

Original Research Article

Artikel Penelitian Orisinal

Wander Alone: Study of Psychological Well-Being and Loneliness of Students with Disabilities

[Merantau Sendiri: Studi Kesejahteraan Psikologis dan Kesepian Mahasiswa Difabel]

Gresia Andriani & Arthur Huwae

Fakultas Psikologi

Universitas Kristen Satya Wacana

“Wandering” is a form of exploring education for every individual, especially when they want to enter higher education. Becoming a student wanderer, especially for students with disabilities is a challenge for every individual because of various problems that affect individual loneliness. This is inseparable to psychological well-being, and therefore, this study aims to determine the relationship between psychological well-being and loneliness of student wanderers with disabilities. The study method is quantitative with correlational design. A total of 76 student wanderers with disabilities who studied at Universitas Brawijaya were recruited as study participants utilizing total sampling. Measurements utilized the Ryff’s Scales of Psychological Well-Being ($\alpha = .923$) and the Revised University of California, Los Angeles (R-UCLA) Loneliness Scale Version 3 ($\alpha = .848$). Study results prove that psychological well-being is correlated with the loneliness of student wanderers with disabilities ($r = -.452$; $sig. = .000$; $p < .01$), indicating that psychological well-being is one of the factors related to loneliness in student wanderers with disabilities.

Keywords: psychological well-being, loneliness, student wanderers with disabilities

Merantau menjadi salah satu bentuk pengekplorasi pendidikan bagi tiap individu secara khusus ketika hendak masuk perguruan tinggi. Menjadi mahasiswa yang merantau, terlebih bagi mahasiswa difabel, merupakan tantangan tersendiri bagi tiap individu karena berbagai permasalahan yang berdampak pada kesepian individu. Hal ini tidak terlepas dari kesejahteraan psikologis, dan maka dari itu, studi ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesejahteraan psikologis dan kesepian mahasiswa difabel yang merantau. Metode studi adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Sebanyak 76 mahasiswa difabel yang merantau dan berkuliah di Universitas Brawijaya dijadikan sebagai partisipan studi dengan *total sampling*. Pengukuran variabel menggunakan *Ryff’s Scales of Psychological Well-Being* ($\alpha = 0,923$) dan *Revised University of California, Los Angeles (R-UCLA) Loneliness Scale Version 3* ($\alpha = 0,848$). Hasil studi membuktikan bahwa kesejahteraan psikologis berkorelasi dengan kesepian mahasiswa difabel yang merantau ($r = -0,452$; $sig. = 0,000$; $p < 0,01$), mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan kesepian pada mahasiswa difabel yang merantau.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, kesepian, mahasiswa difabel yang merantau

Received/Masuk:
9 December/Desember 2022

Accepted/Terima:
15 March/Maret 2023

Published/Terbit:
25 January/Januari 2024

Correspondence concerning this article should be addressed to: | Korespondensi sehubungan dengan artikel ini ditujukan pada:
Gresia Andriani¹, Arthur Huwae²

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Jl. Diponegoro 52-60, Salatiga 50711, Jawa Tengah, Indonesia.
E-Mail: 802019059@student.uksw.edu¹, arthur.huwae@uksw.edu²

In the course of their lifespan, humans will certainly experience various things that are not in accordance with their wishes. This creates gaps in daily activities and life (Jannah et al., 2017). The gap between expectations and reality is what is often called a problem. Based on Balai Pengembangan Multimedia Pendidikan dan Kebudayaan (BPMPK) - Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Center for Educational and Cultural Multimedia Development - The Ministry of Education and Culture of the Republic of Indonesia; n.d.), social problems can occur due to various factors, one of them is economic factors that can impact education. It cannot be denied that the quality of education and the distribution of good tertiary institutions are not evenly distributed in Indonesia (Pramitha & Astuti, 2021). In 2018, Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia (The Ministry of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia; n.d., as cited in Pramitha & Astuti, 2021) stated that eight of the 10 best universities in existence in Indonesia are spread across Java. The uneven distribution of tertiary institutions causes many prospective new students to wander or migrate when they want to continue their education at the tertiary level. Wandering or migrating is an opportunity for every student to further develop themselves, and this includes students with disabilities.

“Different ability people” can be understood as individuals who have different abilities. This term is also used to refer to individuals who experience physical disabilities, in the sense of disability which is defined as an “umbrella” terminology for disorders, activity limitations, or restrictions on individual participation. When individuals with certain limitations (disabilities) wander or migrate and start interacting with other individuals, they will definitely experience difficulties. However, those who have limitations are expected to be able to overcome various problems in life that they encounter in their own way (Permadi & Nurwianti, 2019), so that they are able to survive in the midst of every condition they experience (Grafiyana, 2018). The Government of the Republic of Indonesia has officially passed the Constitution of the Republic of Indonesia Number 8 Year 2016 Concerning Persons with Disabilities (Presiden Republik Indonesia [The President of the Republic of Indonesia, 2016], which encourages inclusiveness of persons with disabilities. Apart from that, there is also Regulation of the Minister

Dalam perjalanan hidup sepanjang rentang usia, manusia tentu akan mengalami berbagai hal yang tidak sesuai dengan keinginannya. Hal tersebut menimbulkan kesenjangan dalam aktivitas dan kehidupannya sehari-hari (Jannah et al., 2017). Adanya kesenjangan antara harapan dengan realita yang terjadi inilah yang kerap kali disebut dengan masalah. Dilansir dari Balai Pengembangan Multimedia Pendidikan dan Kebudayaan (BPMPK) - Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Center for Educational and Cultural Multimedia Development - The Ministry of Education and Culture of the Republic of Indonesia; n.d.), permasalahan sosial dapat terjadi karena berbagai faktor, salah satunya adalah faktor ekonomi yang dapat berimbas pada pendidikan. Tidak dapat dipungkiri bahwa kualitas pendidikan dan persebaran perguruan tinggi yang baik belum merata di Indonesia (Pramitha & Astuti, 2021). Pada tahun 2018, Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia (The Ministry of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia; n.d., sitat dalam Pramitha & Astuti, 2021) menyampaikan bahwa delapan dari 10 universitas terbaik yang ada di Indonesia tersebar di Jawa. Belum meratanya persebaran perguruan tinggi tersebut menyebabkan banyak calon mahasiswa baru merantau ketika hendak melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi. Merantau adalah kesempatan bagi tiap mahasiswa untuk semakin mengembangkan dirinya, tidak terkecuali bagi mahasiswa difabel.

