

## **SELF-ESTEEM DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI**

Mutiara Mirah Yunita<sup>1</sup>, Kezia Isabel<sup>2</sup>, Bertha Ernest Keziah<sup>3</sup>, Melani Cristina Natasya<sup>4</sup>, Selviana Chandra Wijaya<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

### **ABSTRACT: SELF-ESTEEM AND LONENESS IN COLLEGE STUDENTS DURING PANDEMIC**

This study aims to see the relationship between self-esteem and loneliness in X university students in Jakarta during the pandemic. This study uses quantitative research methods with purposive sampling technique so as to obtain participants as many as 214 students consisting of 64 male participants and 150 female participants. This study uses two measuring instruments, namely the Rosenberg Self-Esteem Scale which is used to measure the participants' self-esteem and the UCLA Loneliness Scale Version 3 which is used to measure the loneliness of the participants. The results of this study indicate that there is a significant negative relationship between self-esteem and loneliness of X university students in Jakarta during the pandemic ( $r(212) = -.581, p < .01$ ), which means that the higher the participant's self-esteem, the lower the participant's self-esteem, participants' level of loneliness, and vice versa. The results of this study are also in line with the results of previous studies where there is a negative relationship between self-esteem and loneliness. The implication of the results of this study is that this research can help explain that good self-esteem helps prevent loneliness during the pandemic and helps students to carry out lectures well without being overwhelmed by loneliness because they have to undergo lectures online.

**Keywords:** *College Students, Loneliness, Pandemic, Self-Esteem*

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *self-esteem* dengan kesepian pada mahasiswa universitas X di Jakarta selama masa pandemi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik *purposive sampling* sehingga mendapatkan partisipan sebanyak 214 mahasiswa yang terdiri dari 64 partisipan laki-laki dan 150 partisipan perempuan. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur yaitu Rosenberg Self-Esteem Scale yang digunakan untuk mengukur self-esteem dan UCLA Loneliness Scale Version 3 yang digunakan untuk mengukur. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self-esteem dengan kesepian mahasiswa universitas X di Jakarta selama masa pandemi ( $r(212) = -.581, p < .01$ ), yang berarti semakin tinggi self-esteem partisipan maka semakin rendah tingkat kesepian partisipan, begitu pula sebaliknya. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya dimana terdapat hubungan yang negatif antara *self-esteem* dengan kesepian. Implikasi hasil penelitian ini adalah penelitian ini dapat membantu menjelaskan bahwa *self-esteem* yang baik membantu mencegah terjadinya kesepian di masa pandemi dan membantu mahasiswa menjalani perkuliahan dengan baik tanpa diliputi oleh rasa kesepian karena harus menjalani perkuliahan secara daring.

**Kata Kunci:** *Mahasiswa, Kesepian, Pandemi, Harga Diri*

### **PENDAHULUAN**

Selama berlangsungnya pandemi Covid-19 di Indonesia, pemerintah telah menetapkan berbagai kebijakan salah satunya dalam bidang pendidikan yaitu para pelajar dan mahasiswa untuk melakukan pembelajaran

secara *online* atau dalam jaringan dari rumah. Hal ini sesuai dengan Surat Edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 36962/MPK.A/HK/2020 dimana pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah merupakan upaya untuk mencegah penyebaran

*SELF ESTEEM* DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

Covid-19 (Rinaldi, 2021). Individu dengan terpaksa harus menghabiskan waktunya di dalam rumah saja atau terisolasi dari dunia luar yang dimana situasi ini dapat memunculkan kecemasan yang berdampak pada meningkatnya kesepian (Sagita & Hermawan, 2020). Hal ini dibuktikan dengan hasil survei yang dilakukan oleh *Into the Light*, komunitas yang memiliki tujuan utama untuk mencegah bunuh diri remaja di Indonesia, menyatakan bahwa dalam bulan Mei hingga Juni terdapat 98% partisipan survei yang terdiri dari 5.211 orang mayoritas berdomisili di enam provinsi di Pulau Jawa merasa kesepian (Purnama, 2021). Temuan lain juga menyatakan bahwa tingkat kesepian remaja di DKI Jakarta di masa pandemi Covid-19 ini berada pada kategori cukup tinggi (Sagita & Hermawan, 2020).

Dengan banyaknya kasus kesepian selama pandemi Covid-19, penting bagi setiap individu untuk mengetahui lebih dalam terkait kesepian. Menurut Sagita dan Hermawan(2020), kesepian merupakan sebuah bentuk permasalahan emosional yang bisa saja dialami oleh semua orang, tanpa batasan usia dan status ekonomi (Nurlayli & Hidayati, 2014), dengan kadar berat ringan yang berbeda antar individu tersebut. Kesepian ditandai dengan hubungan interpersonal yang tidak cukup kuat sehingga kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang lebih dekat(Heinrich & Gullone, 2006). Hal ini

didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Garvin (2018) yang menunjukkan bahwa kecerdasan sosial yang kurang baik akan menimbulkan kesepian pada diri remaja, di mana kurangnya kemampuan dalam membangun hubungan sosial menyebabkan remaja tidak memiliki figur atau hubungan sosial yang penting sehingga muncul rasa kesepian. Menurut Perlman dan Peplau(1981), faktor-faktor yang menyebabkan kesepian antara lain adalah kurang tersedianya teman akrab, ketidakpuasan dalam membandingkan masa lalu dan sekarang, serta bentuk kontak sosial yang dialami pada masa remaja.

