

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada saat ini, penyebaran berbagai Universitas/Perguruan Tinggi Indonesia yang tidak merata telah menjadikan mahasiswa menempuh jarak yang jauh dari lokasi tempat tinggalnya. Hal ini kemudian menjadikan mahasiswa yang akan melakukan perkuliahan di perguruan tinggi kemudian memilih menetap di kota yang dipilih. Hal ini kemudian menjadikan mahasiswa memiliki faktor pendidikan melakukan migrasi sehingga menjadikan individu tersebut memiliki keinginan dalam melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, layak, serta kurangnya pilihan kampus di daerah asalnya.¹ Pada akhirnya penyebaran berbagai Universitas/Perguruan Tinggi Indonesia telah menjadi faktor migrasi mahasiswa untuk merantau.

Mahasiswa yang merantau kemudian akan merasakan perbedaan hidup dengan daerah asalnya, dimana dalam melewati perubahan aspek kehidupan seperti pola hidup; tanggungjawab; dan interaksi sosial.² Menurut Santrock mengungkapkan bahwa mahasiswa mengalami masa transisi dari sekolah menengah atas menuju ke perguruan tinggi kemudian melibatkan banyak

¹Adiwignya Nugraha Widhi Harita & Nurchayati, "Interaksi struktur dan agency: studi kasus migrasi pendidikan mahasiswa perempuan luar jawa ke Surabaya." *Universitas Negeri Surabaya* (2018).

²Rufaida, Hizma, dan Erin Ratna Kustanti. "Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari sumatera di universitas diponegoro." *Jurnal Empati* 6.3 (2018): 217-222.

komponen besar dan inter-personal sebagai akibat interaksi lingkungan baru dengan masyarakat yang berbeda jika dibandingkan daerah asalnya sehingga dapat meningkatkan asesmennya. Hal ini kemudian menyebabkan mahasiswa akan merasakan perubahan dalam kehidupannya sehingga dapat menjadi pemicu stressor baru.³ Pendapat lain yang kemudian diungkapkan oleh Heiman dan Kariv menyatakan bahwa mahasiswa dituntut untuk dapat beradaptasi terhadap tekanan dalam naik kelas, lamanya waktu belajar, tugas yang banyak dengan tenggat waktu tertentu, cemas menghadapi ujian, dan manajemen waktu.⁴

Secara umum berbagai kondisi adaptasi mahasiswa tersebut secara tidak langsung mempengaruhi tahap perkembangan individu, dimana mahasiswa dikategorikan pada usia 18 sampai 25 tahun tergolong pada masa remaja akhir menuju dewasa awal. Pada tahap ini, individu tersebut memiliki tugas perkembangan penting dalam pemantapan pendirian hidup.⁵ Perubahan pola hidup secara kompleks yang dialami mahasiswa seringkali kemudian menjadi beban. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pamukhti pada 2016 telah mengungkapkan bahwa mahasiswa yang berasal dari Fakultas Ilmu Kesehatan Surakarta sebagian besar mengalami stress.⁶ Pada masa seperti ini individu sangat membutuhkan sebuah *support* dari keluarga, teman, maupun orang lain sebagai bagian dari dukungan sosial.

³John W.S. Perkembangan masa hidup, edisi ketiga belas. (Jakarta: Erlangga ,2012).

⁴Karif, dkk. "Task-oriented versus emotion-oriented coping strategies: The case of college students." *College Student Journal* 39.1 (2005)

⁵Syamsu Yusuf. Psikologi perkembangan anak dan remaja. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012).

⁶Bagas Biyanzah D.P, "Hubungan antara tingkat stress dengan perilaku merokok mahasiswa laki-laki fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta." *Diss. Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2016

Menurut Hoopey dan Foote, dukungan sosial merupakan sumber daya sosial yang mampu membantu individu dalam menghadapi situasi yang menekan. Hal ini kemudian dapat diartikan sebagai perilaku menolong atau interaksi positif yang diberikan pada individu untuk mendapatkan dukungan. Menurut Santrok dukungan sosial yang dilakukan dapat dilakukan melalui sebuah informasi atau pendapat dari pihak lain yang dicintai, disayangi, dihargai, dan dihormati dimana mencakup suatu hubungan komunikasi yang saling bergantung satu sama lain.⁷