“*Different ability people*” dapat dipahami sebagai individu yang memiliki kemampuan yang berbeda. Istilah ini juga digunakan untuk menyebut individu yang mengalami kelainan fisik, dalam pengertian disabilitas yang didefinisikan sebagai “payung” terminologi untuk gangguan, keterbatasan aktivitas, atau pembatasan partisipasi individu. Ketika individu dengan keterbatasan tertentu (difabel) merantau dan mulai melakukan interaksi dengan individu lainnya, pastinya akan mengalami kesulitan. Walaupun demikian, mereka yang memiliki keterbatasan diharapkan dapat mengatasi berbagai permasalahan dalam kehidupan yang ditemui dengan cara mereka sendiri (Permadi & Nurwianti, 2019), agar mampu bertahan di tengah tiap kondisi yang mereka alami (Grafiyana, 2018). Pemerintah Republik Indonesia secara resmi sebenarnya telah mengesahkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas (Presiden Republik Indonesia [The President of the Republic of Indonesia], 2016), yang mendorong inklusifitas penyandang disabilitas. Selain itu, ada juga

of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia Number 46 Year 2017 Concerning Special Education and Special Service Education in Higher Education (Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia [The Ministry of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia], 2017), which requires each university to provide services for students with disabilities.

In reality, in the field, there are still many universities that do not pay attention to students who have certain limitations (disabilities). Based on the statement of Tsaputra (n.d., as cited in Dzulfikar, 2019), a researcher at the Padang City Regional Development Planning Agency, of the 4,500 existing universities spread throughout Indonesia, only around five universities (including: Universitas Brawijaya in Malang, East Java and Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga in Yogyakarta) which have a special service unit for students with disabilities. Student statistics data from Pusat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya (PLD UB; n.d.; Tsaputra, n.d., as cited in Dzulfikar, 2019) states that Universitas Brawijaya specifically has approximately 150 active students with various conditions of disability, such as: (1) hearing impairment; (2) Autism Spectrum Disorder (ASD); (3) Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD); (4) cerebral palsy; and (5) Down Syndrome. In general, students with hearing impairment are passive individuals, afraid of the future, and feel low self-esteem; while students with visual impairment show more fear about the future (Mcilvane & Reinhardt, 2001). They are assisted and facilitated in all lecture activities by Pusat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya (PLD UB; n.d.). This basic thing, which in reality receives little attention from both the university and related external parties, often makes students with disabilities feel inferior (Dzulfikar, 2019).

Every student, including students with disabilities, is expected to become more independent and able to adapt when entering a new environment at the tertiary level, taking part in various activities related to student affairs, and living life in a society with a new culture. This sometimes causes them to experience feelings of loneliness (Halim & Dariyo, 2016). The demands of this new social environment require them to be able to live independently and participate in social life, but

Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Nomor 46 Tahun 2017 tentang Pendidikan Khusus dan Pendidikan Layanan Khusus di Perguruan Tinggi (Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia [The Ministry of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia], 2017), yang mengharuskan tiap universitas menyediakan layanan bagi mahasiswa penyandang disabilitas.

Dalam kenyataannya di lapangan, masih banyak perguruan tinggi yang belum memperhatikan mahasiswa yang memiliki keterbatasan tertentu (difabel). Berdasarkan pernyataan Tsaputra (n.d., sitat dalam Dzulfikar, 2019), seorang peneliti di Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BPPD) Kota Padang, dari 4.500 universitas yang ada dan tersebar di seluruh Indonesia, hanya sekitar lima universitas (di antaranya: Universitas Brawijaya di Malang, Jawa Timur dan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga di Yogyakarta) yang memiliki unit layanan khusus bagi mahasiswa penyandang disabilitas. Data statistik kemahasiswaan dari Pusat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya (PLD UB; n.d.; Tsaputra, n.d., sitat dalam Dzulfikar, 2019) menyebutkan bahwa Universitas Brawijaya secara khusus memiliki kurang lebih 150 mahasiswa aktif dengan berbagai kondisi keterbatasan yang dialami, seperti: (1) tunarungu; (2) *Autism Spectrum Disorder (ASD)*; (3) *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*; (4) *cerebral palsy*; dan (5) *Down Syndrome*. Pada umumnya, mahasiswa dengan keterbatasan tunarungu merupakan pribadi yang pasif, takut akan masa depan, dan merasa rendah diri; sementara mahasiswa tunanetra lebih banyak menunjukkan ketakutan akan masa depan (Mcilvane & Reinhardt, 2001). Mereka dibantu dan difasilitasi dalam segala aktivitas perkuliahan oleh Pusat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya (PLD UB; n.d.). Hal mendasar yang pada kenyataannya kurang mendapat perhatian baik dari pihak universitas maupun pihak luar terkait inilah yang tidak jarang membuat mahasiswa difabel merasa rendah diri (Dzulfikar, 2019).