Kesepian tentu saja memiliki dampak yang serius bagi setiap individu. Dampak serius yang dapat ditimbulkan dari rasa kesepian yaitu menurunnya angka harapan hidup, meningkatnya risiko penyakit jantung, depresi, demensia, dan kecemasan yang tinggi (Handayani, 2021). Kesepian juga ditemukan memiliki hubungan positif yang signifikan dengan keinginan melukai diri sendiri para remaja(Hidayati & Muthia, 2016). Menurut Cosan (2014) kesepian juga memberikan dampak negatif seperti mudah merasa bosan, merasa tidak diterima, sulit membangun komunikasi dan menutup diri dari orang-orang di lingkungan sekitar, serta tidak mampu memecahkan permasalahan yang dihadapi. Kesepian bahkan dapat menimbulkan dorongan untuk bunuh diri (Perlman & Peplau, 1981).

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

*SELF ESTEEM* DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

Selain itu, kesepian juga ditemukan dapat mempengaruhi depresi secara signifikan (Erzen & Çikrikci, 2018).

Hasil penelitian menyatakan semakin rendah resiliensi maka mahasiswa akan semakin rentan terhadap kesepian (Hardiani & Andromeda, 2020). Dengan diberlakukannya pembatasan fisik maka dapat menyebabkan penurunan interaksi secara sosial dan dapat berdampak pada meningkatnya rasa kesepian (Rinaldi, 2021). Dengan tingkat kesepian yang tinggi individu juga cenderung memiliki konsep diri yang rendah (Saputri dkk., 2018). Penelitian sebelumnya (Ebesutani et al., 2015) menyatakan kesepian juga sangat terkait dengan depresi dan kecemasan. Selain itu, menurut Pop dkk., (2022) perasaan seperti kurang merasa dihargai dan merasa kurang terhubung secara sosial juga dapat disebabkan karena individu memiliki harga diri (*self-esteem*) yang rendah sehingga dapat mengarah pada kecemasan sosial, isolasi, dan kesepian.

Menurut Brehm (2002), salah satu penyebab kesepian adalah *self-esteem* yang rendah. Menurut Hardika dkk. (2019), *self-esteem* adalah bagaimana seseorang menilai dan memaknai diri mereka sendiri secara positif atau negatif. *Self-esteem* seseorang yang rendah dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal dimana salah satu faktor internal yang dapat mempengaruhi rendahnya *self-esteem* suatu individu adalah merasa

kesepian. Seseorang yang tidak mampu menunjukkan dirinya secara langsung, kemudian dengan cara tidak langsung atau melalui dunia maya media sosial mereka menunjukkan siapa dirinya. Mahasiswa yang merasa kesepian pun cenderung untuk memiliki *self-esteem* yang rendah (Yurni, 2015). Hal ini juga sejalan dengan Bednar (2000) yang menyatakan bahwa kesepian sering diiringi dengan perasaan *self-esteem* yang rendah.

Berdasarkan survei literatur yang telah dilakukan, penelitian mengenai *self-esteem* dan kesepian telah ditemukan pada beberapa penelitian terdahulu. Seperti penelitian yang dilakukan di Arab Saudi pada mahasiswa mengenai hubungan antara kesepian, *self-esteem* dan *self-efficacy* serta peran gender di dalamnya (Al Khatib, 2012). Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa *self-efficacy* dan *self-esteem* yang rendah menjadi prediktor kesepian, namun *self-esteem* terbukti memiliki peran lebih besar dalam memprediksi kesepian dibanding *self-efficacy*. Hasil lain dalam penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan melaporkan kesepian yang lebih besar dibanding mahasiswa laki-laki.

Pada penelitian lain (Vanhalst dkk., 2013) ditemukan bahwa remaja dengan *self-esteem* yang rendah memiliki resiko mengalami kesepian dan hal tersebut secara parsial dimediasi oleh adanya persepsi akan penerimaan sosial. Dalam penelitian tersebut,

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

*SELF ESTEEM* DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

dijelaskan bahwa remaja yang menilai negatif dirinya akan memiliki persepsi untuk tidak dapat diterima secara sosial yang kemudian menimbulkan perasaan kesepian dalam dirinya. Pada dasarnya remaja memiliki persepsi yang belum tentu sesuai dengan kenyataan sosial di lingkungan sebenarnya, namun perasaan rendah diri yang dimiliki remaja membentuk persepsi dalam diri remaja untuk adanya penolakan dari lingkungan. Penolakan dari lingkungan ini kemudian menyebabkan remaja dapat mengalami rasa kesepian.

