

**HUBUNGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN KESEPIAN
PADA MAHASISWA RANTAU PROGRAM STUDI SARJANA
KEPERAWATAN UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA
BANDUNG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai
Gelar Sarjana Keperawatan

**BAIQ ELMA WIDIANTI
AK 1.16.061**



**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA BANDUNG
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : HUBUNGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
DENGAN KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU DI
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA BANDUNG

NAMA : BAIQ ELMA WIDIANTI

NPM : AK 1.16.061

Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Sidang Akhir
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Menyetujui :

Pembimbing I



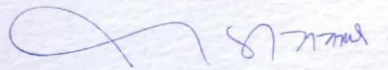
Dedep Nugraha, S.Kep., Ners., M.Kep

Pembimbing II



Ingrid Dirgahayu, SKp., M.KM

Program Studi Sarjana Keperawatan
Ketua



Lia Nurlianawati, S.Kep., Ners., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : HUBUNGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN
KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU UNIVERSITAS
BHAKTI KENCANA BANDUNG**

NAMA : BAIQ ELMA WIDIANTI
NIM : AK 116061

Skripsi ini telah di pertahankan sesuai dengan masukan
Dewan Penguji Sidang Akhir Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung
Pada Tanggal 28 Agustus 2020

Mengesahkan
Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung

Penguji I

Novita T.S, S.Kep., Ners., M.Kep

Penguji II

Lia Nurlianawati, S.Kep., Ners., M.Kep

Fakultas Keperawatan
Dekan



Rd. Siti Jundiah, S.Kp., M.Kep

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Baiq Elma Widianti
NIM : AK 1.16.061
Judul Skripsi : Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesepian pada Mahasiswa Rantau Universitas Bhakti Kencana Bandung

Menyatakan :

1. Penelitian saya dalam skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik S.Kep di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
2. Penelitian dalam skripsi ini adalah murni dari gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain kecuali arahan dari tim pembimbing.
3. Dalam penelitian ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karna karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Bhakti Kencana Bandung.

Bandung, Agustus 2020
Yang Membuat Pernyataan



Baiq Elma Widianti
AK 1.16.061

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Baiq Elma Widianti

NPM : AK 1.16.061

Fakultas : Keperawatan

Prodi : Sarjana Keperawatan

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul: **HUBUNGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU DI UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA BANDUNG**

Bebas dari plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari penelitian dari karya ilmiah tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya **bersedia menerima sanksi** sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

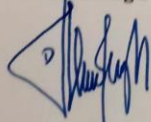
Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun juga dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 22 September 2020



Baiq Elma Widianti

Pembimbing I



Dedep Nugraha, S.Kep., Ners., M.Kep

Pembimbing II



Ingrid Dirzahayu, SKp., M.KM.

ABSTRAK

Mahasiswa rantau banyak sekali mengalami perubahan sosial dikarenakan jauh dari orang tua, keluarga dan mereka mengalami perubahan dari segi budaya dan bahasa, hal ini dapat mengakibatkan gangguan pada kesejahteraan psikologis yang dimana dampak dari kesejahteraan psikologis itu sendiri berupa kognitif, emosi dan fisiologis yang dimana dapat menimbulkan perasaan kesepian yang akan dialami oleh mahasiswa rantau. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kesejahteraan psikologis dengan perasaan kesepian.

Metode dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian *deskriptif* dengan pendekatan *korelasi*. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 49 orang mahasiswa yang ada di Universitas Bhakti Kencana Bandung dari tingkat 1 sampai dengan tingkat 4 dengan teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Analisa data yang digunakan adalah uji *t test*.

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa (55.1%) mengalami kesejahteraan psikologis dalam katagori tinggi dan (59.2%) mahasiswa yang mengalami perasaan kesepian dalam katagori rendah, dalam penelitian ini juga menunjukkan mahasiswa yang kesejahteraan psikologisnya sangat tinggi (2.0%) sedangkan perasaan kesepian tinggi (6.1%) hal ini dapat disebabkan karna individu masih kurang dalam penguasaan lingkungan yang dapat menyebabkan kepribadian individu itu sendiri dalam katagori rendah, seperti halnya menarik diri dari lingkungan sosial mereka dan memiliki kesulitan untuk membangun hubungan baik dengan orang lain atau lingkungan tempat mereka tinggal. Hasil uji *t test* menunjukkan hasil nilai *Sing. (2-tailed)* sebesar $0.22 < \alpha (0.05)$. Sehingga disimpulkan ada hubungan kesejahteraan psikologis dengan perasaan kesepian pada mahasiswa rantau.

Berdasarkan hasil penelitian ini, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengali perasaan responden lebih dalam lagi khususnya dalam penguasaan lingkungan agar kepribadian yang dimiliki individu dalam katagori tinggi.

Kata Kunci : Kesejahteraan Psikologis, Kesepian, Mahasiswa Rantau

Daftar pustaka: 6 Buku (2009-2016)

: 11 Website (2008-2016)

: 8 Jurnal (2013-2019)

ABSTRACT

Overseas students experience a lot of social changes because they are far from their parents, families and they experience changes in terms of culture and language, this can result in disruptions to psychological well-being where the impact of psychological well-being itself is cognitive, emotional and physiological which can cause feelings of loneliness that will be experienced by overseas students. The purpose of this study was to determine the relationship between psychological well-being and feelings of loneliness.

The method in this research uses descriptive research with a correlation approach. The number of samples in this study were 49 students at the University of Bhakti Kencana Bandung from level 1 to level 4 with the sampling technique is total sampling. The data analysis used was the t test.

The results of this study found that most students (55.1%) experienced psychological well-being in the high category and (59.2%) students who experienced feelings of loneliness in the low category, in this study also showed students whose psychological well-being was very high (2.0%) while feeling lonely high (6.1%) this can be because individuals are still lacking in control of the environment which can cause the individual's own personality to be in a low category, such as withdrawing from their social environment and having difficulty building good relationships with other people or the environment in which they live The result of the t test shows the value of Sing. (2-tailed) of $0.22 < \alpha (0.05)$. So it can be concluded that there is a relationship between psychological well-being and feelings of loneliness in overseas students.

Based on the results of this study, further research is expected to be able to dig deeper into the feelings of respondents, especially in controlling the environment so that the individual's personality is in a high category.

Keywords : Psychological well-being, Loneliness, Overseas Students
Bibliography : 6 Books (2009-2016)
: 11 Websites (2008-2016)
: 8 Journals (2013-2019)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT karna atas karunia dan rahmat-Nya lah penulis masih diberikan kesehatan, sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesiapan pada Mahasiswa Rantau di Universitas Bhakti Kencana Bandung.