Tiap mahasiswa, termasuk mahasiswa difabel, diharapkan untuk semakin mandiri dan dapat beradaptasi ketika memasuki lingkungan baru di tingkat perguruan tinggi, mengikuti berbagai kegiatan yang berkaitan dengan kemahasiswaan, dan menjalani kehidupan di lingkungan masyarakat dengan kultur baru. Hal tersebut terkadang menyebabkan mereka mengalami rasa kesepian (Halim & Dariyo, 2016). Adanya tuntutan dari lingkungan sosial yang baru ini

because of their limitations, their opportunities are fewer. Loneliness can be understood as a subjective feeling felt by individuals due to the absence of close relationships which influences the characteristics of their behavior and way of thinking (personality), desires for life around them (social desirability), and the emergence of depressive conditions (depression) which can be understood as emotional disturbances (such as: gloomy, worthless, feeling sad, uninspired, and focused on failure; Russell, 1996). Interpersonally, individuals who tend to feel lonely are considered less able to mingle socially. A study by the Office for National Statistics (n.d., as cited in Coughlan, 2018) states that almost 10% of individuals in the 16-24 year age range often feel lonely, with the highest percentage when compared to other age ranges. This also includes a higher percentage than loneliness experienced by the elderly. Peplau and Goldston (1984, as cited in Subatevan et al., 2022) stated that the cause of loneliness in most individuals is a lack of social interaction. Based on this explanation, it can be understood that the lack of social interaction which includes an individual's ability to mix socially can be the cause of loneliness in student wanderers with disabilities. According to Özdemir and Tuncay (2008), differences in cultural backgrounds in the place of origin (past) and the place of wandering or migrating (current) make students vulnerable to experiencing loneliness. The study also found that the demand to be more independent due to being away from their parents caused them to become more depressed and hopeless (Özdemir & Tuncay, 2008).

Being a student wanderer is a challenge for each individual, because the problems they face are very diverse: starting from different environments from their place of origin, types of food and spices in cooking, culture, and even community habits. However, each individual certainly has a way or ability to overcome problems that occur in their life, as a result of the individual's reflection and evaluation of their self (Permadi & Nurwianti, 2019). Individual experiences and expectations can influence the evaluation process itself, and are used in describing the individual's psychological health state based on the fulfillment of positive psychological functions (Ryff, 2013). It is important for students, including students with disabilities, to have good psychological well-being. Psychological well-being can be understood as the full

mengharuskan mereka untuk dapat hidup mandiri dan berpartisipasi dalam kehidupan sosial, namun karena keterbatasannya, kemungkinan yang mereka miliki lebih kecil. Kesepian dapat dipahami sebagai perasaan subjektif yang dirasakan individu karena tidak adanya hubungan erat yang berpengaruh pada karakteristik perilaku dan cara berpikirnya (*personality*), keinginan terhadap kehidupan sekitar (*social desirability*), dan munculnya kondisi depresi (*depression*) yang dapat dipahami sebagai gangguan perasaan (seperti: murung, tidak berharga, perasaan sedih, tidak bersemangat, dan berfokus pada ketidakberhasilan; Russell, 1996). Secara interpersonal, individu yang cenderung merasakan kesepian dianggap kurang mampu dalam berbaaur secara sosial. Studi oleh Office for National Statistics (n.d., sitat dalam Coughlan, 2018) menyatakan bahwa hampir 10% individu dalam rentang usia 16-24 tahun sering merasa kesepian dengan persentase tertinggi jika dibandingkan dengan rentang usia lainnya. Hal ini juga termasuk persentase yang lebih tinggi dibandingkan kesepian yang dialami oleh lansia. Peplau dan Goldston (1984, sitat dalam Subathevan et al., 2022) menyebutkan bahwa penyebab kesepian pada sebagian besar individu adalah kurangnya interaksi sosial. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa kurangnya interaksi sosial yang mencakup kemampuan individu dalam berbaaur secara sosial dapat menjadi penyebab terjadinya kesepian pada mahasiswa difabel yang merantau. Menurut Özdemir dan Tuncay (2008), perbedaan latar belakang budaya di tempat tinggal asal dan tempat perantauan membuat mahasiswa rentan mengalami kesepian. Studi tersebut juga menemukan bahwa tuntutan untuk lebih mandiri karena jauh dari orang tua menyebabkan mereka menjadi lebih tertekan dan putus asa (Özdemir & Tuncay, 2008).

Menjadi mahasiswa rantau merupakan tantangan tersendiri bagi tiap individu, karena permasalahan yang dihadapi sangat beragam: mulai dari lingkungan yang berbeda dari daerah asal, jenis makanan dan rempah dalam memasak, kebudayaan, bahkan juga kebiasaan masyarakat. Namun, tiap individu tentunya memiliki cara atau kemampuan dalam mengatasi permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya, sebagai hasil refleksi dan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri (Permadi & Nurwianti, 2019). Pengalaman dan harapan individu dapat memengaruhi proses evaluasi itu sendiri, dan digunakan dalam penggambaran keadaan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologis positif (Ryff, 2013). Tentunya penting bagi mahasiswa, termasuk mahasiswa difabel, untuk memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

realization and achievement of an individual's potential which includes physical, mental, and social conditions (Ryff, 2013). Saputri et al. (2012) stated that there is a negative relationship between self-acceptance (as a dimension of psychological well-being) and loneliness ($r = -.379$; $p = .019 > .005$). A study by Halim and Dariyo (2016) found that psychological well-being was negatively related to loneliness in student wanderers studying in Jakarta ($r = -.659$; $p = .000 < .005$). On the other hand, the study by Liu et al. (2009) on students in Japan showed that psychological well-being and negative feelings (such as depression and anxiety) were significantly negatively correlated. The study also found that even with achieving high levels of well-being, this is not a guarantee that students can minimize depression and anxiety.

Based on the description that has been provided, student wanderers can feel lonely because of changes in various aspects. For individuals in emerging adulthood, such as university students, individuals will be more vulnerable to experiencing loneliness, especially (although not all) students with disabilities. This is because emerging adulthood is a transition period from adolescence to adulthood which causes many changes in life. Apart from that, students with disabilities also lack facilities and feel they have less opportunity to mingle. It is still often found that students with disabilities tend to be alone because they are reluctant to mix with other students (who do not have disabilities; Chan & Yeung, 2020; Newham, 2020), because they feel insecure and afraid when they want to mix in, due to widespread news of bullying against people with disabilities. From the various definitions of loneliness that have been presented (Fitri & Anggita, 2015), it can be concluded that loneliness is the result of an evaluation of subjective feelings that arise from the gap between the quantity and quality of relationships (experienced and needed) with other people.