Hasil penelitian sebelumnya (Ma dkk., 2014) juga menunjukkan bahwa faktor sosial atau lingkungan sekitar menjadi hal yang menghubungkan antara *self-esteem* dan kesepian, di mana dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa kecemasan sosial memediasi secara parsial hubungan *self-esteem* dan kesepian. Penyebab kecemasan sosial dapat menjadi penghubung *self-esteem* dan kesepian adalah karena kecemasan yang dialami oleh individu dari lingkungan sekitar dipicu oleh kurangnya penilaian positif individu terhadap dirinya yang kemudian dapat menyebabkan individu untuk mengalami kecemasan ketika berada di lingkungan sosial dan kemudian memicu perasaan kesepian dalam diri individu karena tidak adanya rasa aman dari lingkungan sosial.

### **Self-Esteem**

*Self-esteem* merupakan hal abstrak yang tidak dapat dilihat namun menjelaskan bagaimana seorang individu melihat, menilai, dan menghargai dirinya (Nurdini, 2019). Obeid dkk.(2019)juga mendefinisikan *self-esteem* sebagai evaluasi subjektif mengenai nilai seorang individu yang direfleksikan, baik secara positif maupun negatif.

Terdapat dua aspek dalam *self-esteem* menurut Rosenberg(1965), yaitu *self-acceptance*, yang berarti seorang individu mengenal siapa dirinya, mengetahui dan menyadari kelebihan dan kekurangannya, serta menerima apa yang dilihatnya tanpa ada penyesalan, dan *self-respect*, yang berarti keyakinan dasar seorang individu dan karakternya yang tidak berubah yang diakibatkan oleh peristiwa kehidupan.

### **Kesepian**

Menurut Artiningsih dan Savira (2021) kesepian adalah akibat dari ketidaksesuaian antara harapan dan hubungan yang dimiliki individu seperti hubungan keluarga, relasi romantis, dan lingkungan sosialnya sehingga dapat menimbulkan kondisi yang tidak menyenangkan. Kesepian juga diartikan sebagai bentuk reaksi kognitif dan emosional yang dirasakan individu ketika kehidupan sosialnya tidak sesuai dengan yang diharapkan(Ciptadi & Selviana, 2020).

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

*SELF ESTEEM* DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

Beberapa aspek kesepian menurut Russell(1996) yang digunakan sebagai dasar penyusunan UCLA *Loneliness Scale* antara lain:

- a. *Trait Loneliness* yaitu adanya pola yang lebih stabil dari perasaan kesepian yang terkadang berubah dalam situasi tertentu, atau kepribadian individu yang dapat membuatnya mengalami kesepian. Kepribadian yang dimaksud adalah individu yang memiliki kurangnya kepercayaan dan ketakutannya akan orang asing.
- b. *Social desirability Loneliness* yaitu individu dapat mengalami kesepian karena kehidupan sosial yang diinginkan di lingkungannya tidak terpenuhi.
- c. *Depression Loneliness* yaitu perasaan sedih, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, atau perasaan mengganggu lainnya dapat menyebabkan terjadinya kesepian.

Berdasarkan peningkatan perasaan kesepian selama masa pandemi yang disertai dengan berbagai dampak negatif yang dapat diakibatkan dari perasaan kesepian itu sendiri, maka dari itu peneliti tertarik untuk melihat bagaimana hubungan antara *self-esteem* dengan kesepian pada mahasiswa Universitas X di Jakarta selama masa pandemi yang diharapkan dapat membantu menyediakan solusi agar dapat melakukan penanganan psikologis dari hubungan *self-esteem* dengan

kesepian pada mahasiswa sehingga dapat bermanfaat bagi masyarakat luas. Selain itu hal yang menjadi keunikan dalam penelitian ini jika dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya (Al Khatib, 2012; Ma dkk., 2014; Vanhalst dkk., 2013) adalah penelitian ini dilakukan di Indonesia dan pada masa pandemi. Berdasarkan pengetahuan peneliti belum ada penelitian serupa yang dilakukan di Indonesia pada masa pandemi, sehingga hasil penelitian ini akan dapat memberikan kontribusi kebaruan mengenai kondisi psikologis mahasiswa di masa pandemi mengenai *self-esteem* dan kesepian. Dengan demikian, hipotesis yang ingin dibuktikan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan kesepian pada mahasiswa Universitas X di Jakarta selama pandemi.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan kuesioner untuk pengumpulan datanya melalui penyebaran tautan kuesioner kepada partisipan yang terdiri dari data pribadi mahasiswa/i universitas X dan instrument untuk mengukur *self-esteem* dan kesepian. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan kriteria subjek sebagai berikut: (1) Mahasiswa/i Universitas X di Jakarta, (2) berusia 18-20 tahun, dan (3) mengikuti

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

*SELF ESTEEM* DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

pembelajaran daring selama masa pandemi. Penelitian ini melibatkan 214 mahasiswa/i aktif universitas X.