Dalam penyusunan ini, penulis tidak terlepas dari pihak – pihak yang telah memberikan bantuan, masukan, bimbingan dan dorongan penuh cinta dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. H. Mulyana, S.Pd., S.H., M.Pd., MH.Kes selaku Ketua Yayasan Adhi Guna Kencana
2. Dr. Entris Sutrisno, MH.Kes., Apt. Selaku Rektor Universitas Bhakti Kencana
3. Rd. Siti Jundiah SKp., M.Kep. selaku Dekan Universitas Bhakti Kencana
4. Lia Nurlianawati, S.Kep., Ners., M.Kep. Selaku Ketua Program Studi Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
5. Dedep Nugraha, S.Kep., Ners., M.Kep. Selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya, memberikan arahan, masukan dan motivasi yang berharga kepada penulis dalam bimbingan online yang dalam penulisan sering kali ada kata typo, revisi berkali – kali tetapi bapak tetap sabar dan yang selalu mengingatkan untuk menyelesaikan penelitian secepatnya, terimakasih bapak
6. Ingrid Dirgahayu, SKp., M.KM. Selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan saran, arahan, masukan, dan motivasi yang berharga pada penulis yang dimana pada penulisan ini tidak luput dengan adanya revisi berkali – kali dan bimbingan online yang tidak kenal waktu tetapi ibu juga tetap sabar dan semangat, terimakasih ibu

7. Kepada ibu Novitasari Tsamrotul F., S.Kep., Ners., M.Kep., dan ibu Lia Nurlianawati, S.Kep., Ners., M.Kep selaku penguji terimakasih atas segala masukan, arahan yang telah di berikan dan meluangkan waktunya walaupun sesekali saat sidang koneksi internet tidak stabil
8. Seluruh Dosen, Staff pengajar dan karyawan program studi sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yang telah banyak memberikan wawasan dan segala bentuk bantuan dan semangatnya
9. Kepada kedua orang tua tercinta, dan semua keluarga besar yang telah memberikan do'a yang tak pernah putus serta senyuman tulus dari mereka yang selalu menyemangati penulis
10. Kepada sahabat dan teman – teman seperjuangan program studi sarjana keperawatan angkatan 2016 terimakasih atas pelukan secara virtualnya yang selalu menyemangati satu sama lain walaupun sekarang kita LDR, kakak tingkat, dan adik tingkat yang tidak mungkin penulis sebutkan satu – persatu namanya terimakasih karna selalu berkabar.

Semoga amal baik dari semua pihak mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa penyusunan proposal ini masih banyak kekurangan, dengan demikian peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak dalam rangka penyempurnaan proposal penelitian ini dan semoga bermanfaat bagi semua yang berkepentingan.

Bandung, April 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	8
1.3. Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1. Tujuan Umum.....	8
1.3.2. Tujuan Khusus.....	9
1.4. Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
 BAB II Tinjauan Teori	
2.1 Konsep Kesepian.....	11

2.1.1 Definisi Kesepian.....	11
2.1.2 Aspek – aspek Kesepian.....	12
2.1.3 Faktor Penyebab Kesepian.....	13
2.1.4 Cara Mengukur Kesepian.....	15
2.2 Konsep Mahasiswa.....	16
2.2.1 Definisi Mahasiswa.....	16
2.2.2 Peran dan Fungsi Mahasiswa.....	16
2.2.3 Mahasiswa Rantau.....	18
2.2.4 Faktor Pendorong Mahasiswa Rantau.....	18
2.2.5 Mahasiswa Keperawatan.....	19
2.2.6 Peran Perawat.....	20
2.3 Kesejahteraan Psikologis.....	23
2.3.1 Definisi Kesejahteraan Psikologis.....	23
2.3.2 Aspek – aspek Kesejahteraan Psikologis.....	24
2.3.3 Faktor – faktor Kesejahteraan Psikologis.....	27
2.3.4 Dampak dari Gngguan Kesejahteraan Psikologis.....	29
2.3.4 Cara Mengukur Kesejahteraan Psikologis.....	30
2.4 <i>Grand Theory</i>	30
2.5 Konsep Teori Model Keperawatan.....	31
2.5.1 Konsep Teori Sister Callixta Roy.....	31
2.5.2 Konsep Teori Hildegard E.Peplau.....	32
2.6 Kerangka Konseptual.....	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Rencana Penelitian.....	35
3.2 Paradigma Penelitian.....	36
3.3 Kerangka Pemikiran.....	38
3.4 Hipotesa Penelitian.....	39
3.5 Variabel Penelitian.....	39
3.5.1 Variabel Bebas.....	39
3.5.2 Variabel Terikat.....	40
3.6 Definisi Konseptual dan Definisi Oprasional.....	40

3.6.1 Definisi Konseptual.....	40
3.6.2 Definisi Oprasional.....	42
3.7 Populasi dan Sampel.....	43
3.7.1 Populasi.....	43
3.7.2 Sampel.....	44
3.8 Pengumpulan Data.....	44
3.8.1 Instrumen Penelitian.....	44
3.8.2 Uji Validitas.....	46
3.8.3 Uji Reabilitas.....	46
3.8.4 Teknik Pengumpulan Data.....	48
3.9 Langkah – langkah Penelitian.....	48
3.9.1 Persiapan Penelitian.....	49
3.9.2 Tahap Pelaksana Penelitian.....	49
3.9.3 Tahap Akhir.....	49
3.10 Pengolahan Data dan Analisa Data.....	49
3.10.1 Pengolahan Data.....	49
3.10.2 Analisa Data.....	51
3.11 Etika Penelitian.....	54
3.12 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	55
3.12.1 Lokasi.....	55
3.12.2 Waktu Penelitian.....	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	56
4.1.1 Analisa Univariat	56
4.1.2 Analisa Bivariat	58
4.2 Pembahasan	59
4.2.1 Gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau Universitas Bahkti Kencana Bandung	60
4.2.2 Gambaran Kesepian pada Mahasiswa Rantau Universitas Bhakti Kencana Bandung	62

4.2.3 Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesepian pada Mahasiswa Rantau Universitas Bhakti Kencana Bandung	64
4.2.4 Keterbatasan Penelitian	65

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan	66
5.2 Saran	66

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Konsep	34
Bagan 3.2 Kerangka Pemikiran.....	38

DAFTAR TABEL

3.1 Definisi Oprasional.....	42
4.1 Distribusi Frekuensi Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau Universitas Bahkti Kencana Bandung	57
4.2 Distribusi Frekuensi Kesepian Mahasiswa Rantau Universitas Bhakti Kencana Bandung	58
4.3 Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesepian pada Mahasiswa Rantau Universitas Bhakti Kencana Bandung	59

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan Ijin Penelitian dan Pengambilan Data
Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
Surat Balasan Ijin Penelitian
Surat Keterangan layak Etik
- Lampiran 2 Lembar *Informed Consent*
Dokumentasi Permohonan Menjadi Responden
Kisi – kisi Instrumen Kesejahteraan Psikologis
Lembar Instrumen Penelitian Kesejahteraan Psikologis
Kisi – kisi Instrumen Kesepian
Lembar Instrumen Penelitian Perasaan Kesepian
- Lampiran 3 Hasil Tingkat Kesejahteraan Psikologis
Hasil Analisis Kesejahteraan Psikologis
Hasil Tingkat Perasaan Kesepian
Hasil Analisa Perasaan Kesepian
- Lampiran 4 Hasil Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Bimbingan

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesepian dapat mengakibatkan gangguan kepribadian, penurunan performa kognitif, meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit alzheimer, dan meningkatkan terjadinya gejala depresi yang dimana berpengaruh negatif dalam kondisi kesehatan dan dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang yang bisa merasa terasingkan dalam kehidupan sosial mereka (Hawkley & Cacioppo, 2010). Kesepian juga dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang mengalami perasaan kehilangan dan merasa tidak sesuai dengan kehidupan sosial yang ada (Taylor, dkk 2012).