Dukungan sosial bagi mahasiswa memiliki peran khusus, seperti memberikan dukungan ketika mahasiswa berada dalam situasi yang tidak menyenangkan, meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi, dan memberikan dukungan saat mahasiswa menghadapi masalah, dukungan sosial juga berfungsi sebagai langkah pencegahan terhadap kecemasan, meningkatkan harga diri, mengurangi risiko gangguan psikologis, dan mengurangi tingkat stres yang dialami seseorang. Hal ini kemudian menjadikan keberadaan dukungan sosial yang dimiliki individu mampu mengurangi kelelahan dan mengurangi tingkat stress serta menghindari gangguan kesehatan.⁸

Menurut Cohen dukungan sosial mengarah pada pemberian materi, informasi, dan psikologi yang didapat dari jaringan sosial.⁹ Adapun pendapat Sarafino mengungkapkan bahwa dukungan sosial sebagai bagian persepsi individu

⁷John W.S. *Adolescence* (Perkembangan Remaja). (Jakarta: Erlangga, 2006)

⁸Dialma Restuning Dityo dan Yohana Wuri Satwika. "Hubungan Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Perantauan Yang Sedang Menyusun Skripsi". *Jurnal Penelitian Psikologi Vol.10 No.02 (2023)*: 788-799

⁹Sheldon Cohen, "Social relationships and health." *American psychologist* 59.8 (2004): 676.

terhadap keberadaan, kepedulian, dan kesediaan dari orang lain yang dapat diandalkan.¹⁰

Secara khusus menurut perspektif Islam, dukungan sosial bisa dikatakan sebagai perilaku tolong menolong (*ta'awun*). Hal ini kemudian menjadikan ajaran Islam untuk umatnya sebagai sarana tolong menolong karena manusia diciptakan sebagai makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendirian. Hal ini sesuai dengan apa yang terdapat di dalam Al-Qur'an bahwa hubungan manusia terbagi tiga, yaitu hubungan manusia dengan Tuhan (*hablumminallah*), hubungan manusia dengan diri sendiri, dan hubungan manusia dengan sesama manusia (*hablumminannas*).¹¹ Adapun ayat Al-Quran yang berhubungan dengan dukungan sosial terdapat pada dalam al-Quran sebagai berikut:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ يَوْمَئِذٍ اللَّهُ إِتَّفِقُوا اللَّهُ بِإِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya: "Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya." (QS. al-Maidah/5:2).

Pada saat seseorang tidak memperoleh dukungan dari orang lain seperti yang dapat diharapkan, maka kemudian membuat dirinya merasa tidak dicintai atau dipedulikan sehingga merasakan tidak dihargai. Hal ini kemudian akan membuat individu merasa sendirian dan sulit mengungkapkan perasaannya dikarenakan ketakutan terhadap penolakan dari orang lain, bukan tidak mungkin individu akan mengalami kecenderungan *alexithymia*. Dalam jurnal *of psychosomatic research*

¹⁰Edward P.S dan Timothy W.S. *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons, 2014.

¹¹Aliah B. Purwakania Hasan. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami* (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada,2008) hlm.87

menyatakan *alexithymia* berhubungan dengan kurangnya dukungan sosial yang dirasakan, kurangnya hubungan dekat, dan kurangnya keterampilan sosial. Disimpulkan bahwa *alexithymia* dikaitkan dengan berkurangnya dukungan sosial yang dirasakan. *Alexithymia* merupakan sebuah kondisi dimana individu tidak mampu mengenali dan mengekspresikan emosi dan perasaannya. Dengan kata lain individu tidak mampu mengenali emosi dirinya sendiri dan orang lain.

Alexithymia merupakan trait kepribadian yang menurut Sifneos sebagai kesulitan dalam mengidentifikasi perasaan atau sulit dalam mengkomunikasikannya ke dalam kata-kata, kesulitan membedakan perasaan atau sensasi somatik dari dorongan emosi, rendahnya tingkat fantasi dan imajinasi, serta terkait dengan *externally oriented cognitive style*.¹² Berdasarkan penelitian yang dilakukan Harjanah menemukan bahwa 32,2% *alexithymia* yang diperoleh dari sampel sebanyak 215 orang dengan rentang usia 18-22 tahun. Pada penelitian lain yang dilakukan Lestari memperoleh hasil 70 orang (47%) memiliki *alexithymia* dari 150 sampel yang berusia 18-23 tahun.¹³ Adapun penelitian yang dilakukan oleh Jaya menemukan bahwa hasil korelasi r sebesar 0,779 pada mahasiswi dan 0,773 pada mahasiswa yang mana *alexithymia* yang dialami mahasiswa tersebut didukung oleh minimnya dukungan sosial sehingga merasakan rasa kesepian.¹⁴

