

Hubungan Religiusitas dan Kesepian pada Mahasiswa Baru yang Berasal dari Luar Daerah

MARISYA PRATIWI¹, SRI FATMAWATI MASHOEDI²

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia
Kampus Baru UI - Depok, 16424
²E-mail: srifatma@yahoo.com

Diterima 19 April 2011, Disetujui 2 Juni 2011

Abstract : The study aims to examine religiosity, loneliness and the relationship between the two conditions on freshmen studying outside their home town. The respondents are 259 moslem freshmen who are studying at the University of Indonesia and come from outside greater Jakarta. The study uses religiosity scale which is adapted from religiosity dimensions developed by Glock and Stark (1966) and UCLA Loneliness Scale Revised developed by Russel (1980). The main result shows a significant negative relationship between religiosity and loneliness ($r = -0,341, p < 0,05$).

Key words: religiosity, loneliness

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, manusia semakin menyadari arti pentingnya pendidikan dalam kehidupan mereka. Akan tetapi, pada kenyataannya pendidikan di Indonesia sendiri ternyata dapat dikatakan belum merata, baik kualitas maupun kuantitasnya. Sehingga, bukanlah sesuatu yang aneh jika banyak siswa dari berbagai daerah di Indonesia memutuskan untuk menuntut ilmu ke daerah lain, mayoritas ke daerah-daerah di pulau Jawa, yang dianggap memiliki kualitas dan kuantitas pendidikan lebih baik.

Pada mahasiswa baru yang berasal jauh dari lokasi universitas mereka, perubahan dan transisi yang harus mereka jalani cenderung lebih berat daripada mahasiswa yang berasal dekat dengan lokasi universitas (Cutrona, dalam Peplau & Perlman, 1982). Bagi mahasiswa dari daerah, budaya di kota-kota besar (seperti individualisme dan modernisasi) yang berbeda jauh dengan daerah asal membuat usaha mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan barunya menjadi lebih berat jika dibandingkan dengan mereka yang memang berasal dari kota-kota besar. Menurut Weiss (1973 dalam Peplau & Perlman, 1980), saat seseorang mengalami kesulitan ketika ingin memiliki hubungan dekat dengan orang lain (*intimate relationship*), orang tersebut akan mengembangkan

perasaan kesepian. Dari beberapa pendapat tersebut, peneliti berpendapat bahwa mahasiswa yang berasal dari luar daerah rentan mengalami kesepian, terutama bagi mereka yang berkuliah di kota yang lingkungan dan budaya masyarakatnya berbeda jauh dengan daerah asalnya.

Masalah kesepian tersebut jika tidak teratasi dengan baik akan membawa banyak dampak negatif bagi para mahasiswa itu sendiri, baik itu dalam hal afeksi, motivasi, kognisi, tingkah laku, medis maupun dalam pergaulan sosial. Adanya fakta-fakta bahwa perasaan kesepian akan membawa banyak dampak negatif pada mahasiswa membuat banyak penelitian memfokuskan untuk menemukan hal-hal apa saja yang dapat menghilangkan atau meminimalisir perasaan kesepian. Salah satunya adalah penelitian yang mencoba melihat adanya hubungan antara kesepian dengan religiusitas seseorang. Menurut Schwab dan Peterson (1990) religiusitas bisa dihubungkan dengan kesepian seseorang karena ketika seseorang mengalami kesepian, adanya aspek religiusitas dalam diri orang tersebut dapat membantu orang tersebut menutupi atau meminimalisir kesepian dalam dirinya. Misalnya, orang yang mengalami kesepian umumnya merasa kurang memiliki hubungan dekat dengan orang lain. Perasaan kurang memiliki hubungan dekat dengan orang lain ini dapat ditutupi dengan adanya perasaan dekat dengan Tuhan

(Schwab & Peterson, 1990). Adanya perasaan dekat dengan Tuhan ini merupakan salah satu aspek yang dimiliki oleh orang-orang dengan tingkat religiusitas yang tinggi, sehingga dapat diasumsikan bahwa kesepian bisa diminimalisir atau ditutupi oleh religiusitas yang dimiliki seseorang.