Alat ukur *self-esteem* yang peneliti gunakan adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)* yang dibuat oleh Morris Rosenberg (1979). Dalam alat ukur ini mengukur aspek *self-acceptance* dan *self-respect*. *Self-acceptance* didefinisikan sebagai penerimaan individu terhadap dirinya dan kesadaran akan kelebihan serta kekurangan yang dimiliki. *Self-respect* didefinisikan sebagai keyakinan dasar seorang individu dan karakternya yang tidak berubah yang diakibatkan oleh peristiwa kehidupan. Contoh item dari alat ukur ini seperti: "Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya sendiri." Alat ukur ini terdiri dari 10 butir pernyataan yang kemudian diterjemahkan oleh peneliti. Kuesioner RSES ini telah melewati *Try Out* alat ukur kepada 30 mahasiswa/i universitas X sebelum dilakukan penelitian sesungguhnya dan menghasilkan 8 butir pernyataan yang dianggap valid untuk digunakan. Koefisien reliabilitas alat ukur *self-esteem* yang menggunakan data *Try Out* ini menghasilkan skor *cronbach's alpha* sebesar 0.861 sehingga dapat dikatakan alat ukur ini memiliki reliabilitas yang cukup baik. Sementara, koefisien reliabilitas alat ukur ini pada penelitian yang sesungguhnya menghasilkan 9 butir pernyataan dengan memiliki skor *cronbach's alpha* sebesar 0.837. Alat ukur ini menggunakan skala *Likert*

dari skor 1 (sangat tidak setuju) hingga skor 4 (sangat setuju).

Alat ukur kesepian yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale Version 3* yang dibuat oleh Daniel Wayne Russell (1996). Dalam alat ukur ini mengukur aspek *trait loneliness*, *social desirability loneliness*, dan *depression loneliness*. *Trait loneliness* didefinisikan sebagai adanya pola yang lebih stabil dari perasaan kesepian yang terkadang berubah dalam situasi tertentu, atau kepribadian individu yang dapat membuatnya mengalami kesepian. *Social desirability loneliness* didefinisikan sebagai kecenderungan untuk mengalami kesepian karena kehidupan sosial yang diinginkan di lingkungannya tidak terpenuhi. *Depression loneliness* didefinisikan sebagai perasaan sedih, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, atau perasaan mengganggu lainnya dapat menyebabkan terjadinya kesepian. Contoh item dari alat ukur ini seperti: "Seberapa sering anda merasa sendirian?" Alat ukur ini terdiri dari 20 butir pernyataan yang kemudian diterjemahkan oleh peneliti. Kuesioner *UCLA Loneliness Scale Version 3* ini juga telah melewati *Try Out* alat ukur kepada 30 mahasiswa/i universitas X sebelum dilakukan penelitian sesungguhnya dan menghasilkan 19 butir pernyataan yang dianggap valid untuk digunakan. Koefisien reliabilitas alat ukur kesepian ini yang menggunakan data *Try Out* ini menghasilkan skor *cronbach's alpha* sebesar 0.938 sehingga

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

*SELF ESTEEM* DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

dapat dikatakan bahwa alat ukur ini memiliki reliabilitas yang cukup baik. Sementara, koefisien reliabilitas alat ukur ini pada penelitian yang sesungguhnya menghasilkan 19 butir pernyataan dan memiliki skor *cronbach's alpha* sebesar 0.901. Alat ukur ini juga menggunakan skala *Likert* dari skor 1 (tidak pernah) hingga skor 4 (selalu).

Total skor dari kedua alat ukur ini didapatkan dengan menjumlahkan skor dari setiap butir *favorable* dan *unfavorable* yang telah dibalik pada masing-masing alat ukur. Skor yang didapat dari penelitian ini juga telah melewati uji normalitas menggunakan metode *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dan menghasilkan data yang terdistribusi tidak normal sehingga peneliti menggunakan uji

korelasi *Spearman* dalam melihat hubungan antara kedua variabel yang diteliti.

**HASIL**

Berdasarkan pengumpulan data yang sudah dilakukan, penelitian ini mendapatkan responden sebanyak 214 orang yang dikelompokkan berdasarkan semester yang sedang dijalani, gender, dan usia. Sebagian besar responden berkuliah di semester 3 (46.7%), berjenis kelamin perempuan (70.1%), dan berusia 19 tahun (41.1%).

**Tabel 1.**

*Gambaran Partisipan*

Kategori	F	%
Semester		
1	61	28.5
3	100	46.7
4	3	1.4
5	48	22.4
6	1	0.5
7	1	0.5
Gender		
Laki-laki	64	29.9
Perempuan	150	70.1
Usia		
18	68	31.8
19	88	41.1
20	58	27.1

Berdasarkan analisa lebih lanjut ditemukan bahwa *self-esteem* memiliki kecenderungan yang tinggi pada responden

sementara kesepian memiliki kecenderungan yang rendah pada responden. Dengan data sebagai berikut:

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,



**Tabel 2.**

*Data Deskriptif Variabel Penelitian*

Variabel	Mean	Minimum	Maximum
Self-Esteem	2.7731	1.11	3.89
Kesepian	2.3692	1.16	3.68

Data *self-esteem* dan kesepian memiliki skala 1-4 sehingga nilai *mean* hipotetik untuk kedua skala tersebut adalah 2.5. Dengan nilai *mean* empirik variabel *self-esteem* yang berada di angka 2.77 yang berarti berada di atas nilai *mean* hipotetik sehingga dapat dikategorikan memiliki kecenderungan yang tinggi. Sementara nilai *mean* empirik variabel kesepian yang berada di angka 2.37 yang berarti berada di bawah nilai *mean* hipotetik dapat dikategorikan memiliki kecenderungan yang rendah.