The authors feel it is necessary to look again at: (1) whether psychological well-being can indeed influence levels of loneliness; or (2) when students do not feel lonely, do they really feel well psychologically (or have high psychological well-being). Psychological well-being is one of the factors that individuals,

Kesejahteraan psikologis dapat dipahami sebagai realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu yang meliputi kondisi fisik, mental, dan sosialnya (Ryff, 2013). Saputri et al. (2012) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara penerimaan diri (sebagai salah satu dimensi dalam kesejahteraan psikologis) dengan kesepian ($r = -0,379$; $p = 0,019 > 0,005$). Studi oleh Halim dan Dariyo (2016) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis berhubungan negatif dengan kesepian pada mahasiswa rantau yang sedang menempuh pendidikan di Jakarta ($r = -0,659$; $p = 0,000 < 0,005$). Di sisi lain, studi oleh Liu et al. (2009) pada mahasiswa di Jepang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dan perasaan negatif (seperti depresi dan kecemasan) berkorelasi negatif secara signifikan. Studi tersebut juga menemukan bahwa walaupun dengan pencapaian kesejahteraan yang tinggi, hal tersebut tidak menjadi jaminan untuk mahasiswa dapat meminimalisir depresi dan kecemasan.

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, mahasiswa yang merantau dapat merasakan kesepian karena adanya perubahan dalam berbagai aspek. Pada individu dalam masa *emerging adulthood* seperti mahasiswa, individu akan lebih rentan mengalami kesepian, secara khusus (walaupun tidak semua) bagi mahasiswa difabel. Hal ini dikarenakan masa *emerging adulthood* merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa yang menimbulkan banyak perubahan dalam hidup. Selain itu, mahasiswa difabel juga kurang memiliki fasilitas dan merasa kurang memiliki kesempatan untuk berbaur. Masih banyak dijumpai mahasiswa difabel cenderung menyendiri karena enggan berbaur dengan mahasiswa lainnya (yang tidak memiliki disabilitas; Chan & Yeung, 2020; Newham, 2020), karena adanya perasaan tidak aman dan takut ketika hendak berbaur akibat maraknya berita perundungan terhadap penyandang disabilitas. Dari berbagai definisi mengenai kesepian yang telah dipaparkan (Fitri & Anggita, 2015), dapat disimpulkan bahwa kesepian merupakan hasil evaluasi terhadap perasaan subyektif yang muncul dari adanya kesenjangan antara kuantitas dan kualitas hubungan (yang dialami dan dibutuhkan) dengan orang lain.

Penulis merasa perlu melihat kembali mengenai: (1) apakah kesejahteraan psikologis memang dapat mempengaruhi tingkat kesepian; atau (2) ketika mahasiswa tidak merasa kesepian, apakah mereka benar merasa sejahtera secara psikologis. Kesejahteraan psikologis menjadi salah satu faktor

including student wanderers with disabilities, need to achieve in facing various life challenges, including loneliness (Compton & Hoffman, 2019). Thus, the aim of this study is to determine the relationship between psychological well-being and loneliness experienced by student wanderers with disabilities. The study hypothesis is as follows:

Hypothesis: There is a negative relationship between psychological well-being and loneliness in student wanderers with disabilities.

Method

Study Participants

The method utilized in this study is a quantitative research method with a correlational design, which aims to determine the relationship between psychological well-being and loneliness. The population in this study were student wanderers with disabilities who migrated to Malang City and studied at Universitas Brawijaya. The total population is 86 individuals, based on data from Universitas Brawijaya Student Statistics (Pusat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya [PLD UB], n.d.). The sampling method utilized was the total sampling technique. According to Sugiyono (2017), the total sampling technique is a sampling technique utilized when the number of samples is the same as the population. The reason the authors chose the total sampling technique was because the study population did not exceed 100 individuals. In reality, only 74 individuals filled out the questionnaire (44 male participants and 30 female participants), because a number of students with disabilities were not willing to fill out the questionnaires that were distributed. Most of the participants have migrated to Malang for two to three years, and originated from around the island of Java with various disabilities, such as visual impairment, physical impairment, hearing impairment, speech impairment, and intellectual disability. Most of the participants were from Fakultas Ilmu Sosial, Fakultas Ilmu Budaya, Fakultas Ilmu Komunikasi, and Fakultas Vokasi. This study has received a Certificate of Ethics Eligibility from Pusat Layanan Disabilitas (PLD) Universitas Brawijaya (UB) with letter number: 11302/UN10.B10.04/TU/2022.

yang perlu dicapai individu, termasuk mahasiswa difabel yang merantau, dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, termasuk di antaranya adalah kesepian (Compton & Hoffman, 2019). Dengan demikian, tujuan studi ini adalah mengetahui hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan kesepian yang dialami oleh mahasiswa difabel yang merantau. Hipotesis studi adalah sebagai berikut:

Hipotesis: Ada hubungan negatif antara kesejahteraan psikologis dan kesepian pada mahasiswa difabel yang merantau.

Metode

Partisipan Studi

Metode yang digunakan dalam studi ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan desain korelasional, yang bertujuan mengetahui hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan kesepian. Populasi dalam studi ini adalah mahasiswa difabel yang merantau ke Kota Malang dan berkuliah di Universitas Brawijaya. Total populasi adalah 86 individu, berdasarkan data dari Statistik Mahasiswa Universitas Brawijaya (Pusat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya [PLD UB], n.d.). Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *total sampling*. Menurut Sugiyono (2017), teknik *total sampling* merupakan teknik pengambilan sampel ketika jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Alasan penulis memilih teknik *total sampling* adalah karena populasi studi tidak lebih dari 100 individu. Dalam realisasinya, hanya 74 individu mengisi kuesioner (44 partisipan laki-laki dan 30 partisipan perempuan), karena sejumlah mahasiswa difabel tidak bersedia untuk mengisi kuesioner yang dibagikan. Sebagian besar partisipan telah merantau di Malang selama dua sampai tiga tahun, dan berasal dari sekitar Pulau Jawa dengan ragam disabilitas seperti tunanetra, tunadaksa, tunarungu, tunawicara, dan tunagrahita. Sebagian besar partisipan berasal dari Fakultas Ilmu Sosial, Fakultas Ilmu Budaya, Fakultas Ilmu Komunikasi, dan Fakultas Vokasi. Studi ini sudah mendapatkan Surat Keterangan Kelayakan Etika dari Pusat Layanan Disabilitas (PLD) Universitas Brawijaya (UB) dengan nomor surat: 11302/UN10.B10.04/TU/2022.

