



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERAN WELAS DIRI DAN EFIKASI DIRI TERHADAP KESEPIAN PADA MAHASISWI YANG MERANTAU

SKRIPSI



UIN SUSKA RIAU

OLEH

SASKIA ZETA AZLINA

NIM. 12160121601

UIN SUSKA RIAU

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

PEKANBARU

1447 H/ 2025 M



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERAN WELAS DIRI DAN EFIKASI DIRI TERHADAP KESEPIAN PADA MAHASISWI YANG MERANTAU

SKRIPSI

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan untuk Mendapatkan Gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi)



OLEH
SASKIA ZETA AZLINA
NIM. 12160121601

UIN SUSKA RIAU

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
1447 H/ 2025 M



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PENGESAHAN

PERAN WELAS DIRI DAN EFIKASI DIRI TERHADAP KESEPIAN PADA MAHASISWI YANG MERANTAU

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui untuk ujian sidang Munaqasyah di Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Disusun oleh:

Saskia Zeta Azlina

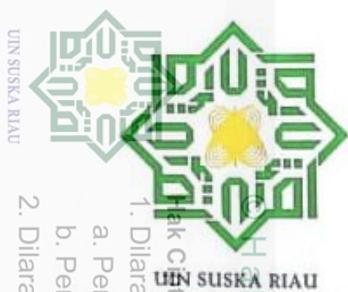
NIM. 12160121601

Pekanbaru, 3 November 2025

Pembimbing

Anggia Kargentti Evanurul Maretih, M.Si

NIP. 198103122008012013



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Saskia Zeta Azlina

NIM : 12160121601

Judul Skripsi : Peran Welas Diri dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian pada Mahasiswa yang Merantau

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari / Tanggal : Rabu / 19 November 2025

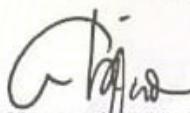
Bertepatan dengan : Rabu / 28 Jumadil Awal 1447 H

TIM PENGUJI

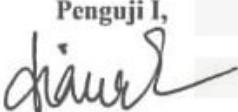
Ketua,


Ricca Angreini Munthe, M.A
NIDN 2019088501

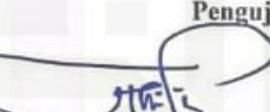
Sekretaris,


Anggia Kargentini E.M., S.Psi., M.Si
NIDN 2012038101

Penguji I,


Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog
NIDN 2009127101

Penguji II,


Drs. Mukhlis, M.Si
NIDN 2017076601

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi


Dr. Lisnya Chairani, M.A., Psikolog
NIDN 2007127901



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Saskia Zeta Azlina
NIM : 12160121601
Tempat/Tgl. Lahir : Pekanbaru, 20 Februari 2003
Fakultas/Pasca Sarjana : Psikologi
Prodi : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

Peran Wetas Diri dan Efeksi Diri Terhadap Kecerdasan pada Mahasiswa

yang Merantau

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah, Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 28 Desember 2025

Pembuat pernyataan


Saskia Zeta Azlina...
NIM 12160121601

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah: 6)

“Lakukanlah yang terbaik pada hal yang bisa kita kontrol, dan berdamailah dengan hal-hal yang berada di luar kendali kita.”

(Citra Novy)

“Hidup akan terasa lebih indah saat kita mulai menyayangi dan menerima diri sendiri dengan utuh.”

(Saskia Zeta Azlina)

UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim, alhamdulillahirabbil' alamin, dengan segala puji bagi Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas limpahan rahmat dan ridha-Nya yang senantiasa menyertai setiap langkah peneliti, hingga dapat menyelesaikan pendidikan di Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Dengan penuh rasa syukur dan kasih, karya ini peneliti persembahkan untuk kedua orang tua tercinta:

Ayah dan Ibu

Andi Mulia, S.M dan Halimah, S.Pd

Doa-doa yang selalu mengiringi setiap langkah, cinta kasih yang tulus tanpa syarat, serta segala bentuk pengorbanan yang tak terhingga, menjadi sumber kekuatan terbesar dalam perjalanan ini. Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala membalas seluruh kebaikan kalian dengan keberkahan kesehatan, ketenangan hati, dan kelimpahan rezeki. Semoga pencapaian sederhana ini dapat menjadi persembahan yang membanggakan.

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Dengan penuh rasa syukur, segala puji bagi Allah Subhanahu wa Ta’ala, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, serta kesehatan dan kesempatan kepada peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam juga senantiasa ditujukan kepada Nabi Besar Muhammad Shallallahu ‘alaihi wa sallam. Berkat pertolongan, dan ridha-Nya, peneliti akhirnya mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Peran Welas Diri dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian pada Mahasiswa Rantau”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Peneliti turut menyampaikan rasa syukur dan penghargaan yang tulus kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, semangat, serta bantuan selama proses penyusunan skripsi ini. Dengan penuh hormat dan kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Hairunnas, M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau periode 2021–2025 dan Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, MS., SE., M.Si., Ak, CA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau periode 2025–2029, atas dedikasi dan kepemimpinannya dalam meningkatkan kualitas serta kemajuan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. H. Kusnadi, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau periode 2021-2025 dan Ibu Dr. Lisya Chairani, S.Psi., Psikolog, M.A., selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- periode 2025-2029, atas izin dan kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. H. Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si., selaku Wakil Dekan I periode 2021-2025, Ibu Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog, selaku Wakil Dekan I periode 2025-2029; Ibu Dr. Vivik Shofiah, S.Psi., M.Si., selaku Wakil Dekan II periode 2021-2025, Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.A., M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II periode 2025-2029; dan Ibu Dr. Yuslenita Muda, S.Si., M.Sc., selaku Wakil Dekan III periode 2021-2025, dan juga Ibu Dr. Hijriyati Cucuani, M.Psi., Psikolog, atas izin dan kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
4. Ibu Ricca Anggreini Munthe, S.Psi., M.A., selaku Ketua Program Studi, dan Ibu Fara Ulfa, M.Psi., Psikolog., selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, atas dukungan dan bantuan yang diberikan dalam hal akademik maupun non-akademik, serta dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.
5. Bapak Jhon Herwanto, H., S.Psi., M.Si., sebagai Dosen Penasihat Akademik, yang selalu bersedia meluangkan waktu serta bimbingan, perhatian, dan dukungan yang telah bapak berikan selama masa perkuliahan. Nasihat dan arahan bapak menjadi salah satu fondasi penting dalam perjalanan akademik peneliti.



- © Hak Cipta milik UIN Suska Riau
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
 6. Ibu Anggia Kargenti Evanurul Maretih, S.Psi., M.Si., sebagai dosen pembimbing skripsi, yang telah memberikan waktu, perhatian, dan bimbingan selama proses penyusunan skripsi ini. Peneliti menyampaikan terima kasih dan apresiasi yang sebesar-besarnya atas kesabaran, ketulusan, serta dedikasi ibu dalam membimbing selama proses penyusunan skripsi ini. Dukungan dan dorongan ibu menjadi salah satu sumber kekuatan dan motivasi yang sangat berarti bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
 7. Ibu Diana Elfida, M.Si., Psikolog., selaku narasumber I, yang dengan penuh ketulusan dan kesabaran telah memberikan saran dan masukan berharga dalam proses perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikannya dengan baik.
 8. Bapak Drs. Mukhlis, M.Si., selaku narasumber II, yang dengan penuh ketulusan dan kesabaran telah memberikan saran dan masukan berharga dalam proses perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikannya dengan baik.
 9. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan, yang akan menjadi bekal berharga bagi kehidupan dan pengembangan diri peneliti di masa mendatang.
 10. Seluruh staf Akademik, Umum, Tata Usaha, Perpustakaan, Kebersihan, dan Keamanan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.



©

Riau, atas segala bantuan dan pelayanan yang telah diberikan dalam mendukung kelancaran proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

11. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Partisipasi dari saudari sekalian, memberikan kontribusi yang sangat berarti dalam penyelesaian penelitian ini.
12. Kepada ayah dan ibu tercinta, atas kasih sayang, kesabaran, serta doa-doa yang senantiasa mengiringi setiap langkah peneliti. Nasihat dan dukungan yang tidak pernah lelah diberikan, menjadi sumber kekuatan hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Kepada para sahabat peneliti, Zilfa Febriyana Putri, Filzah Husnanisha, Salsabila Rizka Rianda, Noor Mutiara Aisyah, Siti Maisyaroh, Dina Maulina Br. Siregar, Gita Amanda Sari, Ade Rahmansyah Nasution dan M. Dzul'Adli Al-Faruqi yang selalu membantu peneliti dari awal perkuliahan dan memberikan semangat, dukungan serta motivasi kepada peneliti hingga menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi bagian berarti dalam perjalanan hidup peneliti.
14. Kepada teman-teman seperjuangan peneliti, Rani Flonia dan Ramadhanus yang telah memberikan bantuan, dukungan dan ilmunya kepada peneliti selama masa kuliah dan penggerjaan skripsi ini.
15. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membersamai dan memberikan bantuan serta dukungan kepada peneliti selama masa perkuliahan ini.
16. Peneliti ingin berterima kasih kepada diri sendiri atas keteguhan, kesabaran, dan semangat serta kerja keras yang telah dilakukan selama menjalani perkuliahan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Ini. Terima kasih telah memilih untuk bertahan di saat sulit dan terus melangkah hingga titik ini. Semoga dengan pencapaian ini menjadi pengingat dan penyemangat untuk terus berkembang dan mewujudkan impian di masa depan.

Semoga bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak di atas mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah S.W. T. Akhir kata peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang konstruktif dari para pembaca sangat peneliti harapkan demi tercapainya kesempurnaan dikemudian hari. Semoga skripsi ini dapat memberikan kontribusi dan menambah khazanah pengetahuan bagi pembaca maupun pihak terkait.

Pekanbaru, 3 November 2025

Peneliti

Saskia Zeta Azlina

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PLAGIASI.....	iii
MOTTO.....	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
Abstrak	xv
Abstract	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Keaslian Penelitian.....	10
E. Manfaat Penelitian.....	15
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	16
A. Kesepian	16
1. Definisi Kesepian	16
2. Aspek-Aspek Kesepian	17
3. Faktor-Faktor Kesepian	18
B. Welas Diri.....	25
1. Definisi Welas Diri	25
2. Aspek Welas Diri.....	27
C. Efikasi Diri	28
1. Definisi Efikasi Diri	28
2. Aspek-Aspek Efikasi Diri.....	29
E. Kerangka Berpikir	33
F. Hipotesis.....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
A. Pendekatan Penelitian	40

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Identifikasi Variabel Penelitian	40
C. Definisi Operasional.....	41
1. Kesepian	41
2. Welas Diri	42
3. Efikasi Diri	43
D. Subjek Penelitian.....	43
1. Populasi	43
2. Sampel	44
E. Metode Pengumpulan Data	45
1. Skala Kesepian	45
2. Skala Welas Diri	46
3. Skala Efikasi Diri	47
F. Uji Coba Alat Ukur	48
1. Uji Validitas	48
2. Uji Daya Beda Aitem.....	49
3. Uji Reliabilitas.....	52
G. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	55
A. Pelaksanaan Penelitian	55
B. Hasil Penelitian	56
1. Gambaran Umum Subjek Penelitian	56
2. Uji Asumsi	57
3. Uji Hipotesis.....	61
C. Analisis Tambahan	63
D. Pembahasan.....	71
BAB V PENUTUP	79
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran.....	80
1. Bagi Mahasiswi	80
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	80
DAFTAR PUSTAKA	81

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Adaptasi UCLA <i>Loneliness Scale Version 3</i>	46
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Welas Diri (SWD).....	47
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Efikasi Diri (GSE)	48
Tabel 3. 4 Blueprint Uji Daya Beda Aitem Skala Adaptasi UCLA <i>Loneliness Scale Version 3 (Try Out)</i>	50
Tabel 3.5 Blueprint Skala Adaptasi UCLA <i>Loneliness Scale Version 3</i> (untuk Penelitian).....	50
Tabel 3. 6 Blueprint Uji Daya Beda Aitem Skala Welas Diri (<i>Try Out</i>).....	51
Tabel 3. 7 Blueprint Skala Welas Diri (untuk Penelitian)	51
Tabel 3. 8 Blueprint Uji Daya Beda Aitem Skala Efikasi Diri (<i>Try Out</i>).....	52
Tabel 3. 9 Blueprint Skala Efikasi Diri (untuk Penelitian).....	52
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	53
Tabel 4. 1 Deskripsi Frekuensi Responden Penelitian	56
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas dengan <i>One Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> ..	58
Tabel 4. 3 Hasil Uji Linearitas.....	58
Tabel 4. 4 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	59
Tabel 4. 5 Hasil Uji Multikoleniaritas	60
Tabel 4. 6 Summary Anova Koefisien.....	62
Tabel 4. 7 Norma Kategorisasi Data	64
Tabel 4. 8 Gambaran Data Hipotetik dan Empirik Skala Welas Diri	64
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skala Welas Diri.....	65
Tabel 4. 10 Gambaran Data Hipotetik dan Empirik Skala Efikasi Diri	66
Tabel 4. 11 Kategorisasi Skala Welas Diri	66
Tabel 4. 12 Gambaran Data Hipotetik dan Empirik Skala Kesepian	67
Tabel 4. 13 Kategorisasi Skala Kesepian	67
Tabel 4. 14 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	68
Tabel 4. 15 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda.....	69

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Lampiran A: Lembar Validasi Alat Ukur.....	87
Lampiran B: Skala Try Out.....	116
Lampiran C: Tabulasi Data Try Out.....	123
Lampiran D: Hasil Uji Reliabilitas dan Uji daya Beda Aitem.....	130
Lampiran E: Skala Penelitian.....	136
Lampiran F: Tabulasi Data Penelitian.....	142
Lampiran G: Deskripsi Subjek Penelitian.....	154
Lampiran H: Uji Asumsi.....	158
Lampiran I : Uji Hipotesis.....	161
Lampiran J : Analisis Tambahan.....	163
Lampiran K: Surat Menyurat.....	171

DAFTAR LAMPIRAN

Peran Welas Diri dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa yang Merantau

Saskia Zeta Azlina

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
e-mail: saskiazeta20@gmail.com

Abstrak

Mahasiswa rantau kerap menghadapi tantangan psikologis akibat perpisahan dari lingkungan asal dan tuntutan adaptasi di tempat baru. Kondisi ini dapat memicu perasaan kesepian, yang apabila berlarut akan berdampak pada penurunan kondisi psikologis dan kesehatan fisik yang bahkan bisa berujung pada risiko bunuh diri. Dalam konteks ini, welas diri dan efikasi diri menjadi faktor psikologis yang dapat meredam dampak negatif dari kesepian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran welas diri dan efikasi diri terhadap kesepian pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan melibatkan 107 mahasiswa rantau dari luar Provinsi Riau yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengukuran menggunakan Skala Welas Diri (SWD), Skala *General Self-Efficacy* (GSE) dan Skala *UCLA Loneliness Scale Version 3*. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa welas diri dan efikasi diri secara simultan berkontribusi signifikan terhadap kesepian ($R=0,569$; $R^2=0,323$; $F=24,848$; $Sig=0,000$). Kemudian secara parsial, welas diri ($r = -0,494$; $p=0,000$) dan efikasi diri ($r = -0,475$; $p=0,000$) menunjukkan hubungan negatif yang signifikan terhadap kesepian. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa welas diri dan efikasi diri menjadi salah satu upaya dan modal psikologis yang dapat dilatih secara mandiri oleh mahasiswa untuk membantu mengurangi potensi kesepian.

Kata Kunci: Welas Diri, Efikasi Diri, Kesepian, Mahasiswa rantau

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

The Role of Self-Compassion and Self-Efficacy in Loneliness Among Regional Female Students

Saskia Zeta Azlina

Faculty of Psychology, State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: saskiazeta20@gmail.com

Abstract

Regional female students often encounter psychological challenges due to separation from their familiar environment and the demands of adapting to new surroundings. These conditions may trigger feelings of loneliness, which if prolonged, can negatively affect mental and physical health, and may even increase the risk of suicide. In this context, self-compassion and self-efficacy are considered psychological factors that may mitigate the negative impact of loneliness. This study aims to examine the role of self-compassion and self-efficacy in predicting loneliness among regional female students at the State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau. The measurement used the Self-Compassion Scale (SCS), the General Self-Efficacy Scale (GSE), and the UCLA Loneliness Scale Version 3. The results of multiple regression analysis showed that self-compassion and self-efficacy simultaneously contributed significantly to loneliness ($R=0.569$; $R^2=0.323$; $F=24.848$; $Sig=0.000$). Then, partially, self-compassion ($r = -0.494$; $p=0.000$) and self-efficacy ($r=-0.475$; $p=0.000$) showed a significant negative relationship with loneliness. The results of this study confirm that self-compassion and self-efficacy are one of the coping and psychological capital that female students can independently train to help reduce the potential for loneliness.

Keywords: self-compassion, self-efficacy, loneliness, regional female students

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Merantau diartikan sebagai perpindahan seseorang dari wilayah asalnya untuk menetap di wilayah baru, dengan tujuan mencari penghidupan, menuntut ilmu, atau mendapatkan pengalaman, yang dilakukan dalam jangka waktu yang tidak ditentukan (Debora, dkk., 2021; Mala, 2021). Esensi merantau tidak diukur sekadar jarak fisik, melainkan terletak pada transformasi hidup yang diharapkan, baik dalam hal pencarian pekerjaan, pengembangan ilmu pengetahuan, perluasan relasi sosial maupun memperkuat identitas diri (Marta, 2014).

Fenomena merantau ini dapat dilihat dari semakin banyaknya mahasiswa yang memutuskan meninggalkan daerah asalnya dan menetap di daerah baru dengan tujuan melanjutkan pendidikan tinggi, dengan harapan meningkatkan kualitas hidup dimasa depan. Berdasarkan data Statistik Pendidikan Tinggi 2024 oleh Pusdatin Kemendiktisaintek (2024), tercatat sebanyak 1.561.590 mahasiswa baru program sarjana di Indonesia, yang terdiri atas 907.193 mahasiswa (58,1%) dan 654.397 mahasiswa (41,9%). Data ini menunjukkan bahwa partisipasi perempuan dalam pendidikan tinggi terus meningkat dan kini bahkan lebih banyak daripada laki-laki.

Seiring dengan semakin terbukanya akses pendidikan dan bertambahnya kesempatan bagi perempuan untuk menempuh pendidikan tinggi, telah mendorong banyak mahasiswa memilih merantau, terutama ke kota-kota besar yang menawarkan kualitas pendidikan lebih baik. Dorongan tersebut terjadi karena

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

ketersediaan perguruan tinggi yang tidak merata di setiap daerah, serta perbedaan kualitas yang sering kali dianggap lebih rendah dibandingkan perguruan tinggi di daerah lain (Oktaviani, dkk., 2022). Namun, menempuh pendidikan tinggi di daerah baru tidak semudah yang dibayangkan. Mahasiswa perantau akan menghadapi berbagai tantangan dan masalah, terutama dalam beradaptasi dengan perubahan signifikan, seperti lingkungan baru yang asing, norma sosial yang berbeda, budaya lokal yang tidak dikenal, *culture shock*, stres dan rasa rindu terhadap keluarga dan kampung halaman yang seringkali menimbulkan rasa keterasingan hingga berujung pada kesepian (Wu, dkk., 2015; Brahmadika, 2023; Repi, 2023).

Individu yang mengalami kesepian sering ditandai dengan ketidakmampuan dalam membentuk dan menjalin hubungan sosial yang memuaskan, tidak memiliki teman dekat atau figur tempat berbagi, merasa sendirian meski berada di tengah keramaian, dan mengalami kesulitan menciptakan kedekatan emosional. Kondisi ini diperparah dengan situasi merantau, dimana tuntutan penyesuaian terhadap budaya, norma, dan kebiasaan baru memunculkan persepsi bahwa ia tidak cocok dengan lingkungan sosialnya, sehingga meningkatkan perasaan terisolasi dan kesepian (Russell, 1996). Temuan Simanjuntak, dkk. (2021) dan Repi (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa perantau merupakan kelompok yang lebih rentan terhadap kesepian, karena proses perantauan menuntut mereka menghadapi berbagai tantangan adaptasi, mulai dari lingkungan fisik, sosial, hingga budaya yang berbeda. Dengan demikian,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© **Hak Cipta milik UIN Suska Riau**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mahasiswa perantau menjadi kelompok yang lebih rentan mengalami kesepian dibandingkan mahasiswa non-perantau.

Penelitian Marisa dan Afriyeni (2019) menemukan bahwa mayoritas mahasiswa perantau di Universitas Andalas mengalami kesepian pada kategori sedang (57%) dan tinggi (12%). Kemudian penelitian Azizah dan Daud (2025) pada mahasiswa rantau di kota Makassar menunjukkan bahwa sebanyak 94 mahasiswa (27%) memiliki kesepian yang rendah, 104 mahasiswa (29,8%) memiliki kesepian yang sedang, dan 151 mahasiswa (43,2%) memiliki kesepian yang tinggi. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Yolanda (2025) terhadap 50 mahasiswa perantau di UIN Suska Riau, yang menunjukkan bahwa 46% responden mengalami kesepian pada kategori tinggi dan 38% berada pada kategori sedang. Secara keseluruhan data ini menegaskan bahwa kesepian merupakan masalah psikologis yang nyata dan signifikan di kalangan mahasiswa perantau secara nasional.

Menurut Russell, dkk. (1984), kesepian merupakan persepsi subjektif seseorang tentang hubungan sosial yang dijalani. Peplau dan Perlman (dalam Hidayati, 2015) menambahkan bahwa kesepian merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang muncul akibat seseorang merasakan penurunan secara signifikan dalam kualitas dan jumlah hubungan sosialnya. Menurut Cosan (2014), kesepian dapat diidentifikasi melalui sejumlah indikator, seperti perasaan mudah bosan, merasa tidak diterima, kesulitan membangun komunikasi dengan orang-orang di sekitarnya, cenderung menutup diri, dan sulit dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Al-Khatib (2012), Hadianti dan Eryani (2020) dalam penelitian mereka menemukan bahwa tingkat kesepian yang dirasakan perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan perempuan yang lebih berfokus pada relasi sosial, sehingga sangat bergantung pada hubungan yang berkualitas. Ketika hubungan tersebut tidak berjalan dengan baik, perempuan akan lebih rentan mengalami kesepian. Perempuan juga memiliki harapan sosial yang tinggi terhadap relasi yang mendalam dan penuh perhatian, apabila harapan tersebut tidak terpenuhi, muncul perasaan diabaikan atau tidak dihargai, yang semakin meningkatkan kesepian.

Salah satu bentuk kesepian yang sering dialami oleh mahasiswa perantau adalah kesepian emosional, yang dapat muncul bersamaan dengan kesepian sosial, terutama ketika terdapat keterbatasan dalam menjalin hubungan sosial yang memuaskan (Diehl, dkk., 2018; Octaviani, 2019). Weiss menjelaskan bahwa kesepian emosional terjadi ketika individu tidak memiliki hubungan dekat yang bermakna, sedangkan kesepian sosial disebabkan oleh kurangnya jaringan sosial yang memadai (dalam Cosan, 2014). Fenomenanya menunjukkan bahwa, mahasiswa yang merantau sering kali harus beradaptasi dengan lingkungan baru, seperti kos atau asrama, yang berbeda dari tempat tinggal sebelumnya. Proses adaptasi ini dapat menimbulkan tantangan dalam membangun hubungan sosial, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko kesepian, baik secara emosional maupun sosial, dan berdampak negatif pada kesejahteraan psikologisnya (Marisa & Afriyeni, 2019).

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kesepian yang berlangsung dalam waktu lama dapat berdampak serius pada kesehatan fisik dan mental individu (Diehl, dkk., 2018). Orang yang mengalami kesepian sering menunjukkan masalah tidur, durasi tidur yang pendek, serta perilaku berisiko seperti penggunaan zat tembakau, agresivitas, dan stres, yang semuanya dapat berkontribusi pada masalah kesehatan yang lebih serius, termasuk penyakit jantung dan penurunan sistem kekebalan tubuh (Bernard dalam Marisa & Afriyeni, 2019). Bahkan, kesepian yang kronis dapat menjadi pemicu dorongan untuk melakukan tindakan bunuh diri (Perlman & Peplau, 1981).

Dampak negatif kesepian juga mencakup aspek afektif, kognitif, dan perilaku (Simanjuntak, dkk., 2021). Dalam aspek afektif, kesepian dapat menimbulkan perasaan sedih, kehampaan, kecemasan, dan depresi. Sementara itu, dalam aspek kognitif, kesepian dapat menurunkan motivasi dan meningkatkan rasa malas, yang pada gilirannya memengaruhi perilaku serta kesehatan fisik, seperti kelelahan dan sakit kepala. Dengan demikian, kesepian menjadi isu krusial yang perlu ditangani untuk mencegah berbagai dampak negatifnya, khususnya pada mahasiswa perantau agar dapat beradaptasi secara optimal. Oleh karena itu, diperlukan faktor-faktor protektif yang dapat memperkuat daya tahan psikologis mahasiswa perantau dalam menghadapi kesepian.

Selama ini ada beberapa faktor yang berkontribusi cukup signifikan terhadap kesepian yang dialami individu. Seperti usia (Barreto, dkk., 2021), jenis kelamin (Akin, 2010; Al-Khatib, 2012), dukungan sosial (Gondokusumo, & Soetjiningsih., 2023), *psychological well-being* (Halim & Dariyo, 2016), hingga faktor psikologis seperti harga diri (Al-Khatib, 2012) dan status merantau (Marisa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

& Afriyeni, 2019). Disamping itu, welas diri (*self-compassion*) dan efikasi diri juga terbukti memiliki peran penting dalam menurunkan tingkat kesepian. Kedua variabel ini memungkinkan individu mengelola emosi negatif, menerima diri, dan tetap merasa terhubung dengan orang lain meskipun menghadapi keterbatasan sosial (Akin, 2010; Ramos, dkk., 2022).

