

Pengaruh *Psychological Well-Being* Dan *Perceived Social Support* Terhadap *Loneliness* Pada Mahasiswa Perantau

Aulia Putri Pratiwi Wijaya¹ Fahrul Rozi²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi,

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi,

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia²

E-mail: 2008015005@uhamka.ac.id¹, fahrulrozi@uhamka.ac.id²

Correspondent Author: Fahrul Rozi, fahrulrozi@uhamka.ac.id

Doi: [10.31316/gcouns.v9i1.6325](https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6325)

Abstrak

Penelitian ini menguji pengaruh *perceived social support* yang dirasakan dan *psychological well-being* terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau. Alat ukur yang digunakan adalah Ryff's Psychological Well-Being Scale, UCLA Loneliness Scale short 8 (ULS-8), dan The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasilnya menunjukkan bahwa *perceived social support* dan *psychological well-being* secara simultan maupun individual memiliki pengaruh negatif terhadap *loneliness*. Ditemukan pula bahwa 25,3% varians *loneliness* dapat dijelaskan oleh *perceived social support* dan *psychological well-being*. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau yang *loneliness* memerlukan *perceived social support* untuk meningkatkan *psychological well-being* mereka.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, dukungan sosial, kesepian, mahasiswa perantau

Abstract

This study examines the influence of perceived social support and psychological well-being on loneliness in overseas students. The measuring instruments used are Ryff's Psychological Well-Being Scale, UCLA Loneliness Scale short 8 (ULS-8), and The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). This research method uses a quantitative approach. The results showed that social support and psychological well-being simultaneously and individually have a negative influence on loneliness. It was also found that 25.3% of the variance in loneliness could be explained by social support and psychological well-being. These findings suggest that lonely overseas students need social support to improve their psychological well-being.

Keywords: psychological well-being, perceived social support, loneliness, overseas students

Info Artikel

Diterima Juni 2024, disetujui Juli 2024, diterbitkan Desember 2024



PENDAHULUAN

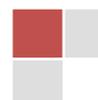
Seiring berjalannya waktu, perguruan tinggi semakin banyak diminati oleh para lulusan SMA, baik di daerah asalnya maupun di luar kota seperti di Pulau Sumatera, Jawa, atau di wilayah lainnya. Perantau adalah suatu kegiatan berpindahnya seseorang dari tempat asal atau tempat lahirnya ke daerah lain untuk menjalani kehidupan baru, mencari pengalaman hidup, atau bekerja (Wicakso, 2020). Bagi mahasiswa, tahun pertama mungkin menjadi tahun yang sulit bagi mereka dikarenakan mereka dituntut untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan yang ada. Selain itu, mereka juga dihadapkan pada berbagai konflik serta rintangan yang ada.

Mahasiswa yang pindah untuk melanjutkan pendidikan tinggi di universitas pilihannya harus pindah ke lokasi baru agar lebih dekat dengan kampus. Perantau berarti mereka harus jauh dari keluarga sehingga memaksa mereka untuk hidup mandiri. Berdasarkan data, sebanyak 11,7% (33 siswa) memiliki tingkat *loneliness* rendah, 75,33% (226 siswa) memiliki tingkat *loneliness* sedang, dan 13,67% (41 siswa) memiliki tingkat *loneliness* tinggi. Data tersebut memberikan petunjuk bahwa mayoritas mahasiswa baru yang merantau mengalami tingkat *loneliness* sedang (Ummah & Murdiana, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa saat ini banyak mahasiswa perantau di Indonesia yang mengalami *loneliness*.

Loneliness digambarkan sebagai pengalaman afektif yang menyedihkan yang melibatkan perasaan hampa emosional, kerinduan, atau keputusasaan karena adanya kekurangan dalam hubungan sosial yang dirasakan. *Loneliness* juga dapat menjadi faktor risiko perkembangan yang memengaruhi kualitas hidup saat ini dan kesejahteraan masa depan individu, serta berhubungan dengan berbagai aspek negatif seperti penerimaan rendah dari teman sebaya, perlakuan buruk, dan ketidakpuasan (Yildiz, 2014). Satu dari beberapa faktor yang menjadi penyebab mahasiswa perantauan merasa *loneliness* adalah kurangnya hubungan sosial yang dekat dengan teman, seperti teman kos atau teman kuliah. Misalnya saja kurangnya interaksi sosial dengan tetangga dan teman kos pada saat membutuhkan teman bermain, ngobrol, dan menghabiskan waktu bersama (Mutaqqin, 2022). *Loneliness* membawa dampak buruk bagi mahasiswa yang merantau. Perasaan *loneliness* ini dapat menimbulkan berbagai dampak negatif seperti *bad mood*, rasa malas, emosi tidak stabil, mudah merasa kecewa, terlalu banyak berpikir, merasa hampa, dan kurang percaya diri (Mutaqqin & Hidayati, 2022).

