, K., Keziah, B. E., Natasya, M. C., & Wijaya, S. C. (2022). Self-esteem Dan Kesepian Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(2), 114-128.
- Yurni, Y. (2017). Perasaan Kesepian Dan Self-esteem Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 15(4), 123-128.
- Zhang, X., & Dong, S. (2022). The relationships between social support and loneliness: a meta-analysis and review. *Acta Psychologica*, 227, 103616.
- Zulfa, Nuril A., Prastuti, Endang. (2020). Welas diri dan bertumbuh: Hubungan *Self-Compassion* dan flourishing pada mahasiswa. *Mediapsi*, 6(1), 71-78.