Berdasarkan uji normalitas data dengan menggunakan perhitungan *one sample Kolmogorov-Smirnov test* ditemukan bahwa *self-esteem* memiliki distribusi data tidak normal ( $p=.005$ ), sementara kesepian memiliki distribusi data yang normal ( $p=.200$ ). Dengan adanya data yang tidak terdistribusi normal maka peneliti menggunakan uji korelasi Spearman untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan kesepian. Dari uji korelasi ditemukan hasil sebagai berikut:

**Tabel 3.**

*Hasil Uji Korelasi Spearman Self-Esteem dan Kesepian*

	Kesepian
Self Esteem	$r = -.581^{**}$
** $p < .001$	

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-esteem* dan kesepian ( $r(212) = -.581$ ,  $p = .000$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi nilai *self-esteem* yang dimiliki oleh responden maka akan semakin rendah nilai kesepian yang dimiliki oleh responden. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah nilai *self-esteem* yang dimiliki oleh responden maka akan semakin tinggi nilai kesepian yang dimiliki oleh responden.

Setelah melakukan analisa data utama, peneliti melakukan analisa data tambahan untuk melihat

bagaimana perbedaan *self-esteem* dan kesepian di antara subjek dilihat dari jenis kelamin dan usia. Analisa data tambahan ini dilakukan karena peneliti merasa perlu ada gambaran lebih jelas mengenai kondisi psikologis para mahasiswa di masa pandemi karena berdasarkan penelitian sebelumnya (Al Khatib, 2012) ditemukan bahwa mahasiswa perempuan mengalami kesepian lebih besar dibanding mahasiswa laki-laki. Namun untuk penelitian yang melihat perbedaan gender dan usia di masa pandemi masih belum banyak ditemukan dari segi pembahasan *self-esteem*

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,



*SELF ESTEEM DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI*

dan kesepian, oleh karena itu peneliti merasa perlu ada analisa data tambahan sebagai pelengkap analisa data utama.

Berdasarkan uji bedaself-esteem berdasarkan jenis kelamin yang dilakukan menggunakan Mann-Whitney Test karena data tidak terdistribusi normal ditemukan bahwa tidak

terdapat perbedaan self-esteem antara responden laki-laki dan perempuan ( $U=4324.500$ ,  $Z= -1.149$ ,  $p = .250$ ). Lebih lanjut, hasil uji beda kesepian berdasarkan jenis kelamin menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan kesepianantara responden laki-laki dan perempuan ( $t(212)= -1.353$ ,  $p = .179$ ).

**Tabel 4.**

*Uji Korelasi Usia dengan Self-Esteem dan Kesepian*

	<i>Self Esteem</i>	<i>Kesepian</i>
Usia	$r = .210^{**}$	$r = -.057$

$** p < .001$

Hasil uji korelasi yang menggunakan uji Spearman karena memiliki distribusi data yang tidak normal menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara self-esteem dengan usia responden ( $r(212) = .210$ ,  $p = .002$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara usiadengan self-esteem yang berarti semakin bertambahnya usia maka semakin tinggi self-esteem dan begitu pula sebaliknya. Lebih lanjut, hasil uji korelasi usia dengan kesepian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia dengan kesepian responden.

**DISKUSI**

Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self-esteem dengan kesepian dimana hal ini berarti semakin tinggi self-esteem maka semakin rendah tingkat kesepian partisipan. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah self-

esteem maka semakin tinggi tingkat kesepian partisipan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Halidi dan Bahtiar (2021) dimana seorang individu dengan self-esteem yang rendah merupakan salah satu faktor internal dari munculnya rasa kesepian. Rosenberg dan Owen juga menyatakan bahwa seorang individu yang memiliki self-esteem yang rendah lebih merasa kesepian dibandingkan seseorang dengan self-esteem yang tinggi (Guindon, 2010). Penelitian serupa juga menemukan bahwa self-esteem dan kesepian saling mempengaruhi satu sama lain dimana self-esteem yang rendah dapat meningkatkan kesepian(Vanhalst dkk., 2013). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Geukens dkk. (2020) juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara self-esteem dan kesepian dimana remaja yang tingkat kesepiannya meningkat akan mengalami

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

*SELF ESTEEM* DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

penurunan *self-esteem* seiring waktu, begitu pula sebaliknya.