Dari pendapat-pendapat di atas dapat diasumsikan bahwa religiusitas bisa berkorelasi dengan kesepian. Namun, selama ini penelitian yang mencoba melihat hubungan religiusitas dan kesepian utamanya dilakukan pada subyek yang berusia lanjut (manula). Seperti penelitian lintas budaya yang dilakukan oleh Rokach, Orzeck dan Neto (2004) yang menemukan bahwa religi adalah salah satu strategi yang bermanfaat untuk mengatasi kesepian pada manula. Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan Johnson dan Mullins (1989 dalam Schwab & Petersen, 1990) juga menemukan adanya korelasi antara religiusitas dengan kesepian pada manula yang masih sehat secara umum. Belum banyaknya penelitian mengenai hubungan kesepian dan religiusitas pada mahasiswa yang berhasil peneliti temukan, khususnya mereka yang kuliah jauh dari daerah asalnya, membuat peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai topik ini. Selain itu, penelitian-penelitian tersebut seluruhnya dilakukan di negara lain yang memiliki budaya yang berbeda dengan Indonesia sehingga mungkin saja akan didapatkan hasil yang tidak sama jika dilakukan di Indonesia.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka permasalahan utama yang ingin dijawab dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kesepian dan religiusitas pada mahasiswa Universitas Indonesia (UI) tingkat pertama yang berasal dari luar Jabodetabek dan beragama Islam?"

Kesepian. Ada banyak definisi kesepian yang dikemukakan oleh para ahli. Definisi-definisi tersebut dibedakan berdasarkan aspek-aspek penting yang mendasarinya. Lebih khusus lagi, perbedaan tersebut berpusat pada sumber defisiensi sosial yang dialami oleh orang yang kesepian. Menurut Peplau dan Perlman (1982) ada tiga pendekatan yang dapat digunakan dalam mendefinisikan kesepian. Pendekatan pertama berhubungan dengan salah satu sifat dasar manusia yaitu adanya kebutuhan untuk berhubungan dekat (*neef for intimacy*). Pendekatan lain yang digunakan dalam mendefinisikan kesepian menekankan pada persepsi dan evaluasi seseorang mengenai hubungan sosial yang dimilikinya. Pendekatan ketiga menekankan kurangnya penguatan (*reinforcement*) sosial

sebagai defisiensi utama yang dirasakan oleh orang kesepian. Dari berbagai definisi yang ada, peneliti lebih menggunakan pendekatan pertama dalam mendefinisikan kesepian pada penelitian ini. Secara umum, kesepian tidak dilihat sebagai hasil dari kesendirian akan tetapi keadaan yang muncul ketika seseorang merasakan kurang memiliki hubungan dekat dengan orang lain sehingga tidak bisa memenuhi kebutuhan mereka untuk berhubungan dekat (*need for intimacy*).

Religiusitas. Dari berbagai definisi dapat dilihat bahwa keberagaman berbeda dari agama. Keberagaman (religiusitas) dapat dikatakan sebagai komitmen individu terhadap agamanya yang terinternalisasi dalam dirinya dalam bentuk mengakui, menghayati dan menjalankan ajaran agamanya serta berpengaruh terhadap sikap, perkataan dan tingkah laku sehari-hari. Paloutzian (1996) menyatakan bahwa religiusitas merupakan kombinasi suatu variabel multidimensi yang di dalamnya mencakup sisi-sisi keyakinan, tindakan atau pengamalan, perasaan, pemahaman dan bagaimana pengaruhnya terhadap tingkah laku manusia sehari-hari. Dimensi-dimensi tersebut berdasarkan rumusan yang dibuat oleh Glock (1962). Kombinasi tersebut kemudian menghasilkan religiusitas yang berbeda pada setiap orang. Kelima dimensi yang dikemukakan oleh Glock dan Stack (1962 dalam Paloutzian, 1996) adalah: dimensi ideologis (*ideological*), dimensi intelektual (*intellectual*), dimensi ritualistik (*ritualistic*), dimensi eksperiensial (*experiential*), dan dimensi konsekuensial (*consequential*).