Data Collection

Data collection was carried out using a psychological scale presented in the form of a questionnaire using Google Forms and distributed online.

Psychological Well-Being

Psychological well-being consists of six dimensions, namely: (1) self-acceptance; (2) positive relations with others; (3) autonomy; (4) environmental mastery; (5) purpose in life; and (6) personal growth (Ryff, 2013). The instrument utilized to measure psychological well-being is Ryff's Psychological Well-Being Scale by Ryff (2013) which has been adapted into Bahasa Indonesia by Revelia (2018). The authors made adjustments to the context of the study participants and validated by expert judgment. The psychological well-being scale consists of 37 items with four response options based on a Likert scale, with a range: "Strongly Disagree", "Disagree", "Agree", to "Strongly Agree". An example of an item from the psychological well-being scale is: "I have direction and purpose in life.". The results of the item discrimination power test stated that all items passed the criteria ($p > .05$) with an item total correlation value that ranged between .313 - .741 and a Cronbach's alpha value of .921, and could be concluded as very reliable. More detailed information regarding the psychological well-being scale blueprint is available in Table 1.

Loneliness

Loneliness consists of three aspects, namely: (1) personality; (2) social desirability; and (3) depression (Russell, 1996). Loneliness was measured utilizing the Revised University of California, Los Angeles (R-UCLA) Loneliness Scale Version 3 by Russell (1996) which has been translated into Bahasa Indonesia by Pramitha and Astuti (2021). The authors then made adjustments to the context of the study participants and validated by expert judgment. The loneliness scale consists of 19 items with four response options based on a Likert scale, with a range: "Never", "Rarely", "Often", to "Very Often". An example of an item on the loneliness scale is: "How often do you feel like you have no one to share with when you are facing a problem?". The results of the item discrimination power test resulted in all items passing the criteria ($p > .05$) with item total correlation values ranging between

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan skala psikologi yang disajikan dalam bentuk kuesioner menggunakan *Google Forms* dan disebar secara daring.

Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi, yaitu: (1) penerimaan diri; (2) hubungan positif dengan individu lain; (3) otonomi; (4) penguasaan lingkungan; (5) tujuan hidup; dan (6) pertumbuhan pribadi (Ryff, 2013). Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis adalah *Ryff's Psychological Well-Being Scale* oleh Ryff (2013) yang telah diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Revelia (2018). Penulis melakukan penyesuaian dengan konteks partisipan studi dan validasi oleh *expert judgement*. Skala kesejahteraan psikologis terdiri dari 37 butir dengan empat pilihan respon jawaban berdasarkan skala *Likert*, dengan rentang: "Sangat Tidak Sesuai (STS)", "Tidak Sesuai (TS)", "Sesuai (S)", hingga "Sangat Sesuai (SS)". Contoh butir dari skala kesejahteraan psikologis adalah: "Saya memiliki arah dan tujuan hidup.". Hasil uji daya diskriminasi butir menyatakan bahwa semua butir lolos memenuhi kriteria ($p > 0,05$) dengan nilai *item total correlation* yang bergerak antara 0,313 - 0,741 dan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,921 dan dapat disimpulkan sebagai sangat reliabel. Informasi lebih detail sehubungan dengan *blueprint* skala kesejahteraan psikologis tersedia dalam Tabel 1.

Kesepian

Kesepian terdiri dari tiga aspek, yaitu: (1) *personality*; (2) *social desirability*; dan (3) *depression* (Russell, 1996). Kesepian diukur menggunakan *Revised University of California, Los Angeles (R-UCLA) Loneliness Scale Version 3* oleh Russell (1996) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Pramitha dan Astuti (2021). Penulis kemudian melakukan penyesuaian dengan konteks partisipan studi dan validasi oleh *expert judgement*. Skala kesepian terdiri dari 19 butir dengan empat pilihan respon jawaban berdasarkan skala *Likert*, dengan rentang: "Tidak Pernah (TP)", "Jarang (J)", "Sering (S)", hingga "Sangat Sering (SS)". Contoh butir dari skala kesepian adalah: "Seberapa sering Anda merasa tidak ada orang untuk berbagi ketika Anda menghadapi suatu masalah?". Hasil uji daya diskriminasi butir menghasilkan semua butir lolos memenuhi kriteria ($p >$

Table 1
Blueprint of Ryff's Psychological Well-Being Scale

Dimension	Favorable	Unfavorable	Total Items
Self-Acceptance	20	19, 26, 32	4
Positive Relations with Others	18, 24, 35	8, 10, 12, 30	7
Autonomy	1, 5, 21	15, 22, 27	6
Environmental Mastery	2, 16, 33, 37	6, 23, 28, 34	8
Purpose in Life	9, 25, 31, 36	3, 13, 14,	7
Personal Growth	4, 7, 17, 29	11	5
Total	19	18	37

Tabel 1
Blueprint Ryff's Psychological Well-Being Scale

Dimensi	Favorable	Unfavorable	Total Butir
Penerimaan Diri	20	19, 26, 32	4
Hubungan Positif dengan Orang Lain	18, 24, 35	8, 10, 12, 30	7
Otonomi	1, 5, 21	15, 22, 27	6
Penguasaan Lingkungan	2, 16, 33, 37	6, 23, 28, 34	8
Tujuan Hidup	9, 25, 31, 36	3, 13, 14,	7
Pertumbuhan Pribadi	4, 7, 17, 29	11	5
Total	19	18	37

Table 2
Blueprint of Revised University of California, Los Angeles (R-UCLA) Loneliness Scale Version 3

Aspect	Favorable	Unfavorable	Total Items
Personality/Trait	16	8, 15	3
Social Desirability	2, 3, 17	1, 5, 6, 9, 14, 18, 19	10
Depression	4, 7, 10, 11, 12, 13	-	6
Total	10	9	19

Tabel 2
Blueprint Revised University of California, Los Angeles (R-UCLA) Loneliness Scale Version 3

Aspek	Favorable	Unfavorable	Total Butir
Personality/Trait	16	8, 15	3
Social Desirability	2, 3, 17	1, 5, 6, 9, 14, 18, 19	10
Depression	4, 7, 10, 11, 12, 13	-	6
Total	10	9	19

.305 - .632 and a Cronbach's alpha value of .848, and can be concluded as very reliable. More detailed information regarding the loneliness scale blueprint is provided in Table 2.