Penelitian ini juga menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara usia dengan *self-esteem*. Hal ini juga sesuai dengan penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Trzesniewski dkk. (2003) bahwa stabilitas *self-esteem* rendah selama masa kanak-kanak namun meningkat selama masa remaja dan dewasa awal dan kemudian menurun pada masa tua. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Orth dkk.(2010) menemukan bahwa *self-esteem* mengikuti lintasan kuadrat dari remaja sampai usia tua dimana *self-esteem* meningkat selama masa dewasa awal sampai dewasa tengah, mencapai puncaknya di usia 60 tahun, dan akhirnya menurun di usia tua. Penemuan lain juga menemukan bahwa terdapat sedikit peningkatan terhadap *self-esteem* dari masa kanak-kanak hingga sepuluh tahun pertama pada dewasa awal namun dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* berubah paling besar selama sepuluh tahun pertama pada masa dewasa awal (Huang, 2010). Hasil penelitian lain juga menemukan bahwa secara rata-rata *self-esteem* meningkat pada masa kanak-kanak awal dan tengah dan tetap stabil ketika masa remaja kemudian meningkat tajam pada masa dewasa dilanjutkan peningkatan pada masa dewasa tengah (Orth et al., 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti juga menemukan bahwa tidak terdapat

hubungan antara usia dengan kesepian. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Hawkey dkk. (2020) bahwa tidak terdapat bukti untuk menunjukkan prediktor kesepian berdasarkan usia. Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kesepian (Jr & Moore, 1988). Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Steed et al. (2007) juga menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia dengan kesepian. Walaupun terdapat penelitian lain yang menyatakan bahwa bertambahnya usia dapat meningkatkan kesepian namun hal tersebut bukan disebabkan oleh usia itu sendiri melainkan karena adanya penurunan integrasi sosial (Jylhä, 2004).

Berdasarkan uji beda yang dilakukan, peneliti menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan antara *self-esteem* partisipan laki-laki dan perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adriansyah dan Hidayat (2013) yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan antara *self-esteem* partisipan laki-laki dan perempuan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rizkianto dkk. (2013) didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan *self-esteem* yang signifikan antara pekerja anak laki-laki dan perempuan. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *self-esteem* anak laki-laki dan perempuan (Pratama dkk., 2014).

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

*SELF ESTEEM* DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

Temuan lain dari penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan kesepian dengan gender. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rinaldi(2021) yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat kesepian laki-laki dan perempuan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fikrie dan Hermina(2019) juga menemukan tidak adanya perbedaan kesepian antara laki-laki dan perempuan. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian AKBAĞ dan İMAMOĞLU(2010) bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kesepian dan gender. Mahon dkk.(1994) juga menemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan dalam kesepian berdasarkan gender.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap kesepian pada mahasiswa universitas X di Jakarta selama masa pandemi. Hal ini berarti semakin tinggi *self-esteem* mahasiswa maka semakin rendah tingkat kesepian yang dialami mahasiswa. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *self-esteem* mahasiswa maka semakin tinggi tingkat kesepian yang dialami mahasiswa. Penelitian ini juga menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara usia dengan *self-esteem* yang berarti semakin bertambahnya usia maka *self-esteem* pun semakin tinggi. Namun, dalam penelitian ini tidak ditemukan adanya hubungan antara usia dengan kesepian partisipan. Selain itu, tidak

ditemukan juga adanya perbedaan *self-esteem* pada partisipan laki-laki dan perempuan. Penelitian ini juga tidak menemukan adanya perbedaan tingkat kesepian pada partisipan laki-laki dan perempuan.

Peneliti juga menyadari masih banyaknya kekurangan dalam penelitian ini seperti kurangnya jumlah partisipan penelitian, terbatasnya kriteria usia partisipan, dan ketidakseimbangan antara jumlah partisipan perempuan dengan laki-laki. Maka dari itu, peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya agar kriteria usia dapat lebih diperluas cakupannya, menambahkan *sample* penelitian agar hasil penelitian dapat lebih mewakili populasi, dan proporsi jumlah partisipan berdasarkan jenis kelamin dapat lebih seimbang. Dampak dari kekurangan dalam penelitian ini terhadap hasil dan validitas penelitian adalah meski hasil penelitian ini memberikan hasil korelasi yang signifikan antara *self-esteem* dan kesepian, namun peneliti meyakini bahwa kekuatan korelasi yang didapat akan lebih besar bila jumlah sampel lebih besar. Selain itu jumlah yang tidak merata antara jenis kelamin juga menyebabkan kemungkinan terjadinya perbandingan yang tidak sebanding. Sehingga apabila terdapat jumlah yang seimbang antara laki-laki dan perempuan maka mungkin hasil uji beda yang didapat akan lebih kuat dasar hasilnya.