Dimensi ideologis menggambarkan seberapa kuat seseorang meyakini ajaran agamanya dan seberapa menonjol keyakinan tersebut tampak dalam kehidupan sehari-hari. Dimensi intelektual merujuk pada sejauh mana individu memahami ajaran agamanya, apakah dia memahami perintah-perintah utama dalam agamanya, larangan melakukan perbuatan tertentu atau hal-hal lain yang berkaitan dengan agamanya. Dimensi intelektual berbeda dari dimensi ideologis. Dimensi intelektual lebih menekankan pada bagaimana pemahaman individu terhadap ajaran agamanya. Sementara dimensi ideologis lebih menitikberatkan pada keyakinan seseorang tentang agamanya. Dimensi ritualistik berkaitan dengan seberapa baik seseorang menjalankan sejumlah tingkah laku yang diharapkan oleh agamanya. Pada dimensi ini, tingkah laku yang ditekankan bukanlah tingkah laku sehari-hari melainkan tingkah laku khusus yang ditetapkan oleh agama dan secara spesifik disebut sebagai ibadah, seperti sembahyang dan berpuasa.

Dimensi eksperiensial menggambarkan bagaimana *inner mental* individu. Dimensi ini mencakup pengalaman emosional yang bermakna serta hanya bisa dialami secara subjektif seperti perasaan damai, merasa dekat dengan Tuhan, merasakan *physical, psychological* dan *spiritual well-being* yang didapat dari agamanya dan pengalaman emosional semacamnya. Dimensi terakhir, yaitu dimensi konsekuensial menitikberatkan pada tingkah laku individu sehari-hari. Dimensi ini digunakan untuk melihat apakah tingkah laku sehari-hari individu mencerminkan ajaran agama yang dianutnya atau justru sebaliknya. Dimensi ini dibedakan dengan dimensi ritual. Jika dimensi ritual lebih melihat tingkah laku spesifik seperti sembahyang dan puasa, dimensi konsekuensial melihat tingkah laku sehari-hari secara umum.

METODE

Responden Penelitian. Responden penelitian ini adalah 259 orang mahasiswa tingkat pertama Universitas Indonesia yang berasal dari luar daerah dan beragama Islam. Mahasiswa Universitas Indonesia (UI) dipilih karena menurut Slater (1970 dalam Peplau & Perlman, 1982), institusi sosial seperti sekolah-sekolah negeri dan perusahaan-perusahaan swasta yang memberikan penekanan pada individualisme dan kompetisi dapat menumbuhkan perasaan kesepian. Dari pendapat di atas, peneliti berasumsi bahwa UI sebagai salah satu universitas negeri terbaik di negeri ini memiliki iklim kompetisi dan rasa individualisme yang cukup tinggi sehingga mahasiswanya lebih berpotensi merasakan kesepian dibandingkan universitas lain. Selain itu, keterbatasan dalam akses jaringan yang dimiliki oleh peneliti juga menjadi pertimbangan peneliti untuk melibatkan partisipan dari mahasiswa tingkat pertama Universitas Indonesia.

Jenis Penelitian. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *non-experimental/ex post-facto field study* di mana variabel bebas dalam penelitian tidak dimanipulasi dan penelitian dilakukan dalam situasi ilmiah, bukan dalam situasi terkontrol (Seniati, Yulianto, & Setiadi, 2005).