Data Analysis

The data analysis technique utilized to measure the relationship between psychological well-being and loneliness is the product moment correlation test technique by Pearson. Before testing the hypothesis, a descriptive analysis will be carried out, as well as an assumption test consisting of a normality test and a linearity

0,05) dengan nilai *item total correlation* yang bergerak antara 0,305 - 0,632 dan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,848 dan dapat disimpulkan sebagai sangat reliabel. Informasi lebih detail sehubungan dengan *blueprint* skala kesepian tersedia dalam Tabel 2.

Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan untuk mengukur hubungan antara kesejahteraan psikologis dan kesepian adalah teknik uji korelasi *product moment* oleh Pearson. Sebelum dilakukan uji hipotesis, akan dilakukan analisis deskriptif, serta uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas terlebih dahulu.

Table 3
Group Norms and Categorization of the Psychological Well-Being Variable

Interval	Category	Frequency	Percentage
$116 \leq x \leq 143$	High	29	39.2%
$89 \leq x \leq 116$	Intermediate	39	52.7%
$62 \leq x \leq 89$	Low	6	8.1%
Total		74	100%

Notes. Min = 62; Max = 143; Mean = 110.99; SD = 14.739.

Tabel 3
Norma Kelompok dan Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologis

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$116 \leq x \leq 143$	Tinggi	29	39,2%
$89 \leq x \leq 116$	Sedang	39	52,7%
$62 \leq x \leq 89$	Rendah	6	8,1%
Total		74	100%

Catatan. Min = 62; Max = 143; Mean = 110,99; SD = 14,739.

test first. All data testing was carried out with the help of statistical calculations through the International Business Machines (IBM) Statistical Products and Service Solutions (SPSS) for Windows Version 21.0 program.

Semua pengujian data dilakukan dengan bantuan perhitungan statistik melalui program *International Business Machines (IBM) Statistical Products and Service Solutions (SPSS) for Windows* Versi 21,0.

Results

Results of Descriptive Analysis

Descriptive analysis of the psychological well-being variable shows a score range of 62 to 143, mean of 110.99, with a standard deviation of 14.739. In this study, the norms (group norms) are determined based on the results of the average measurement scores. More detailed information regarding group norms for psychological well-being variables is available in Table 3. Thus, the psychological well-being of the majority of student wanderers with disabilities is in the Medium Category (52.7%), which is calculated using a statistical percentage formula. Additional analysis of each dimension of the psychological well-being variable shows that the majority of student wanderers with disabilities are in the Medium Category, with only the personal growth dimension being in the High Category (47.3%). More detailed information regarding the categorization of each dimension of the psychological well-being variable is available in Table 4.

Descriptive analysis of the loneliness variable shows a score range of 21 to 69, mean of 34.01, with a standard

Hasil

Hasil Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif variabel kesejahteraan psikologis menunjukkan rentang skor 62 hingga 143, rerata 110,99, dengan standar deviasi 14,739. Dalam studi ini, penentuan norma (norma kelompok) yang digunakan ditentukan berdasarkan hasil rerata skor pengukuran. Informasi lebih detail sehubungan dengan norma kelompok variabel kesejahteraan psikologis tersedia dalam Tabel 3. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh sebagian besar mahasiswa difabel yang merantau berada pada Kategori Sedang (52,7%), yang dihitung dengan menggunakan rumus persentase statistika. Analisis tambahan tiap dimensi dari variabel kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa difabel yang merantau berada pada Kategori Sedang, dengan hanya dimensi pertumbuhan pribadi (*personal growth*) yang berada pada Kategori Tinggi (47,3%). Informasi lebih detail sehubungan dengan kategorisasi tiap dimensi variabel kesejahteraan psikologis tersedia dalam Tabel 4.

Analisis deskriptif variabel kesepian menunjukkan rentang skor 21 hingga 69, rerata 34,01, dengan standar

Table 4
Categorization of Each Dimension in the Psychological Well-Being Variable

Dimension	Category	Mean	Frequency	Percentage
Self-Acceptance	Intermediate	12.11	43	58.1%
Positive Relations with Others	Intermediate	20.97	41	55.4%
Autonomy	Intermediate	17.73	52	70.3%
Environmental Mastery	Intermediate	23.50	41	55.4%
Purpose in Life	Intermediate	21.04	45	60.8%
Personal Growth	High	15.15	35	47.3%

Tabel 4
Kategorisasi Tiap Dimensi Variabel Kesejahteraan Psikologis

Dimensi	Kategori	Mean	Frekuensi	Persentase
Penerimaan Diri	Sedang	12,11	43	58,1%
Hubungan Positif Dengan Individu Lain	Sedang	20,97	41	55,4%
Otonomi	Sedang	17,73	52	70,3%
Penguasaan Lingkungan	Sedang	23,50	41	55,4%
Tujuan Hidup	Sedang	21,04	45	60,8%
Pertumbuhan Pribadi	Tinggi	15,15	35	47,3%

Table 5
Group Norms and Categorization of the Loneliness Variable

Interval	Category	Frequency	Percentage
$53 \leq y \leq 69$	High	2	2.7%
$37 \leq y \leq 53$	Intermediate	27	36.5%
$21 \leq y \leq 37$	Low	45	60.8%
Total		74	100%

Notes. Min = 21; Max = 69; Mean = 34.01; SD = 8.353.