¹²Shabnam Hamidi, et al. "A study and comparison of Alexithymia among patients with substance use disorder and normal people.: *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 5 (2010): 1367-1370

¹³Yunita, dkk. "Hubungan *alexithymia* dengan kecanduan media sosial pada remaja di Jakarta Selatan". *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal Vol.1 No.2 (2020)*: 9-9

¹⁴Jaya, Rizky Pratama (2021) *Hubungan Antara Alexithymia Dengan Kesepian Pada Mahasiswa di Kota Yogyakarta*. Naskah Publikasi Program Studi Psikologi.

Secara khusus *Alexithymia* dapat terjadi dapat dipicu oleh beberapa faktor, diantaranya individu yang dibesarkan untuk memiliki kepercayaan bahwa tidak boleh menangis karena stigma dianggap cengeng dan dituntut agar terlihat kuat, maka ketika beranjak dewasa akan mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi dan kurang berempati kepada orang lain sehingga menganggap masalah orang lain sepele. Hal ini disebabkan dalam dirinya tertanam prinsip bahwa seseorang tidak boleh terlihat lemah. Pada bahasana lain, faktor lain *Alexithymia* disebabkan faktor trauma, baik trauma fisik; verbal; emosional atau pelecehan seksual. Menurut Taylor, Bagby dan Perker telah mengkonsepkan *alexithymia* sebagai gangguan atau psiko-patalogi yang dipicu beberapa faktor seperti trauma atau disfungsi otak bagian kanan.¹⁵

Individu yang mengalami *alexithymia* menjadi kebingungan saat mencoba mengidentifikasi perasaanya sendiri. Muller mengemukakan bahwa apabila individu tidak mampu mengungkapkan emosi negatifnya secara verbal maka akan mengalami kesulitan dalam mengeluarkan atau menetralkan emosi secara psikis dan fisiologis.¹⁶

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan kepada dua orang mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin diketahui bahwa subjek A jarang melakukan interaksi atau bersosialisasi dengan orang lain, atau dapat dikatakan lingkup pertemanannya tidak luas hanya menjalin pertemanan dengan beberapa orang saja. Subjek B juga demikian. Penulis juga melakukan wawancara dan mendapatkan hasil bahwa

¹⁵GJ Taylor, et al. "Psychoanalysis and empirical research: The example of alexithymia." *Journal of the american psychoanalytic association* Vol.61 No.1 (2013): 99-133.

¹⁶RJ Muller."When a patient has no story to tell: Alexithymia." *Psychiatric Times* 17.7 (2000): 1-4

subjek A banyak mendapatkan dukungan sosial dan sangat mudah dalam mengekspresikan emosi dan perasaannya meskipun individu tersebut memiliki lingkup sosial yang tidak luas.¹⁷ Sedangkan subjek B kurang mendapat dukungan sosial, dimana telah mengungkapkan bahwa jika menceritakan sesuatu selalu dibanding-bandingkan. Hal ini membuatnya lebih tertutup dan kurang bisa berbicara mengenai perasaan yang sedang dialami dikarenakan terbiasa menyimpan sendiri dan tidak mengkomunikasikannya karena takut akan penolakan dari orang lain.¹⁸

Menurut Timoney dan Holder individu dengan *alexithymia* memiliki prevalensi yang tinggi terhadap depresi dan kecemasan. Selain itu, kurangnya dukungan sosial yang didapat individu menjadi kombinasi dengan perasaan kebingungan sehingga ketika mencoba membedakan antara keadaan afektif mereka mengalami kerentanan.¹⁹ Dalam konteks klinis yang dibahas dalam penelitian ini, *alexithymia* tidak dianggap sebagai suatu diagnosis gangguan, tetapi lebih sebagai suatu ciri yang mungkin dimiliki oleh seseorang, menunjukkan potensi adanya kecenderungan *alexithymia* dalam diri individu tersebut.