Variabel Penelitian. Operasionalisasi dari variabel religiusitas pada penelitian ini adalah skor total dari alat ukur religiusitas yang diadaptasi peneliti berdasarkan dimensi religiusitas yang dikemukakan oleh Glock dan Stack (1962 dalam Paloutzian, 1996) yaitu: dimensi ideologis (*ideological*), dimensi intelektual (*intellectual*), dimensi ritualistik

(*ritualistic*), dimensi eksperiensial (*experiential*), dan dimensi konsekuensial (*consequential*). Variabel kesepian dioperasionalkan sebagai skor total yang diperoleh partisipan dari alat ukur kesepian yang telah diadaptasi oleh peneliti.

Instrumen Penelitian. Item-item pada alat ukur berjumlah 37 buah dan terdiri dari dua bentuk. Jenis pertama dikonstruksi untuk dimensi ideologis, ritual, eksperiensial dan konsekuensial dan berjumlah 30 item. Setiap item memiliki enam alternatif jawaban berbentuk skala Likert, mulai dari sangat tidak sesuai (STS) sampai dengan sangat sesuai (SS). Sedangkan item bentuk kedua dibuat untuk mengukur dimensi intelektual berupa tujuh pertanyaan dengan dua pilihan jawaban: benar atau salah. Skor religiusitas seseorang didapat dengan menjumlahkan skor total dari semua item alat ukur ini. Semakin tinggi skor yang diperoleh partisipan, maka semakin tinggi pula tingkat religiusitas yang dimiliki orang tersebut.

Alat ukur kesepian yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale Revised* yang dikembangkan oleh Russel (1980 dalam Peplau & Perlman, 1982). Skala ini merupakan skala unidimensi yang mengasumsikan bahwa ada tema-tema yang umum dalam pengalaman kesepian, terlepas dari adanya penyebab-penyebab khusus yang dimiliki oleh masing-masing individu. Pada skala aslinya, skala kesepian ini terdiri dari 20 item, yaitu 10 item positif dan 10 item negatif. Pada penelitian ini, dalam mengadaptasi peneliti juga menambahkan beberapa item sehingga item pada penelitian ini berjumlah 32 item, yaitu 15 item positif dan 17 item negatif. Setiap item memiliki empat alternatif jawaban, yaitu tidak pernah, jarang, sering, dan selalu. Penilaian didasarkan pada jawaban partisipan yang disesuaikan dengan skor setiap jawaban. Seluruh nilai dari item alat ukur kesepian ini kemudian dijumlahkan untuk mendapatkan skor total yang menunjukkan kesepian yang dimiliki oleh partisipan. Semakin tinggi skor yang diperoleh partisipan, maka semakin kesepian pula orang tersebut.

Teknik Pengolahan Data. Metode analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik korelasi Pearson's Product Moment.

HASIL

Dari hasil perhitungan skor kesepian diketahui bahwa rata-rata skor kesepian partisipan penelitian ini sebesar 68,2. Peneliti juga menyusun norma kesepian menggunakan norma kelompok (*within group norms*) berdasarkan rentang skor yang

mungkin diperoleh partisipan dalam penelitian ini yaitu rentang skor antara 32 hingga 128. Dari rentang skor tersebut, skor kesepian dibagi menjadi tiga tingkat yaitu, tinggi (rentang skor 97-128), sedang (rentang skor 65-96), dan rendah (rentang skor 32-64). Dari data yang ada dapat diketahui bahwa mayoritas partisipan penelitian ini berada pada tingkat kesepian rendah dan sedang. Sebanyak 148 orang (57,14%) partisipan berada pada tingkat sedang dan 107 orang atau 41,31% memiliki tingkat kesepian yang rendah. Lebih lanjut hanya 4 orang atau 1,54% partisipan yang dilaporkan memiliki tingkat kesepian yang tinggi.