Welas diri berfungsi sebagai strategi *coping* yang adaptif dan dapat dilakukan serta dilatih secara mandiri melalui praktik mengasihi diri dan penerimaan diri tanpa penghakiman (Neff, 2003), sehingga relevan dalam membantu mahasiswa perantau mengelola kesepian yang mereka alami. Sementara efikasi diri merupakan bagian dari *psychological capital (psycap)*, yaitu modal psikologis positif yang menumbuhkan keyakinan individu dalam menghadapi tantangan serta meningkatkan kesejahteraan psikologis (Luthans, dkk., 2004), sehingga berkontribusi dalam menurunkan kesepian pada mahasiswa rantau. Kedua faktor ini berperan dalam menurunkan kesepian melalui penguatan daya tahan psikologis, dengan membantu individu menumbuhkan penerimaan diri, keyakinan atas kemampuan diri, serta regulasi emosi yang adaptif sehingga berpotensi strategis dalam membantu mahasiswa perantau mengelola dan mengurangi kesepian melalui penguatan personal dari dalam diri.

Istilah welas diri dalam kajian ini merupakan terjemahan kata dari *self-compassion*, yakni sikap individu dalam memperlakukan dirinya dengan kasih sayang saat menghadapi kesulitan, kegagalan, atau perasaan negatif (Neff, 2003). Konsep welas diri ini membantu individu menyadari bahwa penderitaan adalah bagian wajar dari pengalaman manusia yang universal, dan berfungsi sebagai



©

Hak Cipta milik **UIN SUSKA RIAU****Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

strategi *coping* adaptif dalam mengelola emosi dengan menekan emosi negatif serta meningkatkan emosi positif (Akin, 2010).

Dengan welas diri, mahasiswi perantau yang rentan mengalami kesepian akibat tuntutan adaptasi, relasi sosial yang terbatas, dan kurangnya dukungan keluarga (Marisa & Afriyeni, 2019), dapat diatasi dengan menjalin hubungan yang lebih baik dengan dirinya sendiri, seperti menerima segala kekurangan, menghindari sikap mengkritik diri secara berlebihan, serta memberikan kasih sayang dan perhatian kepada diri sendiri (Narang dalam Elfaza & Rizal, 2020). Hal ini terbukti dalam penelitian Marisa dan Afriyeni (2019); Pratiwi, dkk. (2019) dan Repi (2023), yang menyatakan bahwa welas diri terbukti berperan menurunkan kesepian pada mahasiswi rantau. Dengan demikian, welas diri tidak hanya membantu individu dalam mengelola emosi negatif, tetapi juga berperan dalam menurunkan intensitas kesepian, melalui kemampuan menerima diri secara utuh dan memperlakukan diri dengan pengertian, individu menjadi lebih sehat secara emosional serta lebih mampu menekan risiko kesepian, khususnya dalam situasi sosial yang penuh tekanan seperti kehidupan mahasiswi rantau (Germer & Neff, 2013). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa memiliki welas diri dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengurangi kesepian pada mahasiswi rantau, karena mampu membangun ketahanan emosional dan menjaga keseimbangan psikologis saat menghadapi tekanan hidup di perantauan.

Mahasiswi rantau yang sedang menempuh pendidikan tinggi pun harus memiliki keyakinan pada dirinya sendiri dan kemampuan untuk menghadapi berbagai hambatan yang ada (Nastalia dalam Repi, 2023). Hal ini sejalan dengan

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

efikasi diri yang didefinisikan sebagai kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan, terutama dalam situasi yang penuh tekanan atau sulit (Bandura, 1997). Efikasi diri sebagai modal psikologis dalam mengatasi kesepian, memungkinkan mahasiswa rantau percaya diri dalam menghadapi tantangan, termasuk dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial. Sebaliknya, mahasiswa rantau dengan efikasi diri yang rendah lebih cenderung merasa tidak mampu, enggan untuk keluar dari zona nyamannya, dan kurang berinisiatif dalam membangun hubungan sosial, sehingga meningkatkan risiko mengalami kesepian (Al-Khatib, 2012).

Temuan penelitian Al-Khatib (2012) menunjukkan bahwa efikasi diri yang rendah berhubungan dengan tingkat kesepian yang tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Ramos, dkk. (2022) juga menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kesepian pada mahasiswa, dimana peningkatan efikasi diri berkontribusi pada penurunan perasaan kesepian. Efikasi diri memiliki dampak pada bagaimana orang merasa, berpikir, dan bertindak (Al-Khatib, 2012). Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memungkinkan untuk memilih situasi yang menantang dan mengeksplorasi lingkungan atau menciptakan lingkungan baru. Sementara individu yang memiliki efikasi diri yang rendah dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya dan putus asa (Al-Khatib, 2012).

Idealnya mahasiswa rantau yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah yang yakin mampu menghadapi situasi sulit, termasuk tekanan sosial di lingkungan baru, sehingga tidak mudah merasa terisolasi, mampu melakukan penyesuaian diri dalam berbagai situasi sosial sehingga fleksibel dan terbuka dalam menjalin relasi



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

baru, memiliki ketekunan dan daya tahan dalam membangun serta mempertahankan hubungan sosial, bahkan saat menghadapi hambatan emosional (Bandura, 1997). Dengan demikian, efikasi diri berperan penting sebagai modal psikologis mahasiswa rantau dalam mengurangi kesepian yang muncul akibat tantangan adaptasi dan keterbatasan dukungan sosial.

Berdasarkan pembahasan dan temuan-temuan sebelumnya, kesepian pada mahasiswa rantau menjadi permasalahan psikologis yang penting untuk dikaji lebih dalam, mengingat dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis dan perlunya upaya untuk menguranginya. Welas diri dan efikasi diri diyakini berperan dalam menurunkan kesepian, namun penelitian yang secara spesifik menelaah peran keduanya terhadap kesepian pada mahasiswa rantau masih terbatas. Sebagian besar penelitian mengenai kesepian juga masih bersifat umum dan belum banyak yang secara khusus mengkaji dinamika kesepian pada kelompok perempuan, khususnya pada mahasiswa perantau. Oleh karena itu, fokus penelitian pada peran menegaskan kekhasan penelitian ini, karena tidak hanya melihat hubungan antar variabel, tetapi juga menyoroti kontribusi dan sumbangan efektif kedua variabel terhadap kesepian pada mahasiswa perantau. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat memperkuat kontribusi ilmiah, sekaligus pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran welas diri dan efikasi diri terhadap kesepian pada mahasiswa rantau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “apakah welas diri dan efikasi diri berperan terhadap kesepian pada mahasiswi yang merantau?”

C. Tujuan Penelitian

Dilakukannya penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran welas diri dan efikasi diri terhadap kesepian pada mahasiswi yang merantau.

D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil dari beberapa kajian penelitian sebelumnya yang memiliki kemiripan tema hampir relevan dengan tema yang peneliti angkat dalam rangka untuk memperoleh objektivitas penelitian sekaligus sebagai bahan rujukan pada penelitian peran welas diri dan efikasi diri terhadap kesepian pada mahasiswi yang merantau. Persamaan dan perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Marisa dan Afriyeni (2019) berjudul “Kesepian dan *Self Compassion* Mahasiswa Perantau” yang melibatkan 100 mahasiswa Universitas Andalas. Hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-compassion* dan kesepian pada mahasiswa perantau di Universitas Andalas. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian Marisa, dkk., dalam hal topik, metode kuantitatif, serta menggunakan teori *loneliness* dari Russel (1996) dan teori *self-compassion* dari

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Neff (2003). Keduanya sama-sama membahas keterkaitan antara *self-compassion* (yang pada penelitian ini disebut welas diri) dan kesepian pada mahasiswa perantau. Namun, penelitian ini berbeda karena menambahkan efikasi diri sebagai variabel tambahan yang belum dikaji dalam penelitian sebelumnya. Perbedaan lainnya terletak pada fokus analisis, yaitu meneliti peran welas diri dan efikasi diri dalam menurunkan kesepian, bukan hanya menguji hubungan antar variabel. Selain itu, fokus penelitian ini tertuju pada mahasiswa perantau dari luar Provinsi Riau, bukan mahasiswa rantau secara umum tanpa membedakan jenis kelamin.

2. Penelitian yang berjudul “*Self-Compassion* dan *Loneliness*” yang dilakukan oleh Hidayati (2015). Penelitian ini melibatkan 254 siswi pondok pesantren sebagai subjeknya. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *self-compassion* dan *loneliness*. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian Hidayanti, dalam penggunaan pendekatan kuantitatif korelasional, dan penggunaan teori *self-compassion* dari Neff (2003), serta teori kesepian dari Russell (1996). Perbedaannya, pada penelitian ini lebih komprehensif karena menambahkan variabel efikasi diri dan mencakup seluruh aspek *self-compassion* (positif dan negatif), sedangkan pada penelitian Hidayanti hanya memfokuskan pada tiga aspek positif *self-compassion*. Selain itu, subjek yang dikaji juga berbeda, penelitian Hidayati meneliti remaja putri di pesantren, sedangkan penelitian ini meneliti mahasiswa perantau jenjang S1 dari luar Provinsi Riau.

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
3. Penelitian dengan judul “*Self-Compassion, Hardiness, dan Loneliness* pada Mahasiswa Rantau Asal Luar Pulau Jawa” oleh Repi (2023). Penelitian ini melibatkan 161 mahasiswa aktif dari luar Pulau Jawa. Hasilnya menunjukkan korelasi negatif antara *self-compassion*, *hardiness*, dan *loneliness*; semakin tinggi *self-compassion* dan *hardiness*, semakin rendah tingkat kesepian. Persamaan penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional serta teori dan instrumen yang sama, yaitu *Self-Compassion Scale* (Neff, 2003) dan *UCLA Loneliness Scale* (Russell, 1996). Namun, perbedaan pada penelitian ini terletak pada jumlah variabel yang dikaji, penelitian ini menambahkan efikasi diri sebagai variabel bebas selain *self-compassion*. Selain itu, subjek penelitian ini lebih spesifik, yaitu mahasiswa perempuan rantau, bukan mahasiswa rantau secara umum. Perluasan variabel dan fokus pada kelompok perempuan, memperkuat keaslian dan kontribusi ilmiah dari penelitian ini.
4. Penelitian dengan judul "Pengaruh *Self-Compassion* terhadap Kesepian pada Mahasiswa Rantau" oleh Pratiwi, dkk. (2019). Penelitian ini melibatkan 260 mahasiswa rantau luar Jawa Barat angkatan 2018 di Universitas Pendidikan Indonesia. Hasilnya menunjukkan pengaruh signifikan *self-compassion* terhadap kesepian, dengan kontribusi *self-compassion* sebesar 9.6% terhadap kesepian. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam penggunaan pendekatan kuantitatif, subjek mahasiswa rantau, serta teori dan alat ukur yang sama, yaitu *self-compassion* (Neff, 2003) dan *UCLA Loneliness Scale* (Russell, 1996). Perbedaan pada penelitian ini terletak pada penambahan efikasi diri sebagai

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

variabel bebas kedua, dan fokus pada subjek yang lebih spesifik, yakni mahasiswa perantau jenjang S1 dari luar Provinsi Riau mulai dari semester awal hingga akhir, sedangkan pada penelitian Pratiwi, dkk., meneliti mahasiswa rantau semester awal secara umum tanpa membedakan jenis kelamin.

5. Penelitian dengan judul *“Exploring the Relationship among Loneliness, Self-esteem, Self-efficacy and Gender in United Arab Emirates College Students”* oleh Saleh A. Al Khatib (2012). Penelitian ini melibatkan 495 mahasiswa dari *Al Ain Universiy of Science and Technology*. Hasilnya menunjukkan bahwa perempuan melaporkan tingkat kesepian yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Rendahnya *self-esteem* dan *self-efficacy* berkaitan dengan tingkat kesepian yang tinggi. Persamaan pada penelitian ini, ialah sama-sama mengkaji keterkaitan antara efikasi diri dan kesepian pada mahasiswa, sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif, serta menggunakan skala UCLA Versi 3 dari Russell (1996) dan skala GSE untuk mengukur efikasi diri. Perbedaannya terletak pada fokus analisis, di mana penelitian ini menyoroti peran efikasi diri dalam mengurangi kesepian, bukan sekadar hubungan antar variabel. Selain itu, penelitian ini menambahkan variabel welas diri dan memfokuskan pada subjek yang lebih spesifik, yaitu mahasiswa perantau dari luar Provinsi Riau jenjang S1 di UIN Suska Riau, sementara penelitian Al-Khatib melibatkan mahasiswa secara umum (laki-laki dan perempuan) di Universitas Al Ain tanpa spesifikasi latar belakang sosial atau akademik secara rinci dan juga menambahkan variabel harga diri dan gender dalam penelitiannya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

6. Penelitian dengan judul “*The Self-Efficacy and Loneliness of College Students Amidst the COVID-19 Pandemic*” oleh Ramos, dkk. (2023). Penelitian ini melibatkan 172 mahasiswa di Filipina. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara kesepian dan *self-efficacy* di kalangan mahasiswa perguruan tinggi. Persamaan pada penelitian ini terletak pada penggunaan pendekatan kuantitatif, teori efikasi diri dari Bandura dan teori kesepian dari Russell, serta alat ukur yang sama, yaitu GSE dan UCLA *Loneliness Scale*. Namun, perbedaan pada penelitian ini terletak pada penambahan variabel welas diri sebagai variabel bebas yang memengaruhi kesepian. Selain itu, pada penelitian ini, fokus analisis terletak pada peran efikasi diri dan welas diri terhadap kesepian, bukan sekadar melihat hubungan antar variabel. Subjek pada penelitian ini juga lebih spesifik, yaitu melibatkan mahasiswa perantau dari luar Provinsi Riau jenjang S1 di UIN Suska Riau, sedangkan pada penelitian Ramos melibatkan mahasiswa umum (laki-laki dan perempuan) di Filipina. Dari segi analisis, penelitian ini menggunakan regresi linier berganda, sementara penelitian Ramos hanya menggunakan korelasi sederhana. Perbedaan-perbedaan ini memperkuat keaslian dan kontribusi ilmiah dari penelitian yang dilakukan.

Keaslian penelitian ini terletak pada konteks, variabel, dan metode yang digunakan. Berbeda dari penelitian sebelumnya yang umumnya hanya menyoroti hubungan dua variabel, seperti kesepian dengan welas diri (Marisa & Afriyeni, 2019; Pratiwi dkk., 2019; Hidayati, 2015) atau kesepian dengan efikasi diri (Al-Khatib, 2012; Ramos dkk., 2022), pada penelitian ini mengkaji peran 3 variabel,



©

yaitu welas diri, efikasi diri dan kesepian. Subjek penelitian difokuskan pada mahasiswa perantau dari luar Provinsi Riau yang sedang menempuh pendidikan S1 di UIN Suska Riau dari seluruh semester, sehingga memberikan konteks lebih spesifik dibandingkan penelitian sebelumnya yang umumnya menggunakan sampel mahasiswa umum atau hanya semester awal. Selain itu, penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda, yang memberi pendekatan lebih komprehensif dibanding korelasi sederhana yang dominan digunakan oleh penelitian terdahulu, sehingga menegaskan nilai orisinal penelitian ini. Penambahan variabel, metode analisis regresi berganda, dan fokus populasi yang belum banyak diteliti menjadikan penelitian ini memiliki nilai orisinal yang jelas, serta memberikan kontribusi baru terhadap pemahaman faktor psikologis yang memengaruhi kesepian pada kelompok mahasiswa perantau.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam mengembangkan khazanah ilmu pengetahuan psikologi, khususnya kajian tentang keterkaitan antara welas diri, efikasi diri dan kesepian.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi sarana dalam memberikan informasi dan pengetahuan mengenai peran welas diri dan efikasi diri terhadap kesepian pada mahasiswa yang merantau, sekaligus menjadi acuan dan referensi, baik dalam teori maupun data bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji topik serupa.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kesepian

1. Definisi Kesepian

Menurut Russell, dkk. (1984), kesepian merupakan pengalaman emosional yang bersifat subjektif dan tidak menyenangkan, yang muncul ketika seseorang merasakan adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang dimiliki dengan hubungan sosial yang diharapkan, baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Teori ini menekankan bahwa kesepian bukan hanya berkaitan dengan kondisi fisik saat seseorang sendirian, tetapi juga merupakan konstruksi psikologis yang dipengaruhi oleh persepsi dan penilaian individu terhadap kualitas relasinya dengan orang lain.

Menurut Asher dan Paquette (2003), kesepian didefinisikan oleh para ahli sebagai kesadaran kognitif akan kekurangan dalam hubungan sosial dan pribadi seseorang, serta reaksi afektif yang menyertainya, seperti kesedihan, kekosongan, atau kerinduan. Senada dengan itu, Halim dan Dariyo (2016) menyatakan bahwa kesepian adalah suatu perasaan kecemasan psikologis yang dialami oleh individu saat merasa kekurangan dalam hubungan sosial yang penting. Kemudian Halim dan Dariyo (2016) menambahkan bahwa kesepian termasuk dalam emosi negatif yang menyakitkan, karena terjadi saat hubungan sosial yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan yang dialami. Seperti hubungan dengan tokoh penting dalam hidupnya berkurang atau bahkan hilang. Kekurangan ini dapat berupa kurangnya interaksi dengan orang-orang tertentu secara kuantitatif, atau merasa bahwa hubungan yang ada tidak memuaskan secara kualitatif.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan beberapa pengertian kesepian yang telah dijelaskan oleh para ahli, maka dapat disimpulkan kesepian adalah perasaan subjektif yang muncul ketika individu merasa kekurangan dalam hubungan sosial, baik secara kuantitas maupun kualitas, yang terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara harapan individu terhadap hubungan yang diinginkan dengan kenyataan hubungan yang dimiliki.

2. Aspek-Aspek Kesepian

Para ahli memiliki perspektif yang beragam dalam menilai apakah seseorang mengalami kesepian atau tidak. Menurut Russel (1996), kesepian memiliki beberapa aspek diantaranya sebagai berikut:

a. *Personality*

Aspek *personality* merupakan kondisi dimana kesepian yang dialami oleh individu dipengaruhi oleh kepribadiannya, yang dapat tercermin dalam berbagai bentuk dan suasana hati yang memengaruhi cara individu melihat dan bertindak saat merasa kesepian. Sebagai contoh, individu dengan kepribadian introvert cenderung merasakan kesepian lebih banyak karena cenderung enggan bersosialisasi dan memiliki sedikit hubungan sosial.

b. *Social desirability loneliness*

Aspek *social desirability loneliness*, merupakan kondisi dimana seseorang merasa kesepian karena kehidupan sosial yang diharapkan tidak terpenuhi dalam lingkungannya. Sebagai contoh individu yang merantau ke kota besar mungkin merasa kesepian jika gagal membentuk hubungan sosial yang mendalam dengan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

teman-temannya, karena harapannya untuk memiliki lingkungan sosial yang hangat dan mendukung tidak terpenuhi.

c. *Depression loneliness*

Aspek *depression loneliness* adalah kondisi dimana perasaan sedih, kekurangan semangat, merasa tidak berharga, atau gangguan emosional lainnya dapat menjadi penyebab terjadinya kesepian. Sebagai contoh, seseorang yang mengalami depresi mungkin kesulitan berinteraksi dengan orang lain atau menjaga hubungan sosial, sehingga merasa kesepian meskipun dikelilingi oleh teman dan keluarga, karena perasaan tidak berharga dan kesedihan yang dalam yang membuatnya merasa terisolasi dan sendirian di tengah keramaian.

Berdasarkan pemaparan aspek di atas, untuk mengukur kesepian dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tiga aspek yang disampaikan oleh Russell (1996), yaitu *personality*, *soscial desirability loneliness* dan *depression loneliness*.

3. Faktor-Faktor Kesepian

Menurut Peplau dan Perlman (1982), terdapat dua kelompok utama penyebab kesepian, yaitu peristiwa pemicu (*precipitating events*) dan faktor-faktor yang membuat seseorang cenderung merasa kesepian atau terus menerus merasa kesepian seiring waktu (*predisposing and maintaining factors*).

a. Peristiwa Pemicu (*Precipitating Events*)

Kesepian dapat timbul akibat berbagai perubahan atau peristiwa dalam kehidupan individu yang menyebabkan hubungan sosial berkurang atau tidak lagi memenuhi kebutuhan emosional. Perubahan tersebut dapat berupa berakhirnya



©

Hak Cipta milik IN Suska Riau State Islamic University Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

hubungan dekat akibat kematian, perceraian, atau perpisahan jarak jauh, seperti saat seseorang pindah ke lingkungan baru atau tinggal terpisah dari orang-orang terdekat. Kesepian tidak hanya dipengaruhi oleh jumlah hubungan sosial yang dimiliki seseorang, tetapi juga oleh kualitas interaksi dan tingkat kepuasan dalam relasi sosial, yang apabila tidak terpenuhi dapat menimbulkan perasaan kesepian.

Perubahan kebutuhan sosial individu juga dapat menjadi pemicu. Seiring perkembangan kehidupan, kebutuhan akan hubungan sosial dapat berubah. Misalnya, pada masa transisi kehidupan, seperti memasuki usia dewasa, perubahan pekerjaan, atau situasi penuh tekanan. Individu mungkin membutuhkan kedekatan sosial yang lebih besar, namun tidak selalu memiliki hubungan yang dapat memenuhi kebutuhan tersebut. Dengan demikian, kesepian dapat muncul karena ketidakseimbangan antara harapan dan realitas hubungan sosial, baik karena kurangnya hubungan aktual maupun karena meningkatnya kebutuhan akan kedekatan emosional yang tidak terpenuhi.

b. Faktor Predisposisi dan Pemelihara (*Predisposing and Maintaining Factors*)

Terdapat berbagai faktor pribadi dan situasional yang membuat seseorang lebih rentan mengalami kesepian, serta sulit untuk membangun kembali hubungan sosial yang memuaskan. Menurut Peplau dan Perlman (1982), berbagai penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa karakteristik pribadi yang konsisten terkait dengan kesepian. Individu yang kesepian umumnya bersifat pemalu, introvert, memiliki harga diri rendah, atau kurang dalam keterampilan sosial dan cenderung mengalami kesulitan dalam membentuk serta mempertahankan hubungan yang memuaskan. Kondisi ini dapat mengurangi peluang interaksi sosial dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memperkuat perasaan keterasingan. Dari karakteristik pribadi ini, dapat menyebabkan kesepian melalui beberapa cara:

- 1) Mengurangi daya tarik sosial individu, sehingga membatasi peluang untuk membangun hubungan sosial.
- 2) Memengaruhi perilaku sosial seseorang yang kemudian mengarah pada pola interaksi yang tidak memuaskan.
- 3) Menentukan cara individu bereaksi terhadap perubahan dalam hubungan sosialnya, yang berdampak pada efektivitas dalam menghindari atau mengatasi kesepian.

Disisi lain, faktor budaya dan situasional juga turut berperan dalam kesepian. Masyarakat dengan nilai-nilai budaya yang menekankan individualisme, kompetisi, dan kemandirian berlebihan dapat melemahkan rasa kebersamaan dan memperparah kesepian. Selain itu, lingkungan fisik yang tidak mendukung interaksi sosial, seperti isolasi fisik dan kurangnya kedekatan sosial di tempat tinggal atau kerja, juga dapat meningkatkan kesepian.

Secara keseluruhan, Peplau dan Perlman (1982) menegaskan bahwa kesepian dipengaruhi oleh interaksi antara faktor pribadi, sosial, dan lingkungan. Kesepian muncul ketika kebutuhan sosial individu tidak seimbang dengan kondisi sosial yang dihadapinya, baik karena kehilangan hubungan, keterbatasan dukungan, maupun rendahnya kemampuan adaptasi terhadap perubahan sosial.

Faktor-faktor kesepian lainnya juga ditemukan dalam beberapa penelitian, diantaranya:

© Hak cipta milik **IN SUSKA RIAU**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

a. Usia

Penelitian Hawley, dkk. (2022) menemukan bahwa kesepian dapat dialami oleh individu pada seluruh rentang usia dengan dinamika yang berbeda-beda. Pada usia muda, kesepian sering kali muncul akibat perubahan sosial dan pencarian identitas diri. Individu ditahap ini sedang berusaha membangun kemandirian, mencari penerimaan sosial, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, seperti saat mulai kuliah, bekerja, atau hidup jauh dari keluarga. Kebutuhan akan penerimaan sosial yang tinggi, namun belum diimbangi dengan kemampuan mengelola penolakan atau kegagalan sosial. Akibatnya, individu muda lebih rentan merasa kesepian, terutama saat ekspektasi terhadap hubungan sosial tidak sesuai dengan kenyataan.

Pada usia dewasa pertengahan, tingkat kesepian cenderung menurun karena individu biasanya telah memiliki stabilitas sosial dan emosional yang lebih baik, seperti pekerjaan tetap, pasangan, dan lingkungan sosial yang mapan. Meski demikian, kesepian dapat muncul kembali ketika individu menghadapi stres peran ganda (tanggung jawab pekerjaan, keluarga, dan sosial) atau ketika terjadi konflik dalam hubungan interpersonal yang menimbulkan jarak emosional dalam relasi sosialnya.