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

## SIMPULAN DAN SARAN

Melalui penelitian ini, untuk meminimalisir kesepian, peneliti menyarankan agar setiap individu dapat memanfaatkan teknologi untuk berinteraksi dengan orang lain di masa pandemi agar pembatasan fisik yang diberlakukan selama pandemi tidak menghalangi keinginan untuk berinteraksi. Berangkat dari kekurangan yang dimiliki dalam penelitian ini, maka peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya dapat menambahkan jumlah partisipan yang menyeimbangkan jumlah subjek laki-laki dan perempuan agar dapat dilakukan perbandingan yang sebanding sebagai analisis data tambahan untuk uji beda dari segi jenis kelamin. Selain itu, peneliti juga menyarankan untuk mengangkat topik mengenai hubungan antara kecerdasan sosial dengan *self-esteem* bagi penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, M. A., & Hidayat, K. (2013). Pengaruh harga diri dan penalaran moral terhadap perilaku seksual remaja berpacaran di SMK negeri 5 samarinda. *Jurnal Psikostudia Universitas Mulawarman*, 2(1), 1–9.
- AKBAĞ, M., & İMAMOĞLU, S. E. (2010). The Prediction of Gender and Attachment Styles on Shame, Guilt, and Loneliness. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 10(2), 669–682.
- Al Khatib, S. A. (2012). Exploring the relationship among loneliness, self-esteem, self-efficacy and gender in United Arab Emirates College Students. *Europe's Journal of Psychology*, 8(1), 159–181. <https://doi.org/10.5964/ejop.v8i1.301>
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Loneliness dan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal Rizky Ananda Artiningsih Siti Ina Savira. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41218/35541>
- Bednar, K. L. (2000). Loneliness and Self-Esteem at Different Levels of the Self. *Honors Projects Illinois*, 1–52.
- Brehm, S. S. (2002). *Intimate Relationship*. McGraw Hill.
- Ciptadi, W. A., & Selviana. (2020). Hubungan antara Kepribadian Ekstraversi dan Kesepian dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 4(3), 78–86.
- Cosan, D. (2014). An Evaluation of Loneliness. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences, April*, 103–110. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2014.05.13>
- Ebesutani, C., Fierstein, M., Viana, A. G., Trent, L., Young, J., & Sprung, M. (2015). The Role of Loneliness in The Relationship Between Anxiety And Depression In Clinical and School Based Youth. *Psychology in the Schools*, 52(3), 223–234. <https://doi.org/10.1002/pits>
- Erzen, E., & Çikrikci, Ö. (2018). The effect of loneliness on depression: A meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 64(5), 427–435. <https://doi.org/10.1177/0020764018776349>
- Fikrie, A. L., & Hermina, C. (2019). Perbedaan

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

SELF ESTEEM DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

- kesehian pada mahasiswa tahun pertama dan kedua. *Naskah Prosiding Temilnas XI IPPJ*.
- Garvin, G. (2018). Hubungan Kecerdasan Sosial Dengan Kesehian Pada Remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 93. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.1005>
- Geukens, F., Maes, M., Spithoven, A., Pouwels, J. L., Danneel, S., Cillessen, A. H. N., van den Berg, Y. H. M., & Goossens, L. (2020). Changes in adolescent loneliness and concomitant changes in fear of negative evaluation and self-esteem. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 10–17. <https://doi.org/10.1177/0165025420958194>
- Guindon, M. H. (2010). *Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions*. Routledge.
- Halidi, R., & Bahtiar, A. R. (2021). *Ketahui penyebab dan dampak perasaan kesehian*. <https://www.suara.com/health/2021/09/08/174500/ketahui-penyebab-dan-dampak-perasaan-kesehian?page=all>
- Handayani, V. V. (2021). *Inilah Dampak Kesehian Pada Berbagai Kelompok Umur*. <https://www.halodoc.com/artikel/inilah-dampak-kesehian-pada-berbagai-kelompok-umur>
- Hardiani, R., & Andromeda. (2020). Apakah Mahasiswa yang Tidak Resilien Rentan Mengalami Kesehian Selama Masa Pandemi Covid-19? *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(3), 316–325.
- Hardika, J., Noviekayati, I., & Saragih, S. (2019). Hubungan Self-Esteem Dan Kesehian Dengan Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik Pada Remaja Pengguna Sosial Media Instagram. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 14(1), 1. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v14i1.928>
- Hawkey, L. C., Buecker, S., Kaiser, T., & Luhmann, M. (2020). Loneliness from young adulthood to old age: Explaining age differences in loneliness. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 39–49. <https://doi.org/10.1177/0165025420971048>
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695–718. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002>
- Hidayati, D. S., & Muthia, E. N. (2016). Kesehian Dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 185–198. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.459>
- Huang, C. (2010). Mean-level change in self-esteem from childhood through adulthood: Meta-analysis of longitudinal studies. *Review of General Psychology*, 14(3), 251–260. <https://doi.org/10.1037/a0020543>
- Jr, N. R. S., & Moore, D. (1988). Loneliness: Differences across three age levels. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5(3), 275–284.
- Jylhä, M. (2004). Old age and loneliness: cross-sectional and longitudinal analyses in the Tampere Longitudinal Study on Aging. *Canadian Journal on Aging*, 23(2), 157–168. <https://doi.org/10.1353/cja.2004.0023>
- Ma, Z., Liang, J., Zeng, W., Jiang, S., & Liu, T. (2014). The Relationship Between Self-Esteem and Loneliness: Does Social Anxiety Matter? *International Journal of*