Tabel 5
Norma Kelompok dan Kategorisasi Variabel Kesepian

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$53 \leq y \leq 69$	Tinggi	2	2,7%
$37 \leq y \leq 53$	Sedang	27	36,5%
$21 \leq y \leq 37$	Rendah	45	60,8%
Jumlah		74	100%

Catatan. Min = 21; Max = 69; Mean = 34,01; SD = 8,353.

deviation of 8.353. In this study, the norms (group norms) are determined based on the results of the average measurement scores. More detailed information regarding group norms for the loneliness variable is available in Table 5. Thus, the loneliness experienced by the majority of student wanderers with disabilities is in the Low Category (60.8%), which is calculated using the statistical percentage formula. Additional analysis of each aspect of loneliness shows that the majority of student wanderers with disabilities are in the Low Category. More detailed information regarding the categorization of each aspect of the loneliness variable is available in Table 6.

deviasi 8,353. Dalam studi ini, penentuan norma (norma kelompok) yang digunakan ditentukan berdasarkan hasil rerata skor pengukuran. Informasi lebih detail sehubungan dengan norma kelompok variabel kesepian tersedia dalam Tabel 5. Dengan demikian, kesepian yang dimiliki oleh sebagian besar mahasiswa difabel yang merantau berada pada Kategori Rendah (60,8%), yang dihitung dengan menggunakan rumus persentase statistika. Analisis tambahan tiap aspek kesepian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa difabel yang merantau berada pada Kategori Rendah. Informasi lebih detail sehubungan dengan kategorisasi tiap aspek variabel kesepian tersedia dalam Tabel 6.

Table 6
Categorization of Each Aspect in the Loneliness Variable

Aspect	Category	Mean	Frequency	Percentage
Personality/Trait	Low	5.16	47	63.5%
Social Desirability	Low	17.31	53	71.6%
Depression	Low	11.54	39	52.7%

Tabel 6
Kategorisasi Tiap Aspek Variabel Kesepian

Aspek	Kategori	Mean	Frekuensi	Persentase
Personality/Trait	Rendah	5,16	47	63,5%
Social Desirability	Rendah	17,31	53	71,6%
Depression	Rendah	11,54	39	52,7%

Table 7
Results of Normality Test With One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Psychological Well-Being	Loneliness
Kolmogorov-Smirnov Z	.827	.775
Asymp. Sig. (2-tailed)	.501	.586

Tabel 7
Hasil Uji Normalitas Dengan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Kesejahteraan Psikologis	Kesepian
Kolmogorov-Smirnov Z	0,827	0,775
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,501	0,586

Results of Assumption Test

Normality Test

The results of the normality test show the results: (1) the *K-S-Z* value of the psychological well-being variable is .827 with *sig.* = .501 ($p > .05$); and (2) the *K-S-Z* value of the loneliness variable is .775 with *sig.* = .586 ($p > .05$). These results indicate that the psychological well-being variable and the loneliness variable are normally distributed. Knowing whether the data is normally distributed or not is important, because in this study, the data was tested using a parametric test. Normally distributed data indicates that the data has a directional or normal distribution pattern. More detailed information regarding the results of the normality test on the two study variables is available in Table 7.

Linearity Test

The linearity test results show an F_{count} value of 38.225 with *sig.* = .000 ($p < .05$). These results show that the relationship between psychological well-being and loneliness in student wanderers with disabilities is

Hasil Uji Asumsi

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas menunjukkan hasil: (1) nilai *K-S-Z* variabel kesejahteraan psikologis sebesar 0,827 dengan *sig.* = 0,501 ($p > 0,05$); dan (2) nilai *K-S-Z* variabel kesepian sebesar 0,775 dengan *sig.* = 0,586 ($p > 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa variabel kesejahteraan psikologis dan variabel kesepian berdistribusi normal. Mengetahui data berdistribusi normal atau tidak adalah penting, karena dalam studi ini, data diuji dengan *parametric-test*. Data yang berdistribusi normal menandakan bahwa data tersebut memiliki sebaran pola yang terarah atau normal. Informasi lebih detail sehubungan dengan hasil uji normalitas pada kedua variabel studi tersedia dalam Tabel 7.

Uji Linieritas

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai F_{hitung} sebesar 38,225 dengan *sig.* = 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa difabel yang merantau

Table 8
Results of Linearity Test With ANOVA

	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Linearity	38,225	.000
Deviation from Linearity	3,338	.000

Tabel 8
Hasil Uji Linieritas Dengan ANOVA

	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Linearity	38,225	0,000
Deviation from Linearity	3,338	0,000

Table 9
Results of Pearson Correlation Test

	Loneliness
Psychological Well-Being	- .452**

Notes. * $p = .01$; ** $p = .001$.

Tabel 9
Hasil Uji Pearson Correlation

	Kesepian
Kesejahteraan Psikologis	- 0,452**

Catatan. * $p = 0,01$; ** $p = 0,001$.

linear, which means that when one variable decreases or increases, it will be followed linearly or in a straight line by other variables. More detailed information regarding the results of the linearity test on the two study variables is available in Table 8.

Results of Hypothesis Test

Hypothesis test results show a Pearson correlation value of $- .452$ with $sig. = .000$ ($p < .01$; see Table 9). This illustrates that there is a significant negative relationship between psychological well-being and loneliness. Specifically: (1) psychological well-being is negatively related to the personality aspect of loneliness, when the Pearson correlation value is $- .245$ with $sig. = .018$ ($p < .05$); (2) psychological well-being has a significant negative relationship with the social desirability aspect of loneliness, when the Pearson correlation value is $- .441$ with $sig. = .000$ ($p < .01$); and (3) psychological well-being is significantly negatively related to the depression aspect of loneliness, when the Pearson correlation value is $- .444$ with $sig. = .000$ ($p < .01$).