Pada usia lanjut, kesepian dapat meningkat kembali, namun dengan mekanisme yang berbeda dibandingkan usia muda. Lansia umumnya memiliki jaringan sosial yang lebih kecil akibat kehilangan pasangan, pensiun, atau keterbatasan fisik, tetapi mereka juga memiliki kematangan emosi serta kemampuan regulasi diri yang lebih baik sehingga lebih mampu mengelola

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesepian secara adaptif. Kesepian pada lansia biasanya lebih bersifat eksistensial, terkait dengan kehilangan, keterbatasan peran sosial, dan pencarian makna hidup, bukan karena penolakan sosial seperti pada usia muda. Secara keseluruhan, Hawkley, dkk. (2022) menemukan bahwa pola kesepian sepanjang rentang kehidupan membentuk kurva U terbalik, relatif tinggi pada masa muda, menurun pada usia pertengahan, dan meningkat kembali pada usia lanjut, yang menunjukkan bahwa kesepian merupakan hasil interaksi antara kebutuhan sosial, kemampuan adaptasi, serta perubahan konteks kehidupan individu.

b. Gender

Perbedaan gender ditemukan memengaruhi pengalaman kesepian dengan hasil penelitian yang bervariasi. Penelitian Akin (2010), Al-Khatib (2012), serta Hadianti dan Eryani (2020) menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih rentan terhadap kesepian karena memiliki sensitivitas emosional yang lebih tinggi dan kecenderungan untuk menilai hubungan sosial secara lebih mendalam. Ketika relasi sosial tidak sesuai harapan atau dukungan emosional berkurang, perempuan lebih mudah mengalami kesepian karena keterlibatan emosional yang tinggi dalam hubungan interpersonal. Sebaliknya, penelitian Wardani dan Septiningsih (2016) menemukan bahwa laki-laki justru lebih kesepian karena norma sosial menuntut mereka untuk tampak kuat dan mandiri, sehingga cenderung menekan ekspresi emosional dan jarang mencari dukungan sosial. Kondisi ini dapat membuat laki-laki lebih sulit membangun kedekatan emosional dengan orang lain, yang pada akhirnya meningkatkan risiko kesepian. Namun, penelitian Marisa dan Afriyeni

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

(2019); Yunita, dkk. (2022) menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam tingkat kesepian.

c. Kondisi Merantau

Kondisi merantau merupakan faktor yang berpengaruh terhadap munculnya kesepian, terutama pada mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarga dan lingkungan asalnya. Mahasiswa perantau dihadapkan pada tantangan adaptasi dengan budaya serta lingkungan baru yang sering kali menimbulkan perasaan terasing dan berkurangnya dukungan sosial dari keluarga dan teman dekat. Proses adaptasi yang sulit, serta keterbatasan dukungan emosional dapat memperkuat perasaan kesepian akibat hilangnya kelekatan sosial dengan lingkungan asalnya (Pratiwi, 2019; Repi, 2023; Paramitadewi & Simarmata, 2024; Sembiring & Bajirani, 2024; Allo & Soetjiningsih, 2025). Diperkuat oleh penelitian Marisa dan Afriyeni (2019), bahwa individu yang merantau menghadapi tekanan sosial dan emosional yang lebih tinggi, terutama ketika belum memiliki jaringan sosial baru yang kuat di tempat perantauan. Dengan demikian, semakin sulit individu menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya, semakin besar pula kemungkinan munculnya perasaan kesepian.

d. Dukungan sosial

Penelitian Aldila dan Mudjiran (2019) menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kesepian. Hasil penelitian mereka memperlihatkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu, maka semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan. Dukungan sosial yang diperoleh dapat berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik **INSTITUT SAINS DAN TEKNOLOGI SUSKA RIAU**

maupun informatif, yang berperan dalam membuat individu merasa diperhatikan, dihargai, dan tidak terasing dari lingkungannya. Dukungan sosial yang memadai membantu individu menghadapi tekanan psikologis serta meningkatkan rasa keterhubungan dengan orang lain. Sejalan dengan itu, penelitian Nurdiani dan Mulyono (2019) juga menemukan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap perasaan kesepian, dimana individu yang menerima dukungan sosial lebih tinggi, baik secara emosional maupun sosial, cenderung memiliki tingkat kesepian yang lebih rendah. Hubungan sosial yang positif dan adanya penerimaan dari lingkungan membantu individu merasa lebih dimengerti dan didukung, sehingga menurunkan risiko kesepian.

e. Welas diri

Welas diri merupakan kemampuan individu untuk memperlakukan diri dengan kasih sayang, menerima kekurangan diri, serta menjaga keseimbangan emosi dalam menghadapi kesulitan (Neff, 2003). Dari hasil penelitian Akin (2010), Marisa dan Afriyeni (2019), serta Repi (2023) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat welas diri yang tinggi cenderung mengalami kesepian yang lebih rendah. Hal ini karena welas diri membantu individu mengembangkan pandangan positif terhadap diri sendiri, sehingga mengurangi perasaan negatif terhadap diri sendiri; menyadari bahwa penderitaan merupakan bagian alami dari kehidupan manusia, sehingga tidak merasa sendirian dalam menghadapi masalah; serta membantu individu menjaga keseimbangan emosi dan tidak larut dalam pikiran negatif. Dengan demikian, welas diri dapat menumbuhkan penerimaan diri dan koneksi sosial yang lebih sehat, yang pada akhirnya menurunkan tingkat kesepian.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

f. Efikasi diri

Efikasi diri berperan penting dalam menentukan sejauh mana individu merasa mampu menghadapi tantangan sosial dan emosional (Bandura, 1997). Temuan penelitian yang dilakukan oleh Al-Khatib (2012) dan Ramos, dkk. (2022) menunjukkan bahwa individu dengan efikasi diri rendah sering merasa tidak mampu menyesuaikan diri atau menjalin hubungan sosial yang bermakna. Kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri menyebabkan individu menghindari interaksi sosial, menarik diri, dan akhirnya merasakan kesepian. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri tinggi lebih percaya diri untuk berinteraksi, menghadapi penolakan sosial, serta membangun relasi yang positif, sehingga mampu menurunkan tingkat kesepian.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kesepian, antara lain peristiwa pemicu (*precipitating events*), faktor predisposisi serta pemelihara (*predisposing and maintaining factors*), usia, gender, welas diri dan efikasi diri. Fokus penelitian ini akan diarahkan pada welas diri dan efikasi diri yang akan dijelaskan secara mendalam pada sub bab terpisah.

B. Welas Diri

1. Definisi Welas Diri

Welas diri dalam kajian ini merupakan terjemahan kata dari *self-compassion* yang dirumuskan oleh Neff (2003). Neff menyatakan bahwa welas diri adalah gagasan yang berasal dari psikologi Buddha, yang menekankan pentingnya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengasihi diri sendiri dengan cara yang sama seperti merasa kasihan terhadap orang lain yang sedang mengalami kesulitan. Konsep ini menekankan pentingnya memperlakukan diri sendiri dengan kasih sayang, terutama saat menghadapi kegagalan, penderitaan, atau kekurangan pribadi. Neff mendefinisikan welas diri sebagai kemampuan individu untuk menerima dirinya secara utuh, bersikap empatik terhadap kesulitan yang dialami, serta memahami bahwa penderitaan adalah bagian dari pengalaman manusia secara universal. Individu yang memiliki welas diri tidak menghakimi diri secara berlebihan, melainkan mendorong perubahan diri melalui penerimaan dan empati, bukan dengan kritik keras atau hukuman terhadap diri sendiri.

Menurut Hidayati (2015), welas diri merupakan karakteristik pribadi yang mencakup kemampuan menerima diri sendiri, sehingga menghasilkan rasa ketenangan, empati, kepekaan, kehangatan, dan kesabaran dalam menghadapi tantangan atau saat berinteraksi dengan orang lain. Sementara itu, menurut Fachrial dan Maulydia (2023), welas diri merupakan konsep yang melibatkan upaya menjaga kesehatan dan kesejahteraan pribadi, serta mendorong individu mengambil langkah-langkah proaktif untuk melakukan perubahan positif dalam hidup. Menurut Repi (2019), welas diri adalah kemampuan dan sikap menghadirkan kebaikan pada diri sendiri ketika menghadapi tantangan atau kesulitan dalam kehidupan.

Berdasarkan konsep welas diri yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa welas diri adalah konsep mengasihi diri sendiri seperti seseorang mengasihi orang lain yang mengalami kesulitan, berbaik hati pada diri



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

sendiri, memahami kesulitan tanpa menghakimi diri namun tetap mendorong terjadinya perubahan perilaku menjadi lebih positif tanpa menyakiti diri sendiri dan orang lain.

2. Aspek Welas Diri

Neff (2003) menjelaskan welas diri terdiri dari tiga aspek yakni sebagai berikut:

a. *Self-kindness vs Self-judgment*

Self-kindness adalah kemampuan seseorang untuk memahami dan memberikan makna pada kegagalan. *Self-kindness* melibatkan penerimaan diri dengan kasih sayang dan kebahagiaan bahkan dalam kondisi terburuk, menciptakan rasa nyaman bagi diri sendiri. Konsep ini berlawanan dengan *self-judgment*, yang melibatkan sikap permusuhan, rendah diri, dan kritik terhadap diri sendiri.

b. *Common humanity vs Isolation*

Common humanity adalah kemampuan seseorang untuk menghargai pemikiran, perasaan, dan perilaku orang lain yang beragam. Melalui konsep ini, seseorang dapat melihat kegagalan atau masalah dari perspektif yang lebih luas, menyadari bahwa pengalaman tersebut bukan hanya dialaminya sendiri, tetapi merupakan bagian alami dari pengalaman manusia secara umum. Hal ini berlawanan dengan perasaan *isolation*, dimana seseorang merasa bahwa hanya dirinya yang mengalami kesulitan dan merasa harus menanggungnya sendirian, yang sering kali menyebabkan perasaan malu dan upaya untuk mengisolasi diri.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. *Mindfulness vs Over-identification*

Mindfulness adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan pikiran saat menghadapi situasi stres atau penderitaan. Konsep ini menekankan pengamatan segala sesuatu secara obyektif dan efektif tanpa dilebih-lebihkan atau dikurangi.

Mindfulness bertentangan dengan *over-identification*, yang merupakan kehilangan kendali atas emosi.

Peneliti menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Neff, (2003) dalam penelitian ini, yaitu *self-kindness vs self-judgment; common humanity vs isolation; mindfulness vs over-identification*.

C. Efikasi Diri

1. Definisi Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan, terutama dalam situasi yang penuh tekanan atau sulit guna mencapai hasil yang diinginkan (Bandura, 1997). Keyakinan ini memengaruhi cara individu berpikir, merasa, memotivasi diri, dan bertindak saat menghadapi tantangan. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih gigih, tahan terhadap kegagalan, serta mampu mengelola stres dengan lebih baik. Sejalan dengan itu, Luszczynska, dkk. (2005) menyatakan bahwa efikasi diri mencerminkan sejauh mana seseorang yakin mampu menghadapi situasi sulit dan menekan secara efektif. Cassidy (2015) juga menegaskan bahwa efikasi diri yang kuat berkaitan dengan peningkatan motivasi, ketekunan, serta kecenderungan untuk menolak pikiran negatif tentang kemampuan diri. Oleh karena itu, efikasi diri menjadi aspek penting



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam pengembangan daya tahan psikologis individu, terutama dalam konteks adaptasi sosial dan emosional.

Berdasarkan penjelasan efikasi diri yang telah dikemukakan maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk mengatasi situasi tertentu dan mencapai hasil yang diharapkan, yang secara signifikan memengaruhi cara individu berpikir, memotivasi diri, bertindak, serta bertahan dalam menghadapi tantangan hidup.

2. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Menurut Bandura, (1997) efikasi diri memiliki tiga aspek, yakni sebagai berikut:

- a. *Magnitude*, berkaitan dengan tingkat kesulitan suatu tugas. Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi akan yakin mampu mengatasi tugas-tugas bahkan dalam kondisi kesulitan yang tinggi.
- b. *Generality*, mengacu pada seberapa luasnya bidang perilaku yang dipengaruhi oleh efikasi diri. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan percaya bahwa ia mampu mengatasi berbagai jenis tugas, bukan hanya terbatas pada tugas-tugas tertentu.
- c. *Strength*, berkaitan dengan kekuatan keyakinan individu untuk bertahan dan mengatasi berbagai tugas serta tantangan yang dihadapinya. Orang dengan efikasi diri yang kuat akan gigih dalam usahanya menghadapi berbagai kesulitan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Berbeda dengan Bandura, Schwarzer dan Jerusalem (dalam Novrianto, dkk., 2019) memperkenalkan konsep efikasi diri yang lebih menyeluruh, yang disebut *General Self-Efficacy* (GSE). Konsep ini dikembangkan dengan mengacu pada teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura (1997). GSE dipahami sebagai keyakinan yang luas dan stabil terhadap kemampuan individu untuk menghadapi berbagai situasi menekan secara efektif. Konsep ini dipandang sebagai satu kesatuan yang bersifat *unidimensional*, sehingga tidak dikategorikan ke dalam dimensi-dimensi terpisah, melainkan hanya merepresentasikan satu aspek tunggal, yaitu *general self-efficacy*.

Berdasarkan pemaparan oleh kedua ahli sebelumnya, maka peneliti menggunakan konsep *general self-efficacy* (GSE) yang dikemukakan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995), yang hanya merepresentasikan satu aspek, yaitu *general self-efficacy*.

D. Dinamika Mahasiswa Rantau

Merantau merupakan fenomena sosial-budaya yang telah lama hidup dalam masyarakat Indonesia. Secara etimologis, kata rantau merujuk pada wilayah di luar kampung halaman, sedangkan merantau berarti meninggalkan daerah asal untuk tinggal di daerah lain dalam jangka waktu tertentu (Naim dalam Debora, 2021). Kanto menjelaskan bahwa individu yang pergi merantau ke kota, wilayah atau bahkan negeri lain dalam kurun waktu tertentu disebut perantau (dalam Debora, 2021). Secara umum, merantau dipahami sebagai perpindahan individu dari daerah asal ke daerah lain untuk memperoleh kehidupan yang lebih baik, dalam aspek

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

ekonomi, pendidikan, maupun sosial (Debora, dkk., 2021). Menurut Mochtar Naim, merantau memiliki enam unsur pokok yaitu, dilakukan dengan kemauan sendiri, berlangsung dalam jangka waktu lama atau singkat, bertujuan mencari penghidupan, menuntut ilmu, atau pengalaman, biasanya dengan niat kembali, dan dipandang sebagai lembaga sosial yang membudaya (dalam Kamaruzzaman, 2019). Berbeda dari migrasi yang lebih bersifat administratif, merantau mengandung dimensi budaya karena erat kaitannya dengan pembentukan jati diri, nilai sosial dan adat yang mendasarinya (Oktaviani, dkk., 2022). Dalam konteks budaya Minangkabau, merantau bahkan dianggap sebagai bagian dari proses pendewasaan, yang tidak hanya diukur dari jarak fisik perpindahan, tetapi juga makna perjalanan dalam mencapai kemajuan, memperluas jaringan sosial, dan memperkuat identitas diri (Marta, 2014; Kamaruzzaman, 2019). Dengan demikian, merantau dapat dipahami bukan hanya sebagai mobilitas geografis, melainkan juga sebagai proses transformasi personal dan sosial yang sarat dengan nilai budaya, yang menekankan keberanian meninggalkan zona nyaman, dengan harapan mencapai kehidupan yang lebih baik.

Pada masa lalu, merantau umumnya dilakukan untuk mencari penghidupan atau berdagang, dengan tujuan kembali membangun kampung halaman. Namun, dalam konteks modern, orientasi merantau bergeser pada pencarian pendidikan berkualitas serta peluang kerja yang lebih baik, meskipun tidak selalu berorientasi pulang (Oktaviani, dkk., 2022). Secara budaya, khususnya pada masyarakat Minangkabau, merantau juga menjadi sarana memperluas wawasan, memperkuat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penghargaan terhadap adat, serta melatih kemandirian dengan keluar dari zona nyaman (Debora, 2021).

Dalam konteks pendidikan tinggi, merantau bagi mahasiswa merupakan suatu kebiasaan yang dijalani baik oleh laki-laki maupun perempuan. Tujuan utamanya adalah menuntut ilmu sebagai jalan memperbaiki kehidupan di masa depan (Marta, 2014; Debora, 2021). Motif merantau sangat menentukan perilaku mahasiswa selama di perantauan. Mereka yang memiliki motif kuat, seperti keinginan meraih kesuksesan, cenderung lebih tekun menyelesaikan studi dan gigih mencapai cita-cita hidupnya. Sebaliknya, motif yang lemah dapat menghambat proses adaptasi dan perkembangan diri (Marta, 2014). Hal ini menunjukkan bahwa dinamika merantau tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal, tetapi juga kekuatan motif internal.

Selama perantauan, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tantangan yang kompleks, mulai dari beradaptasi dengan lingkungan fisik dan sosial yang baru, hingga berhadapan dengan norma, budaya, serta kebiasaan masyarakat setempat yang berbeda dengan daerah asal (Wu, dkk., 2015). Proses adaptasi ini seringkali menimbulkan pengalaman yang beragam, seperti pengalaman positif maupun negatif. Banyak mahasiswa yang merasakan kesulitan, kegagalan, bahkan keterasingan diawal perantauan, namun pengalaman tersebut menjadi ajang pembelajaran untuk meningkatkan ketahanan diri. Di sisi lain, keberhasilan menuntut ilmu atau menembus perguruan tinggi ternama memberi kebanggaan tersendiri, baik bagi diri mahasiswa maupun keluarga di kampung halaman

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

(Debora, 2021). Prestise sosial ini menjadi sumber motivasi yang memperkuat daya juang mahasiswi perantau.

Dinamika merantau juga mencakup aspek gender. Dalam budaya Minangkabau, pada awalnya dukungan bagi perempuan untuk merantau relatif terbatas karena dianggap lebih sesuai dilakukan laki-laki. Akan tetapi, seiring meningkatnya kesadaran akan pentingnya pendidikan, keluarga tetap memberikan izin bagi anak perempuan setelah melalui pertimbangan mengenai cita-cita dan masa depan mereka (Debora, 2021). Kondisi ini menunjukkan adanya perubahan nilai sosial yang memungkinkan perempuan semakin banyak berpartisipasi dalam tradisi merantau.

Dengan demikian, dinamika mahasiswi perantau mencakup berbagai dimensi, mulai dari tujuan dan motif, proses adaptasi sosial-budaya, pengalaman positif maupun negatif, hingga perbedaan gender dalam akses kesempatan. Merantau tidak hanya menjadi sarana memperoleh pendidikan, tetapi juga wahana pembentukan kemandirian, ketahanan diri, dan kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan hidup. Perjalanan merantau melatih individu keluar dari zona nyaman, beradaptasi dengan lingkungan baru, serta belajar dari kegagalan maupun keberhasilan, yang pada akhirnya memperkaya pengalaman hidup mereka.

E. Kerangka Berpikir

Merantau diartikan sebagai perpindahan seseorang dari wilayah asalnya untuk menetap di wilayah baru, dengan tujuan mencari penghidupan, menuntut

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

ilmu, atau mendapatkan pengalaman, yang dilakukan dalam jangka waktu yang tidak ditentukan (Debora, dkk., 2021; Mala, 2021). Dalam hal ini, mahasiswa memutuskan untuk merantau karena ingin melanjutkan pendidikan tinggi serta memperoleh kualitas pendidikan yang dianggap lebih baik dibandingkan dengan yang tersedia di daerah asalnya (Oktaviani, dkk., 2022). Namun, keputusan untuk merantau turut disertai berbagai tantangan, salah satunya adalah proses adaptasi dengan lingkungan baru. Proses adaptasi ini tidak selalu berjalan mulus, sehingga dapat memicu rasa keterasingan, kerinduan pada keluarga, dan ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang terjalin (Wu, dkk., 2015; Repi, 2023). Kondisi tersebut dapat memicu timbulnya kesepian, yang dipahami sebagai persepsi subjektif yang muncul akibat ketidaksesuaian antara kualitas atau kedekatan dalam hubungan sosial yang dimiliki dengan yang diharapkan (Russell dkk., 1984).

Beberapa penelitian terdahulu, seperti yang dilakukan Al-Khatib, 2012; Octaviany, 2019; serta Hadianti dan Eryani, 2020, menunjukkan bahwa perempuan memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap kesepian dibandingkan laki-laki, karena kecenderungan mereka menempatkan kualitas relasi sosial sebagai prioritas utama, memiliki harapan tinggi terhadap hubungan yang mendalam, dan lebih terbuka mengekspresikan perasaan kesepian. Kondisi ini memperkuat urgensi untuk mengkaji kesepian pada mahasiswa perantau, yang menghadapi tantangan adaptasi di lingkungan baru sekaligus memiliki karakteristik psikososial yang membuat mereka lebih rentan terhadap kesepian.

Menurut Russell (1996), kesepian terdiri dari aspek kepribadian, kebutuhan keterhubungan sosial, dan kondisi psikologis seperti depresi. Mahasiswa perantau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

dengan kepribadian seperti introvert akan lebih rentan mengalami kesepian, karena cenderung menarik diri, lebih sulit memulai interaksi, dan membutuhkan waktu lebih lama untuk membangun hubungan baru. Kemudian, kebutuhan akan keterhubungan sosial dapat terlihat dimana kegagalan dalam membangun relasi sosial yang mendalam dapat menimbulkan perasaan terisolasi atau tidak diterima. Terakhir, kondisi psikologis depresi, muncul melalui kesulitan berinteraksi, rasa tidak berharga, dan kesedihan yang mendalam sehingga individu merasa terasing meskipun berada di tengah keramaian yang semakin memperburuk kondisi psikologisnya.

Menurut Neff (2003), salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kesepian adalah dengan mengembangkan welas diri. Welas diri merupakan kemampuan untuk memperlakukan diri dengan kebaikan saat menghadapi penderitaan, disertai kesadaran bahwa kesulitan adalah bagian dari pengalaman manusia yang universal, serta menjaga keseimbangan emosi tanpa menghakimi diri (Neff, 2003). Welas diri sebagai strategi *coping* adaptif yang dapat dilakukan serta dilatih secara mandiri (Neff, 2003), dapat membantu mahasiswa perantau bersikap penuh kasih, menerima dirinya secara utuh, serta memahami bahwa kesulitan merupakan bagian dari kehidupan manusia, sehingga tidak terjebak dalam pikiran negatif. Konsep ini dijelaskan lebih lanjut oleh Neff dalam kerangka teori welas diri, dimana ketiga aspeknya berperan langsung pada sumber-sumber psikologis yang memicu kesepian. *Self-kindness* menumbuhkan sikap penuh kasih terhadap diri, dan pengertian, serta mengurangi kecenderungan menyalahkan diri dengan meningkatkan penerimaan diri, sehingga individu tidak

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terjebak dalam perasaan tidak layak atau tidak dicintai yang menjadi pemicu kesepian (Neff, 2003; Akin, 2010). *Common humanity* membantu individu menyadari bahwa penderitaan dan kesulitan adalah bagian dari pengalaman manusia yang universal. Pemahaman ini mengubah persepsi individu, bahwa kesulitan tidak hanya dialami oleh dirinya sendiri, tetapi juga dialami oleh individu lain pada umumnya. Kesadaran ini membantu individu merasa terhubung dengan sesama, sehingga menekan rasa keterasingan yang membuat individu merasa kesepian (Pratiwi, dkk., 2019; Repi, 2023). Terakhir *mindfulness* yang menjaga keseimbangan emosi dengan membantu individu mengamati pengalaman emosional secara sadar tanpa penolakan atau berlarut berlebihan pada peristiwa yang tidak menyenangkan. Kesadaran ini memungkinkan individu mengelola pikiran dan emosi negatif yang berkaitan dengan kesepian secara lebih adaptif, sehingga mencegah munculnya pola pikir negatif yang memperkuat kesepian (Germer & Neff, 2013).

Uraian di atas menjelaskan bahwa, welas diri menjadi sumber daya psikologis penting yang secara teoritis relevan untuk membantu individu, khususnya mahasiswa perantau dalam mengelola dan mengurangi kesepian. Pernyataan ini diperkuat oleh hasil penelitian Marisa dan Afriyeni, (2019); Pratiwi, dkk., (2019) dan Repi (2023), yang menyatakan bahwa welas diri terbukti berperan dalam menurunkan kesepian pada mahasiswa rantau dengan meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.

Selain welas diri, faktor penting lain yang berperan dalam mengurangi kesepian adalah efikasi diri (Al-Khatib, 2012; Ramos, dkk., 2012). Efikasi diri

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

merupakan modal psikologis positif yang mencerminkan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan (Luthans, dkk., 2004). Mahasiswa rantau dengan efikasi diri yang tinggi cenderung lebih yakin terhadap kemampuannya menghadapi berbagai tantangan, baik sosial maupun akademik, sehingga lebih percaya diri dalam menjalin dan mempertahankan hubungan sosial. Konsep ini dijelaskan lebih lanjut oleh Bandura (1997) serta Utami dan Helmi (2017) dalam kerangka teori efikasi diri yang mencakup 3 aspek, yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength*, yang masing-masing dari aspek tersebut berperan dalam mengurangi kesepian pada mahasiswa perantau.

Magnitude, mencerminkan keyakinan individu dalam mengatasi kesulitan dari tugas yang ia hadapi, membuat mahasiswa lebih percaya diri untuk terlibat dalam situasi sosial yang menantang. Mahasiswa dengan *magnitude* tinggi tidak mudah menghindar dari interaksi sosial baru, sehingga peluang membangun koneksi meningkat dan risiko kesepian berkurang. *Generality*, menunjukkan sejauh mana keyakinan diri dapat diterapkan diberbagai situasi, memungkinkan mahasiswa beradaptasi dengan cepat terhadap perbedaan budaya dan norma sosial di lingkungan perantauan. Kemampuan beradaptasi ini membantu individu merasa lebih diterima dan terintegrasi dalam komunitas baru, sehingga menurunkan perasaan terisolasi. Kemudian, *strength* menggambarkan ketahanan individu dalam mempertahankan keyakinan diri meski menghadapi hambatan atau kegagalan sosial. Mahasiswa dengan *strength* tinggi cenderung gigih menjalin hubungan sosial meskipun pernah mengalami penolakan atau kesalahpahaman,

©

sehingga menjaga keberlanjutan dukungan sosial yang berperan penting dalam mengurangi kesepian.