Kesepian merupakan perasaan sepi, perasaan tidak nyaman yang diakibatkan karena ada perubahan dalam kehidupan sosial seseorang, dalam keadaan ini seseorang yang merasakan perasaan kesepian akan menarik diri dari lingkungan dan kehidupan sosial mereka, yang dimana menimbulkan perasaan tidak berdaya, kurangnya rasa percaya diri terhadap diri mereka sendiri, ketergantungan, dan ketelantaran, yang cenderung menilai dirinya sebagai individu yang tidak berharga dan tidak dicintai (Gunarsa, 2014 dalam Astutik, 2019). Orang yang memiliki tingkat percaya diri kurang dan memiliki perasaan yang tidak berdaya cenderung akan beresiko mengalami kesepian karna mereka menarik diri dari lingkungan sosial mereka, jika hal ini di biarkan terus-menerus bisa mengakibatkan terjadinya resiko bunuh diri (Vania & Dewi, 2014).

Pada tahun 2010, *Mental Health Foundation* mengemukakan bahwa kesepian lebih banyak terjadi pada anak-anak muda dibandingkan dengan orang tua atau lansia. Pada usia 18-34 tahun lebih sering merasakan perasaan cemas sampai depresi karna kesepian dari pada kelompok usia 55 tahun, yang dimana remaja dan dewasa awal lebih rentan mengalami perasaan kesepian dibandingkan dengan individu dengan usia yang lebih tua. Dalam penelitian (Vania & Dewi, 2014) menyatakan bahwa pada tahap remaja akhir yang sudah memasuki universitas atau perguruan tinggi negeri lebih rentan terjadinya perasaan kesepian, hal ini di sebabkan karna remaja akhir atau dewasa awal banyak mengalami transisi sosial seperti meninggalkan rumah, meninggalkan orang tua dan keluarga, memasuki dunia perkuliahan atau dunia pekerjaan.

Kesepian sering terjadi dikalangan mahasiswa rantau, yang dimana mahasiswa rantau mengalami perubahan sosial dan tinggal jauh dari orang tua dan keluarga, yang dimana mereka juga mengalami perubahan dalam segi budaya. Mahasiswa merantau sudah banyak di temukan di Indonesia, faktor pendorong seseorang untuk merantau karna ingin mendapatkan pendidikan yang lebih berkualitas, dimana sistem pendidikan di Indonesia masih belum sama rata yang membuat banyaknya mahasiswa memilih keluar dari kota kelahiran agar mendapatkan pendidikan yang lebih berkualitas (Halim & Dariyo, 2016). Mahasiswa merupakan orang yang belajar di perguruan tinggi baik itu universitas, institusi, atau akademik yang dimana pada tahap ini remaja akhir atau dewasa awal akan memegang tanggung jawab yang lebih

besar lagi yang dimana dikatakannya mahasiswa merupakan agen pembawa perubahan (Kementrian pendidikan dan kebudayaan, 2015).

Mahasiswa rantau adalah mahasiswa yang berasal dari luar pulau yang memilih keluar dari daerah asal mereka untuk mendapatkan pendidikan yang lebih berkualitas yang dimana sepuluh institusi pendidikan tinggi negeri dan swasta terbaik terletak di Pulau Jawa. Menurut data dari BPS (2015) menunjukkan bahwa pada periode 2014/2015 Jawa Barat merupakan provinsi dengan jumlah keseluruhan perguruan tinggi negeri dan swasta sebanyak 393 perguruan tinggi negeri dan swasta. Untuk keseluruhan mahasiswa di perguruan tinggi negeri maupun swasta BPS (2015) menyatakan bahwa Jawa Barat menempati posisi kedua setelah provinsi Jawa Timur dengan jumlah mahasiswa di perguruan tinggi negeri maupun swasta sebanyak 711.461 mahasiswa. Ketidak merataannya kualitas perguruan tinggi negeri maupun swasta di Indonesia menyebabkan banyaknya mahasiswa memilih untuk merantau ke luar pulau untuk menimba ilmu yang lebih baik.

Mahasiswa rantau banyak di dominasi oleh mahasiswa kesehatan khususnya di bidang keperawatan yang dimana dalam memenuhi kebutuhan dan tuntutan di dalam dunia kesehatan terutama dalam hal menyediakan tenaga perawat yang profesional maka mahasiswa perawat lebih memilih untuk keluar dari pulau asalnya (Black, 2014). Mahasiswa keperawatan diuntut harus bekerja secara profesional dan memiliki rasa tanggung jawab atau akuntabilitas, perawatan memiliki peran penting dalam masyarakat, perawat merupakan agen perubahan, yang dimana perawat harus mampu

mengubah pola berpikir masyarakat agar dapat mengatasi permasalahan sehingga menerapkan pola hidup sehat, dalam kata lain mahasiswa keperawatan diuntut untuk bersosialisasi di lingkungan tempat tinggal untuk menerapkan peran keperawatan, yang dimana jika mahasiswa keperawatan mengalami perasaan kesepian maka akan berdampak negatif bagi individu dalam menjalankan peran perawatan dalam masyarakat (Susanto, 2012). Menurut Halim & Dariyo (2016) Kesepian dapat dialami oleh mahasiswa merantau karna terkait dengan kesejahteraan psikologis yang dimana jika kesejahteraan psikologis seseorang terganggu maka tidak menutup kemungkinan terjadinya perasaan kesepian.

Kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi yang mencakup kesejahteraan fisik, mental dan emosional yang dimana individu mampu untuk menerima kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, jika kesejahteraan psikologis seseorang terganggu akibat perasaan kesepian maka seseorang tersebut cenderung tidak bisa menerima kekurangan dan tidak bisa mengetahui kelebihan yang ada pada dalam dirinya sejahtera (Ryff & Singer, 2008). Kesejahteraan psikologis ini juga adalah suatu keadaan yang merupakan perasaan yang baik, yang dimana perasaan baik ini tidak hanya menggambarkan tentang emosi positif dari kebahagiaan dan kepuasan melainkan juga menggambarkan tentang kepercayaan diri dan kasih sayang Huppert (2009).

Faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis ini adalah usia, jenis kelamin, budaya, dukungan sosial, *local of control*, dan evaluasi terhadap

pengalaman hidup, yang dimana jika faktor dari budaya, dukungan sosial, dan *local of control* terganggu yang akan menyebabkan kesejahteraan psikologis seseorang terganggu juga, maka perasaan kesepian akan muncul dikarenakan faktor penyebab dari kesejahteraan psikologis terganggu (Ramadhani, dkk, 2016).

Pramitha (2018) mengungkapkan bahwa orang yang memiliki kesejahteraan psikologis baik maka akan terhindar dari perasaan kesepian dibandingkan dengan orang yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah dan terdapat hubungan negatif antara kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa merantau, hal ini membuktikan bahwa jika kesejahteraan psikologis seseorang dalam keadaan baik maka sedikit kemungkinan mahasiswa rantau merasakan perasaan kesepian. Sedangkan penelitian yang telah dilakukan oleh Halim & Dariyo (2016) menjelaskan hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *psychological well being* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang merantau dimana diartikan jika *psychological well-being* mahasiswa tinggi maka perasaan *loneliness* yang dirasakan mahasiswa rendah begitupun sebaliknya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Halim & Dariyo (2016) mengenai hubungan *psychologicall well being* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang merantau peneliti tertarik melakukan penelitian yang sama dengan menggunakan kesejahteraan psikologis sebagai variabel independen, dimana perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada teknik pengambilan

sample yang dipergunakan ialah *total sampling*, jenis responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan tingkat 1 sampai tingkat 4 dimana dalam penelitian sebelumnya responden berasal dari mahasiswa umum usia 18 sampai 34 tahun.