Dari hasil perhitungan skor religiusitas diketahui bahwa rata-rata skor religiusitas partisipan penelitian ini sebesar 148,69 dengan rentang skor 30-187. Dari rentang skor tersebut, sama seperti penyusunan norma kesepian yang telah dijelaskan di atas, skor religiusitas dibagi menjadi tiga tingkat yaitu, tinggi (rentang skor 138-187), sedang (84-137) dan rendah (30-83). Setelah dilakukan pengolahan, diketahui partisipan penelitian ini mayoritas berada pada tingkat religiusitas yang tinggi, yaitu sebanyak 213 orang (82,24). Sisanya berada pada tingkat religiusitas sedang yaitu sebanyak 46 orang (17,76%) dan tidak ada satu partisipan pun yang dilaporkan memiliki tingkat religiusitas yang rendah.

Tingkatan religiusitas pada penelitian ini dibuat perdimensi. Tiap dimensi dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Rentang skor masing-masing tingkatan antardimensi akan berbeda karena adanya perbedaan skor minimal-maksimal yang dapat diperoleh subjek berdasarkan jumlah item pada masing-masing dimensi. Diketahui bahwa *mean* skor pada tiga dimensi yaitu ideologis ($M=27,33$), eksperiensial ($M=52,97$), dan konsekuensial ($M=23,86$) berada pada tingkat tinggi. Sedangkan dua dimensi lainnya memiliki skor rata-rata yang berada pada tingkat sedang yaitu dimensi intelektual ($M=5,02$) dan ritualistik ($M=39,51$).

Hasil perhitungan korelasi menunjukkan adanya korelasi sebesar $-0,341$ yang signifikan pada $l.o.s$ $0,01$ (*one tailed*) antara religiusitas dengan kesepian.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dan kesepian pada mahasiswa baru yang berasal dari luar daerah. Semakin tinggi religiusitas yang dimiliki oleh seseorang maka akan semakin rendah

tingkat kesepian orang tersebut.

Skor kesepian dan religiusitas yang didapatkan subjek penelitian ini pun bersifat berkebalikan. Subjek pada partisipan ini terbukti memiliki tingkat kesepian yang rendah hingga sedang. Sebaliknya, religiusitas subjek pada penelitian ini secara mayoritas justru berada pada tingkat tinggi. Selain itu, dari pengujian data-data tambahan diketahui bahwa usia memiliki hubungan yang signifikan dengan kesepian dimana kelompok subjek yang berusia lebih dari 20 tahun dilaporkan memiliki tingkat kesepian yang paling tinggi.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara religiusitas dengan kesepian, yang artinya semakin religius seseorang maka semakin rendah tingkat kesepian orang tersebut. Hasil ini sejalan dengan yang penelitian-penelitian sebelumnya mengenai hubungan religiusitas dengan kesepian pada manula, seperti yang dilakukan Rokach, Orzech dan Neto (2004) dan Johnson dan Mullins (1989 dalam Schwab & Peterson, 1990) bahwa semakin seseorang merasakan, melakukan dan menghayati religiusitas dalam dirinya maka orang tersebut akan semakin tidak kesepian. Walaupun subjek pada penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian tersebut dan penelitian dilakukan di negara yang berbeda, namun tetap terbukti bahwa religiusitas memang berhubungan negatif dengan kesepian.

Berdasarkan perhitungan nilai *mean* diketahui bahwa secara keseluruhan partisipan penelitian ini memiliki tingkat kesepian rendah hingga sedang. Padahal, menurut Cotrona (dalam Peplau & Perlman, 1982) kesepian adalah masalah yang serius pada mahasiswa, terutama pada tahun pertama perkuliahannya. Rendahnya tingkat kesepian yang dialami oleh mahasiswa tingkat pertama pada penelitian ini mungkin dikarenakan waktu penelitian ini diadakan ketika mereka sudah lebih dari setengah tahun tinggal berkuliah di luar daerah sehingga sudah mulai bisa mengatasi perasaan kesepiannya. Hal ini senada dengan yang dikatakan oleh Cutrona (dalam Peplau & Perlman, 1982) bahwa kebanyakan mahasiswa baru berhasil melakukan penyesuaian diri yang cukup memuaskan pada akhir tahun pertama. Selama kurun waktu kurang dari satu tahun ini kebanyakan partisipan mungkin sudah menemukan teman baru dan mulai bisa membiasakan diri dengan lingkungan di tempat mahasiswa berkuliah sehingga perasaan kesepian yang mereka alami bisa berkurang sedikit demi

sedikit seiring dengan berjalannya waktu.