Ketiga aspek efikasi diri yang telah dijelaskan sebelumnya, berperan penting dalam memperluas koneksi sosial, sekaligus menjadi pelindung psikologis yang menekan risiko isolasi dan kesepian pada mahasiswa rantau. Konsep ini kemudian disederhanakan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1982) menjadi *general self-efficacy* (GSE), yang hanya mengukur satu aspek tunggal, sehingga bersifat unidimensional. Temuan empiris oleh Al-Khatib (2012) dan Ramos, dkk. (2022) juga menyatakan bahwa efikasi diri berkontribusi signifikan dalam mencegah kesepian dengan memperkuat kemampuan adaptasi sosial, yang sangat relevan bagi mahasiswa perantau yang menghadapi tuntutan lingkungan baru. Sebaliknya, jika mahasiswa memiliki efikasi diri yang rendah, akan membuatnya cenderung menarik diri, menghindari interaksi, dan rentan mengalami kesepian.

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan, welas diri menjadi strategi *coping* dalam membantu mahasiswa mengelola perasaan negatif dan menghadapi tantangan dengan sikap lebih positif (Neff, 2003). Mahasiswa dengan welas diri yang tinggi lebih menerima diri sendiri, tidak terlalu keras menghakimi diri, dan lebih terbuka terhadap dukungan, sehingga kecil kemungkinan merasa terisolasi (Akin, 2010). Sementara itu, efikasi diri sebagai modal psikologis berperan dalam membangun kepercayaan diri untuk menghadapi tantangan sosial dan lebih proaktif dalam menjalin hubungan bermakna (Ramos, 2022). Secara keseluruhan, welas diri membantu mengatasi kesepian dari aspek emosional dengan meningkatkan penerimaan diri, sedangkan efikasi diri berperan dalam aspek

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 perilaku dengan mendorong interaksi sosial. Keduanya saling mendukung dalam membantu mahasiswa perantau menghadapi kesepian

Untuk menghindari perasaan kesepian, mahasiswa perantau perlu memiliki sikap welas diri dan efikasi diri sebagai sumber daya psikologis utama. Welas diri berperan dalam menjaga penerimaan diri dan ketahanan emosional, sedangkan efikasi diri mendorong inisiatif dan keberanian membangun hubungan sosial. Sehingga, ketika kedua aspek ini berkembang dengan baik, individu mampu menjalin relasi yang bermakna dan merasa lebih terhubung dengan orang lain, serta memiliki pandangan diri yang positif, yang berimplikasi pada berkurangnya tingkat kesepian. Kombinasi keduanya menjadi strategi efektif dalam mencegah kesepian.

F. Hipotesis

Berdasarkan kajian kepustakaan dan kerangka berpikir yang telah dijabarkan, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah welas diri dan efikasi diri memiliki peran terhadap kesepian pada mahasiswa yang merantau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Sahir (2021) penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menggunakan alat analisis statistik untuk mengolah data, sehingga data yang diperoleh dan hasil yang didapatkan berupa angka. Selanjutnya, pada penelitian ini menggunakan metode korelasional. Metode penelitian korelasional adalah jenis penelitian yang mempelajari tingkat hubungan antara dua atau lebih variabel berdasarkan koefisien korelasi. Analisis korelasional menekankan pada pengaruh atau hubungan antara variabel-variabel tersebut (Sahir, 2021). Melalui analisis hubungan antar variabel, peneliti dapat menafsirkan bagaimana peran suatu variabel tercermin melalui pengaruhnya terhadap variabel lain.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan kualitas yang ingin dipelajari oleh peneliti untuk kemudian ditarik kesimpulan dari hasil pengamatan terhadap variabel tersebut (Kidder, dalam Abubakar, 2021). Dalam penelitian ini, terdiri atas variabel dependen dan variabel independen. Variabel independen adalah variabel yang memengaruhi variabel lain, sedangkan variabel dependen adalah variabel yang muncul sebagai akibat dari variabel independen. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



©

- Hak Cipta milik UIN Suska Riau**
1. Variabel Independen (X): welas diri dan efikasi diri.
 2. Variabel Dependen (Y): kesepian

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah proses mendefinisikan variabel penelitian sedemikian rupa sehingga variabel tersebut menjadi spesifik (tidak memiliki interpretasi ganda) dan dapat diukur (Danuri & Maisaroh, 2019). Definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Kesepian

Kesepian adalah perasaan subjektif yang muncul ketika mahasiswa perantau merasa kekurangan dalam hubungan sosial, baik secara kuantitas maupun kualitas, yang terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara harapan individu terhadap hubungan yang diinginkan dengan kenyataan hubungan yang dimiliki sehingga mengakibatkan perasaan terisolasi, sendirian, atau menjauh dari orang lain selama di perantauan.

Kesepian diukur berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Russel (1996) yakni:

- a. *Personality*, yaitu kepribadian atau karakteristik yang memengaruhi cara berpikir, merasa, dan berperilaku.
- b. *Social desirability*, yaitu keinginan sosial terhadap hubungan sosial yang diharapkan tidak terpenuhi.
- c. *Depression*, yaitu perasaan sedih, tidak berharga, dan kehilangan semangat yang menjadi penyebab depresi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Skor yang diperoleh menggambarkan tingkat kesepian individu, di mana skor tinggi menunjukkan tingkat kesepian yang tinggi dan skor rendah menunjukkan tingkat kesepian yang rendah.

2. Welas Diri

Welas diri adalah kemampuan mahasiswa perantau dalam mengasihi diri sendiri saat menghadapi kesulitan tanpa menghakimi diri sendiri, mampu membangun dan mempertahankan hubungan sosial dan emosional dengan orang lain, terhindar dari perasaan terisolasi sehingga mampu mengelola stres dengan baik melalui pemikiran yang objektif.

Welas diri diukur menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Neff, (2003) yakni:

- a. *Self-kindness vs Self-judgment*, yaitu kemampuan individu untuk menerima diri dengan kasih sayang dan pengertian saat menghadapi kegagalan, yang berlawanan dengan kecenderungan mengkritik dan merendahkan diri sendiri.
- b. *Common humanity vs Isolation*, yaitu kesadaran bahwa penderitaan dan kegagalan merupakan bagian dari pengalaman manusia secara umum, yang berlawanan dengan perasaan terisolasi dan menganggap diri satu-satunya yang mengalami kesulitan.
- c. *Mindfulness vs Over-identification*, yaitu kemampuan untuk menjaga keseimbangan pikiran dan emosi tanpa larut berlebihan, yang berlawanan dengan kecenderungan terbawa emosi hingga kehilangan kendali diri.

Semakin tinggi skor welas diri yang dimiliki individu, maka semakin menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki tingkat welas diri yang tinggi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki mahasiswa perantau terhadap kemampuannya dalam menghadapi persoalan-persoalan, situasi penuh tekanan, atau tantangan dengan tetap percaya diri, mampu bertahan, dapat beradaptasi dalam berbagai situasi serta gigih dalam menjalin dan mempertahankan hubungan sosial.

Efikasi diri diukur menggunakan *General Self-Efficacy* yang dikemukakan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995) yang mengacu pada teori Bandura (1997), di mana aspek-aspek efikasi diri oleh Bandura dipandang sebagai satu kesatuan (*unidimensional*) dalam konstruk efikasi diri. Semakin tinggi skor efikasi diri yang dimiliki individu, maka semakin menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi diartikan sebagai keseluruhan variabel yang berkaitan dengan masalah yang diteliti, baik berupa orang maupun wilayah, yang menjadi sumber data untuk memperoleh informasi penelitian (Abubakar, 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau yang sedang menempuh pendidikan di UIN Suska Riau. Namun, dikarenakan tidak ada jumlah populasi yang pasti, maka populasi penelitian ini bersifat *inifit*. Populasi *infinite* adalah populasi yang jumlahnya tidak pernah diketahui dengan pasti atau populasi yang mengalami pertumbuhan atau perubahan secara terus-menerus (Danuri & Maisaroh, 2019).



© Hak cipta milik **UIN Suska Riau**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi dan karakteristiknya, yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi dalam suatu penelitian (Abubakar, 2021). Pada penelitian ini dalam menentukan jumlah sampel penelitian, peneliti menggunakan *a priori power analysis* melalui aplikasi *G-Power statistic for windows versions 3.1.9.7* (Faul, dkk., 2007) untuk menentukan sampel minimum. Hal ini dikarenakan cakupan populasi yang diteliti bersifat *infinit* sehingga diperlukan perhitungan kebutuhan jumlah sampel minimum. Peneliti menggunakan *medium effect size* dengan $f = 0.310$, $\alpha = 0.05$, $power = 0.95$ yang menghasilkan jumlah sampel minimum sebanyak 44 subjek. Dalam penelitian ini sampel yang diperoleh sebanyak 107 subjek.

3. Teknik Sampling

Pada penelitian ini, metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Abubakar (2021) menjelaskan bahwa *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel didasarkan pada keperluan peneliti yang dipilih dari populasi secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu sebab tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. Mahasiswa aktif S1 di UIN Suska Riau
- b. Mahasiswa rantau yang berasal dari luar Provinsi Riau


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Metode Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui instrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti sebagai alat bantu untuk mengumpulkan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala psikologi. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada 3 buah skala, yaitu *UCLA Loneliness Scale* (Versi 3), Skala Welas Diri (SWD) dan *General Self-Efficacy Scale*.

1. Skala Kesepian

Peneliti menggunakan alat ukur Skala *The University of California, Los Angeles Loneliness Scale Version 3* (UCLA LS version 3) yang dikembangkan oleh Russel (1996) dan telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Hudiyana, dkk. (2021). Skala ini bersifat *unidimensional*, artinya setiap aitem dalam skala tersebut dirancang untuk merepresentasikan satu kesatuan dimensi yang sama (Russel, 1996), sehingga seluruh pertanyaan atau pernyataan dianggap saling berhubungan dengan satu konsep yang diukur, tanpa memisahkannya menjadi aspek atau dimensi yang berbeda. Dengan kata lain, ketiga aspek yaitu *personality*, *sosial desirability*, dan *depression* digabung menjadi satu kesatuan dimensi.

Aitem pada skala ini terdiri dari 20 aitem yang menggunakan model skala Likert. Aitem terdiri dari *favorable* dan *unfavorable* dengan 4 pilihan jawaban. Pada aitem *favorable*, pilihan jawaban "Tidak pernah (TP)" diberi skor 1, "Jarang (J)" diberi skor 2, "Kadang-kadang (K)" diberi skor 3, dan "Sering (S)" diberi skor 4. Sedangkan pada aitem *unfavorable*, pilihan jawaban "Tidak pernah (TP)" diberi skor 4, "Jarang (J)" diberi skor 3, "Kadang-kadang (K)" diberi skor 2, dan "Sering (S)" diberi skor 1. *Blueprint* alat ukur *UCLA LS Versi 3* dapat dilihat pada tabel 3.1.

©

Tabel 3. 1*Blueprint Skala Adaptasi UCLA Loneliness Scale Version 3*

Aspek	Aitem	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
<i>Personality</i>		
<i>Sosial Desirability</i>	2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18,	1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20
<i>Depression</i>		
Jumlah	11	9

2. Skala Welas Diri

Welas diri diukur dengan menggunakan alat ukur Skala Welas Diri (SWD) yang merupakan hasil adaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Sugianto, dkk. (2020) dari skala *self-compassion* oleh Neff (2003). SWD terdiri dari 26 aitem yang disusun berdasarkan aspek *self kindness*, *self-judgment*, *common humanity*, *isolation*, *mindfulness*, dan *over-identification*.

Skala Welas Diri (SWD) dalam penelitian ini menggunakan model skala Likert dengan 5 pilihan jawaban. Untuk aitem *favorable*, pilihan jawaban terdiri dari HS (Hampir Selalu) dengan skor 5, S (Sering) dengan skor 4, K (Kadang-kadang) dengan skor 3, J (Jarang) dengan skor 2, dan HTP (Hampir Tidak Pernah) dengan skor 1. Sedangkan untuk aitem *unfavorable* dalam SWD di skor terbalik tidak mengikuti skoring *unfavorable* pada lazimnya, dengan pilihan jawaban yaitu HS (Hampir Selalu) dengan skor 1, S (Sering) dengan skor 2, K (Kadang-kadang) dengan skor 3, J (Jarang) dengan skor 4, dan HTP (Hampir Tidak Pernah) dengan skor 5. *Blueprint Skala Welas Diri (SWD)* untuk penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.2.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© **Tabel 3. 2**
Blueprint Skala Welas Diri (SWD)

Aspek	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self-Kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26		5
<i>Self-Judgement</i>		1, 8, 11, 16, 21	5
<i>Common Humanity</i>	3, 7, 10, 15		4
<i>Isolation</i>		4, 13, 18, 25	4
<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22		4
<i>Overidentification</i>		2, 6, 20, 24	4
Jumlah	13	13	26

3. Skala Efikasi Diri

Efikasi diri diukur dengan menggunakan alat ukur skala *General Self-Efficacy* (GSE) yang dikemukakan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Novrianto, dkk. (2019) dari skala *self-efficacy* oleh Bandura. GSE terdiri dari 10 aitem yang disusun dengan mengacu pada teori efikasi diri Bandura (1997) yang mencakup tiga aspek, yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength*. Ketiga aspek tersebut kemudian diintegrasikan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995) menjadi satu kesatuan konstruk yang bersifat *unidimensional*, sehingga setiap aitem pada skala GSE merepresentasikan ketiga aspek tersebut secara bersamaan.

Skala Efikasi Diri (GSE) dalam penelitian ini menggunakan jenis skala ordinal, dengan 5 pilihan jawaban. Pilihan jawaban terdiri dari STS (Sangat Tidak Sesuai) dengan skor 1, TS (Tidak Sesuai) dengan skor 2, N (Netral) dengan skor 3, CS (Cukup Sesuai) dengan skor 4, dan SS (Sangat Sesuai) dengan skor 5. *Blueprint Skala Efikasi Diri* (GSE) untuk penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.3.

**Tabel 3. 3***Blueprint Skala Efikasi Diri (GSE)*

Aspek	Aitem
<i>Magnitude</i>	
<i>Generality</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
<i>Strength</i>	
Jumlah	10

F. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum digunakan dalam penelitian yang sebenarnya, alat ukur diuji coba terlebih dahulu. Tujuannya adalah untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas sehingga hanya aitem-aitem yang layak yang akan digunakan sebagai alat ukur. Uji coba ini dilakukan pada mahasiswa rantau di UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan sampel sebanyak 45 orang, yang memiliki karakteristik sesuai dengan subjek penelitian, dari tanggal 17 Maret - 26 April 2025 secara *online* melalui *gform*.

1. Uji Validitas

Validitas mengacu pada sejauh mana alat ukur mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Validitas dilakukan untuk memastikan bahwa sebuah skala dapat menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan pengukurannya. Alat ukur dengan validitas tinggi akan menghasilkan kesalahan pengukuran yang kecil, artinya skor setiap subjek yang diperoleh dari alat ukur tidak akan jauh berbeda dengan skor yang sebenarnya (Azwar, 2015).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Menurut Azwar (2015), validitas isi adalah sejauh mana aitem-aitem tes mewakili komponen-komponen dalam keseluruhan area isi objek yang hendak diukur (aspek

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

representasi) dan sejauh mana aitem-aitem tes mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur (aspek relevansi). Dalam penelitian ini, validitas isi diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes menggunakan analisis rasional atau penilaian profesional, yang dalam hal ini dilakukan oleh dosen pembimbing.

2. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem digunakan untuk menentukan seberapa baik aitem dapat membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2015). Perhitungan daya beda aitem dilakukan dengan menggunakan teknik *Corrected Item-Total Correlation* melalui perhitungan koefisien korelasi antara skor setiap aitem dengan skor total skala, menggunakan bantuan program aplikasi *Statistical Package for Social Science version 26 (SPSS 26) for windows*. Dari perhitungan ini menghasilkan koefisien korelasi aitem–total (r_{ix}) untuk setiap aitem. Kriteria pemilihan aitem didasarkan pada ketentuan aitem dinyatakan valid apabila memiliki nilai $r_{ix} \geq 0,300$ (Azwar, 2015). Artinya apabila *Corrected aitem-Total Correlation* suatu aitem kurang dari 0,300, maka aitem tersebut tidak layak untuk dijadikan aitem pada alat ukur penelitian. Dengan demikian indeks daya beda yang diterapkan $\geq 0,300$.

Peneliti melakukan uji daya beda aitem pada skala adaptasi *The University of California, Los Angeles Loneliness Scale Version 3 (UCLA LS version 3)* yang terdiri dari 20 aitem. Hasil uji menunjukkan terdapat 4 aitem yang gugur karena memiliki koefisien korelasi item-total dibawah 0,3 ($r_{ix} \geq 0,3$), sehingga tersisa 16 aitem yang valid. Nilai koefesien korelasi aitem-total dari aitem-aitem yang tersisa berada dalam rentang 0,337 hingga 0,614. *Blueprint* hasil uji daya beda aitem dari

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
The University of California, Los Angeles Loneliness Scale Version 3 (UCLA LS version 3) dapat dilihat pada tabel 3. 4.

Tabel 3. 4

Blueprint Uji Daya Beda Aitem Skala Adaptasi UCLA Loneliness Scale Version 3 (Try Out)

Aspek	Aitem			
	Valid		Gugur	
	Favo	Unfavo	Favo	Unfavo
<i>Personality</i>		1, 5, 6, 9,		
<i>Sosial</i>	2, 3, 11, 12,	10, 15, 16,	4, 7, 8, 17	-
<i>Desirability</i>	13, 14, 18	19, 20		
<i>Depression</i>				
Jumlah	16			4

Berdasarkan hasil uji daya beda item, dilakukan penyusunan ulang *blueprint The University of California, Los Angeles Loneliness Scale Version 3* (UCLA LS version 3) dengan hanya memasukkan item-item yang memenuhi kriteria kelayakan yang akan digunakan untuk penelitian. Rincian skala kesepian untuk penelitian disajikan pada Tabel 3.5.

Tabel 3. 5

Blueprint Skala Adaptasi UCLA Loneliness Scale Version 3 (Untuk Penelitian)

Aspek	Aitem	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
<i>Personality</i>		
<i>Sosial</i>	2, 3, 8, 9, 10, 11, 14,	1, 4, 5, 6, 7, 12, 13, 15, 16
<i>Desirability</i>		
<i>Depression</i>		
Jumlah	7	9

Untuk skala welas diri (SWD) yang terdiri dari 26 aitem, hasil uji menunjukkan terdapat 3 aitem yang gugur karena memiliki koefisien korelasi item-total dibawah 0,3 ($r_{ix} \leq 0,3$), sehingga tersisa 23 aitem yang valid. Nilai koefesien korelasi aitem-total dari aitem-aitem yang tersisa berada dalam rentang 0,307

© **Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
hingga 0,646. Blueprint hasil uji daya beda aitem dari skala Welas Diri (SWD) dapat dilihat pada tabel 3. 6.

Tabel 3. 6
Blueprint Uji Daya Beda Aitem Skala Welas Diri (Try Out)

Aspek	Aitem				Jumlah
	Valid	Gugur	Jumlah		
	Favo	Unfavo	Favo	Unfavo	
<i>Self-Kindness</i>	5, 12, 19, 23		26	-	4
<i>Self-Judgement</i>		1, 8, 11, 16, 21	-	-	5
<i>Common Humanity</i>	7, 10, 15		3	-	3
<i>Isolation</i>		4, 13, 18, 25	-	-	4
<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17		22	-	3
<i>Overidentification</i>		2, 6, 20, 24	-	-	4
Jumlah	23		3		23

Berdasarkan hasil uji daya beda item, dilakukan penyusunan ulang blueprint Skala Welas Diri (SWD) dengan hanya memasukkan item-item yang memenuhi kriteria kelayakan yang akan digunakan untuk penelitian. Rincian skala welas diri untuk penelitian disajikan pada Tabel 3.7.

Tabel 3. 7
Blueprint Skala Welas Diri (Untuk Penelitian)

Aspek	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self-Kindness</i>	4, 11, 18, 21		4
<i>Self-Judgement</i>		1, 7, 10, 15, 20	5
<i>Common Humanity</i>	6, 9, 14		3
<i>Isolation</i>		3, 12, 17, 23	4
<i>Mindfulness</i>	8, 13, 16		3
<i>Overidentification</i>		2, 5, 19, 22	4
Jumlah	10	13	23

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada skala efikasi diri, hasil uji daya beda aitem menunjukkan tidak terdapat aitem yang gugur karena memiliki koefisien korelasi item-total di atas 0,3 ($r_{ix} \geq 0,3$). Nilai koefesien korelasi aitem-total dari aitem-aitem yang ada, berada dalam rentang 0,528 hingga 0,755. *Blueprint* hasil uji daya beda aitem dari skala Efikasi Diri (GSE) dapat dilihat pada tabel 3. 8.

Tabel 3. 8*Blueprint Uji Daya Beda Aitem Skala Efikasi Diri (Try Out)*

Aspek	Aitem	
	Valid	Gugur
<i>Magnitude</i>		
<i>Generality</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	-
<i>Strength</i>		
Jumlah	10	

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem, Skala Efikasi Diri (GSE) tidak mengalami perubahan karena tidak ada aitem yang gugur. Rincian skala efikasi diri untuk penelitian disajikan pada Tabel 3.9.

Tabel 3. 9*Blueprint Skala Efikasi Diri (Untuk Penelitian)*

Aspek	Aitem
<i>Magnitude</i>	
<i>Generality</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
<i>Strength</i>	
Jumlah	10

3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk menilai keakuratan dan konsistensi hasil pengukuran yang diperoleh dalam suatu penelitian jika dilakukan berulang kali pada objek yang sama, sehingga dapat menentukan sejauh mana suatu alat ukur dapat diandalkan. Semakin tinggi nilai reliabilitas yang mendekati 1,00 semakin

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tinggi pula reliabilitasnya dan hasil pengukuran semakin dapat dipercaya. Pada penelitian ini, untuk mengukur reliabilitas instrumen menggunakan nilai *Cronbach's Alpha* dengan bantuan program *Statistical Packages for Social Science* (SPSS) 26 for Windows (Azwar, 2015). Adapun hasil uji koefisien reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini, sebagai berikut.

Tabel 3.10
Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah
Welas Diri	0,877	23
Efikasi Diri	0,894	10
Kesepian	0,850	16

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada tabel 3.10, diketahui nilai koefisien *Cronbach's Alpha* pada skala welas diri sebesar 0,877, pada skala efikasi diri sebesar 0,894, dan pada skala kesepian sebesar 0,850. Berdasarkan klasifikasi reliabilitas yang dijelaskan oleh Slamet dan Wahyuningsih (2022), nilai $\alpha > 0,80$ menunjukkan reliabilitas yang kuat dan $\alpha > 0,90$ menunjukkan reliabilitas sempurna, maka ketiga skala dalam penelitian ini berada pada kategori reliabilitas yang kuat. Dengan demikian, seluruh instrumen dalam penelitian ini dapat dinyatakan reliabel digunakan untuk pengambilan data. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ghazali (dalam Slamet & Wahyuningsih, 2022), bahwa suatu alat ukur dianggap reliabel apabila memiliki nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,60.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi dan analisis regresi berganda. Uji korelasi dilakukan terlebih dahulu untuk

mengetahui arah serta kekuatan hubungan linear antara variabel independen dan variabel dependen, sebagai dasar dalam menentukan kelayakan dilakukan analisis regresi (Sugiyono, 2017). Uji korelasi ini dilakukan dengan menggunakan *pearson product moment*. Selanjutnya dilakukan analisis regresi berganda yang digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruh antara beberapa variabel independen terhadap variabel dependen (Fauziyah, 2020). Dalam pengolahan data, peneliti menggunakan aplikasi IMB *Statistical Packages for Social Science* (SPSS) versi 26.0 for Windows.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dipaparkan pada penelitian ini, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Welas diri dan efikasi diri memiliki peran yang signifikan terhadap kesepian. Artinya semakin tinggi welas diri dan efikasi diri pada mahasiswa yang merantau maka semakin rendah tingkat kesepian yang dialami.
2. Welas diri dan efikasi diri sama-sama memiliki hubungan negatif terhadap kesepian pada mahasiswa rantau di UIN Suska Riau. Artinya, peningkatan welas diri dan efikasi diri pada mahasiswa yang merantau akan diikuti oleh penurunan tingkat kesepian yang di alami.
3. Efikasi diri memiliki kontribusi yang lebih besar dibandingkan welas diri dalam menurunkan kesepian.
4. Aspek *self-kindness vs self-judgment* dan *common humanity vs isolation* berkontribusi signifikan terhadap kesepian, sedangkan aspek *mindfulness vs overidentification* tidak menunjukkan kontribusi yang signifikan. Kontribusi paling besar terhadap kesepian ditemukan pada aspek *common humanity vs isolation*.
5. Sebagian besar mahasiswa rantau di UIN Suska Riau memiliki tingkat welas diri dalam kategori sedang dan tinggi, tingkat efikasi diri dalam kategori sangat tinggi serta tingkat kesepian yang tergolong sangat rendah.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Saran
1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa yang merantau disarankan agar dapat mengembangkan welas diri dan efikasi diri dalam kehidupan sehari-hari dengan cara melatih diri untuk lebih menerima diri secara utuh, memperlakukan diri dengan kasih sayang, dan menyadari bahwa kesulitan yang dialami merupakan bagian dari pengalaman manusia pada umumnya. Sikap ini akan membantu mengurangi perasaan terasing dan meningkatkan koneksi sosial di lingkungan baru. Selain itu, mahasiswa juga disarankan untuk menumbuhkan efikasi diri dengan cara menetapkan tujuan yang realistik, mengapresiasi setiap pencapaian, serta membangun keyakinan terhadap kemampuan diri untuk menghadapi tantangan akademik maupun sosial. Aktivitas yang mendorong kemandirian, keaktifan dalam organisasi kampus, serta keterlibatan dalam komunitas positif dapat menjadi sarana efektif untuk memperkuat efikasi diri sekaligus memperluas dukungan sosial yang menekan rasa kesepian.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan awal untuk mengembangkan studi lanjutan terkait welas diri, efikasi diri maupun kesepian. Peneliti berikutnya juga disarankan untuk memperluas cakupan responden baik dari segi jumlah maupun latar belakang institusi agar dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat mempertimbangkan untuk menggunakan variabel lain yang juga berpotensi berkontribusi terhadap munculnya kesepian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, R. (2021). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga.
- Akin, A. (2010). Self-compassion and Loneliness. *International online journal of educational sciences*, 2(3).
- Adila, M., & Mudjiran, M. (2019). Hubungan Dukungan Sosial terhadap Kesepian pada Lansia di Kelurahan Campago Bukittinggi. *Jurnal Riset Psikologi*, 4, 1-12.
- Al-Khatib, S. A. (2012). Exploring the relationship among loneliness, self-esteem, self-efficacy and gender in United Arab Emirates college students. *Europe's Journal of Psychology*, 8(1), 159-181.
- Allo, T. B., & Soetjiningsih, C. H. (2025). Psychological Well Being dan Kesepian Pada Mahasiswa Baru yang Merantau. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 7(1).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asher, S. R., & Paquette, J. A., (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12, 75-78.
- Azizah, A., & Daud, M. (2025). Peran Dukungan Sosial dengan Kesepian pada Mahasiswa Perantau di Kota Makassar. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 10(2), 152-161.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-Dasar Psikometrika Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169, 110066, 1-6
- Brahmandika, L. (2023). Menelaah fenomena culture shock pada perantau. *Jurnal Peradaban*, 3 (2), 86, 93.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: The role of academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6, 1–14.
- Coşan, D. (2014). An evaluation of loneliness. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 1, 103-110.
- Danuri, & Maisaroh, S. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Penerbit Samudra Biru.
- Debora, C. M., Pratikno, M. H., & Sandiah, N. (2021). Strategi Adaptasi Mahasiswa Perantauan Asal Jakarta di Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Sam Ratulangi Manado. *HOLISTIK, Journal of Social and Culture*.
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K., & Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities: determinants of emotional and social loneliness among students. *International journal of environmental research and public health*, 15(9), 1-14.
- Elfaza, D. F., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan *self-compassion* dengan kesepian pada remaja di *boarding school*. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 4(2), 88-98.
- Fachrial, L. A., & Maulydia, N. (2023). Hubungan Antara *Self-Compassion* Dan Loneliness Pada Remaja Broken Home. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(2), 22-30.
- Fauziyah, N. (2020). *Analisis Data Menggunakan Multiple Linear Regression Test di Bidang Kesehatan Masyarakat dan Klinis*. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of clinical psychology*, 69(8), 856-867.
- Gondokusumo, A. L., & Soetjiningsih, C. H. (2023). Dukungan sosial dan kesepian pada mahasiswa rantau UKSW dari luar Pulau Jawa. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 831-836.
- Hadianti, T., & Eryani, R. D. (2020). Hubungan Self-Compassion dengan Loneliness Pada Remaja di Panti Asuhan Al-Fien Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 508-511.