Peneliti melakukan studi pendahuluan ke Universitas Bhakti Kencana Bandung. Hasil wawancara yang dilakukan dengan Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) dari masing-masing program studi yang ada di Universitas Bhakti Kencana Bandung ditemukan hasil bahwa, di program studi Sarjana Keperawatan memiliki mahasiswa rantau dari tingkat 1 sampai dengan tingkat 4 sebanyak 49 mahasiswa rantau atau sekitar 8,5% dari 570 mahasiswa.

Wawancara yang dilakukan peneliti kepada masing-masing ketua angkatan atau perwakilan angkatan Sarjana Keperawatan tingkat 1 sampai tingkat 4 di dapatkan hasil tingkat 1 mengeluh kesepian, masih mengalami penyesuaian dalam segi budaya dan bahasa maupun lingkungan sosial yang bahkan mereka menarik diri dari lingkungan sosial mereka, mereka merasa takut tinggal di tempat perantauan dan sering mengatakan menangis sendiri, tingkat 2 mengeluh kesulitan dalam segi bahasa yang belum cukup mereka pahami menyebabkan mereka sulit untuk berkomunikasi dengan masyarakat sekitar sehingga terkadang mereka merasakan perasaan kesepian dikarenakan kesulitan berkomunikasi, tingkat 3 mengeluh ingin pulang ke daerah asal mereka karna terkadang merasa rindu dengan kampung halaman dan mereka mengatakan sering menangis sendiri karna perasaan sepi yang mereka

rasakan di kala hari raya atau hari besar lainnya di saat teman – teman mereka pulang ke rumah masing - masing, tingkat 4 mengeluh ingin segera kembali ke daerah asal terkadang mereka juga menarik diri dari lingkungan sosial tanpa sebab yang jelas dan mereka sering sekali merasakan kesepian di karnakan pada tingkat akhir tidak banyak perkuliahan yang menyebabkan mereka kekurangan teman.

Selanjutnya peneliti melanjutkan wawancara di Universitas BSI Bandung. Hasil wawancara yang dilakukan kepada Ketua Himpunan Mahasiswa Sarjana Keperawatan di dapatkan hasil untuk mahasiswa dari seluruh angkatan berjumlah 135 orang mahasiswa yang dimana mahasiswa berasal dari pulau Jawa semua.

Berdasarkan fenomena dari masalah diatas dan dari hasil wawancara yang dilakukan di temukan hasil mahasiswa Universitas Bhakti Kencana Bandung Program Studi Sarjana Keperawatan memiliki mahasiswa rantau lebih banyak dan pernah mengalami perasaan kesepian dibandingkan dengan Universitas BSI yang tidak memiliki mahasiswa rantau. Dari wawancara di temukan bahwa tingkat 1 dan 2 memiliki masalah yang sama namun pada tingkat 1 mereka mengalami perasaan takut pada tempat baru yang dimana pada segi budaya masih dalam tahap penyesuaian, sedangkan pada tingkat 3 dan 4 meiliki masalah yang sama, namun pada tingkat 4 terkadang mereka menarik diri dari lingkungan sosial tanpa sebab yang jelas.

Dari hal-hal tersebut dapat menimbulkan dampak negatif bagi individu dan lingkungan sosial seperti depresi, kurangnya rasa percaya diri, menarik

diri dari lingkungan dan kehidupan sosial mereka, yang bisa mengakibatkan gangguan kepribadian, penurunan performa kognitif, meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit Alzheimer, perasaan tidak berdaya bahkan bisa mengarah kepada perilaku bunuh diri dari perasaan kesepian yang di mana hal ini diakibatkan oleh kesejahteraan psikologis seseorang terganggu sehingga bisa mengakibatkan perasaan kesepian itu muncul oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesepian pada Mahasiswa Rantau Universitas Bhakti Kencana Bandung”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengajukan judul “Apakah ada hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa rantau program studi sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa rantau program studi sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah :

1. Mengidentifikasi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau program studi sarjana keperawatan di Universitas Bhakti Kencana Bandung.
2. Mengidentifikasi kesepian pada mahasiswa rantau program studi sarjana keperawatan di Universitas Bhakti Kencana Bandung.
3. Menganalisis hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa rantau program studi sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Data yang di peroleh dari hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai sumber pengetahuan dan informasi baru dalam bidang keperawatan khususnya dalam bidang keperawatan jiwa dan keperawatan komunitas yang dimana tentang hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa rantau.

2. Bagi Universitas Bhakti Kencana Bandung

Data yang diperoleh dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan pihak akademik untuk data mahasiswa mana saja yang merantau atau mahasiswa mana saja yang berasal dari luar

Pulau Jawa sehingga pihak akademik mengetahui jumlah dan kondisi psikologis mahasiswa rantau.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat Untuk Mahasiswa

Hasil dalam penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, wawasan, dan informasi terkait perkembangan psikologis dan menunjukkan rasa peduli sesama mahasiswa atau teman agar tidak adanya lagi perasaan terasingkan atau perasaan kesepian yang dialami.

2. Manfaat Untuk Keperawatan

Hasil dari penelitian diharapkan dapat diajukan sebagai referensi untuk selalu memperhatikan perkembangan psikologis remaja atau anak yang berada dalam fase dewasa awal sampai dewasa akhir, terlebih lagi mahasiswa yang berasal dari luar pulau dan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya keperawatan jiwa dan keperawatan komunitas.

3. Manfaat Untuk Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini agar berguna sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya untuk meneliti hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa merantau dengan desain dan variable yang berbeda lainnya.

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep Kesepian

2.1.1 Definisi Kesepian

Kesepian adalah suatu keadaan yang dimana seseorang merasa terasingkan di lingkungan sosial mereka atau kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain, dimana perasaan kesepian ini dapat berdampak pada kesehatan fisik yang mengakibatkan gangguan kepribadian, penurunan performa kognitif, meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit alzheimer, dan meningkatkan terjadinya gejala depresi yang dimana dapat mengakibatkan pengaruh negatif dalam kondisi kesehatan seseorang dan mempengaruhi kualitas hidup Hawkey & Cacioppo (2010).

Kesepian adalah suatu perasaan sepi yang dimana individu tersebut memiliki tingkat kepercayaan diri kurang, dalam kondisi ini diakibatkan oleh kurangnya hubungan yang memuaskan (Fry & Debats, 2012). Myers (2010) mengatakan bahwa orang yang mengalami kesepian cenderung akan lebih banyak berfokus pada dirinya sendiri dan kurang tertarik pada lawan bicara mereka, hal ini dapat mengakibatkan orang beranggapan negatif terhadap individu yang mengalami kesepian.

2.1.2 Aspek – Aspek Kesepian

Russel (1996) dalam Pramitha (2018) mengatakan bahwa aspek–aspek kesepian yang disusun pada alat ukur *R-UCLA loneliness scale* meliputi sebagai berikut :

1. *Personality* atau kepribadian merupakan suatu sistem untuk menentukan karaktersitik perilaku dan cara berpikir individu. Individu yang mengalami kesepian disebabkan oleh kepribadian mereka atau karna adanya perubahan perasaan *loneliness* dalam situasi tertentu.
2. *Social desirability* merupakan perasaan kesepian yang terjadi karna individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan di kehidupan lingkungan mereka. Hal ini disebabkan oleh karna ada keinginan individu untuk membangun kehidupan sosial yang disegani pada kehidupan individu.
3. *Depression* atau depresi merupakan suatu keadaan yang terjadi karna salah satu tekanan dalam diri individu yang ditandai dengan individu merasakan dirinya tidak berharga, tidak bersemangat, murung, bersedih dan ada rasa takut pada kegagalan.

