



Hubungan antara *Perceived Social Support* dengan *Loneliness* pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19

I Putu Diva Adiartha Nandana*, Ratna Jatnika, dan Yanti Rubiyanti

Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran

*E-mail: putu19001@mail.unpad.ac.id

Abstrak

Pandemi Covid-19 yang telah berlangsung sejak tahun 2020 menyebabkan pemerintah menerapkan kebijakan *social distancing*. *Social distancing* ini berpengaruh terhadap perubahan sistem pembelajaran mahasiswa menjadi perkuliahan jarak jauh. Penelitian terdahulu menunjukkan adanya peningkatan *loneliness* pada mahasiswa selama pandemi Covid-19 berlangsung. *Loneliness* dapat berdampak negatif terhadap mahasiswa sehingga diperlukan suatu variabel yang berkorelasi terhadap penurunan tingkat *loneliness* pada mahasiswa, yaitu *perceived social support*. Penelitian terdahulu juga menjadi bukti yang menunjukan adanya hubungan antara *perceived social support* dengan *loneliness*. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *perceived social support* dengan *loneliness* pada mahasiswa Universitas Padjadjaran di masa pandemi Covid-19. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif noneksperimental dengan jenis penelitian *correlational study*. Proses pengambilan data dilakukan pada bulan Oktober–November 2022 dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 290 mahasiswa Universitas Padjadjaran angkatan 2019–2021 yang sedang melaksanakan perkuliahan jarak jauh atau *hybrid*. Penelitian ini menggunakan *stratified random sampling* dengan *cluster* satu tahap sebagai teknik *sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *perceived social support* dengan tingkat *loneliness* pada mahasiswa Universitas Padjadjaran angkatan 2019–2021 ($r = -0.597$). Hal ini dikarenakan keberadaan *perceived social support* dapat membuat mahasiswa merasa puas dengan hubungan sosial yang dijalannya sehingga mahasiswa tidak merasakan *loneliness*.

Kata kunci: Covid-19, mahasiswa, *emerging adulthood*, *perceived social support*, *loneliness*

The Relationship Between *Perceived Social Support* with *Loneliness* on College Students in Covid-19 Pandemic

Abstract

Since 2020, the government has implemented social distancing policies due to Covid-19 pandemic. This social distancing changes the college student learning system into online distance learning. Previous research shows that loneliness increased among college students during the Covid-19 pandemic. Loneliness has a negative impact on students, so we need a variable that correlates to the decrease in the level of loneliness in students, namely *perceived social support*. Previous research shows a relationship between *perceived social support* and *loneliness*. This study aims to identify the relationship between *perceived social support* and *loneliness* in Padjadjaran University students during the Covid-19 pandemic. This research uses a non-experimental quantitative approach, specifically the *correlational study* design. The data collection process was carried out in October–November with 290 Padjadjaran University students from the class of 2019–2021 who were conducting distance learning as the research sample. This study uses *stratified random sampling* with one-stage cluster as the sampling technique. This research shows a significant negative correlation between *perceived social support* and *loneliness* among 290 Padjadjaran University students from the class of 2019–2021 ($r = -0.597$). The explanation for this result is that the presence of *perceived social support* can lead students to feel satisfied with their social relationships, ultimately reducing their level of loneliness.

Keywords: Covid-19 pandemic, college student, *emerging adulthood*, *perceived social support*, *loneliness*

Pendahuluan

Pada Maret 2020, World Health Organization (WHO) secara resmi menyatakan Covid-19 sebagai pandemi global yang mengancam kesejahteraan hidup masyarakat dunia. Masyarakat yang selamat dari pandemi Covid-19 harus menerima kenyataan bahwa mayoritas dari mereka saat ini mengalami berbagai macam kesulitan, seperti kehilangan pekerjaan, kondisi ekonomi yang memburuk, terhambatnya proses pembelajaran bagi para pelajar, serta penurunan kesehatan psikologis. Indonesia menjadi salah satu dari berbagai negara di dunia yang terdampak Covid-19. Kasus Covid-19 pertama kali muncul di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020. Pada bulan April 2021, kasus Covid-19 di Indonesia mencapai 3.19 juta dengan 2.5 juta orang berhasil sembuh dan sebanyak 84,766 orang dinyatakan meninggal dunia (World Health Organization, 2021). Keberadaan pandemi Covid-19 menyebabkan pemerintah menerapkan beberapa kebijakan, seperti penerapan pembatasan sosial berskala besar (PSBB) atau *social distancing* bagi seluruh masyarakat Indonesia. Kebijakan ini menyebabkan segala aktivitas masyarakat menjadi terbatas dan memaksa masyarakat untuk menghabiskan waktu sepanjang hari di rumah. Bagi masyarakat Indonesia yang cenderung kolektif, kebijakan ini juga dapat mengurangi akses masyarakat untuk bersosialisasi sehingga masyarakat mengalami kebosanan serta kehilangan semangat, kegembiraan, dan kebersamaan dengan teman-teman mereka (Sagita & Hermawan, 2020). Situasi berupa isolasi masif sebagai upaya pencegahan penyebaran Covid-19 inilah yang kemudian berpotensi menimbulkan *loneliness* pada masyarakat (Rinaldi, 2021).