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Halim, C. F. & Dariyo, A. (2016). Hubungan psychological well-being dengan loneliness pada mahasiswa yang merantau. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170-181.
- Hawkley, L. C., Buecker, S., Kaiser, T., & Luhmann, M. (2022). Loneliness from young adulthood to old age: Explaining age differences in loneliness. *International journal of behavioral development*, 46(1), 39-49.
- Hidayati, D. S. (2015). Self-compassion dan loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 03(1), 1-27.
- Hudiyana, J., Lincoln, T. M., Hartanto, S., Shadiqi, M. A., Milla, M. N., Muluk, H., & Jaya, E. S. (2021). How universal is a construct of loneliness? Measurement invariance of the UCLA loneliness scale in Indonesia, Germany, and the United States. *Assessment*, 29(8), 1-39.
- Kamaruzzaman. (2019). *Budaya Sebagai Pertahanan Bangsa: Studi Kasus Masyarakat Minangkabau Di Sumatera Barat Dan Kepulauan Riau*. Pusat Penelitian Dan Penerbitan Lembaga Penelitian Pengembangan Kepada Masyarakat. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
- Luthans, F., Luthans, K. W., & Luthans, B. C. (2004). Positive psychological capital: Beyond human and social capital. *Business Horizons*. 47(1). 45-50.
- Luszczynska, A., Gutiérrez-Doña, B., & Schwarzer, R. (2005). General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International journal of Psychology*, 40(2), 80-89.
- Marisa, D., & Afriyeni, N. (2019). Kesepian dan self compassion mahasiswa perantau. *Psibernetika*, 12(1).
- Marta, S. (2014). Konstruksi makna budaya merantau di kalangan mahasiswa perantau. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 2(1), 27-43.
- Neff, K. D. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2, 223-250.
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Journal of Social and personality psychology compass*, 5(1), 1-12.
- Novrianto, R., Maretih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas konstruksi instrumen general self efficacy scale versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1-9.

©

Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Nurdiani, A. F., & Mulyono, R. (2014). Pengaruh Dukungan Sosial dan Attachment Style Terhadap Perasaan Kesepian Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Khazanah Kebajikan. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 2(2).
- Octaviani, C. (2019). Dinamika kesepian pada wanita dewasa awal. *CALYPTRA*, 8(1), 1722-1741.
- Oktaviani, R. (2022). Budaya Merantau Perempuan Minangkabau (Studi pada Pedagang Perempuan Minangkabau di Pasar Kemiri Muka Beji Kota Depok Provinsi Jawa Barat). *Studi Budaya Nusantara*, 6(1), 1-14.
- Paramitadewi, K. K., & Simarmata, N. (2024). Kesepian pada Mahasiswa yang Merantau: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Riset Kesehatan Modern*, 6(4).
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness a Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal relationships*, 3, 31-56.
- Pratiwi, D., Dahlan, T. H., & Damaianti, L. F. (2019). Pengaruh self-compassion terhadap kesepian pada mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi*, 3(2).
- Pusat Data dan Teknologi Informasi Pendidikan Tinggi, Kemendikbudristek. (2024). *Buku Statistik Pendidikan Tinggi 2024*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Ramos, J., Manaloto, A. J., Cruz, S. A. D., Cervera, D. A., Ramirez, C., & Tus, J. (2022). The Self-Efficacy And Loneliness of College Students Amidst the COVID-19 Pandemic. *Psychology and Education: A Multidisciplinary Journal*, 2(1), 7-13.
- Repi, A. A. (2019). Self-compassion versus self esteem terhadap pembentukan self-concept remaja: Mana yang lebih baik?. *Jurnal Psikologi Talenta*, 4(2), 167-181 .
- Repi, A. A. (2023). Self-Compassion, Hardiness, dan Loneliness pada Mahasiswa Rantau Asal Luar Pulau Jawa. *Jurnal Psikologi Talenta*, 8(2), 10-20.
- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). Social and Emotional Loneliness: An Examination of Weiss's Typology of Loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 46(6), 1313.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Russel, D. (1996). UCLA loneliness scale (version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66 (1), 20-40.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. Medan: KBM Indonesia.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. *J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*, 35(37), 82-003.
- Sembiring, A. C., & Bajirani, M. P. D. (2024). Gambaran Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Sarjana (S1) Rantau. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(23), 101-113.
- Simanjuntak, J. G. L. L., Prasetyo, C. E., Tanjung, F. Y., & Triwahyuni, A. (2021). Psychological well-being sebagai prediktor tingkat kesepian mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(2), 158.
- Stickley, A., Koyanagi, A., Roberts, B., Richardson, E., & Abbott, P. Tumanov, S., McKee, M. (2013). Loneliness: Its Correlates and Association with Health Behaviours and Outcomes in Nine Countries of the Former Soviet Union. *Journal PloS one* 8(7) 1-9.
- Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas dan validitas self-compassion scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 177-191.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Utami, C. T. & Helmi, A. F. (2017). Self-efficacy dan resiliensi: Sebuah tinjauan meta-analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54-65.
- Wardani, D. P., & Septiningsih, D. S. (2016). Kesepian pada middle age yang melajang (studi fenomenologis tentang tipe kesepian). *Psycho Idea*, 14(2), 26-38.
- Wu, H. P., Garza, E., & Guzman, N. (2015). International student's challenge and adjustment to college. *Education research international*, 2015(1), 1-9.
- Yolanda, E. (2025). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Yang Merantau (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).



©

- Yunita, M. M., Isabel, K., Keziah, B. E., Natasya, M. C., & Wijaya, S. C. (2022). Self-Esteem dan Kesepian pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(2), 114-128.
- Zaini, M. (2020). Pengaruh efikasi diri dan dukungan guru Tahfidz terhadap motivasi menghafal Al-Quran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 529.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN

LAMPIRAN A: Lembar Validasi Alat Ukur



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA Welas Diri

1. Definisi Operasional

Welas diri adalah kemampuan mahasiswa dalam mengasihi diri sendiri saat menghadapi kesulitan tanpa menghakimi diri sendiri, mampu membangun dan mempertahankan hubungan sosial dan emosional dengan orang lain, terhindar dari perasaan terisolasi sehingga mampu mengelola stres dengan baik melalui pemikiran yang objektif. Pengukuran welas diri ini menggunakan skala adaptasi oleh Sugiono, dkk (2020) yang mengacu pada teori dari aspek-aspek yang dikemukakan oleh Neff, (2003) yaitu *self-kindness vs self-judgment; common humanity vs isolation; mindfulness vs over-identification*.

2. Skala yang digunakan :

[] Disusun Sendiri [√] Adaptasi [] Modifikasi

3. Jumlah Aitem :

Aitem dalam skala ini berjumlah 26 aitem

4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon yakni:

1. HS (Hampir selalu); 2. S (Sering); 3. K (Kadang-kadang); 4. J (Jarang);
5. HTP (Hampir tidak pernah)

5. Jenis Penilaian:

- | | |
|------------------------------|------------------|
| [R] | : Relevan |
| [KR] | : Kurang Relevan |
| [TR] | : Tidak Relevan |
| [STR] : Sangat Tidak Relevan | |



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyertakan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek *self-kindness*, *self-judgment*, *common humanity*, *isolation*, *mindfulness*, *over-identification*. Pada bagian ini, dimohon kepada saudara untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R () KR () TR () STR ()

Jika saudara memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka saudara mencentang R (), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

LAMPIRAN BLUE PRINT**Skala Welas Diri**

Aspek	Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
1. <i>Selfkindness</i>	5	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional. (F)	✓				
	12	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan. (F)	✓				



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

2. *Self-judgment*

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan. (F)	✓				
	23	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya. (F)	✓				
	26	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai. (F)	✓				
	1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya. (UF)	✓				
	11	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai. (UF)	✓				
	16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya. (UF)	✓				
	8	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya. (UF)	✓				
	21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan. (UF)	✓				

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Common humanity	3	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian hidup yang dilewati semua orang. (F)	✓			
	7	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya. (F)	✓			
	10	Ketika saya merasa merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang. (F)	✓			
	15	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya. (F)	✓			
4. Isolation	4	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia. (UF)	✓			
	13	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya. (UF)	✓			
	18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup. (UF)	✓			



<p>© Hak cipta milik UIN Suska Riau</p> <p>State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau</p>	<p>5. <i>Mindfulness</i></p>	25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut. (UF)	✓					
		9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil. (F)	✓					
		14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang. (F)	✓					
		17	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar. (F)	✓					
		22	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan. (F)	✓					
	<p>6. <i>Over-identification</i></p>	2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah. (UF)	✓					
		6	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu. (UF)	✓					
		20	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan. (UF)	✓					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut. (UF)	✓			
--	----	--	---	--	--	--

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

sesuai

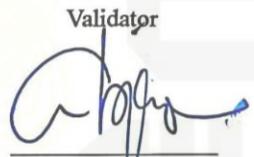
2. Bahasa :

oke

3. Jumlah Aitem :

26 aitem oke

Pekanbaru, September 2024

Validator

 Anggina Kangkuti Firman M.

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA Efikasi Diri

1. Definisi Operasional

Efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki mahasiswa terhadap kemampuannya dalam menghadapi persoalan-persoalan, situasi penuh tekanan, atau tantangan selama di perantauan dengan tetap percaya diri, mampu bertahan, dapat beradaptasi dalam berbagai situasi serta gigih dalam menjalin dan mempertahankan hubungan sosial. Pengukuran efikasi diri dalam penelitian ini, menggunakan skala *General Self-Efficacy* yang dikemukakan oleh Schwarzer & Jerusalem (1995) yang mengacu pada teori Bandura yang sudah diadaptasi oleh Novrianto, dkk, (2019).

2. Skala yang digunakan :

[] Disusun Sendiri [] Adaptasi [] Modifikasi

3. Jumlah Aitem :

Aitem dalam skala ini berjumlah 10 aitem

4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon yakni:

1. STS (Sangat Tidak Sesuai); 2. TS (Tidak Sesuai); 3. N (Netral); 4. CS (Cukup Sesuai); 5. SS (Sangat Sesuai)

5. Jenis Penilaian:

- | | |
|-------|------------------------|
| [R] | : Relevan |
| [KR] | : Kurang Relevan |
| [TR] | : Tidak Relevan |
| [STR] | : Sangat Tidak Relevan |



Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek *General self-Efficacy*. Pada bagian ini, dimohon kepada saudara untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya **R () KR () TR () STR ()** Jika saudara memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka saudara mencentang **R ()**, demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

LAMPIRAN BLUE PRINT

Skala Efikasi Diri

Aspek	Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
1. <i>Magnitude</i> 2. <i>Generality</i> 3. <i>Strength</i>	1	Saya dapat selalu menyelesaikan masalah yang sulit jika saya berusaha keras.	✓				
	2	Saya mampu mencari cara untuk menyelesaikan masalah jika ada sesuatu yang menghambat tujuan saya.	✓				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak Cipta MUIKUN SUSKA Ria

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3	Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan dan mencapai tujuan saya	✓		
4	Saya yakin bahwa saya dapat bertindak dengan baik dalam situasi yang tidak terduga	✓		
5	Berkat kemampuan saya, saya tahu bagaimana cara menghadapi situasi yang tidak terduga	✓		
6	Saya dapat menyelesaikan berbagai permasalahan jika saya sungguh-sungguh dalam melakukannya	✓		
7	Saya dapat tetap tenang saat menghadapi kesulitan karena saya dapat mengandalkan kemampuan saya untuk mengatasi hal tersebut	✓		
8	Saat berhadapan dengan sebuah masalah, saya mempunyai banyak ide untuk mengatasinya	✓		
9	Ketika berada dalam situasi sulit, saya dapat memikirkan cara untuk keluar dari kesulitan tersebut	✓		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	10	Apapun yang terjadi, saya akan dapat mengatasinya dengan baik	✓			
--	----	--	---	--	--	--

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

Sesuai 100%

2. Bahasa : *Oke*

3. Jumlah Aitem : *10 aitem*

Pekanbaru, 17..... Oktober 2024


 Validator
 Anggita Kargent F.M, M.Si

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR SKALA KESEPIAN

1. Definisi Operasional

Kesepian adalah suatu emosi negatif berupa kesedihan, perasaan tidak berharga, kekosongan yang menyakitkan yang dirasakan secara subjektif oleh mahasiswa akibat dari kekurangan atau ketidakmampuan dalam menjalin dan mempertahankan hubungan sosial, dan ketidaksesuaian antara harapan dengan hubungan yang diinginkan oleh mahasiswa sehingga mengakibatkan perasaan terisolasi, sendirian, atau menjauh dari orang lain selama di perantauan. Kesepian, diukur berdasarkan 3 aspek dari Russel (1996) yaitu *personality*, *social desirability* dan *depression*. Skala kesepian menggunakan *The UCLA Loneliness Scale Version 3* yang dikembangkan oleh Russel (1996) dan sudah diadaptasi oleh Hudiyana, dkk, (2021).

2. Skala yang digunakan :

[] Disusun Sendiri [√] Adaptasi [] Modifikasi

3. Jumlah Aitem :

Aitem dalam skala ini berjumlah 20 aitem

4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon yakni:

1. TP (Tidak Pernah); 2. J (Jarang); 3. K (Kadang-kadang); 4. S (Sering)

5. Jenis Penilaian:

- | | |
|-------|------------------------|
| [R] | : Relevan |
| [KR] | : Kurang Relevan |
| [TR] | : Tidak Relevan |
| [STR] | : Sangat Tidak Relevan |

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek *personality*, *social desirability* dan *depression*. Pada bagian ini, dimohon kepada saudara untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R () KR () TR () STR ()

Jika saudara memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka saudara mencentang R (), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

LAMPIRAN BLUE PRINT**Skala Kesepian**

Aspek	Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
1. <i>Personality</i> 2. <i>Social desirability</i> 3. <i>Depression</i>	1	Saya merasa cocok dengan orang-orang di sekitar saya (UF)	✓				
	2	Saya kurang memiliki persahabatan (F)	✓				
	3	Tidak ada orang tempat saya mengadu (F)	✓				
	4	Saya tidak merasa sendirian (F)	✓				
	5	Saya merasa merupakan bagian dari sekelompok teman-teman. (UF)	✓				
	6	Saya memiliki banyak kesamaan dengan orang-	✓				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	orang di sekitar saya. (UF)			
7	Saya tidak lagi dekat dengan siapa pun (F)	✓		
8	Ide-ide dan minat saya tidak sama dengan orang-orang di sekitar saya (F)	✓		
9	Saya adalah orang yang terbuka (UF)	✓		
10	Ada beberapa orang di mana saya merasa dekat. (UF)	✓		
11	Saya merasa ditinggalkan. (F)	✓		
12	Hubungan sosial saya tidak mendalam (F)	✓		
13	Tidak ada orang yang mengenal saya dengan baik (F)	✓		
14	Saya merasa terisolasi dari orang lain. (F)	✓		
15	Saya dapat menemukan persahabatan jika saya menghendakinya (UF)	✓		
16	Ada beberapa orang yang benar-benar dapat memahami saya (UF)	✓		
17	Saya tidak bahagia menjadi seseorang yang suka menyendiri (F) Saya merasa ditinggalkan. (F)	✓		
18	Orang-orang ada di sekitar saya, namun tidak bersama saya (F)	✓		
19	Ada beberapa orang yang dapat saya ajak berbicara (UF)	✓		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	20	Ada beberapa orang yang merupakan tempat saya mengadu. (UF)	✓				
--	----	---	---	--	--	--	--

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

sesuai

.....
.....

2. Bahasa :

Jelaskan

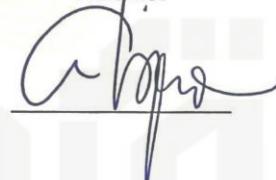
.....
.....

3. Jumlah Aitem :

20 aitem, cukup

.....
.....

Pekanbaru, September 2024

Validator


UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR**SKALA Welas Diri****1. Definisi Operasional**

Welas diri adalah kemampuan mahasiswa dalam mengasihi diri sendiri saat menghadapi kesulitan tanpa menghakimi diri sendiri, mampu membangun dan mempertahankan hubungan sosial dan emosional dengan orang lain, terhindar dari perasaan terisolasi sehingga mampu mengelola stres dengan baik melalui pemikiran yang objektif. Pengukuran welas diri ini menggunakan skala adaptasi oleh Sugiono, dkk (2020) yang mengacu pada teori dari aspek-aspek yang dikemukakan oleh Neff, (2003) yaitu *selfkindness vs self-judgment; common humanity vs isolation; mindfulness vs over-identification*.

2. Skala yang digunakan :

Disusun Sendiri Adaptasi Modifikasi

3. Jumlah Aitem :

Aitem dalam skala ini berjumlah 26 aitem

4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon yakni:

1. HS (Hampir selalu); 2. S (Sering); 3. K (Kadang-kadang); 4. J (Jarang);
5. HTP (Hampir tidak pernah)

5. Jenis Penilaian:

[R] : Relevan

[KR] : Kurang Relevan

[TR] : Tidak Relevan

[STR] : Sangat Tidak Relevan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek *self-kindness, self-judgment, common humanity, isolation, mindfulness, over-identification*. Pada bagian ini, dimohon kepada saudara untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R () KR () TR () STR () Jika saudara memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka saudara mencentang R (), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

LAMPIRAN BLUE PRINT**Skala Welas Diri**

Aspek	Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
1. <i>Selfkindness</i>	5	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional (F)	✓				
	12	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan (F)	✓				

© Hak cipta milik UIN Sultan Syarif Kasim Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<p><i>2. Self-judgment</i></p>	19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan. (F)	<input checked="" type="checkbox"/>					
	23	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya. (F)	<input checked="" type="checkbox"/>					
	26	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai. (F)	<input checked="" type="checkbox"/>					
	1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya. (UF)	<input checked="" type="checkbox"/>					
	11	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai. (UF)	<input checked="" type="checkbox"/>					
<p><i>3. Self-acceptance</i></p>	16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya. (UF)	<input checked="" type="checkbox"/>					
	8	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya. (UF)	<input checked="" type="checkbox"/>					
<p><i>4. Self-esteem</i></p>	21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan. (UF)	<input checked="" type="checkbox"/>					
	24	Saya merasa bahwa diri saya tidak layak untuk diterima. (UF)	<input checked="" type="checkbox"/>					

3. Common humanity © Hak cipta milik UIN Suska Riau		3	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian hidup yang dilewati semua orang (F)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
			Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya (F)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
			Ketika saya merasa merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang (F)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
			Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya. (F)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4. Isolation © Sultan Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau		4	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkulai dari seisi dunia (UF)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
			Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya (UF)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

<p>5. Mindfulness</p> <p>6. Over-identification</p>	18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup (UF)	✓			
	25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut (UF)	✓			
	9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil (F)	✓			
	14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang. (F)	✓			
	17	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar (F)	✓			
	22	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan (F)	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu. (UF)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan (UF)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut (UF)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

Cukup sesuai

.....

.....

2. Bahasa :

Jelas

.....

.....

3. Jumlah Aitem :

Cukup

.....

.....

Pekanbaru, 7 Februari 2025

Validator

Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA Efikasi Diri

1. Definisi Operasional

Efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki mahasiswa terhadap kemampuannya dalam menghadapi persoalan-persoalan, situasi penuh tekanan, atau tantangan selama di perantauan dengan tetap percaya diri, mampu bertahan, dapat beradaptasi dalam berbagai situasi serta gigih dalam menjalin dan mempertahankan hubungan sosial. Pengukuran efikasi diri dalam penelitian ini, menggunakan skala *General Self-Efficacy* yang dikemukakan oleh Schwarzer & Jerusalem (1995) yang mengacu pada teori Bandura yang sudah diadaptasi oleh Novrianto, dkk, (2019).

2. Skala yang digunakan :

[] Disusun Sendiri [√] Adaptasi [] Modifikasi

3. Jumlah Aitem :

Aitem dalam skala ini berjumlah 10 aitem

4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon yakni:

1. STS (Sangat Tidak Sesuai); 2. TS (Tidak Sesuai); 3. N (Netral); 4. CS (Cukup Sesuai); 5. SS (Sangat Sesuai)

5. Jenis Penilaian:

- | | |
|-------|------------------------|
| [R] | : Relevan |
| [KR] | : Kurang Relevan |
| [TR] | : Tidak Relevan |
| [STR] | : Sangat Tidak Relevan |

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek *General self-Efficacy*. Pada bagian ini, dimohon kepada saudara untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya **R () KR () TR () STR ()** Jika saudara memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka saudara mencentang **R ()**, demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

LAMPIRAN BLUE PRINT
Skala Efikasi Diri

Aspek	Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
1. <i>Magnitude</i> 2. <i>Generality</i> 3. <i>Strength</i>	1	Saya dapat selalu menyelesaikan masalah yang sulit jika saya berusaha keras.	✓				
		Saya mampu mencari cara untuk menyelesaikan masalah jika ada sesuatu yang menghambat tujuan saya.		✓			
		Mudah bagi saya untuk tetap pada			✓		

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	tujuan dan mencapai tujuan saya				
4	Saya yakin bahwa saya dapat bertindak dengan baik dalam situasi yang tidak terduga	✓			
5	Berkat kemampuan saya, saya tahu bagaimana cara menghadapi situasi yang tidak terduga	✓			
6	Saya dapat menyelesaikan berbagai permasalahan jika saya sungguh-sungguh dalam melakukannya	✓			
7	Saya dapat tetap tenang saat menghadapi kesulitan karena saya dapat mengandalkan kemampuan saya untuk mengatasi hal tersebut	✓			
8	Saat berhadapan dengan sebuah masalah, saya mempunyai banyak ide untuk mengatasinya	✓			
9	Ketika berada dalam situasi sulit, saya dapat memikirkan cara untuk keluar dari kesulitan tersebut	✓			
10	Apapun yang terjadi, saya akan dapat	✓	KARAU		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		mengatasinya dengan baik				
--	--	--------------------------	--	--	--	--

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

sesuai.....

.....

2. Bahasa :

Jelas.....

.....

3. Jumlah Aitem :

Cukup.....

.....

Pekanbaru, ...7. Februari 2025

Validator

Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA KESEPIAN

1. Definisi Operasional

Kesepian adalah suatu emosi negatif berupa kesedihan, perasaan tidak berharga, kekosongan yang menyakitkan yang dirasakan secara subjektif oleh mahasiswa akibat dari kekurangan atau ketidakmampuan dalam menjalin dan mempertahankan hubungan sosial, dan ketidaksesuaian antara harapan dengan hubungan yang diinginkan oleh mahasiswa sehingga mengakibatkan perasaan terisolasi, sendirian, atau menjauh dari orang lain selama di perantauan. Kesepian, diukur berdasarkan 3 aspek dari Russel (1996) yaitu *personality*, *social desirability* dan *depression*. Skala kesepian menggunakan *The UCLA Loneliness Scale Version 3* yang dikembangkan oleh Russel (1996) dan sudah diadaptasi oleh Hudiyana, dkk, (2021).