2.1.3 Faktor – Faktor Penyebab Kesepian

Miller, Pelpman & Brehm (2007) dalam Halim & Dariyo (2016) mengatakan bahwa terdapat empat faktor terjadinya kesepian yaitu :

1. Kekurangan dalam hubungan yang dimiliki seseorang

Hubungan seseorang yang tidak adekuat akan menyebabkan seseorang tersebut tidak puas akan hubungan yang dimiliki. Beberapa alasan orang merasakan kesepian diantaranya seseorang merasakan terisolasi di lingkungannya, berpindah ke tempat yang baru dan bisa untuk bersosialisasi dengan lingkungannya, alasan tersebut dapat termasuk kedalam kejadian situasi alami dan sebagian termasuk kedalam karakteristik individu yang mengalami kesepian.

2. Perubahan yang diinginkan dalam suatu hubungan

Kesepian dapat terjadi dikarenakan adanya keinginan perubahan hubungan yang dimana pada usia tertentu ada keinginan dalam perubahan hubungan, ketika hal tersebut tidak terjadi maka akan menimbulkan resiko kesepian.

3. Atribusi kausal

Pada saat seseorang mengalami perasaan kesepian yang disebabkan oleh atribusi dengan penyebab yang seimbang hal ini akan menyebabkan perasaan kesepian berkepanjangan begitu pula sebaliknya jika atribusi dengan penyebab yang tidak seimbang maka perasaan kesepian dirasakan secara temporer saja.

4. Perilaku interpersonal

Perilaku interpersonal yang pasif dan tidak responsive dapat mengganggu bagi orang lain dan menjengkelkan bagi orang lain akibatnya muncul penolakan sosial yang dapat menyebabkan kesepian bertambah buruk.

Adapun faktor lain yang mempengaruhi kesepian diantaranya menurut Gil (2014) :

a. Usia

Banyak orang banyak beranggapan semakin bertambahnya usia maka semakin seseorang merasakan kesepian, tetapi penelitian mengatakan bahwa hal ini keliru yang dimana menurut Ostrov & Offer (Brehm, 1992) ditemukan bahwa orang yang paling sering merasakan kesepian ada pada kalangan usia remaja akhir sampai dengan tahap dewasa awal, menurutnya seseorang pada fase ini lebih banyak menghadapi transisi sosial yang besar seperti meninggalkan rumah, merantau, memasuki dunia kuliah atau memasuki dunia kerja yang dimana hal ini dapat menyebabkan kesepian. Seiring bertambahnya usia maka seorang individu dapat mampu untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri dalam menjalin hubungan sosial yang baik

b. Status perkawinan

Secara umum orang yang sudah tidak memiliki pasangan di akibatkan karna bercerai atau pasangan meninggal dunia lebih

cenderung sering merasakan kesepian dibandingkan dengan orang yang belum menikah atau orang yang sudah menikah memiliki pasangan.

c. Status ekonomi

Seorang individu yang mengalami tingkat penghasilan rendah cenderung mengalami kesepian lebih tinggi dibandingkan dengan individu dengan tingkat penghasilan tinggi.

d. Karakteristik latar belakang yang lain

Individu dengan kedua orang tua yang bercerai atau meninggal akan lebih merasakan perasaan kesepian dibandingkan dengan individu yang orang tuanya tidak bercerai atau masih ada.

2.1.4 Cara Mengukur Tingkat Kesepian

Cara mengukur tingkat kesepian pada mahasiswa rantau adalah dengan cara pembagian kuesioner kepada responden, untuk kuesioner kesepian memiliki 19 butir pertanyaan yang dimana Peneliti mengukur kesepian menggunakan skala Russell (1996) yaitu UCLA Loneliness versi 3

Katagori hasil skor adalah sebagai berikut :

Sangat Rendah = $X < 33,25$

Rendah = $33,25 \leq X < 42,75$

Sedang = $42,75 \leq X < 52,5$

Tinggi = $52,5 \leq X \leq 61,75$

Sangat Tinggi = $X > 61,75$

2.2 Konsep Mahasiswa

2.2.1 Definisi Mahasiswa

Mahasiswa adalah orang yang sedang belajar di perguruan tinggi baik itu universitas, institusi, atau akademik yang dimana pada tahap ini remaja akhir atau dewasa awal akan memengang tanggung jawab yang lebih besar lagi yang dimana dikatakannya mahasiswa merupakan agen pembawa perubahan (Kementrian pendidikan dan kebudayaan, 2015). Menurut Hataraji (2012) mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses pembelajarandan yang sedang dalam pendidikan yang terdaftar dalam perguruan tinggi negeri maupun swasta yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institusi, dan universitas.

2.2.2 Peran dan Fungsi Mahasiswa

Anwar (2017) menjelaskan peran dan fungsi mahasiswa dalam tingkat remaja akhir sampai dengan dewasa awal yaitu :

1. *Guardian of Value*

Mahasiswa sebagai penjaga nilai – nilai masyarakat yang kebenarannya mutlak, kata mutlak di sini di artikan dalam kata jujur, adil, gotong royong, integritas, empati dan lainnya, yang

dimana mahasiswa di tuntut untuk mampu berpikir secara kritis dan ilmiah tentang nilai – nilai yang ada.

2. *Agent of Change*

Mahasiswa dikatakan sebagai penggerak yang dimana mereka mengajak seluruh masyarakat untuk bergerak dalam melakukan perubahan ke arah yang lebih baik lagi dengan memberikan ilmu, gagasan, serta pengetahuan yang baik bagi masyarakat.

3. *Moral Force*

Mahasiswa dengan tingkat pendidikan yang paling tinggi tentunya memiliki moral yang baik. Tingkat intelektual mahasiswa akan disejajarkan dengan tingkat moralitasnya, yang dimana hal ini diharapkan mahasiswa dapat menjadi contoh dalam pergerakan perbaikan moral pada masyarakat.

4. *Social Control*

Mahasiswa melalui kemampuan intelektual, kepekaan sosial, serta sikap kritis, diharapkan mahasiswa mampu untuk menjadi pengontrol sebuah kehidupan sosial pada masyarakat dengan cara memberikan saran, kritik, serta solusi untuk permasalahan sosial masyarakat ataupun bangsa.

2.2.3 Mahasiswa Rantau

Mahasiswa rantau adalah mahasiswa yang sedang menjalankan pendidikan di luar pulau asal mereka yang dimana mahasiswa merantau karna didorong oleh faktor pendidikan yang belum merata di Indonesia, mahasiswa yang memilih untuk merantau tentunya akan mengalami perubahan dari tempat asal mereka dengan di tempat perantauan yang dimana mereka akan jauh dari orang tua, keluarga dan mereka harus menyesuaikan diri dari segi budaya, bahasa dan lingkungan sosial yang baru BPS (2015).

2.2.4 Faktor Pendorong Mahasiswa Merantau

Faktor pendorong mahasiswa merantau menurut Saulina (2013) dalam Sari, A, A (2018).