Loneliness juga dikaitkan dengan rendahnya persepsi diri, harga diri, kepuasan hidup, dan *psychological well-being* (Yildiz, 2014). *Psychological well-being* merujuk pada kondisi psikologis individu yang mencakup berbagai aspek positif seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, makna hidup, kesejahteraan emosional, dan fungsi psikologis yang optimal. *Psychological well-being* juga mencakup aspek-aspek seperti keterlibatan yang memiliki tujuan dalam hidup, realisasi bakat dan kapasitas pribadi, serta pengetahuan diri yang tercerahkan (Ryff, 2013).

Psychological well-being individu dapat dipahami melalui berbagai dimensi atau aspek yang saling terkait. Dimensi tersebut mencakup tujuan hidup yang memberikan makna dan arah, otonomi dalam mengambil keputusan dan mengatur hidup, pertumbuhan pribadi yang melibatkan pengembangan bakat dan potensi, penguasaan lingkungan untuk mengatasi tantangan, hubungan positif dengan orang lain yang mendukung, dan penerimaan diri yang mencakup penghargaan terhadap diri sendiri. Memahami dan mengembangkan aspek-aspek ini merupakan langkah penting dalam mencapai



psychological well-being yang optimal, yang dapat berdampak positif pada kualitas hidup dan kesehatan secara menyeluruh

Interaksi sosial yang positif dan dukungan dari orang-orang terdekat juga dapat memperkuat hubungan antara *psychological well-being* dan kesehatan fisik, serta memberikan perlindungan terhadap risiko penyakit dan masalah kesehatan lainnya (Ryff, 2013). *Perceived social support* merujuk pada bantuan, perhatian, dan sumber daya yang diterima individu dari jaringan sosial mereka, seperti keluarga, teman, dan komunitas, dalam situasi sulit atau saat menghadapi tekanan (Sulistiani et.al, 2022). *Social support* ini dikaitkan dengan *psychological well-being* yang lebih tinggi, kebahagiaan subjektif, serta berkurangnya depresi dan stres (Wilson, J et al., 2020). Dimensi *social support* yang dirasakan meliputi keluarga, teman dan individu yang mempunyai pengaruh penting (*significant other*).

Beberapa penelitian sebelumnya menyatakan bahwa antara *loneliness* dengan *psychological well-being* tidak memiliki keterkaitan (Nurmaria & Risnawati, 2021). Namun penelitian tersebut dibantah oleh (Mozes & Huwae, 2023) yang menemukan hubungan negatif antara *loneliness* dan *psychological well-being*. Pada penelitian sebelumnya, peneliti menyarankan untuk menambahkan variabel lain seperti *social support*. Untuk mengetahui apakah variabel *social support* dapat berhubungan dengan *loneliness*, peneliti mencari penelitian sebelumnya dan menemukan bahwa *social support* mempunyai pengaruh negatif terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantauan (Meianisa & Rositawati, 2022).

Keterbaruan penelitian ini terletak pada pengujian simultan tiga variabel, yaitu *psychological well-being*, *perceived social support* dan *loneliness* yang belum pernah dilakukan sebelumnya dalam konteks mahasiswa perantau di Indonesia. Meskipun terdapat penelitian yang membahas masing-masing variabel ini secara terpisah, belum ada studi yang secara komprehensif mengeksplorasi pengaruh diantara ketiganya dalam satu kerangka analisis. Maka tujuan dari penelitian ini untuk menguji dan menganalisa pengaruh *psychological well-being* dan *perceived social support* terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau.

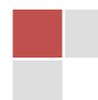
METODE PENELITIAN

Desain

Pendekatan kuantitatif menjadi metode yang peneliti gunakan guna mengetahui pengaruh *psychological well-being* (*psychological well-being*) dan *social support* (*social support*) terhadap *loneliness* (*loneliness*) pada mahasiswa perantau. Partisipan dalam penelitian ini ialah mahasiswa perantau di Indonesia. Sampel penelitian diambil melalui teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2019), *purposive sampling* merupakan teknik yang dalam penentuan sampelnya dilandasi dari beberapa pertimbangan tertentu yang sesuai dengan kriteria penelitian.