Loneliness adalah evaluasi subjektif individu dari suatu situasi yang ditandai dengan sedikitnya hubungan dengan teman dan kolega daripada yang diharapkan (*social loneliness*), tidak terwujudnya keintiman dalam hubungan seperti yang diinginkan individu tersebut (*emotional loneliness*) (Alsubheen et al., 2021; de Jong Gierveld & van Tilburg, 2010; Perlman & Peplau, 1981), serta berkurangnya partisipasi kontak fisik dalam suatu hubungan sosial, termasuk yang melibatkan kehadiran fisik (*physical loneliness*). Individu dapat merindukan kehadiran fisik (*physical loneliness*) sekalipun mereka terhubung secara emosional dan sosial (Landmann & Rohmann, 2022). *Loneliness* juga didefinisikan sebagai ketidakpuasan individu terhadap hubungan sosial yang dijalannya, disertai dengan adanya tekanan psikologis terkait perasaan kesepian yang dirasakan (Angel, 2019). *Loneliness* dapat terjadi akibat pengalaman psikologis yang tidak menyenangkan ketika individu merasakan kekurangan dalam kualitas serta kuantitas hubungan sosial (Perlman & Peplau, 1998).

Mahasiswa termasuk kedalam kategori remaja akhir (Nurhanafiah & Junia, 2022) dan dewasa awal (Lybertha & Desiningrum, 2016). Mahasiswa di tahap usia tersebut memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi sebagai akibat dari beberapa perubahan pada aspek fungsional individu, termasuk mendapatkan kedekatan sosial serta menyesuaikan diri dengan pola kehidupan yang baru (Hulukati & Djibrin, 2018). Ketika tugas perkembangan tersebut gagal untuk dipenuhi, mahasiswa menjadi rentan untuk mengalami *loneliness*.

Loneliness menjadi fenomena yang cukup menggejala di kalangan mahasiswa. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo et al. (2019) terhadap mahasiswa Universitas Padjadjaran menunjukkan bahwa secara keseluruhan, mahasiswa Universitas Padjadjaran mengalami *loneliness* pada tingkat sedang. Kemudian, penelitian Rahmah et al. (2021) mengenai tingkat *loneliness* pada mahasiswa Universitas Padjadjaran selama pandemi Covid-19 juga menemukan bahwa *loneliness* menjadi fenomena yang cukup menggejala pada mahasiswa S1 angkatan 2017, 2018, dan 2019 yang sedang melaksanakan pembelajaran jarak jauh di masa pandemi Covid-19. Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa 22.4% mahasiswa Universitas Padjadjaran mengalami *loneliness* pada tingkat rendah, 56.7% mengalami *loneliness* pada tingkat sedang, dan 20.9% mengalami *loneliness* pada tingkat tinggi (Rahmah et al., 2021). *Loneliness* ini menjadi sangat berbahaya apabila dibiarkan, terbukti dari penelitian yang dilakukan oleh Veronica et al.

(2021) pada mahasiswa Universitas Padjadjaran yang pernah atau secara berkala melakukan *non-suicidal self injury* sebagai akibat tingkat *loneliness* yang tinggi dalam menjalani *romantic relationship* mereka selama pandemi Covid-19.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi *loneliness* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19 adalah melalui *perceived social support*. *Perceived social support* menurut Zimet et al. (1990) merupakan kecukupan dukungan yang dirasakan oleh individu yang berasal dari tiga sumber, yakni keluarga, teman, serta *significant others*. Menurut Buchwald (2017), *social support* merupakan dasar yang dibutuhkan seseorang untuk menjaga kesehatan fisik dan emosional, menerima bantuan dan rasa nyaman, serta mengintegrasikan diri secara moral dan perilaku ke dalam kelompok atau masyarakat di sekitarnya. *Social support* melibatkan penyediaan berbagai sumber, seperti informasi, bantuan nyata (*tangible assistance*), atau kenyamanan emosional melalui pertukaran interpersonal. Adanya ikatan sosial dengan orang lain dapat memberikan kepuasan serta mengurangi kemungkinan stres yang berdampak buruk terhadap kesehatan (Taylor, 2015).

Beberapa penelitian menunjukkan adanya korelasi antara *perceived social support* dengan *loneliness*. Penelitian He et al. (2014) pada 1,024 mahasiswa dengan usia 19–23 tahun menunjukkan adanya korelasi negatif dari *loneliness* dengan *perceived social support*. Artinya, ketika mahasiswa mempersepsikan dukungan sosial yang lebih memadai, mereka memiliki kemungkinan yang lebih rendah untuk merasakan *loneliness* (He et al., 2014). Benoit dan DiTomasso (2020) dalam penelitiannya pada 385 partisipan menyatakan bahwa ketika individu merasakan *social support* secara langsung tanpa adanya peran gadget (*offline perceived social support*) yang rendah, tingkat *loneliness* yang ditemukan cenderung lebih tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Suri et al. (2019) pada mahasiswa di India menunjukkan adanya peran *perceived social support* terhadap *loneliness*. Semakin banyak teman dan keluarga, maka semakin ramai pula suasana yang tercipta sehingga dapat dijadikan upaya untuk menghindarkan diri dari *loneliness*. Penelitian yang dilakukan Salimi dan Bozorgpour (2012) pada mahasiswa di Iran menunjukkan bahwa dukungan sosial yang berasal dari orang yang spesial (*significant others*) menjadi prediktor negatif yang lebih kuat terhadap *loneliness* dibandingkan dukungan sosial yang berasal dari teman ataupun keluarga.

Penelitian Salimi dan Bozorgpour (2012) menemukan perbedaan *social support* yang dirasakan oleh mahasiswa laki-laki dan perempuan. Perempuan merasakan *social support* yang lebih besar dibandingkan laki-laki, baik itu dari keluarga, teman, maupun orang yang spesial (*significant others*). Perempuan cenderung dapat membangun hubungan sosial yang lebih baik dan lebih intim, serta lebih mampu mengekspresikan perasaan mereka dibandingkan laki-laki. Hal tersebut membuat *loneliness* yang dirasakan perempuan lebih rendah daripada laki-laki. Selain itu, terdapat perbedaan tingkat kesepian emosional (*emotional loneliness*) namun tidak dengan kesepian sosial (*social loneliness*) pada laki-laki dan perempuan, yang disebabkan oleh semakin menyusutnya perbedaan kuantitas dan perluasan hubungan sosial pada laki-laki dan perempuan khususnya di kota-kota besar (Salimi & Bozorgpour, 2012). Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, penulis berasumsi bahwa *perceived social support* pada mahasiswa, baik dari keluarga, teman, ataupun *significant others* dapat menurunkan tingkat *loneliness* pada mahasiswa. Hal ini mengingat selama pandemi Covid-19 berlangsung, aktivitas sosial yang dilakukan mahasiswa lebih banyak dilakukan dengan memanfaatkan *gadget*. Berbeda halnya dengan situasi sebelum pandemi Covid-19, di mana mahasiswa dapat lebih banyak melakukan aktivitas sosial dengan bertemu secara langsung.