1. Meraih kesuksesan melalui fakultas yang lebih baik
2. Mahasiswa menginginkan pendidikan yang lebih baik dari bidang yang diinginkan
3. Bebas kendali dari orang tua
4. Ingin merasakan sesuatu di daerah baru
5. Mengetahui dan mengenal adat dan budaya dari daerah lain
6. Ingin menyesuaikan diri dengan keadaan sosial yang baru serta ingin merasakan hidup mandiri

2.2.5 Mahasiswa Keperawatan

Syaiful (2015) mendefinisikan bahwa keperawatan adalah sebuah ilmu yang dapat fokus pada pelayanan homeostatis seorang individu yang seimbang, yang dimana hal tersebut di perjelas oleh Florence Nightingale yang merupakan tokoh keperawatan sepanjang masa yang menjelaskan bahwa tujuan dari keperawatan adalah untuk menempatkan atau merawat klien dalam keadaan dan kondisi yang baik secara professional.

Mahasiswa keperawatan adalah seseorang yang di siapkan untuk bekerja sebagai perawat profesional dimasa yang akan datang, dikatakan perawat profesional adalah mereka yang memiliki rasa tanggung jawab atau akuntabilitas pada dirinya, akuntabilitas merupakan hal utama dalam praktek keperawatan yang professional, hal tersebut wajib ada dalam diri mahasiswa keperawatan yang dimana mereka akan menjadi perawat di masa yang akan datang (Black, 2014).

Pendidikan tinggi keperawatan dapat di selenggarakan sesuai dengan peraturan perundang – undangan, pendidikan yang berupa universitas, sekolah tinggi, institusi, politeknik, atau akademi yang telah menyediakan fasilitas pelayanan kesehatan , pendidikan tinggi keperawatan telah diatur dalam Undang-Undang menurut UU No. 38 Tahun 2014 dalam pasal 5 sampai dengan pasal 8 yang terdiri atas :

1. Pendidikan vokasi, merupakan program pendidikan keperawatan yang dimana pada tingkat pendidikan ini merupakan tingkat terendah dalam pendidikan keperawatan yang dikatakan program Diploma Tiga Keperawatan
2. Pendidikan akademik, merupakan program pendidikan keperawatan yang dimana pada tingkat ini terdiri atas program Sarjana Keperawatan, program Magister Keperawatan, dan program Doktor Keperawatan
3. Pendidikan profesi, merupakan program pendidikan keperawatan yang terdiri atas program Profesi Keperawatan dan program Spesialis Keperawatan.

2.2.6 Peran Perawat

Profesi keperawatan dalam menjalankan harus sesuai dengan standar praktek asuhan keperawatan yang di terapkan (Syaiiful, 2015) yang dimana peran perawat terdiri dari :

1. Pemberi asuhan keperawatan

Perawat sebagai pemberi asuhan keperawatan harus melalui beberapa tahap seperti pengkajian, penetapan dalam diagnosa keperawatan, memberikan intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Perawat dikatakan profesional apabila telah melakukan asuhan keperawatan, memantau kondisi klien, dan memberikan pendidikan terkait informasi kesehatan klien.

2. *Advocate*

Perawat juga sebagai *advocate* yang dimana perawat menjadi penengah diantaranya perawat menjadi penengah dalam pengambilan keputusan klien, misalnya terkait dalam tindakan medis yang dimana perawat disini juga membantu menjelaskan tindakan yang akan dilakukan.

3. Pendidik

Perawat sebagai pendidik yang dimana salah satu peran perawat bukan hanya merawat klien saja, melainkan memberikan pengetahuan terkait penyakit yang sedang di derita klien atau informasi – informasi kesehatan lainnya kepada klien, keluarga, dan masyarakat.

4. Agen perubahan

Perawat juga dikatakan sebagai pembawa agen perubahan yang dimana perawat tidak hanya berfokus pada pelayanan kesehatan melainkan juga sebagai pemberi inovasi untuk mendukung dalam meningkatkan derajat hidup sehat, disisi lain perawat juga dituntut harus mampu untuk mengubah pola pikir masyarakat agar mampu untuk mengatasi permasalahan sehingga hidup sehat dan damai bisa terwujud.

5. Peneliti

Perawat sebagai peneliti yang dimana perawat menciptakan temuan baru yang bisa dipergunakan untuk kemajuan dunia keperawatan dan meningkatkan mutu pelayanan keperawatan.

6. Konsultan

Perawat mempunyai peran konsultan yang dimana tempat untuk berkonsultasi klien maupun keluarga untuk mengungkapkan permasalahan dan perawat mampu untuk memberikan solusi secara profesional.

7. Kolaborasi

Perawat juga bekerjasama dengan profesi atau anggota kesehatan lain seperti dokter, ahli gizi, apoteker, dll untuk terwujudnya kesehatan yang optimal bagi klien, keluarga, dan masyarakat.

Berdasarkan dari pernyataan diatas dapat di simpulkan bahwa perawat sangat erat kaitannya dengan masyarakat atau lingkungan sosial yang dimana seorang perawat harus di tuntut untuk siap bekerja secara profesional, seorang mahasiswa keperawatan harus terbiasa dengan kondisi sosial atau lingkungan baru tempat tinggal mereka, jika mahasiswa mengalami perasaan kesepian maka akan sangat berdampak kepada individu dalam menjalankan peran keperawatan (Susanto, 2012). Taylor, dkk (2009) dalam Pramitha (2018) menjelaskan bahwa kesepian disebabkan karna adanya perubahan

fisiologis maupun psikologis seseorang yang membuat terkadang mereka menarik diri dari lingkungan sekitar dikarenakan pindah ke kota baru dengan lingkungan dan budaya yang berbeda untuk memulai pendidikan atau pekerjaan, jauh dari orang tua dan keluarga, hal ini dimana situasi yang umumnya memunculkan terjadinya perasaan kesepian.

Berdasarkan penjelasan tersebut kesepian dapat dialami oleh mahasiswa keperawatan yang merantau karna terkait dengan kondisi kesejahteraan psikologis yang dimana kesejahteraan psikologis seseorang dapat terganggu karna adanya perasaan kesepian.

2.3 Kesejahteraan Psikologis

2.3.1 Definisi Kesejahteraan Psikologis

Ryff & Singer (2008) mendefinisikan kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi yang mencakup keadaan fisik, mental, dan sosial, yang dimana individu mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri individu itu sendiri dan mampu untuk menjalani kehidupan yang positif dengan lingkungan sekitar, mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana individu itu berada, dan mampu untuk mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.

Huppert (2009) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kehidupan yang berjalan efektif yang dimana kehidupan tanpa

adanya tekanan yang dialami, kesejahteraan psikologis tidak hanya menggambarkan tentang emosi positif dari kebahagiaan dan kepuasan melainkan juga tentang kepercayaan diri individu, minat yang dimiliki, keterlibatan dalam lingkungan sosial dan kasih sayang.

2.3.2 Aspek – Aspek Kesejahteraan Psikologis

Ryff & Singer (2008) menjelaskan aspek –aspek kesejahteraan psikologis

1. Penerimaan diri (*self acceptance*)

Penerimaan diri di artikan sebagai seseorang yang mampu untuk menerima kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, berpikir positif terhadap kejadian di masa lalu dan berpikir positif akan kehidupan yang dijalannya saat ini, dalam kata lain seseorang yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi maka akan memiliki penerimaan diri yang positif terhadap diri mereka sendiri. Sedangkan seseorang dengan kesejahteraan psikologis negatif menunjukkan ada rasa ketidak puasan terhadap dirinya sendiri, merasa kecewa tentang kehidupan di masa lalunya dan kehidupan yang dijalannya saat ini.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relation with other*)

Adalah hubungan yang ditandai dengan adanya hubungan yang harmonis, saling percaya, adanya rasa empati, dan saling memiliki. Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis positif maka

dapat menjalani hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki kepercayaan terhadap orang lain, dan memberikan penerimaan dalam suatu hubungan dengan orang lain. Sedangkan orang dengan kesejahteraan psikologis negatif akan cenderung merasa kesepian karena sulit terbuka dan peduli terhadap orang lain, merasa terisolasi dan frustrasi dalam membina hubungan dengan orang lain.