Asumsi lain yang peneliti ajukan terkait dengan skor kesepian yang rendah hingga sedang pada partisipan penelitian ini adalah karena item-item pada alat ukur yang digunakan untuk penelitian ini kurang sesuai dengan mengukur kesepian yang dialami mahasiswa pada masa kini. Alat ukur tersebut dibuat pada tahun 1980 di mana kemajuan zaman dan teknologi belum semaju saat ini. Mungkin saja hal-hal yang dirasakan sebagai penyebab kesepian pada masa itu tidak lagi dapat menyebabkan seseorang kesepian pada masa kini. Sebagai contoh, saat itu hidup terpisah jauh dari orang tua dianggap dapat menyebabkan seseorang menjadi kesepian karena terganggunya komunikasi. Akan tetapi untuk zaman ini, mungkin saja jarak yang membentang tidak lagi menjadi penghambat dalam berkomunikasi dengan orang tua karena pesatnya kemajuan teknologi, misalnya dengan menggunakan *handphone*, sms atau *e-mail*. Ketidaksihinggaan inilah yang mungkin saja membuat kesepian partisipan penelitian ini belum terukur sepenuhnya, walaupun alat ukurnya sudah terbukti valid dan reliabel dalam uji statistik, sehingga skor kesepian mereka hanya berada pada tingkat rendah hingga sedang.

Faktor usia ternyata berpengaruh signifikan terhadap kesepian, di mana partisipan yang berusia lebih dari 20 tahun dilaporkan memiliki skor rata-rata yang paling tinggi jika dibandingkan kelompok usia lainnya. Hasil ini justru berkebalikan dengan hasil penelitian Rubenstein dan Shaver (dalam Peplau & Perlman, 1982) terhadap partisipan yang berusia antara 18 dan 87 tahun yang menemukan bahwa partisipan yang berusia paling muda justru yang paling kesepian barulah kemudian partisipan yang lebih dewasa. Partisipan yang berusia lebih dewasa dilaporkan lebih kesepian pada penelitian ini. Berdasarkan asumsi peneliti, hal ini disebabkan karena adanya tuntutan tugas perkembangan yang lebih berat bagi mereka jika dibandingkan partisipan lain yang berusia lebih muda. Sebagai contoh, semakin dewasa seseorang maka semakin besar pula tuntutan lingkungan agar ia memiliki hubungan dekat atau pasangan. Mereka yang berada pada kelompok usia ini juga semakin dituntut untuk lebih mandiri dalam menjalani hidup. Jika tuntutan tersebut tidak terpenuhi, maka akan menyebabkan seseorang mengembangkan perasaan kesepian dalam dirinya. Asumsi peneliti ini diperkuat oleh pendapat Williams (1983, dalam Roscoe dan Skomski, 1989) yang mengemukakan bahwa perkembangan intelektual, fisik dan tugas-tugas perkembangan - seperti perpisahan dengan orang

tua, pencarian identitas dan pencarian hubungan dekat - bersama faktor-faktor situasional akan dapat menyebabkan kesepian pada diri seseorang.