Partisipan

Penelitian ini memiliki sampel sebanyak 218 mahasiswa rantau, responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 178, laki-laki sebanyak 40. 2 responden berusia 17 tahun, 2 responden dengan usia 18 tahun, 9 responden berusia 19 tahun, usia 20 tahun sebanyak 25 responden, usia 21 tahun sebanyak 89 responden, usia 22 tahun sebanyak 70 responden, usia 23 tahun sebanyak 18 responden, usia 24 tahun sebanyak 2 responden, dan 1 responden berusia 25 tahun. Semester yang ditempuh oleh responden dari semester



2 sampai dengan semester 14. Angkatan responden dari angkatan 2017 sampai dengan 2023. Daerah perguruan tinggi 4 responden di Banten, 8 responden di D.I. Yogyakarta, 89 responden di DKI Jakarta, 53 responden di Jawa Barat, 14 responden di Jawa Tengah, 26 responden dari Jawa Timur, 2 responden berada di Kalimantan Selatan, 2 responden dari Kalimantan Timur, 3 responden berada di Kepulauan Riau, 3 responden berada di Lampung, 1 responden berada di Papua, 9 responden berada di Riau, 1 responden berada di Sulawesi Selatan, 2 responden berada di Sumatera Barat, 1 responden berada di Sumatera Utara.

Instrumen

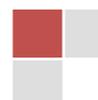
Dalam mengukur variabel *psychological well-being* peneliti memanfaatkan alat ukur *Ryff's Psychological Well-Being Scale* yang dikembangkan oleh Carol Ryff (1995) dan dilakukan adaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Muttaqin, D. (2022). Terdapat 18 item dalam alat ukur ini yang di dalamnya terdapat 6 aspek, yaitu pengembangan diri (*personal growth*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), otonomi (*autonomy*), tujuan hidup (*purpose in life*), penerimaan diri (*self-acceptance*), serta positive relations atau hubungan positif dengan orang lain. Untuk mengukur variabel *social support* yang dirasakan (*perceived social support*), digunakan The Multidimensional Scale of *Perceived Social Support* (MSPSS) oleh Zimet (1988), yang dilakukan adaptasi oleh Sulistiani, W., et al. (2022). Terdapat 12 item dalam alat ukur ini yang dibagi lagi ke dalam 3 dimensi yaitu individu signifikan (*significant others*), teman (*friends*), dan keluarga (*family*). Alat ukur untuk *loneliness* (*loneliness*) menggunakan UCLA *Loneliness Scale short version* (ULS-8) yang pengembangannya dilakukan oleh Russell (1996) dan dilakukan adaptasi oleh Yildiz et al. (2014). Terdapat 7 item dalam alat ukur ini yang dibagi ke dalam 3 aspek, yaitu kepribadian (*personality*), desirabilitas sosial (*social desirability*), dan depresi (*depression*).

Tabel 1.

Keandalan Alat ukur Penelitian

Variabel	Cronbach's α
<i>Psychological Well-Being</i>	0.631
<i>Perceived Social Support</i>	0.888
<i>Loneliness</i>	0.780

Data penelitian yang sudah terhimpun dengan baik dilakukan olah data menggunakan software Jamovi versi 2.3.28. Dalam menganalisis data, peneliti memakai analisis regresi linear berganda dengan *psychological well-being* dan *perceived social support* sebagai variabel bebas (*independent variables*) dan *loneliness* sebagai variabel terikat (*dependent variable*). Uji validitas alat ukur dilakukan, dengan nilai validitas pada skala *psychological well-being* ini menggunakan item-total correlation yang berkisar antara -0.019 hingga 0.446, dan ditemukan 8 item yang tidak valid dari total 18 item. *Cronbach's α* pada alat ukur *psychological well-being* memiliki nilai sebesar $0.31 > 0.6$ menunjukkan bahwa alat ukur ini reliabel. Alat ukur *perceived social support* memiliki nilai *Cronbach's α* sebesar $0.888 > 0.6$ yang menunjukkan bahwa alat ukur ini reliabel. Nilai validitas pada skala ini menggunakan item-total correlation dengan rentang antara .482 hingga .729 dari total 27 item. Alat ukur *loneliness* memiliki nilai *Cronbach's α* sebesar $.780 > .6$ yang juga menunjukkan bahwa alat ukur ini reliabel. Nilai validitas pada



skala ini menggunakan *item-total correlation* yang berkisar antara 0.108 hingga 0.681 dari total 7 item dengan 1 item tidak valid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