Pada pertengahan Mei 2020, Indonesia memasuki masa *new normal*, di mana penyebaran Covid-19 di beberapa wilayah perlahan sudah mulai dapat dikendalikan. Hal ini pun memengaruhi kebijakan terkait pembelajaran yang diterapkan pada mahasiswa. Metode pembelajaran yang awalnya menerapkan perkuliahan jarak jauh diubah menjadi perkuliahan *hybrid* yang mengombinasikan dua metode perkuliahan, yakni perkuliahan jarak jauh dan perkuliahan

tatap muka. Dengan adanya perkuliahan *hybrid*, mahasiswa memiliki kesempatan lebih besar untuk menjalin relasi sosial yang melibatkan kontak atau kehadiran fisik. Meski demikian, bukan berarti *loneliness* pada mahasiswa berhasil hilang sepenuhnya.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, diketahui bahwa terdapat hubungan antara *perceived social support* dengan *loneliness*, baik semasa pandemi Covid-19 ataupun sebelum pandemi Covid-19. Meskipun begitu, penulis melihat bahwa penelitian yang membahas hubungan antara *perceived social support* dengan *loneliness* di masa pandemi Covid-19 masih perlu dilakukan dengan beberapa alasan. Pertama, penelitian-penelitian terdahulu mengenai hubungan antara *perceived social support* dengan *loneliness* pada populasi mahasiswa tidak dilakukan di masa pandemi Covid-19 (He et al., 2014; Salimi & Bozorgpour, 2012; Suri et al., 2019). Kedua, penelitian yang dilakukan Benoit dan DiTomasso (2020), Landmann dan Rohmann (2022), serta Bareket-Bojmel et al.. (2021) menggunakan sampel dari populasi di Eropa, bukan menggunakan sampel dari populasi di Asia yang tentunya memiliki perbedaan dalam segi karakteristik populasi.

Alasan-alasan tersebut kemudian menjadi latar belakang ketertarikan penulis untuk meneliti hubungan antara *perceived social support* dan *loneliness* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19 dengan mengambil populasi mahasiswa di Indonesia. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara *perceived social support* dengan *loneliness* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Dalam penelitian ini, penulis juga mencari perbedaan *perceived social support* dan *loneliness* pada mahasiswa berdasarkan kelompok demografi yang berbeda, yaitu jenis kelamin (antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan) dan kondisi tinggal mahasiswa saat ini (mahasiswa yang tinggal seorang diri dan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman). Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mengembangkan pengetahuan serta pemahaman terkait *loneliness* yang terjadi di kalangan mahasiswa, khususnya mahasiswa Universitas Padjadjaran, yang dapat menjadi representasi mahasiswa di Indonesia. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menyumbangkan pemahaman tentang hubungan antara *perceived social support* dengan *loneliness* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Kemudian, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi yang digunakan oleh peneliti atau pihak-pihak lainnya untuk menciptakan solusi dalam mencegah terjadinya *loneliness* pada mahasiswa, jika kelak mahasiswa mengalami situasi krisis lainnya sebagaimana yang terjadi di masa pandemi Covid-19 yang mengharuskan mahasiswa melaksanakan *hybrid*/jarak jauh.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif noneksperimental. Jenis penelitian ini adalah *correlational study* yang berfokus pada variabel *perceived social support* dan *loneliness*. Variabel-variabel tersebut diukur menggunakan dua instrumen alat ukur berbeda yang telah diuji reliabilitas dan validitasnya. *Perceived social support* diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Naila dan Takwin (2018). Alat ukur ini terdiri dari 12 item, dengan 4 item untuk setiap sumber dari *social support*. Skala poin yang digunakan pada alat ukur ini ada empat, yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), setuju (S), dan sangat setuju (SS). Alat ukur MSPSS telah diuji reliabilitas (*Cronbach's alpha* = .899) dan validitasnya berdasarkan *internal structure* (*Chi-square* = .084; RMSEA = .075; SRMR = .061; CFI = .961; AGFI = .825). Adapun kategorisasi skor *perceived social support* pada alat ukur MSPSS adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Kategorisasi Alat Ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*

| Skor | Kategori |
|-------|--|
| >36 | <i>Perceived social support</i> tinggi |
| 25-36 | <i>Perceived social support</i> sedang |
| <25 | <i>Perceived social support</i> rendah |

Loneliness diukur menggunakan *De Jong Gierveld Loneliness Scale* yang diadaptasi dari alat ukur yang digunakan Landmann dan Rohmann (2022), yang kemudian diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia melalui prosedur *forward-backward translation*. Skala yang digunakan dalam alat ukur ini ada 5, yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral, setuju (S), dan sangat setuju (SS). Alat ukur ini telah diuji reliabilitas (*Cronbach's alpha* = .840) dan validitasnya berdasarkan test content (S-CVI = .863). Adapun skor *loneliness* pada alat ukur *De Jong Gierveld Loneliness Scale* dikategorikan menjadi tiga, yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Kategorisasi Alat Ukur *De Jong Gierveld Loneliness Scale*

| Skor | Kategori |
|-----------------|----------------------------------|
| > 40.3 | Tingkat <i>Loneliness</i> Tinggi |
| 25.7 < X < 40.3 | Tingkat <i>Loneliness</i> Sedang |
| < 25.7 | Tingkat <i>Loneliness</i> Rendah |

Selain kedua instrumen tersebut, penulis juga mencantumkan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan data demografis partisipan, seperti jenis kelamin, angkatan, kondisi tinggal partisipan saat ini (apakah tinggal seorang diri atau tinggal bersama keluarga atau teman).