3. Kemandirian (*autonomy*)

Adalah suatu sifat seseorang yang memiliki sikap mandiri, mampu untuk mengambil keputusan sendiri dan tidak bergantung dengan orang lain, mampu untuk mengatasi permasalahan dalam dirinya sendiri dengan cara berfikir dan bertindak dengan benar, mampu mengevaluasi diri sendiri. Sedangkan jika kemandirian seseorang rendah akan mengalami hal yang sebaliknya yang dimana seseorang sangat memperhatikan dan mempertimbangkan harapan maupun evaluasi dari orang lain, berpegang dengan pendapat orang lain dalam pengambilan keputusan penting, dan mudah terpengaruh dalam lingkungan sosial untuk berfikir atau bertingkah laku.

4. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)

Adalah suatu kondisi dimana seseorang mampu dalam menciptakan dan mengatur lingkungan yang seimbang dalam dirinya, menciptakan lingkungan yang nyaman dan sesuai dengan dirinya sendiri. Sebaliknya jika seseorang yang memiliki penguasaan lingkungan rendah akan kesulitan dalam mengatur situasi sehari –

hari, merasa tidak mampu dalam mengubah dan mengatur lingkungan yang ada, serta tidak mampu untuk memanfaatkan peluang dan kesempatan yang dimiliki dirinya di lingkungan sekitar.

5. Tujuan hidup (*Purpose in life*)

Adalah suatu keadaan yang dimana jika kesejahteraan psikologis seseorang tinggi maka seseorang itu akan beranggapan semua kejadian yang terjadi dalam hidupnya memiliki tujuan yang bermakna, dan memiliki keyakinan dalam kehidupannya. Sebaliknya, jika kesejahteraan psikologis seseorang rendah maka seseorang akan kehilangan tujuan dalam makna hidup serta tidak memiliki harapan dan kepercayaan yang memberi arti dalam kehidupan seseorang.

6. Pengembangan pribadi (*Personal growth*)

Adalah suatu keadaan potensial yang dimiliki, dalam kata lain seseorang yang memiliki pemahaman terhadap perkembangan dirinya sendiri, dapat merasakan potensi yang ada dalam dirinya, dan dapat terus berkembang seiring dengan pengalaman – pengalaman yang dimilikinya. Sebaliknya, seseorang dalam kondisi perkembangan pribadi rendah salah satunya di akibatkan oleh perasaan kesepuan maka akan kehilangan minat akan hidupnya, dan tidak melihat atau mengetahui peningkatan dan perkembangan dirinya yang tidak mampu dalam mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik.

2.3.3 Faktor – faktor Kesejahteraan Psikologis

Faktor – faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1995) dalam Ramadhani, dkk (2016) diantaranya, sebagai berikut:

1. Faktor demografis yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, diantaranya :

- a. Usia

Faktor usia dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang dimana pada tahap ini dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan semakin bertambahnya usia, dalam kata lain semakin bertambahnya usia maka hubungan positif dengan orang lain juga mengalami peningkatan.

- b. Jenis kelamin

Faktor ini dimana perempuan lebih cenderung memiliki kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan laki – laki yang dimana hal ini di pengaruhi oleh pola pikir, perempuan lebih mampu untuk mengekspresikan emosi dengan curhat kepada temannya dan juga perempuan lebih sering berinteraksi sosial dibandingkan dengan laki – laki.

c. Status sosial ekonomi

Faktor ini juga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang yang dimana pada tahap ini perbedaan kelas sosial juga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang dimana tingkat pendidikan dan status pekerjaan dapat mempengaruhi terutama pada tahap penerimaan diri dan dimensi tujuan hidup.

d. Budaya

Faktor ini erat kaitannya dengan kesejahteraan psikologis yang dimana nilai dan kebiasaan dalam masyarakat terkait dengan budaya di daerah tempat tinggal mereka, dalam kata lain di setiap daerah memiliki budaya masing – masing yang dimana jika seseorang tidak bisa untuk beradaptasi dengan budaya baru yang ada maka mereka cenderung untuk menarik diri dan akan timbul perasaan kesepian pada individu.

2. Dukungan sosial

Dukungan sosial dapat di artikan sebagai rasa aman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang di rasakan oleh individu dalam kehidupan sosial atau masyarakat tempat individu itu berada, jika individu tidak mendapatkan dukungan sosial dari masyarakat individu cenderung akan

merasakan perasaan kesepian karna manusia adalah mahluk sosial.

3. Evaluasi terhadap pengalaman hidup

Pengalaman hidup erat kaitannya dengan kesejahteraan psikologis yang dimana pemberian arti terhadap kehidupan memberikan kontribusi yang sangat besar dalam pencapaian kesejahteraan psikologis

4. *Locous of control*

Adalah suatu kepribadian yang dimana individu apakah mampu atau tidak dalam mengontrol perilaku, *locous of control* ini juga dikatakan sebagai kepercayaan diri, dan keyakinan akan keberhasilan yang dimana jika individu tidak mampu untuk mengontrol perilaku atau yang dikatakan dengan kepercayaan diri maka individu cenderung merasakan perasaan kesepian.

2.1.4 Dampak dari Gangguan Kesejahteraan Psikologis

Menurut Heiman dan Kariv dalam Safaria (2012) mengatakan bahwa jika kesejahteraan psikologis seseorang terganggu maka akan berdampak pada kognitif, emosi, fisiologis dan perilaku yang dimana pada kognitif dapat mengakibatkan seseorang individu sulit untuk berkonsentrasi, sulit memahami pelajaran dan sulit untuk mengingat pelajaran. Dampak secara emosional seperti sering merasakan cemas,

sulit untuk bangkit atau sulit memotivasi diri sendiri, merasakan kesepian dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, frustrasi, sedih dan marah. Dampak dari fisiologis seperti gangguan kesehatan, daya tahan tubuh menurun, badan lesu dan lemah serta sulit tidur nyenyak.

2.3.5 Cara Mengukur Tingkat Kesejahteraan Psikologis

Cara mengukur tingkat kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau adalah dengan cara pembagian kuesioner, untuk kuesioner kesejahteraan psikologis terdiri dari 16 butir pertanyaan yang dimana kuesioner kesejahteraan psikologis menggunakan kuesioner yang mengacu pada aspek Ryff dan Singer (2008).