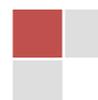
Uji Multikolinearitas

Hasil pengkategorisasian dari tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden *psychological well-being* berkategori tinggi dengan 127 responden (58%), 91 responden (41,7%) berkategori sedang dan 0 responden berkategori rendah hasil ini memberikan gambaran bahwa *psychological well-being* mayoritas responden berada di kategori Tinggi. Selanjutnya berdasarkan hasil pengkategorisasian kesimpulan yang dapat ditarik dalam dalam penelitian ini ialah mayoritas responden berada pada kategori *perceived social support* tinggi yaitu sebanyak 136 responden (63%), 72 responden (33%) berkategori sedang, dan 7 responden (3,2%) berkategori rendah. Pada hasil kategorisasi dalam penelitian ini mayoritas responden berada dalam *loneliness* kategori rendah dengan 104 responden (47,7%), 94 responden berkategori sedang (43,1%), dan 20 responden (9.2%) berkategori rendah.

Tabel 2.
 Kategorisasi Pada Setiap Variabel

Variabel	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
<i>Psychological Well-Being</i>	$X < 48$	Rendah	0	0%
	$48 \leq X < 78$	Sedang	91	41.7%
	$X > 78$	Tinggi	127	58%
	Total		218	100%
<i>Perceived Social Support</i>	$X < 36$	Rendah	7	3.2%
	$36 \leq X < 60$	Sedang	72	33%
	$X > 60$	Tinggi	136	63%
	Total		218	100%
<i>Loneliness</i>	$X < 14$	Rendah	104	47.7%
	$14 \leq X < 21$	Sedang	94	43.1%
	$X > 21$	Tinggi	20	9.2%
	Total		218	100%

Tabel 3 dibawah untuk melihat apakah terdapat masalah multikolinearitas antar variabel yang digunakan dalam analisis, maka dilakukan pengujian dengan menggunakan collinearity statistics. Nilai Variance Inflation Factor (VIF) yang ditunjukkan variabel *Psychological Well-Being* dan *Perceived Social Support* sebesar $1.06 < 10$, dan nilai tolerance sebesar $0.947 > 0.1$. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa tidak ada masalah multikolinearitas yang signifikan dalam analisis ini.



Tabel 3.
 Uji Multikolinearitas

<i>Collinearity Statistics</i>		
	VIF	Tolerance
<i>Psychological Well-Being</i>	1.06	0.947
<i>Perceived Social Support</i>	1.06	0.947

Uji Regresi Linear Berganda

Berdasarkan tabel Model Coefficients – *Perceived Social Support* diketahui nilai β pada *Perceived Social Support* sebesar -0.132 dengan $p = <0.001$ yang artinya adanya pengaruh negatif *perceived social support* terhadap *loneliness*. Dan dapat dikatakan jika Tingkat *perceived social support* lebih tinggi maka semakin rendah tingkat *loneliness* begitu sebaliknya. Diketahui nilai β pada *psychological well-being* sebesar -0.170 dengan $p = <0.001$ sehingga dikatakan ada pengaruh negatif *psychological well-being* terhadap *loneliness* dapat dikatakan jika tingkat *psychological well-being* lebih tinggi maka tingkat *loneliness* akan semakin rendah, begitupun sebaliknya.

Tabel 4.
 Model Coefficients

Model Coefficients – <i>Loneliness</i>							
Predictor	Estimate	SE	95% Confidence Interval		t	p	Stand. Estimate
			Lower	Upper			
Intercept	35.932	32.148	29.595	422.685	11.18	<0.001	
<i>Perceived Social Support</i>	-0.132	0.0204	-0.172	-0.0919	-6.47	<0.001	-0.391
Psychological Well-Being	-0.170	0.0412	-0.251	-0.0888	-4.13	<0.001	-0.249

Uji Kecocokan Model

Pada tabel Model *Fit Measures* diketahui nilai *Adjusted R²* adalah 0.253 artinya variable *psychological well-being* dan *Perceived Social Support* berkontribusi sebesar 25,3% terhadap variable *Loneliness*. Dan adanya nilai koefisien F sebesar 37,6 dengan $p = <0.001$. Hal tersebut menunjukkan bahwa *psychological well-being* dan *perceived social support* berpengaruh simultan terhadap *loneliness*.