Untuk alat ukur religiusitas, pada penelitian selanjutnya disarankan agar jumlah item pada masing-masing dimensi diperbanyak dan diseimbangkan agar dapat memperbesar validitas dan reliabilitasnya, terutama untuk dimensi ideologis, intelektual, dan konsekuensial. Bentuk item untuk dimensi intelektual juga ada baiknya dibuat semakin bervariasi, tidak hanya benar salah, sehingga skor yang didapat partisipan benar menggambarkan kemampuan intelektualnya mengenai agama Islam, bukan hanya hasil menebak saja. Untuk dimensi ideologis, peneliti juga menyarankan untuk mengkonstruksi item-item lain yang tidak menimbulkan jawaban yang memiliki tingkat *social desirability* tinggi sehingga skor yang didapatkan partisipan benar-benar menggambarkan religiusitas yang ada dalam dirinya.

Khusus untuk alat ukur kesepian, akan lebih baik jika pada penelitian selanjutnya digunakan alat ukur yang lebih baru sehingga diharapkan *bias response* yang muncul karena pengaruh perkembangan zaman sudah lebih terminimalisir. Selain itu, kesepian pada penelitian ini masih digambarkan secara umum, belum dianalisis pertema. Peneliti lain yang tertarik untuk meneliti kesepian mungkin dapat memperluas hasil penelitian ini dengan menganalisis kesepian berdasarkan tema-tema umum yang digunakan pada alat ukur kesepian yang peneliti gunakan sehingga pemahaman mengenai kesepian pada mahasiswa baru itu sendiri dapat lebih luas dan mendalam.

Dari hasil analisis yang peneliti lakukan terbukti bahwa religiusitas berkorelasi negatif dengan kesepian pada mahasiswa tingkat pertama yang berasal dari luar daerah. Padahal, kesepian jika tidak teratasi dengan baik terbukti dapat membawa banyak dampak negatif bagi mahasiswa. Dengan mengacu pada hasil penelitian ini, pihak-pihak yang terkait seperti universitas atau fakultas sebenarnya dapat merancang atau menggiatkan program-program yang dapat meningkatkan religiusitas di kalangan mahasiswa, baik dengan tujuan mencegah atau pun mengurangi kesepian. Contoh cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi kesepian misalnya dengan menyisipkan unsur-unsur religiusitas saat melakukan konseling kepada mahasiswa yang sedang mengalami kesepian, misalnya dengan mengadakan pengajian bersama antara mahasiswa yang sedang mengikuti konseling. Sedangkan untuk mencegah timbulnya kesepian pada mahasiswa dapat dilakukan dengan lebih memperbanyak kegiatan-kegiatan keagamaan, baik itu dalam

lingkup fakultas maupun universitas.

Hasil tambahan penelitian menunjukkan bahwa usia berpengaruh terhadap kesepian. Partisipan yang berusia lebih dewasa memiliki tingkat kesepian yang lebih tinggi jika dibandingkan partisipan yang berusia lebih muda. Untuk itu, ada baiknya pihak-pihak terkait dalam membuat program untuk mencegah atau mengurangi kesepian juga mempertimbangkan faktor usia. Jika memungkinkan, ada baiknya jika dibuatkan program religi khusus untuk mahasiswa yang berusia lebih dari 20 tahun dalam upaya membantu mereka mengurangi kesepian.

DAFTAR PUSTAKA

- Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2007). *Statistics for the behavioral sciences* (7th ed.). USA: Thomson and Wadsworth.
- Paloutzian, R. F. (1996). *Invitation to the psychology of religion*. Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A source book of current theory, research and therapy*. New York; Willey Inc
- Roscoe, B., & Skomski, G. G. (1989). Loneliness among late adolescents. *Adolescence*, 24.
- Russell, D. (1982). Loneliness: a source book of current theory, research and therapy. Dalam Peplau, L. A., & Perlman, D. *The measurement of loneliness* (hlm. 81-104). New York; Willey Inc
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2005). *Psikologi eksperimen*. Jakarta; PT. Indeks
- Schwab, R., & Peterson, K. U. (1990). Religiousness: Its relation to loneliness, neuroticism and subjective well-being. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29.