Berdasarkan hal tersebut, pandangan peneliti terhadap penelitian dengan tema ini dianggap penting dilakukan. Hal ini dinilai berguna dalam memberikan sumbangan pengetahuan dan informasi terkait hal yang akan diteliti. Dengan ini peneliti mengangkat penelitian dengan judul **“Kontribusi Dukungan Sosial**

¹⁷Wawancara pribadi subjek A, pada 21 Maret 2023.

¹⁸Wawancara pribadi subjek B, pada 25 Maret 2023.

¹⁹Timoney Linden R and Mark D. Holder. *Emotional processing deficits and happiness: Assessing the measurement, correlates, and well-being of people with alexithymia*. Springer Science & Business Media, 2013.

Terhadap Kecenderungan *Alexithymia* pada Mahasiswa Perantau Di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin”

Pada penelitian ini, *alexithymia* mengacu pada teori Sifneos yang mengatakan bahwa *alexithymia* merupakan konstruk psikologi yang ditandai dengan kesulitan dalam mendefinisikan dan mengalami perasaan atau emosi yang dirasakan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang dikemukakan pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin ?
2. Bagaimana tingkat *alexithymia* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin?
3. Bagaimana kontribusi dukungan sosial terhadap kecenderungan *alexithymia* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin?

C. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk menganalisis tingkat dukungan sosial pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.
2. Untuk menganalisis tingkat *alexithymia* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

3. Untuk menganalisis kontribusi dukungan sosial terhadap kecenderungan *alexithymia* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan rujukan dalam memberikan informasi dan gambaran terkait dengan dukungan sosial terhadap kecenderungan *alexithymia* khususnya pada bidang psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk menambah pengetahuan terkait dengan berbagai faktor yang mempengaruhi *alexithymia* dengan cara membandingkan teori dan kenyataan yang terdapat di lapangan dan memberikan kontribusi bagi pengembang teori utama dimasa yang akan datang.

b. Bagi mahasiswa

Penelitian ini bermanfaat agar mahasiswa mendapatkan hasil bagaimana gambaran kontribusi dukungan sosial terhadap tingkat kecenderungan *alexithymia*.

c. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan pengembangan materi pengajaran dan dapat dimanfaatkan untuk menambah referensi penelitian lanjutan dengan lebih mendalam dimasa yang akan datang.

E. Definisi Operasional

1. Dukungan Sosial

Secara khusus Zimet telah mendefinisikan dukungan social sebagai suatu pemberian bantuan yang didapatkan individu berasal dari keluarga, teman, dan orang lain dianggap penting atau spesial. Sumber dukungan ini dapat berubah sesuai dengan kebutuhan dan situasi yang dihadapi oleh individu. Hal ini menjadi penting mengingat respon individu bervariasi tergantung dengan jenis dukungan yang mereka rasakan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MPSS) yang dikembangkan oleh Zimet pada tahun 1988 untuk mengukur dukungan sosial dari tiga sumber yaitu keluarga, teman, dan orang spesial.²⁰

2. Alexithymia

Alexithymia didefinisikan sebagai ketidakmampuan individu untuk mengenali dan menyampaikan emosi. Menurut Sifneos *alexithymia* sebagai kesulitan dalam menganalisis perasaan, kesulitan mengkomunikasikan dan membedakan perasaan dan sensasi somatik dari dorongan emosi, keterbatasan dalam fantasi dan imajinasi, serta terkait dengan *externally oriented cognitive style*. *Alexithymia* sebenarnya memiliki karakteristik yang berbeda namun sering dikaitkan dengan gangguan antisosial. Konstruk pada *alexithymia* meliputi (1) kesulitan mengidentifikasi dan menggambarkan perasaan subjektif, (2) kesulitan

²⁰Gregory D Zimet and Gordon K. Farley. "Perceived social support." *Journal of personality assessment* 52 (1988): 30-41.

dalam membedakan perasaan dan sensasi fisik dari gairah emosional, (3) proses imajinasi yang terbatas, (4) gaya berpikir terikat dengan dunia luar.²¹