Pengambilan data penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober—November 2022. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *stratified random sampling* dengan *cluster* 1 tahap. Pengambilan data ini dilakukan dengan memanfaatkan Google Form yang disebarakan kepada mahasiswa melalui media *online* (LINE & WhatsApp). Karakteristik populasi partisipan adalah mahasiswa yang sedang melaksanakan perkuliahan jarak jauh. Adapun alasan pemilihan mahasiswa yang sedang melaksanakan perkuliahan jarak jauh sebagai karakteristik utama populasi partisipan adalah karena intensitas mahasiswa untuk menjalin hubungan sosial yang melibatkan kontak fisik dengan rekan-rekannya tidak sebanyak ketika mahasiswa menjalani perkuliahan tatap muka. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa S1 dan D4 Universitas Padjadjaran angkatan 2019—2021. Secara keseluruhan, jumlah populasi penelitian adalah sebanyak 20,121 mahasiswa yang dikelompokkan berdasarkan 4 rumpun, yakni rumpun kesehatan sejumlah 2,947 mahasiswa, rumpun saintek sejumlah 3,650 mahasiswa, rumpun soshum sejumlah 10,125 mahasiswa, serta rumpun agrokomples sejumlah 3,319 mahasiswa. Populasi ini dipilih karena mahasiswa Universitas Padjadjaran angkatan 2019—2021 melaksanakan perkuliahan *hybrid* yang artinya, mereka juga melaksanakan perkuliahan jarak jauh.

Untuk menghitung sampel minimal dari keseluruhan mahasiswa Universitas Padjadjaran angkatan 2019—2021, digunakan *clustered sampling* pada UNPAD SAS (Jatnika et al., 2021). Dengan *proportion* sebesar .04 serta *bound of error* sebesar 0.08, didapatkan jumlah minimal sampel total sebanyak 192 mahasiswa dengan pembagian 48 mahasiswa pada setiap rumpun. Dalam penelitian ini, jumlah sampel yang berhasil didapatkan dalam penelitian ini adalah 290 mahasiswa Universitas Padjadjaran dengan rincian 89 mahasiswa rumpun kesehatan, 44 mahasiswa rumpun saintek,

55 mahasiswa rumpun soshum, dan 99 mahasiswa rumpun agrokompleks. Kemudian, sebanyak 83 mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan 207 mahasiswa berjenis kelamin perempuan. Jika dijabarkan berdasarkan angkataannya, maka rinciannya adalah 132 mahasiswa angkatan 2019, 42 mahasiswa angkatan 2020, dan 116 mahasiswa angkatan 2021.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas, uji linieritas, uji korelasi, dan uji beda. Hasil uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa $p\text{-value} = .200$, yang artinya data berdistribusi normal. Uji asumsi kemudian dilanjutkan dengan uji linieritas menggunakan *deviation from linearity* pada *software* SPSS 19. Berdasarkan hasil uji linieritas, ditemukan bahwa nilai *deviation from linearity* sebesar $p = .017$ yang berarti tidak terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel *perceived social support* dan *loneliness*. Dikarenakan hubungan tidak bersifat linier, maka uji korelasi dilakukan dengan uji Spearman (Gravetter et al., 2018). Uji korelasi dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel *perceived social support* dan *loneliness* pada mahasiswa. Kemudian, dilakukan uji beda menggunakan *independent sample t-test* untuk mengetahui perbedaan rata-rata variabel *perceived social support* dan variabel *loneliness* pada mahasiswa berdasarkan jenis kelamin dan kondisi tinggal mahasiswa.

Hasil

Tabel 3. Statistik Deskriptif dan Hasil Uji Korelasi Spearman

| Variabel | N | M | SD | 1 | 2 |
|------------------------------------|-----|--------|-------|--------|---|
| 1. <i>Perceived social support</i> | 290 | 36.834 | 6.293 | — | |
| 2. <i>Loneliness</i> | 290 | 34.721 | 7.018 | -.597* | — |

Keterangan: * $p < .01$

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *perceived social support* dengan *loneliness* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19 ($r = -.597$, $p < .01$). Artinya, semakin tinggi *social support* yang dipersepsikan mahasiswa, maka semakin rendah *loneliness* yang dirasakan mahasiswa selama pandemi Covid-19.

Tabel 4. Statistik Deskriptif dan Hasil Uji *Independent Sample t-Test* berdasarkan Jenis Kelamin

| Variabel | Laki-laki | | Perempuan | | <i>t</i> | <i>p</i> |
|--|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|
| | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> | | |
| <i>Perceived social support</i> | | | | | | |
| <i>Perceived social support</i> dari keluarga | 12.084 | 2.964 | 11.972 | 2.889 | .300 | .765 |
| <i>Perceived social support</i> dari teman | 12.663 | 2.524 | 12.285 | 2.477 | 1.167 | .244 |
| <i>Perceived social support</i> dari <i>significant others</i> | 12.795 | 3.051 | 12.295 | 3.209 | 1.217 | .225 |
| <i>Loneliness</i> | | | | | | |
| <i>Emotional loneliness</i> | 13.181 | 3.599 | 13.411 | 3.352 | .517 | .606 |
| <i>Social loneliness</i> | 12.855 | 4.862 | 13.773 | 3.998 | 1.657 | .130 |
| <i>Physical loneliness</i> | 8.036 | 1.678 | 7.797 | 1.869 | 1.013 | .312 |

Berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan ($p > .05$) antara *perceived social support* dengan *loneliness* pada mahasiswa berjenis kelamin laki-laki ($n = 83$) dan perempuan ($n = 207$). Tabel 4 juga menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki menunjukkan *mean* yang lebih tinggi pada tingkat *perceived social support* yang berasal dari keluarga ($M = 12.084$), teman ($M = 12.663$), dan *significant others* ($M = 12.795$). Kemudian jika

dilihat *mean* dari *loneliness*, diketahui bahwa perempuan menunjukkan *mean* yang lebih tinggi pada *emotional loneliness* ($M = 13.411$) dan *social loneliness* ($M = 13.773$). Sementara itu, mahasiswa laki-laki menunjukkan tingkat *physical loneliness* ($M = 8.036$) yang lebih tinggi dibandingkan perempuan.

Selain berdasarkan jenis kelamin, uji beda juga dilakukan berdasarkan kondisi tinggal. Hasil uji beda antara mahasiswa yang tinggal seorang diri dan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Statistik Deskriptif dan Hasil Uji *Independent Sample t-Test* berdasarkan Kondisi Tinggal

| Variabel | Tinggal seorang diri | | Tinggal bersama keluarga atau teman | | <i>t</i> | <i>p</i> |
|---|----------------------|-----------|-------------------------------------|-----------|----------|----------|
| | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> | | |
| <i>Perceived social support</i> | | | | | | |
| <i>Perceived social support</i> dari keluarga | 12.259 | 2.762 | 11.755 | 3.028 | 1.478 | .140 |
| <i>Perceived social support</i> dari teman | 12.203 | 2.516 | 12.573 | 2.463 | 1.284 | .200 |
| <i>Perceived social support</i> dari significant others | 12.797 | 2.660 | 12.088 | 3.567 | 1.914 | .056 |
| <i>Loneliness</i> | | | | | | |
| <i>Emotional loneliness</i> | 13.657 | 3.269 | 13.041 | 3.544 | 1.539 | .125 |
| <i>Social loneliness</i> | 13.643 | 4.273 | 13.381 | 4.286 | .522 | .602 |
| <i>Physical loneliness</i> | 7.965 | 1.762 | 7.769 | 1.869 | .920 | .358 |

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan ($p > .05$) antara *perceived social support* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang tinggal seorang diri ($n = 143$) dan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman ($n = 147$). Tabel 5 juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang tinggal seorang diri menunjukkan *mean* yang lebih tinggi pada tingkat *perceived social support* yang berasal dari keluarga atau teman ($M = 12.259$) dan *significant others* ($M = 12.797$). Sementara itu pada mahasiswa yang tinggal bersama dengan keluarga atau teman, *mean* pada *perceived social support* yang berasal dari teman ($M = 12.573$) cenderung lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tinggal seorang diri. Diketahui pula bahwa mahasiswa yang tinggal seorang diri menunjukkan *mean* yang lebih tinggi pada *emotional loneliness* ($M = 13.657$), *social loneliness* ($M = 13.643$), serta *physical loneliness* ($M = 7.965$) dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal bersama dengan keluarga ataupun teman.

Pembahasan

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *loneliness* dengan *perceived social support* pada mahasiswa Universitas Padjadjaran di masa pandemi Covid-19 ($r = -.44$, $p < .01$). Hasil ini sejalan dengan penelitian He et al. (2014) yang menunjukkan adanya korelasi negatif antara *loneliness* dengan *perceived social support* pada 1,024 mahasiswa berusia 19–23 tahun. *Perceived social support* pada dasarnya mengacu pada bagaimana seorang individu memandang teman, anggota keluarga, serta orang lain sebagai sumber untuk memberikan dukungan, baik secara materiil, psikologis, dan dukungan-dukkungan lainnya pada saat dibutuhkan. Menurut Perlman dan Peplau (1998), *loneliness* dapat terjadi akibat pengalaman psikologis yang tidak menyenangkan ketika individu merasakan kurangnya kualitas serta kuantitas dalam hubungan sosial. Di masa pandemi Covid-19, akses untuk menjalin relasi sosial berkurang sehingga menyebabkan persepsi terhadap *social support* menjadi kurang memadai. Dengan demikian, *perceived social support* yang kurang memadai dapat menjadi penyebab peningkatan *loneliness* selama pandemi Covid-19.

Sebaliknya, ketika individu mempersepsikan dirinya menerima *social support* yang memadai, maka kemungkinan timbulnya *loneliness* pun akan semakin kecil. Hal ini juga didukung oleh penelitian Bareket-Bojmel et al. (2021) yang menemukan bahwa *perceived social support* dapat berkontribusi terhadap ketahanan emosional (*emotional resilience*) selama masa sulit. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan intervensi dan program yang berfokus pada *social support* dapat bermanfaat untuk mengurangi *loneliness* selama *social distancing* berlangsung.

