

HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN KESEPIAN DI MASA PANDEMI COVID-19 PADA MAHASISWA ANGKATAN 2021 FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG

Diar Putri Wulandari, Endah Kumala Dewi

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto, SH., Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

diarputriw@gmail.com

Abstrak

Pandemi COVID-19 memiliki dampak yang mempengaruhi semua kalangan manusia, termasuk pada mahasiswa. Adanya kebijakan dari pemerintah yaitu PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat), *stay at home*, dan *social distancing* mengharuskan mahasiswa melakukan pembelajaran secara daring (dalam jaringan) yang membuat interaksi sosial mahasiswa menjadi terbatas. Hal tersebut dapat membuat mahasiswa merasa terisolasi dan dapat menimbulkan rasa kesepian. Kesepian dapat diatasi dengan baik atau bahkan terhindar dari perasaan tersebut jika memiliki kemampuan bertahan dan beradaptasi dengan baik, kemampuan tersebut adalah resiliensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan kesepian di masa pandemi COVID-19 pada mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Penelitian ini dilakukan kepada 90 mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Resiliensi (20 aitem, $\alpha = 0,863$) dan Skala Kesepian (15 aitem, $\alpha = 0,874$). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear sederhana dengan hasilnya yaitu nilai $r_{xy} = -0,701$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil analisis data tersebut terbukti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan kesepian. Artinya semakin tinggi resiliensi, maka kesepian akan semakin rendah dan sebaliknya. Nilai koefisien determinasi atau r^2 sebesar 0,491, yang artinya resiliensi memberikan sumbangan efektif sebesar 49,1% terhadap kesepian.

Kata kunci: resiliensi, kesepian, mahasiswa, pandemi COVID-19

THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND LONELINESS IN THE COVID-19 PANDEMIC TIMES AMONG COLLEGE STUDENTS OF CLASS 2021 FACULTY OF PSYCHOLOGY UNIVERSITY OF DIPONEGORO SEMARANG

Diar Putri Wulandari, Endah Kumala Dewi

Faculty of Psychology, Universitas Diponegoro,
Prof. Soedarto, SH. Street, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

diarputriw@gmail.com

Abstrak

The COVID-19 pandemic has impacts that affects all of people, including college students. The existence of policies from the government, namely PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat or Enforcement of Restrictions on Community Activities), stay at home, and social distancing requires college students to learn in the network which makes college students' social interaction limited. The situation can make them feel isolated and can lead to feelings of loneliness. Loneliness can be handled well or even avoided if someone have the ability to survive and adapt well, this ability called resilience. This study aims to determine the relationship between resilience and loneliness in the COVID-19 pandemic times among college students of class 2021 Faculty of Psychology University of Diponegoro Semarang. This study was conducted on 90 college students of the class 2021 Faculty of Psychology, University of Diponegoro, Semarang. Sampling technique used convenience sampling. Instruments to gather the data using two psychological scales: Resilience Scale (20 aitem, $\alpha = 0,863$) and Loneliness Scale (15 items, $\alpha = 0,874$). Analysis of the data used simple linear regression analysis with the results of the r_{xy} value was $-0,701$ and the significance value was $0,000$ ($p < 0,05$). Based on the results of the data analysis proved that there was a significant negative relationship between resilience and loneliness. It means that the higher the resilience, the lower the loneliness and vice versa. The value of the determination coefficient or r^2 was $0,491$, that means resilience provides an effective contribution of 49.1% to loneliness.

Keywords: resilience, loneliness, college students, the COVID-19 pandemic