Tabel 5.
 Model *Fit Measures*

Model Fit Measures				Overall Model Test			
Model	R	R ²	Adjusted R ²	F	df1	df2	p
1	0.510	0.260	0.253	37.6	2	214	<0.001



Penelitian ini menunjukkan hasil terdapat pengaruh negatif *psychological well-being* terhadap *loneliness*, yang berarti bahwa tingkat *loneliness* yang tinggi dapat dikaitkan dengan rendahnya tingkat *psychological well-being*. Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Mozes & Huwae (2023) di mana ia menemukan bahwa *loneliness* berdampak negatif terhadap *psychological well-being*, Temuan ini juga didukung oleh penelitian Laksmidara & Nashori (2022), Andriani & Huwae (2024), dan Simanjutak, et al. (2021) di mana menunjukkan adanya signifikansi hubungan yang negatif antara *psychological well-being* dan *loneliness*.

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa setiap aspek *psychological well-being* mempunyai berhubungan signifikan dan negatif dengan *loneliness*. Hubungan positif dengan orang lain menjadi aspek berkorelasi paling tinggi dengan *psychological well-being*. Temuan ini menegaskan bahwa hubungan positif dengan orang lain berperan penting dalam meminimalisir terjadinya *loneliness* di kalangan mahasiswa perantau. Penelitian Simanjutak dkk. (2021) juga menemukan bahwa hubungan positif dengan orang lain menjadi faktor terkuat yang berkontribusi dalam mengurangi *loneliness*. Dapat disimpulkan bahwa hubungan positif dengan orang lain atau interaksi dan komunikasi yang baik dengan orang lain dapat mengurangi *loneliness*.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat signifikansi pengaruh secara negatif dari persepsi *social support* terhadap *loneliness*. Artinya ketika tingkat *social support* yang dirasakan seseorang semakin tinggi, maka tingkat *loneliness* yang dialaminya akan semakin rendah, dan sebaliknya semakin rendah tingkat *social support* yang dirasakan maka semakin tinggi pula tingkat *loneliness* yang dialaminya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Nisa & Sri (2023) yang menemukan bahwa *perceived social support* memberikan kontribusi negatif dan signifikan terhadap *loneliness*. Persepsi individu terhadap tingkat keterhubungan dengan orang lain juga dapat memengaruhi tingkat *loneliness* mereka. Jika seseorang merasa bahwa mereka tidak memiliki hubungan yang kuat dengan orang lain atau merasa terputus dari komunitas, hal ini dapat meningkatkan tingkat *loneliness* mereka Lee et. al (2019). Oleh karena itu, *social support* dapat membantu mengurangi perasaan tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan *psychological well-being* dan persepsi *social support* memberikan pengaruh sebesar 25,3% terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau, sedangkan 74,3% variabel lain yang tidak diteliti mempengaruhi penelitian ini. Penelitian Mozes (2023) menemukan bahwa pengaruh *loneliness* terhadap *psychological well-being* sebesar 7,2%. Dapat disimpulkan bahwa dengan penambahan variabel *social support* yang dirasakan, terdapat peningkatan kontribusi dalam menjelaskan tingkat *loneliness*. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *psychological well-being* dan *perceived social support* mempunyai signifikansi pengaruh yang kuat, namun masih terdapat faktor lain yang juga berperan dalam menentukan tingkat *loneliness* dalam penelitian ini. *Loneliness* dikaitkan dengan kurangnya koping psikologis yang memadai, ketidakpuasan terhadap keluarga, dan kurangnya kepuasan terhadap hubungan sosial, menurut Hawkley et al. (2010).

Siswa yang merantau membutuhkan hubungan positif dengan individu lain. Penelitian Andriani & Huwae (2024) menyatakan bahwa hubungan positif tersebut terwujud ketika mereka dapat menjalin hubungan yang hangat dengan orang-orang disekitarnya, membangun rasa saling percaya, dan merasakan cinta dari orang lain. *Psychological well-being* berkaitan dengan *social support*. Penelitian Danioni & Barni (2021) kehidupan sosial juga berkaitan dengan kecenderungan individu untuk