Perbedaan *perceived social support* berdasarkan jenis kelamin pada penelitian ini menunjukkan bahwa *perceived social support* pada mahasiswa perempuan cenderung lebih rendah dibandingkan mahasiswa laki-laki selama pandemi Covid-19, baik yang bersumber dari keluarga, teman, maupun *significant others*. Hasil ini agak berbeda dengan hasil penelitian Tam dan Lim (2009) yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki *perceived social support* yang lebih tinggi daripada laki-laki. Perempuan pada dasarnya lebih mengedepankan sisi emosionalnya dibandingkan laki-laki. Selain itu, Olson dan Schultz (1994) juga menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam hal sosialisasi. Laki-laki seringkali tidak menekankan perasaan dan lebih berfokus pada otonomi, *self-reliance* (kemampuan individu untuk mengelola sumber daya yang dimiliki, termasuk bagaimana individu mengatur waktu, berpikir dan menjalani hidup secara mandiri, serta mampu menjadi *decision maker* yang baik), serta independensi. Sementara itu, perempuan lebih menekankan pada ekspresi verbal dan berfokus pada kehangatan dan hubungan yang lebih intim. Kemudian jika dikaitkan dengan demografi mahasiswa yang pada dasarnya termasuk dalam kelompok dewasa awal, mahasiswa cenderung mengutamakan kualitas pertemanan yang dapat dijadikan sebagai sumber keintiman, dukungan afeksi, serta afiliasi (Furman & Rose, 2015). Jika mengacu pada Tam dan Lim (2009) serta Olson dan Schulz (1994), seharusnya tingkat *perceived social support* pada perempuan lebih tinggi dibandingkan *perceived social support* pada laki-laki. Namun, pada penelitian ini, mahasiswa berada pada situasi Covid-19 di mana mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki intensitas bertemu orang lain yang tidak sebanyak dengan situasi normal. Ketika intensitas mahasiswa untuk bertemu dengan orang lain tidak sebanyak ketika perkuliahan pada situasi normal, maka mahasiswa perempuan cenderung kesulitan untuk mengutarakan perasaan mereka serta dalam menjalin hubungan yang lebih intim dengan orang lain. Hal inilah yang kemudian berdampak pada lebih rendahnya tingkat *perceived social support* pada mahasiswa perempuan dibandingkan pada mahasiswa laki-laki.

Jika *loneliness* dilihat berdasarkan jenis kelamin, maka ditemukan hasil yang menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki merasakan *physical loneliness* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan. Sebaliknya, mahasiswa perempuan cenderung merasakan *emotional loneliness* dan *social loneliness* yang lebih besar dibandingkan mahasiswa laki-laki. *Emotional loneliness* menurut Landmann dan Rohmann (2022) merujuk pada kurangnya perasaan terhubung secara emosional dengan orang lain. Menurut Salimi dan Bozorgspour (2012), pada dasarnya terdapat perbedaan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam hal mengekspresikan diri. Mahasiswa perempuan cenderung lebih ekspresif dalam mengungkapkan diri mereka dibandingkan mahasiswa laki-laki. Kelebihan dalam hal ekspresif (dapat berbagi perasaan mereka dengan orang lain) pada mahasiswa perempuan dibandingkan mahasiswa laki-laki dapat memungkinkan mahasiswa perempuan tidak terlalu merasakan *emotional loneliness* (Salimi & Bozorgpour, 2012). Pada situasi Covid-19, intensitas bertemu teman cenderung tidak sebanyak ketika mahasiswa menjalani perkuliahan pada situasi normal. Meskipun terdapat kesempatan untuk menjalin hubungan dengan orang lain, seperti teman kuliah, kebanyakan hubungan yang terjalin melibatkan peran komputer atau *gadget* yang dimiliki mahasiswa. Menurut Wilson et al. (2006, dalam Landmann & Rohmann, 2022), komunikasi yang dimediasi oleh komputer memiliki kelemahan, seperti terganggunya rasa percaya terhadap teman atau orang lain. Selain itu, kehilangan kebersamaan fisik dengan orang lain juga dapat mengurangi kepuasan hubungan serta perasaan dicintai (*satisfying relationship*) pada seseorang

(Landmann & Rohmann, 2022). Hal ini memungkinkan kualitas serta keintiman suatu hubungan yang terjalin pada mahasiswa perempuan tidak sebaik ketika mereka menjalani perkuliahan secara *offline*. Padahal, kualitas serta pengembangan hubungan yang intim merupakan aspek yang lebih dibutuhkan perempuan dalam menjalin suatu hubungan dibandingkan dengan laki-laki. Hal inilah yang menjelaskan kemungkinan tingkat *emotional loneliness* pada mahasiswa perempuan cenderung lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki.

Kemudian, berkaitan dengan tingkat *social loneliness* yang lebih tinggi pada mahasiswa perempuan, *social loneliness* itu sendiri dinilai sebagai kurangnya perasaan memiliki jaringan sosial yang lebih luas (Landmann dan Rohmann, 2022). *Social loneliness* dapat disebabkan oleh *loss contact* dengan jaringan sosial serta menurunnya intensitas interaksi sosial (Lampraki et al., 2022), yang mana sangat mungkin dialami oleh mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Mahasiswa di masa pandemi Covid-19 juga cenderung lebih sulit untuk dapat membentuk jaringan sosial yang baru karena mereka tidak melibatkan interaksi yang lebih intens untuk saling mengenal satu sama lain. Dalam hal ini, mahasiswa perempuan cenderung membutuhkan lebih banyak *social support* dari jaringan sosialnya, baik dalam bentuk *tangible support*, *appraisal support*, *belonging support*, maupun *self-esteem support*. Oleh karena itu, mahasiswa perempuan kemungkinan mengalami kesulitan yang lebih besar untuk menghadapi situasi ini dibandingkan mahasiswa laki-laki yang cenderung tidak membutuhkan *social support* sebanyak perempuan dari jaringan sosial yang mereka miliki. Jaringan sosial yang lebih besar memungkinkan mahasiswa perempuan untuk mendapatkan *social support* yang lebih banyak dari jaringan sosialnya, yang kemudian dapat berkontribusi untuk menurunkan tingkat *social loneliness* pada mahasiswa perempuan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata skor *perceived social support* yang dirasakan oleh mahasiswa yang tinggal seorang diri cenderung lebih besar jika dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman. Jika dilihat berdasarkan sumber *social support*-nya, mahasiswa yang tinggal seorang diri cenderung memiliki tingkat *perceived social support* yang lebih tinggi dari keluarga dan *significant others*. Sementara itu, mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman cenderung memiliki tingkat *perceived social support* yang lebih tinggi dari teman. Adapun penjelasan yang bisa diberikan mengenai hasil ini adalah mahasiswa pada dasarnya tidak luput dari permasalahan. Permasalahan tersebut dapat bersifat akademik, seperti kendala adaptasi dengan lingkungan perkuliahan, kesehatan yang terganggu karena pola hidup yang kurang sehat, ataupun psikososial seperti perilaku agresif (*bullying*, tawuran, dll.) yang dapat menimbulkan dampak yang berbahaya, baik bagi pelaku maupun korban. Dampak yang ditimbulkan bisa berupa menurunnya *psychological well-being* dan *academic achievement*, serta memburuknya hubungan sosial (Rodríguez-Hidalgo et al., 2019). Keluarga, khususnya orang tua, tentunya memiliki kekhawatiran terhadap kemungkinan-kemungkinan buruk yang terjadi pada anaknya. Oleh karena itu, keluarga akan menaruh perhatian lebih pada mahasiswa yang tinggal seorang diri dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman, di mana keberadaan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman masih dapat dipantau oleh teman atau keluarga mereka sendiri.