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

SELF ESTEEM DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

- Psychological Studies*, 6(2), 151–165.  
<https://doi.org/10.5539/ijps.v6n2p151>
- Mahon, N. E., Yarcheski, A., & Yarcheski, T. J. (1994). Differences in social support and adolescents according to developmental stage and gender. *Public Health Nursing*, 11(5), 361–368.
- Nurdini, R. A. (2019). The students' self-esteem level in contributing to English speaking skill. *Bilingualism, Language, and Education Studies (BLESS)*, 1(2), 40–50.
- Nurlayli, R. K., & Hidayati, D. S. (2014). Kesepian Pemilik Hewan Peliharaan yang Tinggal Terpisah dari Keluarga. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 02(01), 21–35.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.biochi.2015.03.025>  
<http://dx.doi.org/10.1038/nature10402>  
<http://dx.doi.org/10.1038/nature21059>  
<http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127>  
<http://dx.doi.org/10.1038/nrmicro2577>  
[Ahttp://](http://)
- Obeid, S., Haddad, C., Zakhour, M., Fares, K., Akel, M., Salameh, P., & Hallit, S. (2019). Correlates of self-esteem among the Lebanese population: A cross-sectional study. *Psychiatria Danubina*, 31(4), 429–439.  
<https://doi.org/10.24869/psyd.2019.429>
- Orth, U., Erol, R. Y., & Luciano, E. C. (2018). *Development of Self-Esteem From Age 4 to 94 Years*. 1045–1080.
- Orth, U., Trzesniewski, K. H., & Robins, R. W. (2010). Self-Esteem Development From Young Adulthood to Old Age: A Cohort-Sequential Longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(4), 645–658.  
<https://doi.org/10.1037/a0018769>
- Perلمان, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a Social Psychology of Loneliness. In D. K. & G. R. (Eds.), *Personal Relationships in Disorder*. Academic Press.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.2.229>
- Pop, L. M., Iorga, M., & Lurcov, R. (2022). *Body-Esteem, Self-Esteem and Loneliness among Social Media Young Users*.
- Pratama, A. A., Krisnatuti, D., & Hastuti, D. (2014). Gaya Pengasuhan Otoriter dan Perilaku Bullying Di Sekolah Menurunkan Self-Esteem Anak Usia Sekolah Authoritarian Parenting and Bullying in School Decrease Self-Esteem of School-Aged Children. *Jur. Ilm. Kel. & Kons.*, Mei, 7(2), 75–82.
- Pumama, B. E. (2021). *Survei kesehatan mental di Indonesia: Stigma tentang bunuh diri masih kuat*.  
<https://m.mediaindonesia.com/humaniora/425406/survei-kesehatan-mental-di-indonesia-stigma-tentang-bunuh-diri-masih-kuat>
- Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada Mahasiswa selama Pandemi COVID-19 Loneliness among College Students during the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 267–277.  
<http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p267-277>
- Rizkiyanto, R., Muflikhati, I., & Hernawati, N. (2013). Nilai Ekonomi Anak, Motivasi, dan Self-Esteem Pekerja Anak. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 6(3), 172–179.  
<https://doi.org/10.24156/jikk.2013.6.3.172>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Rosenberg, Morris. (1979). *Conceiving the self*. Basic Books.

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,



SELF ESTEEM DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI

- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3) | SPARQTools. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601>
- Sagita, D. D., & Hermawan, D. (2020). Kesepian Remaja Pada Masa Pandemi COVID-19. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*, 3(2), 122–130. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v3i2.1892>
- Saputri, N. S., Rahman, A. A., & Kurniadewi, E. (2018). Hubungan Antara Kesepian Dengan Konsep Diri Mahasiswa Perantau Asal Bangka Yang Tinggal Di Bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 645–654. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i2.2158>
- Steed, L., Boldy, D., Grenade, L., & Iredell, H. (2007). The demographics of loneliness among older people in Perth, Western Australia: Research. *Australasian Journal on Ageing*, 26(2), 81–86.
- <https://doi.org/10.1111/j.1741-6612.2007.00221.x>
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., & Robins, R. W. (2003). Stability of Self-Esteem Across the Life Span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 205–220. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.1.205>
- Vanhalst, J., Luyckx, K., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., & Goossens, L. (2013). Low self-esteem as a risk factor for loneliness in adolescence: Perceived - But not actual - Social acceptance as an underlying mechanism. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(7), 1067–1081. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9751-y>
- Yumi. (2015). Perasaan Kesepian dan self-esteem pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 15(4), 123–128.

**Mutiara Mirah Yunita**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Email: [mutiara.mirah@gmail.com](mailto:mutiara.mirah@gmail.com)

**Kezia Isabel**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Bertha Ernest Keziah**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,

**Melani Cristina Natasya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia

**Selviana Chandra Wijaya**, Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,