3. Mahasiswa Perantau

Menurut Hartaji, seorang mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang mengejar pendidikan tingkat paling tinggi dibandingkan dengan yang lainnya. Sementara itu, KBBI mendefinisikan istilah "perantau" sebagai aktivitas pergi ke wilayah lain dan meninggalkan tempat tinggalnya. Naim, dalam pandangannya, mengartikan "merantau" sebagai tindakan meninggalkan kampung halaman secara sukarela, untuk jangka waktu yang panjang, dengan tujuan khusus seperti menimba ilmu atau mencari sumber penghidupan, dan berencana untuk kembali nantinya.²²

F. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian dilakukan oleh Septyana Ayu Novita, Titin Suprihatin, dan Anisa Fitriani pada tahun 2020 yang berjudul "*Kecerdasan Emosional dan Kecenderungan Alexithymia pada Remaja yang tinggal di Panti Asuhan*". Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan populasi remaja yang berusia 17-20 tahun yang tinggal di Panti Asuhan Wilayah Kota Tegal Kabupaten Tegal. Sampel diambil menggunakan metode *probability sample* dengan 137 remaja dari total populasi sebanyak 209. Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat korelasi antara kecerdasan emosional dengan

²¹Sifneos, Peter E. "The prevalence of 'alexithymic' characteristics in psychosomatic patients." *Psychotherapy and psychosomatics* 22.2-6 (1973): 255-262.

²²Mochtar Naim. "Merantau pola migrasi suku Minangkabau." (1984).

kecenderungan *alexithymia* dengan nilai skor rxy sebesar -0,181 dengan taraf signifikan sebesar 0,034 ($p < 0,05$). Kecerdasan emosional efektif sebesar 3,3% pada kecenderungan *alexithymia*, 96,7% oleh faktor diluar penelitian. Jadi semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional maka semakin rendah tingkat kecenderungan *alexithymia*.²³ Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada variabel bebas dan subjek, yang mana variabel bebasnya yaitu kecerdasan emosional dengan subjek remaja yang tinggal di panti asuhan. Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel terikat yaitu kecenderungan *alexithymia*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Michelle Avelinde Kurniawan dan Jaka Santossa Sudagijono pada tahun 2021 yang berjudul “*Hubungan Alexithymia dan Kecenderungan Bunuh Diri pada Remaja Laki-Laki di Surabaya*”. Teknik pengambilan sampel dengan teknik *incidental sampling* dengan metode analisa korelasi *pearson product moment*. Jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 31 responden. Hasilnya diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,015 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi 0,315. Hasilnya terdapat hubungan *alexithymia* dan kecenderungan bunuh diri pada remaja laki-laki di Surabaya.²⁴ Persamaan penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan dua variabel yang salah satu variabelnya menggunakan variabel *alexithymia*. Sedangkan perbedaannya ada pada variabel dan subjek yang mana penelitian

²³Septyana Novita Ayu, dkk. “Kecerdasan emosiona dan kecenderungan *alexithymia* pada remaja yang tinggal di panti asuhan.” *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi* 3 (2021): 326-335

²⁴Michelle Aveline Kurniawan dan Jaka S.A. “Hubungan *alexithymia* dan kecenderungan bunuh diri pada remaja laki-laki di Surabaya.” *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia* Vol.9 No.2 (2021): 126-136

terdahulu menjadikan *alexithymia* sebagai variabel bebas dan penelitian ini menjadikan *alexithymia* sebagai variabel terikat. Adapun subjek penelitian terdahulu merupakan remaja laki-laki di Surabaya dan subjek penelitian ini merupakan mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin.

3. Skripsi yang ditulis oleh Linda Wahyuning Lestari pada tahun 2016 berjudul “*Pengaruh Kecenderungan Alexithymia Terhadap Kecemburuan dalam Hubungan Berpacaran*”. Penelitian ini merupakan penelitian prediktif eksplanatif. Metode pengambilan data menggunakan model skala *likert* dengan teknik *purposive sampling*. Hasilnya diperoleh signifikan antara kecenderungan *alexithymia* terhadap kecemburuan dalam hubungan berpacaran dengan hasil analisa yang memunculkan nilai korelasi (r) sebesar 0,651 dengan nilai signifikansi (p) yaitu $0,000 \leq 0,05$. Ada pengaruh signifikan antara kecenderungan *alexithymia* terhadap kecemburuan dalam hubungan berpacaran.²⁵ Persamaan penelitian ini yaitu salah satu variabelnya menggunakan *alexithymia*. Perbedaannya terletak pada pertukaran variabel, yang mana pada penelitian terdahulu variabel terikatnya merupakan kecemburuan dalam hubungan berpacaran.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Nurayni dan Ratna Supradewi pada tahun 2017 dengan judul “*Pengaruh Dukungan Sosial dan Rasa Memiliki Terhadap Kesepian pada Mahasiswa Perantau Semester Awal di Universitas Diponegoro*”. Pengumpulan sampel menggunakan teknik *purposive*