Mahasiswa yang tinggal seorang diri cenderung lebih merasakan *loneliness* dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suri et al. (2019) pada mahasiswa di India. Menurut Suri et al. (2019), ketika mahasiswa memiliki banyak teman dan keluarga di sekitarnya, maka suasana di sekitar mahasiswa akan semakin ramai sehingga menghindarkan mahasiswa dari *loneliness*. Hasil penelitian yang dilakukan Luchetti et al. (2020) juga menunjukkan hal yang sama, di mana individu yang tinggal seorang diri cenderung memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami *loneliness*. Hal ini dikarenakan mereka cenderung kurang memiliki interaksi sosial langsung dengan orang lain (Luchetti et al., 2020). Kurangnya interaksi sosial dapat

menjadi indikator kualitas serta kuantitas hubungan sosial yang kurang memadai, yang kemudian hal tersebut dapat menjadi penyebab terjadinya *loneliness* (Perlman & Peplau, 1998).

Simpulan

Penelitian ini menemukan bahwa *perceived social support* berkorelasi dengan penurunan tingkat *loneliness* pada mahasiswa ketika menjalani perkuliahan jarak jauh atau *hybrid* selama pandemi Covid-19 berlangsung. Mahasiswa mempersepsikan dukungan sosial yang tergolong tinggi selama pandemi Covid-19, di mana sumber *social support* yang paling dirasakan berasal dari *significant others*. Dalam penelitian ini, mahasiswa perempuan cenderung mempersepsikan dukungan sosial lebih rendah pada ketiga sumber *social support* dibandingkan mahasiswa laki-laki. Ditemukan pula bahwa *perceived social support* yang dirasakan mahasiswa yang tinggal seorang diri cenderung lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman. Jika dilihat berdasarkan sumber *social support*-nya, mahasiswa yang tinggal seorang diri merasakan *social support* yang lebih tinggi dari keluarga dan *significant others*, sedangkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman merasakan *social support* yang lebih tinggi dari teman. Tingkat *loneliness* pada mahasiswa S1 Universitas Padjadjaran angkatan 2019–2021 selama pandemi Covid-19 tergolong dalam kategori sedang. Adapun *loneliness* yang paling dirasakan mahasiswa adalah *physical loneliness*. Ditemukan bahwa mahasiswa laki-laki merasakan *physical loneliness* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan. Di sisi lain, mahasiswa perempuan merasakan *emotional loneliness* dan *social loneliness* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki. Kemudian jika dilihat berdasarkan kondisi tinggalnya, mahasiswa yang tinggal seorang diri cenderung merasakan *loneliness* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau teman.

Mengacu pada hasil penelitian ini, terdapat limitasi di mana penelitian ini belum menjelaskan korelasi dari setiap dimensi antara *perceived social support* dengan *loneliness*. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat membahas korelasi dari setiap dimensi antara *perceived social support* dengan *loneliness* pada mahasiswa dengan harapan dapat ditemukannya solusi yang paling tepat untuk mengatasi *loneliness* pada mahasiswa berdasarkan dimensi dari *perceived social support*. Selain itu, jumlah sampel dalam penelitian ini dinilai cukup sedikit, mengingat total populasi sampel adalah 20,121 mahasiswa. Dengan meningkatkan jumlah sampel, maka hasil penelitian yang didapatkan akan lebih representatif dengan kondisi yang dialami oleh mahasiswa di Indonesia.

Sebagai upaya untuk menurunkan tingkat *loneliness* pada mahasiswa, penulis berharap mahasiswa Universitas Padjadjaran dapat meningkatkan interaksi dengan lingkungan sekitarnya melalui kehadiran fisik. Adapun bentuk kegiatan yang dapat dilakukan adalah seperti mengadakan kegiatan *bonding* antarangkatan, antarkomunitas, atau bahkan antar fakultas. Hal ini dapat membantu mahasiswa untuk menjalin interaksi yang menumbuhkan rasa percaya (*trust*) dengan mahasiswa lainnya sehingga terjalin hubungan yang berkualitas.