2. Skala yang digunakan :

[] Disusun Sendiri [] Adaptasi [] Modifikasi

3. Jumlah Aitem :

Aitem dalam skala ini berjumlah 20 aitem

4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon yakni:

1. TP (Tidak Pernah); 2. J (Jarang); 3. K (Kadang-kadang); 4. S (Sering)

5. Jenis Penilaian:

- | | |
|-------|------------------------|
| [R] | : Relevan |
| [KR] | : Kurang Relevan |
| [TR] | : Tidak Relevan |
| [STR] | : Sangat Tidak Relevan |



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek *personality*, *social desirability* dan *depression*. Pada bagian ini, dimohon kepada saudara untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* () pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R () KR () TR () STR () Jika saudara memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka saudara mencentang R (), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

LAMPIRAN BLUE PRINT**Skala Kesepian**

Aspek	Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
1. <i>Personality</i> 2. <i>Social desirability</i> 3. <i>Depression</i>	1	Saya merasa cocok dengan orang-orang di sekitar saya (UF)	✓				
	2	Saya kurang memiliki persahabatan (F)	✓				
	3	Tidak ada orang tempat saya mengadu (F)		✓			
	4	Saya tidak merasa sendirian (F)		✓			
	5	Saya merasa merupakan bagian dari sekelompok teman-teman (UF)		✓			
	6	Saya memiliki banyak kesamaan dengan orang-		✓			

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	orang di sekitar saya (UF)								
7	Saya tidak lagi dekat dengan siapa pun (F)	✓							
8	IDE-IDE dan minat saya tidak sama dengan orang-orang di sekitar saya (F)	✓							
9	Saya adalah orang yang terbuka (UF)	✓							
10	Ada beberapa orang di mana saya merasa dekat (UF)	✓							
11	Saya merasa ditinggalkan (F)	✓							
12	Hubungan sosial saya tidak mendalam (F)	✓							
13	Tidak ada orang yang mengenal saya dengan baik (F)	✓							
14	Saya merasa terisolasi dari orang lain (F)	✓							
15	Saya dapat menemukan persahabatan jika saya menghendakinya (UF)	✓							
16	Ada beberapa orang yang benar-benar dapat memahami saya (UF)	✓							
17	Saya tidak bahagia menjadi seseorang yang suka menyendiri (F)	✓							
18	Orang-orang ada di sekitar saya, namun tidak bersama saya (F)	✓							
19	Ada beberapa orang yang dapat saya ajak berbicara (UF)	✓							
20	Ada beberapa orang yang merupakan tempat saya mengadu (UF)	✓							



© **Catatan :**

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

sesuai

2. Bahasa :

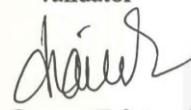
Cukup

3. Jumlah Aitem :

Cukup

Pekanbaru, 1. Februari 2025

Validator


M. Diana Elfida, M.Si., Pendidikan

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak Cipta

Universitas Islam Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.**IDENTITAS RESPONDEN**

Silakan lengkapi data berikut sesuai dengan identitas Saudari

Nama/Inisial :
 Usia :
 Daerah Asal :
(cth: Karimun, Kepulauan Riau)
 Fakultas :
 Semester :
 Berapa kali saudari pulang ke daerah asal dalam setahun :

SKALA 1

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan seksama. Saudari diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudari dengan memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang dianggap sesuai. Adapun pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

HTP = Hampir Tidak Pernah

J = Jarang

K = Kadang-kadang

S = Sering

HS = Hampir Selalu

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		HTP	J	K	S	HS
1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya.					
2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah.					
3	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup					

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau		State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau						
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang								
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:								
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.								
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.								
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.								

4	sebagai bagian hidup yang dilewati semua orang.							
5	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.							
6	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional.							
7	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu.							
8	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya.							
9	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya.							
10	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil.							
11	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang.							
12	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya suka.							
13	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan.							
	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya.							

© Hak cipta milik UIN Suska Riau							
14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.						
15	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya.						
16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya.						
17	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar.						
18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup.						
19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan.						
20	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan.						
21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan.						
22	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan						
23	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya.						
24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut.						
25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.						
26	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek						

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

©

Hak Cipta UIN SUSKA Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

	kepribadian saya yang tidak saya suka					
--	---------------------------------------	--	--	--	--	--

SKALA 2

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan seksama. Saudari diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudari dengan memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang dianggap sesuai. Adapun pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

- 1 = Sangat Tidak Sesuai
- 2 = Tidak Sesuai
- 3 = Netral
- 4 = Cukup Sesuai
- 5 = Sangat Sesuai

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		1	2	3	4	5
1	Saya dapat selalu menyelesaikan masalah yang sulit jika saya berusaha keras.					
2	Saya mampu mencari cara untuk menyelesaikan masalah jika ada sesuatu yang menghambat tujuan saya.					
3	Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan dan mencapai tujuan saya					
4	Saya yakin bahwa saya dapat bertindak dengan baik dalam situasi yang tidak terduga					
5	Berkat kemampuan saya, saya tahu bagaimana cara menghadapi situasi yang tidak terduga					
6	Saya dapat menyelesaikan berbagai permasalahan jika saya sungguh-sungguh dalam melakukannya					

© Hak Cipta UIN SUSKA Riau

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang <ol style="list-style-type: none"> 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber: <ol style="list-style-type: none"> a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah. b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau. 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau. 	7	Saya dapat tetap tenang saat menghadapi kesulitan karena saya dapat mengandalkan kemampuan saya untuk mengatasinya					
	8	Saat berhadapan dengan sebuah masalah, saya mempunyai banyak ide untuk mengatasinya					
	9	Ketika berada dalam situasi sulit, saya dapat memikirkan cara untuk keluar dari kesulitan tersebut					
	10	Apapun yang terjadi, saya akan dapat mengatasinya dengan baik					

SKALA 3

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan seksama. Saudari diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudari dengan memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang dianggap sesuai. Adapun pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

TP = Tidak Pernah

J = Jarang

KK = Kadang-Kadang

S = Sering

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		TP	J	K	S
1	Saya merasa cocok dengan orang-orang di sekitar saya				
2	Saya kurang memiliki persahabatan				
3	Tidak ada orang tempat saya mengadu				
4	Saya tidak merasa sendirian				
5	Saya merasa merupakan bagian dari sekelompok teman-teman.				
6	Saya memiliki banyak kesamaan dengan orang-orang di sekitar saya.				
7	Saya tidak lagi dekat dengan siapa-siapa				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau	8	Ide-ide dan minat saya tidak sama dengan orang-orang di sekitar saya					
	9	Saya adalah orang yang terbuka.					
	10	Ada beberapa orang di mana saya merasa dekat.					
	11	Saya merasa ditinggalkan.					
	12	Hubungan sosial saya tidak mendalam.					
	13	Tidak ada orang yang mengenal saya dengan baik.					
	14	Saya merasa terisolasi dari orang lain.					
	15	Saya dapat menemukan persahabatan jika saya menghendakinya.					
	16	Ada beberapa orang yang benar-benar dapat memahami saya.					
	17	Saya tidak bahagia menjadi seseorang yang suka menyendiri					
	18	Orang-orang ada di sekitar saya, namun tidak bersama saya.					
	19	Ada beberapa orang yang dapat saya ajak berbicara.					
	20	Ada beberapa orang yang merupakan tempat saya mengadu.					



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Tabulasi Data Try Out Kesepian

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	Total
1	3	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	4	2	1	1	31
2	2	2	1	4	1	2	1	2	2	1	2	3	3	1	1	1	3	2	1	1	36
3	1	1	2	3	1	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	2	2	3	1	1	33
4	2	1	1	3	1	1	1	3	1	1	2	3	1	2	1	1	3	2	1	1	32
5	1	4	2	4	2	4	1	2	1	2	2	3	1	2	1	2	4	3	1	1	43
6	2	2	3	1	2	3	2	4	4	1	3	4	4	3	1	1	1	4	1	3	48
7	1	1	1	2	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	26
8	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	4	3	3	1	1	4	3	2	2	51
9	3	2	2	2	1	2	2	4	2	2	4	4	4	3	1	1	4	3	2	2	50
10	2	1	1	4	2	1	1	2	2	1	1	2	3	2	1	1	1	2	2	1	33
11	1	1	1	1	1	2	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	28
12	2	2	2	3	2	3	1	3	4	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	43
13	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	3	2	2	43
14	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	51
15	2	1	1	4	3	1	1	3	1	1	1	1	3	1	2	2	1	3	1	1	34
16	3	2	4	1	2	4	3	3	2	4	3	3	1	2	2	1	3	1	1	2	47
17	1	2	4	1	1	3	3	1	1	1	1	2	3	2	1	1	4	2	1	1	36
18	1	1	1	4	1	3	4	4	2	2	1	1	3	1	1	1	1	2	2	3	39
19	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	4	3	1	4	2	2	3	3	50
20	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	53
21	2	1	2	3	1	2	1	3	3	1	2	4	3	4	2	3	4	4	2	3	50
22	1	3	1	4	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	1	1	1	3	2	1	43
23	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	2	1	3	3	2	56
24	1	3	3	4	1	2	3	2	1	1	4	2	2	2	2	2	3	3	1	2	44
25	2	3	4	3	2	3	3	3	4	1	3	4	2	2	2	2	2	4	2	2	53
26	3	1	4	1	3	4	1	1	4	4	3	4	4	4	3	4	1	1	4	4	58
27	4	2	1	4	4	4	1	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	66
28	1	3	1	4	2	3	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	2	1	1	41
29	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	51
30	1	2	1	4	1	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	1	3	4	1	1	34



Hak No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	Total
31	2	3	4	1	2	1	4	2	2	1	3	4	2	4	1	3	4	3	1	2	49
32	2	3	1	3	2	2	3	4	2	2	1	3	3	1	1	1	4	4	1	1	44
33	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	1	2	2	1	3	3	4	46
34	2	3	1	3	2	3	1	3	1	1	1	1	3	2	2	3	1	4	2	1	40
35	1	2	1	3	2	3	1	3	3	2	2	3	1	2	2	2	1	1	1	1	37
36	2	1	3	3	1	2	1	3	2	2	1	1	1	1	1	2	1	3	2	2	35
37	1	3	3	4	3	2	1	3	1	2	1	3	3	3	1	2	3	3	1	2	45
38	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	2	2	58
39	2	2	1	4	3	2	3	4	2	2	4	3	3	1	2	1	1	4	2	2	48
40	2	1	1	3	1	3	3	2	2	1	2	4	2	2	1	3	1	3	1	1	39
41	2	2	1	2	1	3	1	2	2	2	1	3	3	2	1	2	3	2	2	1	38
42	2	2	3	3	1	1	3	1	2	2	1	1	2	2	1	2	3	3	2	2	39
43	1	2	1	4	1	2	3	3	3	1	2	2	2	2	1	1	3	2	1	1	38
44	2	1	1	4	1	2	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	4	2	1	1	36
45	2	4	1	2	4	4	3	2	4	1	2	4	2	1	3	1	2	4	1	3	50

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



Tabulasi Data Try Out Welas Diri

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24	A25	A26	Total	
1	4	4	5	4	5	3	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	4	4	5	3	5	109	
2	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	3	3	2	4	4	3	3	5	90	
3	3	2	5	4	4	4	3	5	5	4	4	5	5	3	4	4	5	4	5	4	5	3	2	4	5	5	106	
4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	4	92	
5	3	4	1	5	5	4	5	2	3	2	2	3	1	5	4	5	2	3	5	1	3	5	5	4	2	1	85	
6	4	2	5	2	5	1	5	1	4	5	2	2	2	4	5	2	1	2	2	1	1	5	5	4	1	1	5	77
7	3	5	4	4	5	5	3	2	3	3	2	2	2	4	3	3	5	4	5	3	2	5	3	3	4	3	3	91
8	4	5	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	2	5	3	5	1	3	3	4	4	1	3	83	
9	1	1	4	1	4	1	4	2	5	5	1	4	1	5	5	1	5	1	4	1	1	5	3	4	1	5	75	
10	5	5	4	5	2	5	3	5	4	3	3	3	5	3	4	3	2	5	3	2	3	5	3	4	5	4	3	98
11	5	5	2	4	2	5	4	5	4	2	4	3	5	3	3	5	1	5	3	3	5	3	3	4	5	2	95	
12	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	2	3	4	3	2	2	3	2	3	4	3	4	3	4	85	
13	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	84	
14	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	79	
15	3	5	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	5	3	3	3	3	5	4	3	5	3	1	5	4	3	94	
16	3	3	5	2	5	3	5	3	4	5	3	3	4	4	5	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	94	
17	2	3	3	3	5	3	4	3	5	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	5	4	3	2	4	91	
18	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	1	5	3	5	4	5	3	5	117	
19	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	3	5	4	4	4	2	5	5	4	3	3	3	4	3	3	101	
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78	
21	3	1	5	4	2	2	3	3	4	5	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	78
22	5	4	4	3	5	5	5	3	5	2	5	5	5	5	4	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	116	
23	1	2	4	2	3	3	4	1	3	3	3	2	1	3	3	2	1	2	3	1	1	4	2	2	2	3	61	
24	4	2	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	1	84	
25	3	4	3	2	4	3	2	3	4	2	4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	71	
26	3	2	3	1	4	4	4	4	3	2	3	2	5	4	4	2	3	5	2	2	4	2	3	3	4	3	81	
27	4	3	1	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	1	3	2	5	2	3	2	3	4	2	74	
28	5	5	5	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5	123	
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	76	
30	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	100	



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24	A25	A26	Total
31	3	1	5	3	4	2	3	2	2	3	3	1	1	1	3	1	2	1	3	1	3	4	3	1	2	5	63
32	3	2	4	3	3	2	4	2	4	4	2	3	3	4	4	2	3	2	3	2	3	4	4	2	3	3	78
33	4	5	4	3	5	4	3	1	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	4	5	3	4	4	4	3	104
34	3	3	4	3	5	2	4	4	3	4	3	3	2	5	3	4	4	1	5	4	4	4	3	2	1	4	87
35	3	4	4	5	1	5	4	5	4	3	5	4	3	3	3	5	1	4	1	3	5	1	2	5	5	2	90
36	5	3	4	4	4	3	4	2	4	3	5	4	4	2	2	3	3	3	4	4	3	2	4	4	4	2	89
37	3	4	2	3	3	3	4	2	3	4	3	4	1	4	4	2	4	1	3	2	3	3	3	2	3	2	76
38	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	2	4	4	5	5	5	5	4	4	2	5	4	4	4	5	5	112
39	3	2	5	4	5	3	4	2	4	4	3	5	3	2	5	4	4	4	5	3	3	4	5	3	2	4	95
40	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	3	4	5	4	4	5	2	3	4	2	5	3	3	3	3	3	91
41	4	5	2	4	4	3	3	5	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	3	5	3	4	4	3	3	90
42	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	4	4	5	5	4	5	4	4	120
43	5	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	3	4	5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	4	3	5	109
44	4	5	4	5	4	4	4	3	4	4	5	3	5	3	5	3	4	3	4	3	5	4	4	5	4	4	105
45	2	1	4	2	3	2	2	2	5	3	3	3	4	3	2	5	4	4	1	2	3	2	2	5	1	3	73

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1.

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Tabulasi Data Try Out Efikasi Diri

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	Total
1	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	44
2	5	4	3	4	4	5	3	4	4	4	40
3	5	4	3	4	2	5	4	2	4	5	38
4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	44
5	3	4	2	3	3	5	2	1	2	4	29
6	4	4	2	4	4	5	4	2	2	4	35
7	4	4	3	3	3	4	2	3	2	2	30
8	4	4	3	4	3	5	4	3	3	4	37
9	3	3	3	2	5	3	3	3	5	4	34
10	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	42
11	5	5	4	3	4	5	5	5	5	5	46
12	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	36
13	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5	45
14	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	35
15	2	3	2	3	2	4	4	3	4	5	32
16	4	4	4	3	3	5	4	3	3	5	38
17	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	47
18	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	48
19	3	5	4	5	4	4	4	4	4	4	41
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
21	3	3	2	2	3	4	3	2	2	3	27
22	5	4	4	4	3	5	4	4	5	5	43
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
24	4	4	4	3	3	5	4	3	4	4	38
25	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	26
26	2	3	2	1	3	3	4	3	3	2	26
27	4	4	3	2	1	4	1	2	3	2	26
28	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	38
29	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	38
30	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	Total
31	4	4	3	5	4	5	3	5	5	4	42
32	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	38
33	5	4	3	4	5	5	5	3	4	5	43
34	5	4	5	5	4	5	4	4	3	5	44
35	5	4	4	4	3	4	4	4	4	5	41
36	5	4	5	4	4	4	4	4	4	3	41
37	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	35
38	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	45
39	5	3	3	3	2	2	1	2	4	4	29
40	5	4	3	4	4	5	3	4	5	5	42
41	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	32
42	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	46
43	4	4	5	4	5	4	3	5	4	4	42
44	3	4	4	4	3	3	4	3	4	5	37
45	3	3	2	3	3	2	4	2	3	5	30



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HASIL UJI RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM SKALA WELAS DIRI (SWD)

1. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Sebelum Mengeluarkan Aitem Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,899	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	86,93	203,927	,564	,893
A2	87,02	197,522	,590	,892
A3	86,78	213,677	,200	,901
A4	86,84	201,725	,577	,893
A5	86,53	209,118	,374	,897
A6	87,04	200,589	,616	,892
A7	86,67	207,773	,489	,895
A8	87,31	205,446	,433	,896
A9	86,51	208,301	,555	,894
A10	86,87	211,345	,307	,898
A11	87,00	204,727	,510	,894
A12	87,04	205,316	,517	,894
A13	86,93	195,200	,646	,891
A14	86,80	207,527	,427	,896
A15	86,73	204,018	,592	,893
A16	87,16	201,771	,476	,895

A17	87,04	206,680	,395	,897
A18	87,20	201,755	,488	,895
A19	86,96	206,862	,405	,897
A20	87,96	205,589	,532	,894
A21	86,76	199,689	,603	,892
A22	86,96	212,362	,261	,899
A23	87,00	208,182	,448	,896
A24	86,87	203,573	,526	,894
A25	87,40	197,382	,619	,892
A26	86,80	211,300	,294	,899

2. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Setelah Mengeluarkan Aitem Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,877	23



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HASIL UJI RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM SKALA EFIKASI DIRI (GSE)

1. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Sebelum Mengeluarkan Aitem Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,894	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	34,16	32,543	,643	,883
A2	34,29	33,846	,710	,880
A3	34,69	32,901	,644	,883
A4	34,51	32,210	,719	,878
A5	34,67	32,636	,630	,884
A6	33,96	34,634	,528	,890
A7	34,49	33,028	,593	,886
A8	34,73	30,791	,755	,875
A9	34,47	34,027	,578	,887
A10	34,04	33,771	,580	,887

2. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Setelah Mengeluarkan Aitem Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,894	10

*Tidak ada aitem yang gugur

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HASIL UJI RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM

SKALA KESEPIAN

1. Reliabilitas Dan Daya Beda Aitem Sebelum Mengeluarkan Aitem Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,806	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	41,38	70,286	,409	,796
A2	41,11	68,283	,437	,794
A3	41,22	67,449	,442	,793
A4	40,16	78,816	-,214	,828
A5	41,44	68,889	,462	,793
A6	41,00	70,045	,337	,800
A7	41,09	69,765	,273	,805
A8	40,49	73,074	,157	,809
A9	40,91	66,810	,484	,791
A10	41,58	71,068	,360	,799
A11	41,13	66,982	,500	,790
A12	40,53	64,164	,608	,782
A13	40,60	66,882	,500	,790
A14	41,18	66,013	,562	,786
A15	41,71	70,119	,451	,795
A16	41,42	68,931	,431	,795
A17	40,80	74,709	-,003	,824
A18	40,40	69,427	,401	,796
A19	41,62	70,195	,449	,795
A20	41,44	66,298	,614	,784



© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,850	16



UIN SUSKA RIAU

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta

milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

IDENTITAS RESPONDEN

Silakan lengkapi data berikut sesuai dengan identitas Saudari

Nama/Inisial :

Usia :

Daerah Asal :

(cth: Karimun, Kepulauan Riau)

Fakultas :

Semester :

 Berapa kali saudari pulang
ke daerah asal dalam setahun :

SKALA 1

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan seksama. Saudari diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudari dengan memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang dianggap sesuai. Adapun pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

HTP = Hampir Tidak Pernah S = Sering

J = Jarang HS = Hampir Selalu

K = Kadang-kadang

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		HTP	J	K	S	HS
1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya.					
2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah.					
3	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.					
4	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan					

© Hak cipta milik UIN Suska Riau	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang	
5	sakit secara emosional. Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu.	
6	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya.	
7	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya.	
8	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil.	
9	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang.	
10	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya suka.	
11	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan.	
12	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya.	
13	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.	
14	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya.	

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak cipta milik UIN Suska Riau						
15	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya.					
16	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar.					
17	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup.					
18	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan.					
19	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan.					
20	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan.					
21	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya.					
22	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut.					
23	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.					

SKALA 2

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan seksama. Saudari diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudari dengan memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang dianggap sesuai. Adapun pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

1 = Sangat Tidak Sesuai 4 = Cukup Sesuai

2 = Tidak Sesuai 5 = Sangat Sesuai

3 = Netral

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		1	2	3	4	5
1	Saya dapat selalu menyelesaikan masalah yang sulit jika saya berusaha keras.					
2	Saya mampu mencari cara untuk menyelesaikan masalah jika ada sesuatu yang menghambat tujuan saya.					
3	Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan dan mencapai tujuan saya					
4	Saya yakin bahwa saya dapat bertindak dengan baik dalam situasi yang tidak terduga					
5	Berkat kemampuan saya, saya tahu bagaimana cara menghadapi situasi yang tidak terduga					
6	Saya dapat menyelesaikan berbagai permasalahan jika saya sungguh-sungguh dalam melakukannya					
7	Saya dapat tetap tenang saat menghadapi kesulitan karena saya dapat mengandalkan kemampuan saya untuk mengatasi hal tersebut					
8	Saat berhadapan dengan sebuah masalah, saya mempunyai banyak ide untuk mengatasinya					
9	Ketika berada dalam situasi sulit, saya dapat memikirkan cara untuk keluar dari kesulitan tersebut					
10	Apapun yang terjadi, saya akan dapat mengatasinya dengan baik					

SKALA 3

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan seksama. Saudari diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudari dengan memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang dianggap sesuai. Adapun pilihan jawaban yang tersedia yaitu:



© Hak Cipta

TP = Tidak Pernah
J = Jarang

KK = Kadang-Kadang
S = Sering

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		TP	J	K	S
1	Saya merasa cocok dengan orang-orang di sekitar saya				
2	Saya kurang memiliki persahabatan				
3	Tidak ada orang tempat saya mengadu				
4	Saya merasa merupakan bagian dari sekelompok teman-teman.				
5	Saya memiliki banyak kesamaan dengan orang-orang di sekitar saya.				
6	Saya adalah orang yang terbuka.				
7	Ada beberapa orang di mana saya merasa dekat.				
8	Saya merasa ditinggalkan.				
9	Hubungan sosial saya tidak mendalam.				
10	Tidak ada orang yang mengenal saya dengan baik.				
11	Saya merasa terisolasi dari orang lain.				
12	Saya dapat menemukan persahabatan jika saya menghendakinya.				
13	Ada beberapa orang yang benar-benar dapat memahami saya.				
14	Orang-orang ada di sekitar saya, namun tidak bersama saya.				
15	Ada beberapa orang yang dapat saya ajak berbicara.				
16	Ada beberapa orang yang merupakan tempat saya mengadu.				



UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

TABULASI DATA ANALISIS KESEPIAN

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	Total
1	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	22
2	2	2	1	1	2	2	1	2	3	3	1	1	1	2	1	1	26
3	1	1	2	1	1	3	1	2	1	4	1	1	2	3	1	1	26
4	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	2	1	1	2	1	1	22
5	1	4	2	2	4	1	2	2	3	1	2	1	2	3	1	1	32
6	1	2	3	2	3	4	1	3	4	4	3	1	1	4	1	3	40
7	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	20
8	3	3	3	3	2	2	1	3	4	3	3	1	1	3	2	2	39
9	3	2	2	1	2	2	2	4	4	4	3	1	1	3	2	2	38
10	2	1	1	2	1	2	1	1	2	3	2	1	1	2	2	1	25
11	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	20
12	2	2	2	2	3	4	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	34
13	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	2	2	33
14	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	39
15	2	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	2	2	3	1	1	25
16	1	3	2	1	2	3	2	4	3	3	1	2	2	3	1	2	35
17	1	1	2	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	22
18	1	1	1	1	3	2	2	1	1	3	1	1	1	2	2	3	26
19	3	2	3	2	3	3	2	2	2	4	3	1	4	2	3	3	42
20	1	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	1	1	4	1	1	37
21	2	1	2	1	2	3	1	2	4	3	4	2	3	4	2	3	39
22	1	3	1	2	1	3	2	2	3	3	3	1	1	3	2	1	32
23	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	2	3	3	2	46
24	1	3	3	1	2	1	1	4	2	2	2	2	2	3	1	2	32
25	2	3	4	2	3	4	1	3	4	2	2	2	2	4	2	2	42
26	3	1	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	1	4	4	54
27	4	2	1	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	2	4	53
28	1	3	1	2	3	1	1	1	4	4	1	1	1	2	1	1	28
29	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	2	39
30	1	2	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	23

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	Total
31	2	3	4	2	1	2	1	3	4	2	4	1	3	3	1	2	38
32	2	3	1	2	2	2	2	1	3	3	1	1	1	4	1	1	30
33	3	1	2	2	2	3	3	1	2	3	1	2	2	3	3	4	37
34	2	3	1	2	3	1	1	1	1	3	2	2	3	4	2	1	32
35	1	2	1	2	3	3	2	2	3	1	2	2	2	1	1	1	29
36	2	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	27
37	1	3	3	3	2	1	2	1	3	3	3	1	2	3	1	2	34
38	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	46
39	2	2	1	3	2	2	2	4	3	3	1	2	1	4	2	2	36
40	2	1	1	1	3	2	1	2	4	2	2	1	3	3	1	1	30
41	2	2	1	1	3	2	2	1	3	3	2	1	2	2	2	1	30
42	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	29
43	1	2	1	1	2	3	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	25
44	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	24
45	2	4	1	4	4	4	1	2	4	2	1	3	1	4	1	3	41
46	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	3	2	26
47	4	1	3	4	1	2	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	49
48	1	3	1	1	2	1	1	2	2	4	4	1	1	3	1	1	29
49	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	3	1	1	24
50	2	1	2	3	2	2	1	1	2	2	2	3	1	3	2	2	31
51	1	1	1	2	2	2	1	2	3	3	1	1	1	3	1	1	26
52	2	2	1	1	2	3	2	1	1	2	1	2	3	1	2	2	28
53	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	21
54	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	19
55	3	2	1	4	3	2	1	1	4	4	2	3	1	4	1	1	37
56	4	2	3	4	3	4	3	2	2	3	1	2	3	3	2	3	44
57	1	1	1	1	1	3	2	2	2	2	4	1	1	2	1	2	27
58	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	4	1	3	2	2	35
59	2	4	4	2	3	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	41
60	2	2	2	3	4	3	2	2	2	3	1	3	3	2	3	3	40
61	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	1	4	3	3	3	3	45
62	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	42
63	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	41
64	3	4	3	4	2	4	1	3	4	2	4	1	1	4	1	3	44
65	3	3	4	2	2	3	3	1	2	2	1	2	3	2	4	2	39

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

66	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	1	1	4	1	2	39
67	1	2	3	1	2	3	2	2	3	4	2	2	2	3	2	3	37
68	2	3	1	2	2	3	1	2	3	2	3	1	3	3	2	2	35
69	2	2	1	1	2	3	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	24
70	1	1	1	1	1	1	3	1	4	2	1	1	1	2	1	1	23
71	3	3	2	2	3	4	2	3	3	4	3	1	2	2	2	3	42
72	1	1	1	2	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	43
73	2	4	3	2	2	2	2	3	2	2	1	4	2	3	2	2	38
74	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	31
75	2	2	1	1	2	1	1	3	2	3	2	2	2	3	1	2	30
76	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	39
77	3	3	1	2	1	1	2	2	2	3	3	1	2	4	2	3	35
78	2	3	3	1	1	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	34
79	2	1	2	2	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2	2	2	32
80	2	1	1	1	3	2	1	2	3	2	3	1	2	3	1	1	29
81	1	1	2	1	1	1	1	2	4	1	2	1	1	2	1	1	23
82	2	2	2	1	2	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	34
83	1	3	3	1	1	2	1	2	4	4	1	1	3	4	2	3	36
84	3	2	3	3	3	4	1	3	4	3	2	3	2	3	2	2	43
85	2	2	4	3	3	4	2	2	4	3	1	2	4	1	2	2	41
86	2	1	1	1	3	3	1	1	2	1	1	1	1	3	2	3	27
87	1	2	1	1	1	1	1	3	3	3	1	2	3	2	1	1	27
88	2	3	3	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	38
89	2	4	4	1	1	3	2	3	4	4	3	1	2	4	1	3	42
90	2	2	3	2	3	3	4	2	2	2	2	1	2	3	1	2	36
91	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	34
92	1	2	1	1	3	2	1	1	2	2	1	1	1	4	1	1	25
93	1	3	4	2	2	4	1	3	3	3	1	1	1	3	1	1	34
94	1	2	3	1	1	1	1	3	2	2	2	1	1	2	1	1	25
95	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	22
96	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	1	28
97	1	3	2	3	3	2	3	3	4	4	4	1	2	2	3	2	42
98	1	3	3	1	2	3	3	3	4	2	1	3	3	2	2	39	
99	2	4	4	2	3	3	2	4	4	3	4	2	2	4	1	2	46
100	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	4	1	1	23



No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	Total
101	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	22
102	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2	45
103	3	4	2	4	3	2	4	2	3	2	4	1	3	2	3	1	43
104	2	4	1	1	1	3	1	2	3	3	2	1	1	3	1	1	30
105	1	2	1	1	2	2	1	2	2	3	1	2	1	2	1	1	25
106	2	3	4	1	2	1	3	1	3	3	1	3	2	4	2	1	36
107	2	4	3	4	4	1	2	4	2	4	4	4	1	4	3	1	47

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

TABULASI DATA ANALISIS WELAS DIRI

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	Total
1	4	4	4	5	3	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	3	5	4	5	3	95	
2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	3	3	79	
3	3	2	4	4	4	3	5	5	4	4	5	5	3	4	4	5	4	5	4	5	2	4	5	93
4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	81
5	3	4	5	5	4	5	2	3	2	2	3	1	5	4	5	2	3	5	1	3	5	4	2	78
6	4	2	2	5	1	5	1	4	5	2	2	4	5	2	1	2	2	1	1	5	4	1	1	62
7	3	5	4	5	5	3	2	3	3	2	2	4	3	3	5	4	5	3	2	5	3	4	3	81
8	4	5	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	2	5	3	5	1	3	4	4	1	74
9	1	1	1	4	1	4	2	5	5	1	4	1	5	5	1	5	1	4	1	1	3	4	1	61
10	5	5	5	2	5	3	5	4	3	3	3	5	3	4	4	3	3	2	3	5	4	5	4	88
11	5	5	4	2	5	4	5	4	2	4	3	5	3	3	5	1	5	3	3	5	3	4	5	88
12	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	2	3	4	3	2	2	2	3	3	4	3	3	73
13	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	75
14	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	68
15	3	5	3	4	3	3	4	3	4	4	4	5	3	3	3	3	5	4	3	5	1	5	4	84
16	3	3	2	5	3	5	3	4	5	3	3	4	4	5	3	4	4	3	3	3	3	4	3	82
17	2	3	3	5	3	4	3	5	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	4	3	2	79
18	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	1	5	3	5	5	3	5	104
19	3	4	5	4	5	5	4	4	4	5	3	5	4	4	2	5	5	4	3	3	3	4	3	91
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	69
21	3	1	4	2	2	3	3	4	5	3	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	2	4	2	68
22	5	4	3	5	5	5	3	5	2	5	5	5	5	4	5	5	5	5	1	5	5	5	5	102
23	1	2	2	3	3	4	1	3	3	3	2	1	3	3	2	1	2	3	1	1	2	2	2	50
24	4	2	4	4	2	3	3	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	1	72
25	3	4	2	4	3	2	3	4	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	63
26	3	2	1	4	4	4	4	3	2	3	2	5	4	4	2	3	5	2	2	4	3	3	4	73
27	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	1	3	2	5	2	3	3	4	2	67
28	5	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	4	5	5	5	5	108
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	67
30	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	88
31	3	1	3	4	2	3	2	2	3	3	1	1	1	3	1	2	1	3	1	3	3	3	1	49
32	3	2	3	3	2	4	2	4	4	2	3	3	4	4	2	3	2	3	2	3	4	2	3	67
33	4	5	3	5	4	3	1	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	4	94
34	3	3	3	5	2	4	4	3	4	3	3	2	5	3	4	4	1	5	4	4	3	2	1	75
35	3	4	5	1	5	4	5	4	3	5	4	3	3	3	5	1	4	1	3	5	2	5	5	83
36	5	3	4	4	3	4	2	4	3	5	4	4	2	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	81
37	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	4	1	4	4	2	4	1	3	2	3	3	3	2	68
38	3	5	5	5	5	5	4	5	4	2	4	4	5	5	5	5	4	4	2	5	4	4	5	99
39	3	2	4	5	3	4	2	4	4	3	5	3	2	5	4	4	4	5	3	3	5	3	2	82
40	3	3	4	4	3	4	4	4	2	3	4	5	4	4	5	2	3	4	2	5	3	3	3	81
41	4	5	4	4	3	3	5	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	5	4	4	3	3	82
42	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	4	4	5	4	5	4	107
43	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	3	4	5	5	5	5	3	4	3	4	4	4	3	96
44	4	5	5	4	4	4	3	4	4	5	3	5	3	5	3	4	3	4	5	4	4	5	4	93
45	2	1	2	3	2	2	2	5	3	3	3	4	3	2	5	4	4	1	2	3	2	5	1	64

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	Total
46	5	4	4	2	5	3	3	3	3	4	3	2	2	4	5	4	3	3	3	3	3	4	4	79
47	2	4	4	3	2	2	4	4	3	2	1	5	2	3	2	5	3	3	2	4	1	5	4	70
48	3	2	2	4	3	4	3	4	4	3	5	4	3	5	2	5	3	4	2	3	3	4	2	77
49	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	4	4	5	4	99
50	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	4	4	4	79
51	3	4	5	4	4	4	5	3	3	2	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	5	4	5	90
52	5	4	5	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	5	4	93
53	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	3	5	4	5	5	103
54	5	5	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	1	5	5	5	1	79
55	3	2	5	2	5	4	4	4	5	4	4	5	5	5	2	3	3	4	2	2	4	2	4	83
56	4	5	3	5	5	3	2	5	2	5	3	3	1	4	5	2	4	2	4	4	1	5	1	78
57	3	5	4	4	3	4	2	5	4	3	4	4	4	4	2	4	3	2	4	4	4	4	2	82
58	3	4	3	1	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	5	2	2	3	3	3	3	75
59	4	2	3	5	2	4	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	75
60	4	4	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	2	4	2	4	3	4	4	4	1	5	4	74
61	3	4	3	3	4	3	3	4	2	5	3	2	1	3	5	2	3	2	3	4	4	4	4	74
62	3	4	2	5	2	4	3	5	3	5	3	2	4	4	2	4	1	4	2	3	4	5	2	76
63	3	3	3	5	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	76
64	3	5	3	4	4	5	1	4	4	2	5	1	3	5	3	4	1	5	5	4	4	5	1	81
65	5	4	4	2	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	4	4	4	3	5	3	5	2	81
66	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	93
67	2	5	2	4	3	3	3	3	5	4	4	4	2	4	5	3	4	3	3	4	4	4	3	80
68	4	4	3	4	2	5	2	3	4	1	4	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	2	70
69	3	5	5	3	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	5	3	5	1	3	5	4	5	3	92
70	5	2	5	4	2	4	3	4	4	5	4	3	4	4	5	4	5	1	4	5	4	5	1	87
71	3	4	3	5	3	4	4	5	5	3	5	2	3	4	3	3	2	3	2	5	5	3	3	82
72	3	3	5	4	3	4	4	1	4	5	2	3	3	4	3	4	3	2	3	5	4	3	3	78
73	3	3	5	4	3	4	3	3	4	5	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
74	3	3	5	4	3	4	4	3	4	5	2	3	3	3	4	3	2	3	5	4	3	3	3	80
75	3	2	3	4	1	3	3	4	3	2	3	4	3	3	1	5	2	4	3	3	3	4	2	68
76	5	5	4	1	5	3	5	2	2	5	3	4	3	3	3	3	3	1	3	5	3	5	3	79
77	2	2	2	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	68
78	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	70
79	4	4	5	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	80
80	5	5	3	5	3	5	1	5	4	5	5	3	5	4	3	3	4	4	1	4	5	5	2	89
81	3	4	3	4	3	4	2	2	4	3	4	2	3	4	3	4	2	5	1	3	3	1	3	70
82	4	4	4	4	4	5	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	3	78
83	3	3	4	4	3	3	2	5	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	75
84	3	1	2	3	3	3	1	2	2	2	3	2	4	2	3	2	2	4	1	2	2	2	2	53
85	5	4	2	3	4	5	1	1	2	3	3	2	5	4	4	2	2	2	5	3	3	5	3	73
86	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	109
87	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	4	2	3	2	2	4	3	4	4	3	4	3	69
88	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
89	3	2	3	4	2	4	1	3	4	2	2	2	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	60
90	2	2	2	3	1	4	2	3	4	1	4	2	4	4	1	3	2	4	1	3	3	4	1	60



No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	Total
91	3	3	2	4	2	4	2	4	4	3	5	3	4	4	3	4	2	3	2	3	4	3	4	75
92	4	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	2	3	4	5	3	86
93	2	1	3	3	2	5	4	4	3	3	3	1	2	2	3	3	1	3	2	3	4	3	2	62
94	4	2	1	3	2	4	3	4	4	2	4	4	3	2	1	3	2	2	2	4	4	4	2	66
95	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	5	5	5	5	110
96	4	5	4	4	3	4	3	4	3	4	4	5	3	4	4	3	5	4	3	5	4	4	3	89
97	3	4	3	4	2	4	2	3	2	2	5	3	5	4	3	4	2	4	3	4	4	2	4	76
98	4	3	3	5	3	5	2	5	5	4	3	4	5	5	2	4	4	4	3	3	4	4	3	87
99	5	5	5	4	5	4	3	4	4	3	4	1	3	3	3	4	2	4	1	3	3	3	2	78
100	3	5	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	1	3	3	3	2	3	3	3	73
101	4	4	5	4	3	4	3	4	3	5	4	4	4	4	3	4	4	4	3	5	4	3	3	88
102	4	3	1	5	4	3	1	3	3	3	5	1	3	3	1	3	1	3	2	3	3	1	3	62
103	5	4	2	4	3	2	4	3	2	3	3	1	4	3	4	2	4	4	3	4	2	5	4	75
104	4	4	3	4	4	5	4	4	4	5	3	2	4	5	3	5	3	4	3	4	4	5	3	89
105	3	5	4	4	3	4	3	5	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	3	4	4	5	4	90
106	3	2	3	2	4	3	4	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	5	3	74
107	3	3	2	5	1	2	1	3	3	3	4	2	4	4	3	4	4	4	3	2	4	2	2	68

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

TABULASI DATA ANALISIS EFKASI DIRI

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	Total
1	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	44
2	5	4	3	4	4	5	3	4	4	4	40
3	5	4	3	4	2	5	4	2	4	5	38
4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	44
5	3	4	2	3	3	5	2	1	2	4	29
6	4	4	2	4	4	5	4	2	2	4	35
7	4	4	3	3	3	4	2	3	2	2	30
8	4	4	3	4	3	5	4	3	3	4	37
9	3	3	3	2	5	3	3	3	5	4	34
10	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	42
11	5	5	4	3	4	5	5	5	5	5	46
12	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	36
13	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5	45
14	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	35
15	2	3	2	3	2	4	4	3	4	5	32
16	4	4	4	3	3	5	4	3	3	5	38
17	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	47
18	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	48
19	3	5	4	5	4	4	4	4	4	4	41
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
21	3	3	2	2	3	4	3	2	2	3	27
22	5	4	4	4	3	5	4	4	5	5	43
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
24	4	4	4	3	3	5	4	3	4	4	38
25	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	26
26	2	3	2	1	3	3	4	3	3	2	26
27	4	4	3	2	1	4	1	2	3	2	26
28	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	38
29	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	38
30	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	Total
31	4	4	3	5	4	5	3	5	5	4	42
32	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	38
33	5	4	3	4	5	5	5	3	4	5	43
34	5	4	5	5	4	5	4	4	3	5	44
35	5	4	4	4	3	4	4	4	4	5	41
36	5	4	5	4	4	4	4	4	4	3	41
37	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	35
38	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	45
39	5	3	3	3	2	2	1	2	4	4	29
40	5	4	3	4	4	5	3	4	5	5	42
41	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	32
42	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	46
43	4	4	5	4	5	4	3	5	4	4	42
44	3	4	4	4	3	3	4	3	4	5	37
45	3	3	2	3	3	2	4	2	3	5	30
46	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	40
47	3	3	3	5	3	3	1	2	2	4	29
48	5	3	5	5	5	5	4	4	4	5	45
49	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	35
50	3	3	2	4	2	3	3	3	2	2	27
51	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	34
52	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	36
53	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	46
54	4	5	3	4	3	4	3	3	4	4	37
55	5	5	5	5	4	5	4	3	3	4	43
56	1	1	1	2	2	1	3	3	1	2	17
57	3	4	5	3	4	5	4	3	4	4	39
58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
59	5	4	2	3	3	3	3	4	3	2	32
60	3	3	2	5	5	5	4	3	3	4	37
61	3	4	3	3	3	4	4	2	4	3	33
62	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
63	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	35
64	4	3	3	5	4	5	3	3	3	4	37
65	1	2	3	3	3	2	1	2	2	2	21

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	Total
66	5	5	3	3	4	5	4	4	5	4	42
67	5	5	4	4	4	5	5	3	4	5	44
68	3	3	3	5	4	4	3	3	3	4	35
69	5	4	4	4	4	5	3	3	4	5	41
70	5	2	5	2	5	5	4	5	5	5	43
71	3	2	3	3	4	4	3	2	3	5	32
72	3	1	2	2	2	3	2	5	1	2	23
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
74	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	33
75	4	3	3	4	2	4	2	3	3	3	31
76	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	33
77	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
78	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	29
79	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	42
80	5	4	3	5	5	5	4	4	5	5	45
81	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
82	5	4	3	3	5	5	4	3	4	4	40
83	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	35
84	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	25
85	5	5	3	4	5	2	2	3	2	3	34
86	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	47
87	3	4	1	3	1	3	2	3	3	3	26
88	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
89	5	5	4	4	4	4	4	2	4	4	40
90	3	4	4	4	4	5	4	3	4	5	40
91	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	37
92	4	4	3	4	3	5	4	4	4	4	39
93	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	24
94	5	3	2	2	2	4	2	4	4	4	32
95	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	49
96	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	49
97	1	1	2	3	1	1	2	2	2	1	16
98	5	5	4	3	3	5	4	3	4	4	40
99	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	36
100	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	37

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	Total
101	4	5	3	4	3	5	3	4	4	5	40
102	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	36
103	2	2	2	4	3	3	4	4	5	5	34
104	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	45
105	5	4	4	4	4	5	3	4	3	4	40
106	4	3	2	3	3	4	3	2	2	4	30
107	4	5	3	2	4	5	5	5	4	3	40



UIN SUSKA RIAU

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN G:

Deskripsi Subjek Penelitian

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta

Nurul Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Data Subjek Penelitian

No	Inisial	Usia	Daerah Asal	Semester	Frekuensi Pulang ke Daerah Asal
1	SA	22	Kepulauan Riau	8	1
2	Zr	21	Sumatera Utara	8	1
3	A	21	Sumatera Utara	8	2
4	U	21	Kepulauan Riau	8	2
5	LA	22	Sumatera Barat	8	1
6	F	20	Kepulauan Riau	6	2
7	MZ	21	Kepulauan Riau	8	1
8	W	19	Kepulauan Riau	2	2
9	NAN	18	Karimun	2	2
10	A	22	Bengkulu	8	2
11	T	21	Sumut	8	2
12	B	21	Kepulauan Riau	6	3
13	AFH	21	Kepulauan Riau	4	2
14	HD	22	Kepulauan Riau	8	3
15	M	23	Kepulauan Riau	6	2
16	A	20	Kepulauan Riau	4	2
17	VI	20	Jawa Barat	6	1
18	N	22	Kepulauan Riau	8	2
19	D	22	Kepulauan Riau	8	4
20	N	21	Kepulauan Riau	6	3
21	C	18	Sumatra Utara	2	2
22	S	18	Kepulauan Riau	2	3
23	N	22	Kepulauan Riau	8	2
24	KP	19	Kepulauan Riau	2	3
25	A	20	Kepulauan Riau	4	Jarang
26	O	22	Kepulauan Riau	4	1
27	LSH	18	Sumatra Utara	2	2
28	MD	22	Kepulauan Riau	8	2
29	A	22	Kepulauan Riau	8	3
30	F	23	Kepulauan Riau	8	2
31	ISN	22	Sumatera Utara	8	1
32	A	22	Sumatra Utara	8	2
33	A	21	Sumatera Utara	8	2

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

34	H	23	Sumatera Utara	8	3
35	R	23	Sumatera Barat	8	2
36	R	24	Sumatera Barat	8	1
37	RF	21	Kepulauan Riau	8	2
38	EY	21	Kepulauan Riau	8	2
39	IR	21	Sumatera Barat	8	2
40	TF	21	Kepulauan Riau	8	1
41	S	22	Kepulauan Riau	8	2
42	A	22	Sumatera Barat	8	2
43	Z	21	Kepulauan Riau	6	4
44	L	21	Kepulauan Riau	8	1
45	NT	21	Kepulauan Riau	6	1
46	RLW	21	Kepulauan Riau	4	3
47	NQS	22	Kepulauan Riau	6	3
48	N	21	Jawa Barat	6	2
49	E	23	Kepulauan Riau	8	2
50	A	22	Sumatera Barat	6	2
51	T	20	Kepulauan Riau	4	2
52	J	21	DKI Jakarta	4	Tidak tentu
53	Y	21	Sumatera Barat	6	2
54	PAF	20	Sumatera Utara	2	2
55	F	21	Kepulauan Riau	6	2
56	A	19	Sumatera Utara	2	3
57	NA	19	Sumatra Utara	2	2
58	E	22	Sumatera Utara	8	2
59	I	20	Kepulauan Riau	6	1
60	I	18	Sumatera Utara	2	1
61	RD	20	Kepulauan Riau	2	2
62	A	19	Sumatera Barat	2	2
63	SAAH	19	Kepulauan Riau	2	3
64	SAH	21	Kepulauan Riau	4	3
65	FH	21	Sumatera Utara	4	1
66	PN	20	Sumatera Utara	4	2
67	N	21	Sumatera Barat	6	4
68	H	19	Sumatera Barat	4	Tergantung, keperluan
69	RS	22	Kepulauan Riau	8	2
70	NS	20	Sumbar	4	4
71	AR	20	Sumatra Utara	4	2

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

72	N	20	Sumatera Utara	4	3
73	MAH	19	Sumatera Utara	4	2
74	N	20	Sumatera Utara	4	3
75	PMA	18	Sumatera Utara	2	1
76	NS	19	Sumatera Barat	2	2
77	A	23	Sumatera Utara	6	2
78	RD	20	Kepulauan Riau	4	3
79	R	21	Sumatera Utara	6	2
80	NSS	21	Sumatera Utara	6	2
81	U	21	Kepulauan Riau	8	2
82	MA	22	Kepulauan Riau	8	2
83	NA	22	Kepulauan Riau	8	3
84	S	21	Kepulauan Riau	8	2
85	NR	22	Sumatera Barat	8	4
86	AP	19	Kepulauan Riau	2	2
87	MA	18	Sumatera Utara	2	1
88	PHN	22	Sumatera Utara	8	2
89	ZM	21	Sumatra Barat	6	3
90	A	22	DKI Jakarta	8	2
91	Z	21	Sumatera Utara	6	2
92	A	18	Sumatra Barat	2	2
93	M	23	Bandung	6	1
94	FA	22	Kepulauan Riau	6	2
95	Y	21	Sumatra Barat	6	3
96	F1	19	Jambi	4	2
97	P	20	Banten	4	4
98	A	20	Kepulauan Riau	4	2
99	RA	21	Kepulauan Riau	6	3
100	RR	19	Kepulauan Riau	2	2
101	A	19	Kepulauan Riau	2	2
102	NM	18	Sumatera Utara	2	2
103	ZRA	20	DKI Jakarta	2	1
104	F	19	Sumatera Utara	2	2
105	H	22	Sumatera Barat	8	3
106	N	22	Sumatera Utara	8	3
107	LA	22	Sumatera Barat	8	1



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN SUSKA RIAU 1. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	6,60897180
Most Extreme Differences	Absolute	,056
	Positive	,056
	Negative	-,042
Test Statistic		,056
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
 b. Calculated from data.
 c. Lilliefors Significance Correction.
 d. This is a lower bound of the true significance.