memberikan kesan positif atau menunjukkan perilaku yang dapat diterima secara sosial ketika menanggapi pernyataan diri,. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa untuk mengurangi *loneliness*, penting untuk memperhatikan *psychological well-being* dan *social support* yang dirasakan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *loneliness* berpengaruh negatif terhadap *psychological well-being*, yang berarti ketika tingkat *loneliness* meningkat, *psychological well-being* cenderung menurun. Selain itu, terbukti juga bahwa hubungan positif dengan orang lain menjadi faktor penting yang dapat mengurangi tingkat *loneliness*. Mahasiswa perantau yang kurang memiliki hubungan sosial yang bermakna cenderung lebih rentan mengalami *loneliness*. Temuan ini juga menegaskan bahwa perasaan *social support* berpengaruh negatif secara signifikan terhadap *loneliness*, di mana semakin tinggi tingkat *social support* yang rasa, tingkat *loneliness* yang dialami individu akan semakin rendah. Meskipun terdapat signifikansi hubungan antara *loneliness* dan *psychological well-being*, penelitian ini menyoroti bahwa masih terdapat peranan faktor lain dalam memberikan penentuan tingkat *loneliness* seseorang.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, G, & Huwae, A (2024). Wander Alone: Study of Psychological Well-Being and Loneliness of Students with Disabilities. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, journal.ubaya.ac.id, <https://doi.org/10.24123/aipj.v39i1.5333>
- Danioni, F, & Barni, D (2021). Value priorities, impression management and self-deceptive enhancement: Once again, much substance and a little bit of style. *The Journal of social psychology*, Taylor & Francis, <https://doi.org/10.1080/00224545.2020.1778619>
- Hawkey, LC, & Cacioppo, JT (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of behavioral medicine*, academic.oup.com, <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Laksmidara, M, & Nashori, F (2022). The state of loneliness among migrating students: The effect of psychological well-being and religiosity. *International Journal of Islamic ...*, journal.umy.ac.id, <https://doi.org/10.18196/ijiep.v3i2.15613>
- Meianisa, K, & Rositawati, S (2023). Pengaruh Social Support Terhadap Loneliness pada Mahasiswa Rantau di Kota Bandung. *Bandung Conference Series ...*, <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.6698>
- Mozes, M, & Huwae, A (2023). Loneliness Dan Psychological well-being Pada Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Ambon. *Innovative: Journal Of Social Science ...*, j-innovative.org, <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/1829>
- Muttaqin, D (2022). Internal Structure Evaluation on the Indonesian Version of Psychological Well-Being Scales. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, repository.ubaya.ac.id, <https://doi.org/10.15575/psy.v9i1.10710>
- Muttaqin, VA, & Hidayati, IA (2022). Pengalaman loneliness pada mahasiswa rantau selama pandemi Covid-19. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, core.ac.uk, <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4>
- Nisa, AK, & Lestari, S (2023). Loneliness in College Students: How is the Role of Adjustment and Social Support?. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, journal.unesa.ac.id, <https://doi.org/10.26740/jptt.v14n03.p322-335>



- Nurmawati, H., & Risnawati, E (2022). The Relationship of Loneliness and Internet Addiction To Psychological Well-Being in Adolescents. *Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi*
<https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v5i2.14644>
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of personality and social psychology*, 39(3), 472. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, CD (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, karger.com, <https://karger.com/pps/article-abstract/83/1/10/282771>
- Simanjuntak, J, Prasetio, CE, & ... (2021). Psychological well-being sebagai prediktor tingkat loneliness mahasiswa. *Jurnal ...*, download.garuda.kemdikbud.go.id, <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n2.p158-175>
- Sugiyono, PD (2019). *Buku metode penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. ALFABETA*. www.cvalfabet@yahoo.com
- Sulistiani, W, Fajrianti, F, & Kristiana, IF (2022). Validation of the Indonesian version of the multidimensional scale of perceived social support (MSPSS): A Rasch Model approach. *Jurnal psikologi*, academia.edu, <https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103>
- Ummah, AK, & Murdiana, S *Gaya Kelekatan dan Loneliness pada Mahasiswa Perantau*. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, ejournal.uin-suska.ac.id, <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/23314>
- Wicaksono, B, W. (2020, 8 Oktober). Merantau dan Pulang sebagai Kewajiban. Diakses pada 5 Februari 2024, dari <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpknl-bontang/baca-artikel/13443/Merantau-dan-Pulang-Sebagai-Kewajiban.html>.
- Wilson, J. M., Weiss, A., & Shook, N. J. (2020). Mindfulness, self-compassion, and savoring: Factors that explain the relation between perceived social support and well-being. *Personality and Individual Differences*, 152(August 2019), 109568. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109568>
- Yıldız, M. A., & Duy, B. (2014). Adaptation of the short-form of the UCLA loneliness scale (ULS-8) to Turkish for the adolescents. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2014270302>
- Zimet, GD, Dahlem, NW, Zimet, SG, & ... (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality ...*, Taylor & Francis. <https://doi.org/10.1037/t02380-000>