Daftar Pustaka

- Alsuhbeen, S. A., Oliveira, A., Habash, R., Goldstein, R., & Brooks, D. (2021). Systematic review of psychometric properties and cross-cultural adaptation of the University of California and Los Angeles loneliness scale in adults. *Current Psychology*, 42. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02494-w>
- Angel, D. (2019). *Hubungan antara loneliness dengan kecenderungan internet addiction pada mahasiswa* [Skripsi, Universitas Negeri Semarang].
- Bareket-Bojmel, L., Shahar, G., Abu-Kaf, S., & Margalit, M. (2021). Perceived social support, loneliness, and hope during the Covid-19 Pandemic: Testing a mediating model in the UK, USA, and Israel. *British Journal of Clinical*

- Psychology*, 60(2), 133–148. <https://doi.org/10.1111/bjc.12285>
- Benoit, A., & DiTommaso, E. (2020). Attachment, loneliness, and online perceived social support. *Personality and Individual Differences*, 167. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110230>
- Buchwald, P. (2017). Social support. In *Reference module in neuroscience and biobehavioral psychology*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.05719-9>
- de Jong Gierveld, J., & van Tilburg, T. (2010). The De Jong Gierveld short scales for emotional and social loneliness: Tested on data from 7 countries in the UN generations and gender surveys. *European Journal of Ageing*, 7(2), 121–130. <https://doi.org/10.1007/s10433-010-0144-6>
- Furman, W., & Rose, A. J. (2015). Friendships romantic relationships and other dyadic peer relationships in childhood and adolescence: A unified relational perspective. *Dyadic Peer Relationship*, 3, 6–129. <https://doi.org/10.13140/2.1.4921.3125>
- Gravetter, F. J., Wallnau, L. B., & Forzani, L.-A. B. (2018). *Essentials of statistics for the behavioral sciences* (9th ed.). Cengage Learning.
- He, F., Zhou, Q., Li, J., Cao, R., & Guan, H. (2014). Effect of social support on depression of internet addicts and the mediating role of loneliness. *International Journal of Mental Health Systems*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/1752-4458-8-34>
- Hulukati, W., & Djibrin, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik*, 02(01), 73–114.
- Jatnika, R., Haffas, M., Abidin, F. A., & Prathama, A. G. (2021). *Belajar sampling dengan UNPAD SAS online*.
- Lampraki, C., Hoffman, A., Roquet, A., & Jopp, D. S. (2022). Loneliness during Covid-19: Development and influencing factors. *PLoS ONE*, 17(3 March), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265900>
- Landmann, H., & Rohmann, A. (2022). When loneliness dimensions drift apart: Emotional, social and physical loneliness during the Covid-19 lockdown and its associations with age, personality, stress and well-being. *International Journal of Psychology*, 57(1), 63–72. <https://doi.org/10.1002/ijop.12772>
- Luchetti, M., Lee, J. H., Aschwanden, D., Sesker, A., Strickhouser, J. E., Terracciano, A., & Sutin, A. R. (2020). The trajectory of loneliness in response to Covid-19. *American Psychologist*. <https://doi.org/10.1037/amp0000690.supp>
- Lybertha, D. P., & Desiningrum, D. R. (2016). Kematangan emosi dan persepsi terhadap pernikahan pada dewasa awal: Studi korelasi pada Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 148–152. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15094>
- Naila, S., & Takwin, B. (2018). Perceived social support as predictor of suicide ideation in Gunung Kidul High School Students. *Advances in Social Science, Education, and Humanities Research*, 139, 47–51.
- Nurhanafiah, A., & Junia, S. (2022). Merawat diri dengan self acceptance di era pasca pandemi Covid-19. *Center for Indigenous Psychology*.
- Olson, D. A., & Shultz, K. S. (1994). Gender differences in the dimensionality of social support. *Journal of Applied Social Psychology*, 24(14), 1221–1232.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. In R. Gilmour, & S. Duck (Eds.), *Personal relationships 3: Relationships in disorder* (pp. 31–56). Academic Press. <https://www.researchgate.net/publication/284034168>
- Perlman, D. and Peplau, L. (1998) Loneliness. In Friedman, H. S. (Ed.), *Encyclopedia of mental health* (Vol. 2, pp. 571–

- 581). Academic Press.
- Prasetio, C. E., Rahman, T. A., & Triwahyuni, A. (2019). Gangguan mental emosional dan kesepian pada mahasiswa baru. *Mediapsi*, 5(2), 97–107. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2019.005.02.4>
- Rahmah, A., Qodariah, L., & Moeliono, M. F. (2021). *Hubungan antara psychological well-being dan loneliness pada mahasiswa universitas padjadjaran selama masa pandemi Covid-19* [Skripsi, Universitas Padjadjaran].
- Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada mahasiswa selama pandemi Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 267. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p267-277>
- Rodríguez-Hidalgo, A. J., Pantaleón, Y., & Calmaestra, J. (2019). Psychological predictors of bullying in adolescents from pluricultural schools: A transnational study in Spain and Ecuador. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01383>
- 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>
- Salimi, A., & Bozorgpour, F. (2012). Perceived social support and social-emotional loneliness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 69, 2009–2013. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.12.158>
- Sedgwick, P. (2014). Spearman's rank correlation coefficient. *BMJ*, 34. <https://doi.org/10.1136/bmj.g7327>
- Suri, S., Garg, S., & Tholia, G. (2019). Attachment style, perceived social support and loneliness among college students. *International Journal of Innovative Studies in Sociology and Humanities*. <https://www.researchgate.net/publication/333582534>
- Tam, C., & Lim, S. (2009). Perceived social support, coping capability and gender differences among young adults. *Sunway Academic Journal*, 6, 75–88.
- Taylor, S. E. (2015). *Health psychology* (9th ed.). In McGraw-Hill Education.
- World Health Organization. (2021). *Coronavirus disease 2019 (Covid-19) situation report*, 50.
- Veronica, V., Iskandarsyah, A., & Wardhani, N. (2021). *Hubungan antara loneliness dan non-suicidal self-injury pada mahasiswa Universitas Padjadjaran* [Skripsi, Universitas Padjadjaran].
- Zimet, G. D., Dahlem NW., Zimet, S., & Farley, G. (1988). Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 30–41. <http://gzimet.wix.com/mspss>
- Zimet, G. D., Powell, S. S., Farley, G. K., Werkman, S., & Berkoff, K. A. (1990). Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 55(3–4), 610–617. <https://doi.org/10.1080/00223891.1990.9674095>