2. Hasil Uji Linearitas

a. Welas Diri - Kesepian

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesepian	* Between Groups	(Combined)	3698,827	44	84,064	1,658	,033
Welas Diri	Groups	Linearity	1668,012	1	1668,012	32,898	,000
		Deviation from Linearity	2030,815	43	47,228	,931	,593
	Within Groups		3143,529	62	50,702		
	Total		6842,355	106			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Efikasi Diri – Kesepian

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesepian Efikasi Diri	* Between Groups	(Combined)	2410,561	29	83,123	1,444	,103
		Linearity	1545,237	1	1545,237	26,848	,000
		Deviation from Linearity	865,324	28	30,904	,537	,967
		Within Groups	4431,794	77	57,556		
	Total		6842,355	106			

3. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients^a

Model	B	Unstandardized Coefficients		Beta	t	Sig.
			Standardized Coefficients			
1	(Constant)	3,814	2,772		1,376	,172
	Welas Diri	,028	,036			
	Efikasi Diri	-,022	,063			

a. Dependent Variable: Abs_Res

4. Uji Multikoleniaritas

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients			Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Standardized Coefficients				Tolerance	VIF
1	(Constant)	64,659	4,502		14,362	,000		1,259
	Welas Diri	-,227	,059					
	Efikasi Diri	-,357	,102					

a. Dependent Variable: Kesepian

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HASIL UJI HIPOTESIS

REGRESI LINEAR BERGANDA

Correlations

		Kesepian	Welas Diri	Efikasi Diri
Kesepian	Pearson Correlation	1	-,494 **	-,475 **
	Sig. (2-tailed)		,000	,000
	N	107	107	107
Welas Diri	Pearson Correlation	-,494 **	1	,453 **
	Sig. (2-tailed)	,000		,000
	N	107	107	107
Efikasi Diri	Pearson Correlation	-,475 **	,453 **	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	107	107	107

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Coefficients^a

Model	B	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
		Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	64,659	4,502		14,362 ,000
	Welas Diri	-,227	,059	-,350	-3,871 ,000
	Efikasi Diri	-,357	,102	-,316	-3,497 ,001

a. Dependent Variable: Kesepian

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,569 ^a	,323	,310	6,672

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Welas Diri

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2212,433	2	1106,217	24,848	,000 ^b
	Residual	4629,922	104	44,518		
	Total	6842,355	106			

a. Dependent Variable: Kesepian

b. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Welas Diri



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



HASIL ANALISIS TAMBAHAN KATEGORISASI

1. Data Hipotetik Kesepian

$$i_{\min} = 1$$

$$i_{\max} = 4$$

$$X_{\min} = 1 \times 16 = 16$$

$$X_{\max} = 4 \times 16 = 64$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 64 - 16$$

$$= 48$$

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (X_{\min} + X_{\max})$$

$$= \frac{1}{2} (16 + 64)$$

$$= \frac{1}{2} (80)$$

$$= 40$$

$$SD = \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min})$$

$$= \frac{1}{6} (64 - 16)$$

$$= \frac{1}{6} (48)$$

$$= 8$$

2. Data Hipotetik Welas Diri

$$i_{\min} = 1$$

$$i_{\max} = 5$$

$$X_{\min} = 1 \times 23 = 23$$

$$X_{\max} = 5 \times 23 = 115$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 115 - 23$$

$$= 92$$

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (X_{\min} + X_{\max})$$

$$= \frac{1}{2} (23 + 115)$$

$$= \frac{1}{2} (138)$$

$$= 69$$

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

©

$$\begin{aligned}
 SD &= 1/6 (X_{\max} - X_{\min}) \\
 &= 1/6 (115 - 23) \\
 &= 1/6 (92) \\
 &= 15,3
 \end{aligned}$$

3. Data Hipotetik Efikasi Diri

$$i_{\min} = 1$$

$$i_{\max} = 4$$

$$X_{\min} = 1 \times 10 = 10$$

$$X_{\max} = 4 \times 10 = 40$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 40 - 10$$

$$= 30$$

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (X_{\min} + X_{\max})$$

$$= \frac{1}{2} (10 + 40)$$

$$= \frac{1}{2} (50)$$

$$= 25$$

$$SD = 1/6 (X_{\max} - X_{\min})$$

$$= 1/6 (40 - 10)$$

$$= 1/6 (30)$$

$$= 5$$

4. Data Empirik Kesepian, Welas Diri dan Efikasi Diri Melalui SPSS**Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kesepian	107	35	19	54	33,56	8,034
Welas Diri	107	61	49	110	79,11	12,380
Efikasi Diri	107	34	16	50	36,71	7,118
Valid N (listwise)	107					



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5. Rumus Kategori Kesepian

- a) Sangat Rendah

$$X < M - 1,5 \text{ SD}$$

$$X < 40 - 1,5 (8)$$

$$X < 40 - 12$$

$$X < 28$$

- b) Rendah

$$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$$

$$40 - 1,5 (8) \leq X < 40 - 0,5 (8)$$

$$40 - 12 \leq X < 40 - 4$$

$$28 \leq X < 36$$

- c) Sedang

$$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$$

$$40 - 0,5 (8) \leq X < 40 + 0,5 (8)$$

$$40 - 4 \leq X < 40 + 4$$

$$36 \leq X < 44$$

- d) Tinggi

$$M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$$

$$40 + 0,5 (8) \leq X < 40 + 1,5 (8)$$

$$40 + 4 \leq X < 40 + 12$$

$$44 \leq X < 52$$

- e) Sangat Tinggi

$$M + 1,5 \text{ SD} < X$$

$$40 + 1,5 (8) < X$$

$$40 + 12 < X$$

$$52 < X$$

6. Rumus Kategori Welas Diri

- a) Sangat Rendah

$$X < M - 1,5 \text{ SD}$$

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

$$X < 69 - 1,5 (15,3)$$

$$X < 69 - 22,95$$

$$X < 46,05$$

b) Rendah

$$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$$

$$69 - 1,5 (15,3) \leq X < 69 - 0,5 (15,3)$$

$$69 - 22,95 \leq X < 69 - 7,65$$

$$46,05 \leq X < 61,35$$

c) Sedang

$$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$$

$$69 - 0,5 (15,3) \leq X < 69 + 0,5 (15,3)$$

$$69 - 7,65 \leq X < 69 + 7,65$$

$$61,35 \leq X < 76,65$$

d) Tinggi

$$M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$$

$$69 + 0,5 (15,3) \leq X < 69 + 1,5 (15,3)$$

$$69 + 7,65 \leq X < 69 + 22,95$$

$$76,65 \leq X < 91,95$$

e) Sangat Tinggi

$$M + 1,5 \text{ SD} < X$$

$$69 + 1,5 (15,3) < X$$

$$69 + 22,95 < X$$

$$91,95 < X$$

7. Rumus Kategori Efikasi Diri

a) Sangat Rendah

$$X < M - 1,5 \text{ SD}$$

$$X < 25 - 1,5 (5)$$

$$X < 25 - 7,5$$

$$X < 17,5$$

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- b) Rendah
- $$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$$
- $$25 - 1,5 (5) \leq X < 25 - 0,5 (5)$$
- $$25 - 7,5 \leq X < 25 - 2,5$$
- $$17,5 \leq X < 22,5$$
- c) Sedang
- $$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$$
- $$25 - 0,5 (5) \leq X < 25 + 0,5 (5)$$
- $$25 - 2,5 \leq X < 25 + 2,5$$
- $$22,5 \leq X < 27,5$$
- d) Tinggi
- $$M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$$
- $$25 + 0,5 (5) \leq X < 25 + 1,5 (5)$$
- $$25 + 2,5 \leq X < 25 + 7,5$$
- $$27,5 \leq X < 32,5$$
- e) Sangat Tinggi
- $$M + 1,5 \text{ SD} < X$$
- $$25 + 1,5 (5) < X$$
- $$25 + 7,5 < X$$
- $$32,5 < X$$

8. Skor Total dan Kategori Skala Kesepian Melalui SPSS**Kategorisasi Kesepian**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	34	31,8	31,8	31,8
	Rendah	31	29,0	29,0	60,7
	Sedang	33	30,8	30,8	91,6
	Tinggi	7	6,5	6,5	98,1
	Sangat Tinggi	2	1,9	1,9	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

9. Skor Total dan Kategori Skala Welas Diri

Kategorisasi Welas Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	6	5,6	5,6	5,6
	Sedang	42	39,3	39,3	44,9
	Tinggi	42	39,3	39,3	84,1
	Sangat Tinggi	17	15,9	15,9	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

10. Skor Total dan Kategori Skala Efikasi Diri

Kategorisasi Efikasi Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	2	1,9	1,9	1,9
	Rendah	1	,9	,9	2,8
	Sedang	9	8,4	8,4	11,2
	Tinggi	18	16,8	16,8	28,0
	Sangat Tinggi	77	72,0	72,0	100,0
Total		107	100,0	100,0	

11. Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment Aspek Welas Diri-Kesepian

Correlations						
		Self-kindness vs Self-judgement	Common humanity vc isolation	Mindfulness vs overidentification	kesepian	
Self-kindness vs Self-judgement	Pearson Correlation	1	,695**	,735**	-,472**	
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	
	N	107	107	107	107	
Common humanity vc isolation	Pearson Correlation	,695**	1	,715**	-,484**	
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	
	N	107	107	107	107	
Mindfulness vs overidentification	Pearson Correlation	,735**	,715**	1	-,368**	
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesepian	N	107	107	107	107
	Pearson Correlation	-,472 **	-,484 **	-,368 **	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	
	N	107	107	107	107

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

12. Hasil Uji Regresi Berganda Aspek Welas Diri terhadap Kesepian

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,523 ^a	,274	,253	6,945

a. Predictors: (Constant), Mindfulness vs overidentification, Common humanity vc isolation, Self-kindness vs Self-judgement

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1875,008	3	625,003	12,960	,000 ^b
Residual	4967,348	103	48,227		
Total	6842,355	106			

a. Dependent Variable: kesepian

b. Predictors: (Constant), Mindfulness vs overidentification, Common humanity vc isolation, Self-kindness vs Self-judgement

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1 (Constant)	58,659	4,392			13,356	,000
Self-kindness vs Self-judgement	-,489	,208	-,311		-2,348	,021
Common humanity vc isolation	-,616	,231	-,343		-2,672	,009
Mindfulness vs overidentification	,204	,263	,106		,777	,439

a. Dependent Variable: kesepian

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

SURAT IZIN PRA RISET

Nomor: B-495E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan
ini memberikan izin kepada:

Nama	:	Saskia Zeta Azlina
NIM	:	12160121601
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	VIII (Delapan)

untuk melakukan pra riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim
Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis
yaitu:

*"Peran Welas Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa Yang
Merantau".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 11 Maret 2025
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd
NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
جامعة علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY
Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail:fpsi@uin-suska.ac.id



Nomor : B-510E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/202
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Mohon Izin Try Out Penelitian

: B-510E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/202
: Biasa
: -
: Mohon Izin Try Out Penelitian

Pekanbaru, 13 Maret 2025

Kepada Yth.

1. Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan
2. Dekan Fakultas Ushuluddin
3. Dekan Fakultas Ekonomi Dan Sosial
4. Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi
5. Dekan Fakultas Syariah Dan Hukum
6. Dekan Fakultas Sains Dan Teknologi
7. Dekan Fakultas Pertanian Dan Peternakan

Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa:

Nama	: Saskia Zeta Azlina
NIM	: 12160121601
Jurusan	: Psikologi S1
Semester	: VIII (Delapan)

akan melakukan *try out* penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian/ skripsi / tesis, yaitu:

"Peran Welas Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau".

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin *try out* kepada yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum wr wb,
Dekan,

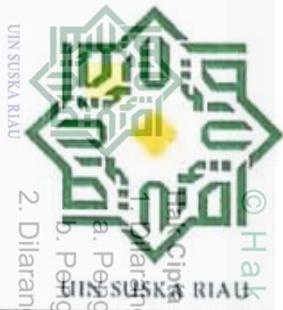


Dr. Kusnadi, M.Pd
NIP. 19671212 199503 1 001

Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.

Token : gCLxxd





UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
جامعة علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY
Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT IZIN TRY OUT

Nomor: B-511E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan
ini memberikan izin kepada:

Nama : Saskia Zeta Azlina
NIM : 12160121601
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VIII (Delapan)

untuk melakukannya *try out* di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis
yaitu:

"Peran Welas Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada Mahasiswi Yang Merantau".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 13 Maret 2025
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd
NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU





كلية التربية و التعليم

FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 Km. 15 Tuah madani - Pekanbaru - Riau 28293 PO.BOX. 1004 Telp. 0761-561647
Fax. 0761-561646, Web. www.uin-suska.info/tarbiyah E-mail : tarbiyah-uinsuska@yahoo.com

B-7090/Un.04/F.II/PP.00.9/03/2025

20 Maret 2025

Sifat

Lampiran

Izin Try Out Penelitian

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Assalamu alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, menjawab surat saudara nomor : B-510E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2025 tanggal 13 Maret 2025 tentang Mohon Izin Try Out Penelitian, maka dapat kami berikan izin sebagai berikut :

Nama	:	Saskia Zeta Azlina
NIM	:	12160121601
Program Studi	:	Psikologi
Semester	:	VIII (Delapan)
Judul	:	Peran Welas Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada Mahasiswi Yang Merantau
Lama Penelitian	:	1 (satu) bulan sejak surat ini dikeluarkan

Demikianlah yang dapat kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Untuk kerangka penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.



Dr. H. Kadar, M.Ag
NIP. 19650521 199402 1 001



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

كلية التربية و التعليم

FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 Km. 15 Tuah madani - Pekanbaru - Riau 28293 PO.BOX. 1004 Telp. 0761-561647
Fax. 0761-561646, Web. www.uin-suska.info/tarbiyah E-mail : tarbiyah-uinsuska@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-10261/Un.04/F.II/PP.00.9/05/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. H. Kadar, M.Ag
NIP : 19650521 199402 1 001
Pangkat/Gol. Ruang : Pembina Utama Muda (IV/c) Lektor Kepala
Jabatan : Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

dengan ini menerangkan :

Nama : Saskia Zeta Azlina
NIM : 12160121601
Program Studi : Psikologi
Semester : VIII (Delapan)

Benar telah melaksanakan pengumpulan data di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau untuk kegiatan *try out* penelitian
dengan judul : "Peran Welas Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada
Mahasiswa Yang Merantau."

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana
mestinya

Myebut

number:

Surat keterangan ini dibuat untuk

masalah.

D : Fahmi/Working/2021/Surat Mahasiswa/Surat Keterangan Try Out (af)

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN SUSKA RIAU
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
UIN SUSKA RIAU





SURAT KETERANGAN

Nomor : 1355 /Un.04/F.III/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Syarif Kasim Riau, dengan ini memberikan izin kepada:

Nama	: Saskia Zeta Azlina
NIM	: 12160121601
Semester	: VIII (Delapan)
Program Studi	: Psikologi SI
Fakultas	: Psikologi UIN Suska Riau

Izin melakukan try out penelitian di lingkungan Fakultas Ushuluddin dengan judul *"Peran Welas Diri dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau"* dari tanggal 20 s/d 28 Maret 2025.

Demikian surat ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya

Pekanbaru, 19 Maret 2025
a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga



Dr. Rina Rehayati, M.Ag
NIP. 19690429 200501 2 005

Tembusan:
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau





Izin kepada:

Nama	: Saskia Zeta Azlina
NIM	: 12160121601
Semester	: VIII (Delapan)
Program Studi	: Psikologi SI
Fakultas	: Psikologi UIN Suska Riau

Telah Selesai melakukan try out penelitian di lingkungan Fakultas Ushuluddin dengan judul **"Peran Welas Diri dan Efikasi Diri Terhadap Kesiapan Pada Mahasiswa Yang Merantau"** dari tanggal 20 s/d 28 Maret 2025.

Demikian surat ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya

Pekanbaru, 22 Mei 2025
a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga



Dr. Rina Rehayati, M.Ag
NIP. 19690429 200501 2 005

Tembusan:
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau

Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.
Token : 990mkJm



Token : 990mkJm

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS EKONOMI DAN ILMU SOSIAL

كلية العلوم الاقتصادية والاجتماعية

FACULTY OF ECONOMICS AND SOCIAL SCIENCES

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.15 Tuahmadani Tampan, Pekanbaru 28298 PO.Box.1004 Telp. 0761-562051
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail:fekonsos@uin-suska.ac.id

Nomer : B-2195/Un.04/F.VII/PP.00.9/03/2025

20 Maret 2025

Sifat : Biasa

-

Hal : Permohonan Izin Try Out Penelitian
a.n. Saskia Zeta Azlina

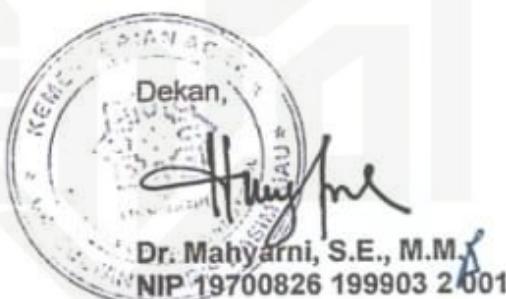
Yth. Dekan
Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat,

Merujuk surat Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau B-510E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2025 tanggal 13 Maret 2025 Perihal yang tersebut pada pokok surat di atas, maka bersama ini kami sampaikan bahwa dapat diberi izin untuk melaksanakan Riset dengan judul : "Peran Wela Diri dan Efikasi diri Terhadap Kesepian pada Mahasiswa yang Merantau" dan mengikuti segala aturan yang berlaku di lingkungan Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



UIN SUSKA RIAU





UIN SUSKA RIAU

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	:	Dr. Mahyarni, S.E., M.M
NIP	:	19700826 199903 2 001
Pangkat / Golongan	:	Pembina Utama Muda (IV/c) / Lektor Kepala
Jabatan	:	Dekan
Unit Kerja	:	Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

dengan ini menerangkan :

Nama	:	Saskia Zeta Azlina
NIM	:	12160121601
Semester	:	VIII (Delapan)
Program Studi	:	S1 Psikologi
Fakultas	:	Psikologi.

benar telah melaksanakan Try Out Penelitian di Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tanggal 13 Maret – 26 April 2025 dengan judul **“Peran Welas Diri dan Efikasi Diri terhadap Kesepian pada Mahasiswi yang Merantau”**.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jln. H.R. Soebrantas KM. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telpon (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052
web: <https://fdk.uin.suska.ac.id>, E-mail: fdk@uin-suska.ac.id

B-974/Un.04/F.IV/PP.00.9/03/2025

17 Ramadhan 1446 H

Biasa

17 Maret 2025 M

Lampiran :
1. Halaman Undangan
2. Pengutipan
3. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamualaikumwarahmatullahiwarakatuh

Dengan hormat,

Menjawab Surat Saudara Nomor : B-510E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2025 tanggal 13 Maret 2025 tentang mohon izin Try Out Penelitian, maka kami memberikan izin kepada saudara:

Nama	: Saskia Zeta Azlina
NIM.	: 12160121601
Semester	: VIII (Delapan)
Jurusan	: Psikologi
Fakultas	: Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Untuk melakukan Try Out Penelitian terkait dengan judul skripsi :" *Peran Welas Diri dan Efikasi Diri terhadap Kesepian Mahasiswi yang Merantau*" dengan ketentuan tidak menyimpang dari peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat izin Try Out Penelitian ini kami keluarkan, untuk dapat dijadikan pedoman dan terimakasih.

Wassalam,



Tembusan:

1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
2. Ketua Prodi di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau
3. Yang bersangkutan

2. Cipta dan menjalankan
3. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.



SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN TRY OUT

Nomor : B-1509/Un. 04/F.IV/PP.00.9/05/2025

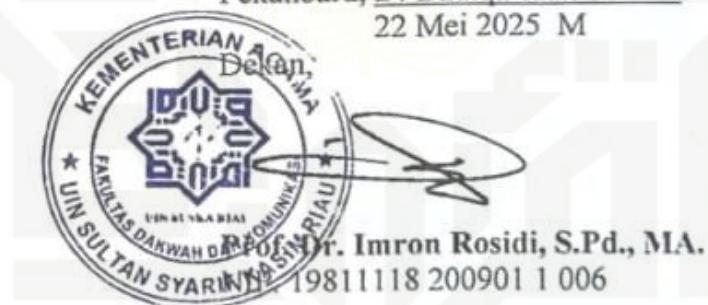
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau
menerangkan bahwa:

Nama : Saskia Zeta Azlina
NIM. : 12160121601
Semester : VIII (Delapan)
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

telah melakukan try out terkait dengan Judul skripsi : " *Peran Welas Diri dan Efikasi Diri terhadap Kesepian Mahasiswi yang Merantau*" di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian surat keterangan ini kami berikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 24 Dzulqa'dah 1446 H
22 Mei 2025 M



Tembusan :
1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
2. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau



Nomer : B-2968/Un.04/E.I/PP.00.9/03/2025

Stisifat : Biasa

200

Penelitian : Izin Try Out Penelitian

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Dengan Hormat

Menindaklanjuti surat Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau nomor: B-510E/Un.04 /F.VI/PP.00.9/03/2025 tanggal 13 Maret 2025, maka kami memberikan izin kepada :

Nama : Saskia Zeta Azlina
NIM : 12160121601
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VIII (Delapan)

untuk melakukan try out penelitian di Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul *“Peran Welas Diri dan Efikasi Diri terhadap Kesepian pada Mahasiswi yang Merantau”*.

Demikian disampaikan, terimakasih atas kerjasama.

Pekanbaru, 19 Maret 2025
IAN
Dekan,

Dr. Zülkifli, M. Ag

NIR 19741006 200501 1 005



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS SYARIAH & HUKUM

كلية الشريعة و القانون

FACULTY OF SHARIAH AND LAW

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 KM.15 TuahMadani - Pekanbaru 28293 PO Box. 1004 Telp/Fax. 0761-562052
Web. www.fasih.uin-suska.ac.id Email : fasih@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: B-4501/Un.04/F.I/PP.00.9/05/2025

Dekan Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sultan Syarif Kasim Riau
menerangkan bahwa:

Nama	:	Saskia Zeta Azlina
NIM	:	12160121601
Jurusan	:	Psikologi SI
Semester	:	VIII (Delapan)

benar telah selesai melakukan Try Out di Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul : “ *Peran Welas Diri dan Efikasi Diri terhadap Kesepian pada Mahasiswi yang Merantau* ”.

Demikian Surat Keterangan ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



UIN SUSKA RIAU



B- 2361 /F.V/PP.00.9/03/2025
Penting
Mohon Izin Try Out

Pekanbaru, 20 Maret 2025

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Suska Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, berdasarkan surat Saudara Nomor : B-510E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2025 tanggal 13 Maret 2025 perihal tersebut pada pokok surat, maka kami dapat memberikan izin kepada mahasiswa a.n:

Nama	:	Saskia Zeta Azlina
NIM	:	12160121601
Semester	:	VIII (Delapan)
Jurusan	:	Psikologi

untuk melakukan *Try Out* Penelitian dengan judul **“Peran Welas Diri dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau”** guna kelengkapan data penyelesaian Penyusunan skripsi / tesisnya.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
كلية العلوم والتكنولوجيا

FACULTY OF SCIENCES AND TECHNOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 KM. 15 Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO.Box. 1004 Telp.(0761) 589026 - 589027
Fax. (0761) 589 025 Web. www.uin-suska.ac.id, Email : fasle@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

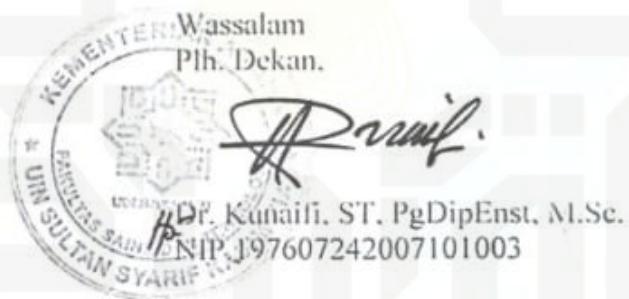
Nomor: B-3244/F.V/PP.00.9/05/2025

Yang bertandatangan di bawah ini Dekan Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau menerangkan bahwa:

Nama : Saskia Zeta Azlina
NIM : 12160121601
Semester : VIII (Delapan)
Kurusan : Psikologi

Benar telah melaksanakan Try Out Penelitian di Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau guna menyelesaikan Skripsi/Tugas Akhir.

Demikian surat keterangan ini diberikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



UIN SUSKA RIAU

SURAT KETERANGAN IZIN TRY OUT PENELITIAN

Nomor : 169/F.VIII/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	: Saskia Zeta Azlina
Nim	: 12160121601
Semester	: VIII (delapan)
Jurusan	: Psikologi S1
Fakultas	: Psikologi

Judul penelitian/skripsi "*Peran Welas Diri dan Efikasi Diri terhadap Kesepian pada Mahasiswa yang Merantau*". dengan ketentuan Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang tidak ada hubungan kegiatan Try Out Penelitian dan memberi izin untuk melaksanakan try out penelitian selama 7 hari.

Kepada pihak yang terkait, diharapkan untuk dapat memberi kemudahan dan membantu dalam kegiatan Try Out Penelitian ini. Demikianlah surat keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 20 Maret 2025 M
20 Ramadhan 1446 H

Dekan,



Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc
NIP. 19710706 200701 1 031

UIN SUSKA RIAU

Dilindungi Undang-Undang
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



SURAT KETERANGAN SELESAI TRY OUT

Nomor : 437/F.VIII/ PP.00.9/05/2025

Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini mencerangkan bahwa:

Nama	:	Saskia Zeta Azlina
NIM	:	12160121601
Semester	:	VIII (Delapan)
Jurusan	:	Psikologi S1
Fakultas	:	Psikologi

Telah selesai melakukan Try Out di Fakultas Pertanian dan Peternakan untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul *"Peran Welas Diri dan Efikasi Diri terhadap Kesejahteraan pada Mahasiswa yang Merantau"*.

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan seperlunya.

Pekanbaru, 23 Mei 2025
Dekan,



Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc
NIP. 19710706 200701 1 031

UIN SUSKA RIAU

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail:fpsi@uin-suska.ac.id



UIN SUSKA RIAU

2. Dilarang

Nomor
Sifat
Lampiran
Tujuh
Jl. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Perkuliahan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu
Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

: B-897E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025
: Biasa
: -
: Mohon Izin Riset

Pekanbaru, 22 Mei 2025

Kepada Yth.
Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama	:	Saskia Zeta Azlina
NIM	:	12160121601
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	VIII (Delapan)

akan melakukan riset penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Peran Welas Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau".

untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd
NIP. 19671212 199503 1 001



Dokumen ini telah ditandai tangani secara elektronik.
Token : 9Phi6KfM
Tahah.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

Nomor

: B-130 /Un.04/WR.I/TL.00/06/2025

11 Juni 2025

Sifat

: Biasa

Lamp

: -

Hal

: Izin Riset

Hagi

Yth.

Y



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor 250/Un.04/07/2025

Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Saskia Zeta Azlina
NIM : 12160121601
Tempat/Tgl. Lahir : Pekanbaru, 20 Februari 2003
Program Studi : Psikologi

Yang bersangkutan benar telah selesai melaksanakan Riset di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, terhitung tanggal 11 Juni 2025 s.d. 21 Juni 2025 dengan judul penelitian: "Peran Welas Diri dan Efikasi Diri terhadap Kesepian pada Mahasiswa yang Merantau".

Demikian Surat Keterangan ini dikeluarkan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 11 Juli 2025
a.n. Rektor
Wakil Rektor Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga

Prof. H. Raihani, M.Ed., Ph.D
NIP. 19711005 199703 1 002

Tembusan
Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (sebagai laporan)

UIN SUSKA RIAU

© Hak Cipta Milik UIN SUSKA RIAU
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
c. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