²⁵Linda Wahyuning Lestari, “Pengaruh kecenderungan *alexithymia* terhadap kecemburuan dalam hubungan berpacaran” *Skripsi* (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2016).

sampling dengan perolehan 184 sampel mahasiswa perantau semester awal dan menggunakan analisis data statistik regresi ganda. Berdasarkan hasil analisis statistik diperoleh nilai $R_{x12y} = 0,882$ dan $F_{hitung} = 316,459$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan rasa memiliki terhadap kesepian pada mahasiswa perantau semester awal di Universitas Diponegoro.²⁶ Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel bebasnya yaitu dukungan sosial dan subjek yang dituju adalah mahasiswa perantau. Perbedaannya penelitian ini menggunakan tiga variabel yaitu dukungan sosial, rasa memiliki, dan kesepian. Sedangkan penelitian hanya dua variabel yaitu dukungan sosial dan *alexithymia*.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Mira Aldila dan Mudjiran pada tahun 2019 berjudul "*Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Pada Lansia di Kelurahan Campago Bukit Tinggi*". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kesepian pada lansia. Subjek yang diperoleh sebanyak 75 orang dengan rentang usia 60-85 tahun. Data penelitian dikumpulkan dengan skala dukungan sosial yang berjumlah 42 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,0894 dan skala kesepian yang berjumlah 28 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,984. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik Statistik Analisis Regresi Linear Sederhana. Hasil pengujian hipotesis diperoleh nilai $R^2 =$

²⁶Nurayni dan Ratna Supradewi. "Dukungan sosial dan rasa memiliki terhadap kesepian pada mahasiswa perantau semester awal di universitas diponegoro." *Proyeksi: Jurnal Psikologi* 12.2 (2018): 35-42.

0,088 dan $p = 0,010$ ($p < 0,05$) Hasil ini memperlihatkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dan positif dari dukungan sosial dan kesepian pada lansia.²⁷ Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel dukungan sosial dan perbedaannya terdapat pada variabel terikat dan subjek yaitu kesepian yang ditunjukkan pada lansia.

G. Hipotesis

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

Terdapat kontribusi dukungan sosial terhadap kecenderungan *alexithymia* pada mahasiswa perantau UIN Antasari Banjarmasin.

2. Hipotesis Nol (Ho)

Tidak terdapat kontribusi dari dukungan sosial terhadap kecenderungan *alexithymia* pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin.

H. Sistematika Penulisan

Secara umum dalam memudahkan proses penulisan penelitian ini, maka dipaparkan sistematika penulisan sebagai berikut:

Bab I : Pendahuluan.

Bab ini berisi pemaparan mengenai latar belakang masalah, pertanyaan penelitian, tujuan, signifikansi, manfaat, definisi operasional, dan penelitian terdahulu yang serupa.

²⁷Sarafino, Edward P, and Timothy W. Smith. *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons, 2014.

Bab II : Kajian Teori dan Kerangka Berfikir

Pada bab ini berisi uraian mengenai teori yang akan menjadi landasan pada permasalahan yang akan diangkat. Pada landasan teori ini menggunakan variabel dukungan sosial dan kecenderungan *alexithymia* beserta komponen setiap variabel.

Bab III : Metode Penelitian.

Bab ini berisi pemaparan mengenai metode yang digunakan dalam penelitian yang meliputi jenis penelitian, lokasi, subjek, populasi dan sampel, sumber data, dan teknik pengumpulan data serta instrumen penelitian.

Bab IV : Analisis Data dan Pembahasan.

Bab ini berisi pemaparan mengenai lokasi penelitian, pengujian instrument, uji asumsi, hipotesis dan variabel-variabel yang diteliti.

Bab V : Kesimpulan dan Rekomendasi

Bab ini berisi pemaparan kesimpulan yang dihasilkan dari penelitian ini, dan sebagai penutup yaitu saran untuk menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.