Katagori hasil skor adalah sebagai berikut :

Sangat Rrendah	= $X < 28$
Rendah	= $28 \leq X < 36$
Sedang	= $36 \leq X < 44$
Tinggi	= $44 \leq X \leq 52$
Sangat Tinggi	= $X > 52$

2.4 Grand Theory

Menurut Halim & Dariyo (2016) mengatakan bahwa ada hubungan antara *psychological well being* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang merantau dimana *psychological well being* merupakan keadaan individu

mengalami kehidupan psikologis yang seimbang dan sejahtera, memiliki hubungan positif dengan lingkungan sekitar sedangkan *loneliness* merupakan perasaan sepi yang dirasakan oleh individu, yang diman dikatakan bahwa *psychological well-being* ada hubungannya dengan perasaan *loneliness*. Sehingga jika keadaan *psychological well being* seseorang dalam kondisi baik maka seseorang itu kecil kemungkinan akan mengalami perasaan *loneliness* begitupula sebaliknya jika kondisi *psychological well being* seseorang buruk maka tidak menutup kemungkinan seseorang itu juga merasakan perasaan *loneliness*.

2.5 Konsep Teori Model Keperawatan

2.5.1 Konsep Teori Sister Callixta Roy

Konsep teori keperawatan yang dikembangkan oleh Sister Callista Roy yang berupa teori adaptasi, yang dimana memandang klien sebagai suatu sistem adaptasi. Roy mengatakan konsep ini yaitu untuk membantu klien dalam beradaptasi terhadap perubahan kebutuhan fisiologis, konsep diri, fungsi peran, dan hubungan interdependensi.

Model adaptasi Roy bertujuan untuk bagaimana seseorang mampu untuk meningkatkan kesehatan dengan cara mempertahankan perilaku secara adaptif, karna menurut Roy manusia adalah makhluk holistik yang memiliki sistem adaptif yang selalu beradaptasi. Peran perawat di sini sangat di butuhkan yang dimana pada saat klien tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan internal dan eksternal seorang

perawat harus menjelaskan dan membantu klien dalam beradaptasi dengan lingkungan. Diharapkan setiap individu dapat beradaptasi terhadap kebutuhan berikut :

1. Pemenuhan kebutuhan fisiologis dasar
2. Pengembangan konsep diri positif
3. Melakukan peran sosial
4. Mencapai keseimbangan antara kemandirian dan ketergantungan

Dalam model konsep teori Sister Calista Roy atau yang di kenal dengan teori adaptasi yang dimana pada penelitian ini teori adaptasi di pergunakan untuk mahasiswa keperawata agar mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial tempat tinggal mereka dimanapun mereka berada yang dimana Roy mengatakan manusia adalah mahluk holistik yang memiliki sistem adaptif yang selalu beradaptasi.

2.5.2 Konsep Teori Hildegard E.Peplau

Hildegard E. Peplau mengembangkan konsep dan teori keperawatan yang menjelaskan tentang kemampuan dalam memahami diri sendiri dan orang lain, yang dimana pada model konsep teori ini menggambarkan tentang pemenuhan kebutuha dasar manusia mulai dari biologis, psikologis, sosial, dan spiritual.

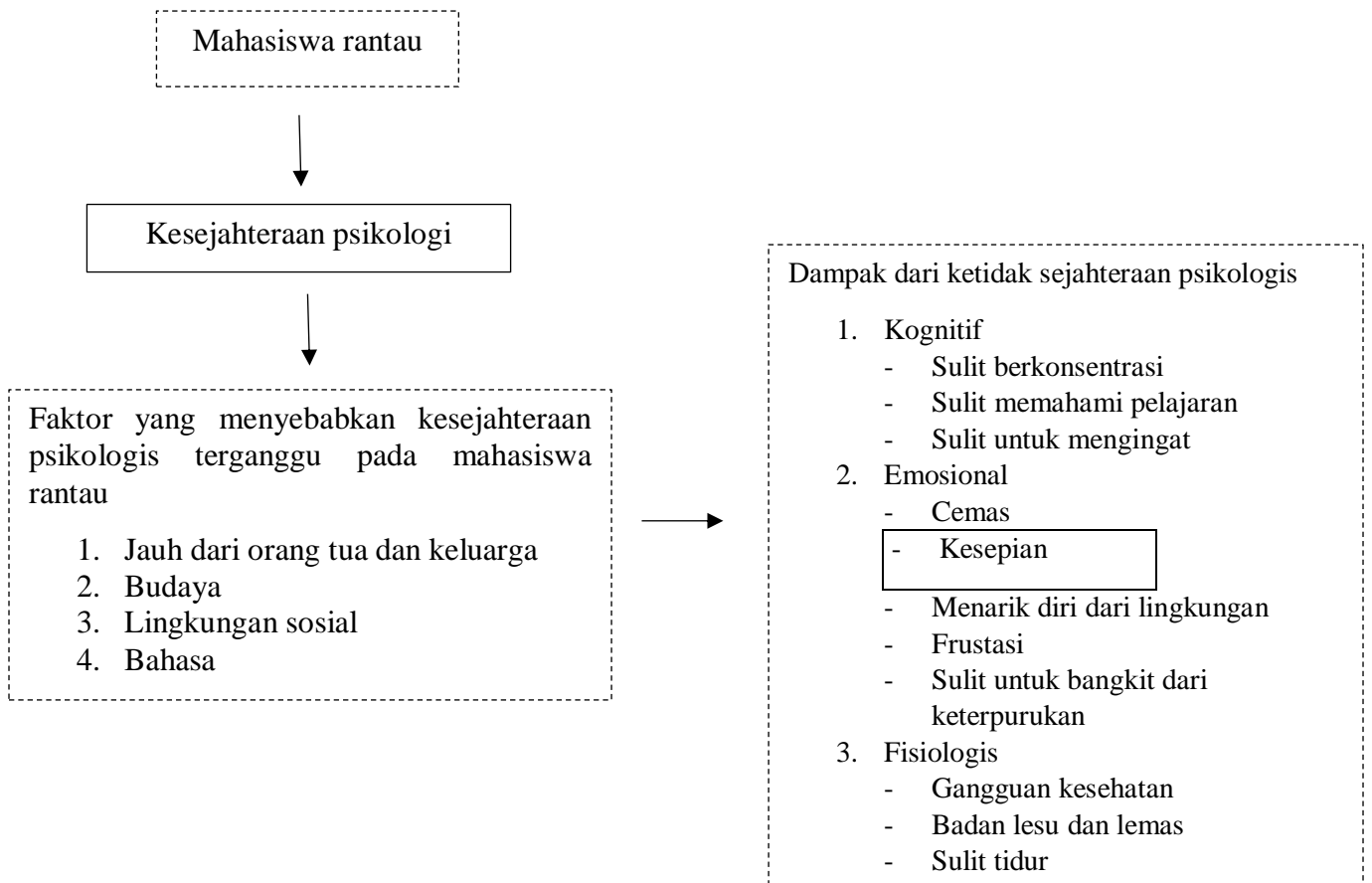
Model konsep teori keperawatan yang di jelaskan oleh Peplau mencangkup empat komponen diantaranya :

1. Klien
2. Perawat
3. Masalah kecemasan yang terjadi akibat sakit
4. Proses interpersonal

Dalam model konsep teori Hildegard E. Peplau mengembangkan teori keperawatan yang menjelaskan tentang memahami diri sendiri dengan orang lain, yang dimana pada penelitian ini mahasiswa keperawatan diharapkan dapat memahami diri mereka sendiri dan mereka juga dapat memahami orang lain yang ada di lingkungan sekitar mereka.

2.6 Kerangka Konseptual

Bagan 2.1
Kerangka konsep



= Diteliti

= Tidak diteliti

Sumber : Modifikasi dari Halim & Dariyo (2016), Sari, A, A (2018), Safari (2012), Ramdhani, dkk (2016), dan Astutii (2019).