The $r_{squared}$ value of $.204$ indicates that the effective contribution of psychological well-being to loneliness is

adalah linier, yang berarti bahwa ketika salah satu variabel mengalami penurunan atau peningkatan akan diikuti secara linier atau secara garis lurus oleh variabel lainnya. Informasi lebih detail sehubungan dengan hasil uji linieritas pada kedua variabel studi tersedia dalam Tabel 8.

Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai *Pearson correlation* sebesar $- 0,452$ dengan $sig. = 0,000$ ($p < 0,01$; lihat Tabel 9). Hal ini menggambarkan adanya hubungan negatif signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan kesepian. Secara spesifik: (1) kesejahteraan psikologis berhubungan negatif dengan aspek *personality* dari kesepian, ketika nilai *Pearson correlation* sebesar $- 0,245$ dengan $sig. = 0,018$ ($p < 0,05$); (2) kesejahteraan psikologis berhubungan negatif signifikan dengan aspek *social desirability* dari kesepian, ketika nilai *Pearson correlation* sebesar $- 0,441$ dengan $sig. = 0,000$ ($p < 0,01$); dan (3) kesejahteraan psikologis berhubungan negatif signifikan dengan aspek *depression* dari kesepian, ketika nilai *Pearson correlation* sebesar $- 0,444$ dengan $sig. = 0,000$ ($p < 0,01$).

Nilai $r_{squared}$ sebesar $0,204$ menunjukkan bahwa besar sumbangan efektif kesejahteraan psikologis terhadap

Table 10
The Effective Contribution of Psychological Well-Being on Loneliness

	<i>R</i>	<i>R_{squared}</i>
Loneliness * Psychological Well-Being	- .452	.204

Tabel 10
Sumbangan Efektif Kesejahteraan Psikologis Terhadap Kesepian

	<i>R</i>	<i>R_{squared}</i>
Kesepian * Kesejahteraan Psikologis	- 0,452	0,204

Table 11
The Correlation Between Psychological Well-Being With Each Aspect of Loneliness

	<i>Pearson Correlation</i>
Personality/Traits * Psychological Well-Being	- .245*
Social Desirability * Psychological Well-Being	- .441**
Depression * Psychological Well-Being	- .444**

Notes. * $p = .01$; ** $p = .001$.

Tabel 11
Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Tiap Aspek Kesepian

	<i>Pearson Correlation</i>
<i>Personality/Traits</i> * Kesejahteraan Psikologis	- 0,245*
<i>Social Desirability</i> * Kesejahteraan Psikologis	- 0,441**
<i>Depression</i> * Kesejahteraan Psikologis	- 0,444**

Catatan. * $p = 0,01$; ** $p = 0,001$.

20.4% (see Table 10). This means that psychological well-being may be one of the factors associated with loneliness, and that psychological well-being and loneliness are indeed negatively correlated. Apart from that, it is also known that psychological well-being has a significant negative relationship with each aspect of loneliness, which indicates that when there is an increase in psychological well-being, the level of loneliness will decrease. More detailed information regarding the relationship between psychological well-being variables and each aspect of the loneliness variable is available in Table 11.

kesepian adalah 20,4% (lihat Tabel 10). Hal ini berarti bahwa kesejahteraan psikologis dapat menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan rasa kesepian, dan bahwa kesejahteraan psikologis dan kesepian memang berkorelasi secara negatif. Selain itu, juga diketahui bahwa kesejahteraan psikologis memiliki hubungan negatif signifikan dengan tiap aspek kesepian, yang mengindikasikan bahwa ketika terjadi peningkatan kesejahteraan psikologis, maka tingkat kesepian akan mengalami penurunan. Informasi lebih detail mengenai hubungan variabel kesejahteraan psikologis dengan tiap aspek variabel kesepian tersedia dalam Tabel 11.

Discussion

Psychological well-being and loneliness are two interrelated variables. It is not uncommon for students in general to experience loneliness when their psychological well-being is in the Low Category. This is something that the authors feel needs to be researched specifically on student wanderers with disabilities, because people with disabilities in Indonesia are still underestimated, so the possibility of them experiencing loneliness is assumed to be quite significant.

Diskusi

Kesejahteraan psikologis dan kesepian merupakan dua variabel yang saling berkaitan. Tidak jarang pada mahasiswa secara umum untuk mengalami kesepian ketika kesejahteraan psikologis yang dimiliki berada dalam Kategori Rendah. Hal tersebut menjadi sesuatu yang dirasa penulis perlu untuk diteliti secara khusus kepada mahasiswa difabel yang merantau, karena penyandang disabilitas di Indonesia masih dianggap sebelah mata, sehingga kemungkinan mereka mengalami kesepian diasumsikan cukup besar.

Loneliness for the majority of participants was in the Low Category. Student wanderers with disabilities with a Low Category level of loneliness will have self-confidence and dare to socialize with other individuals. This results in achieving the desired relationship or change in a relationship, and not feeling depressed and focusing on the failures experienced. This is in accordance with the opinion of Van Tongeren and Myers (2017), who state that when individuals do not feel a lack of meaningful relationships with other individuals, these individuals will avoid loneliness. Aulia and Panjaitan (2019) also stated that psychological well-being can influence the stress felt by students.

Individuals also require a process of adapting when they are in a new environment and are required to live independently, including in social relationships as an aspect of loneliness (Gunandar & Utami, 2017). The participants in this study can be said to have achieved the social relationships they wished for. This is illustrated by how they have close relationships with friends around them, feel they have a place to share when faced with a problem, and do not feel lonely when in a crowd. This can also be seen clearly in the results of the social desirability aspect, when the majority of student wanderers with disabilities are in the Low Category.

When an individual wanders or migrates to a new place, the individual will be far from the people closest to them and feel like they lack someone who can help them in all situations. Individuals can be said to be wanderers or migrants when the individual is in a place that is different both culturally and environmentally from their place of origin, so adaptability is needed (Chen & Zhang 2018). The concept of transition theory by Meleis et al. (2000) is closely related to well-being because it includes various psychological process adaptations that must be carried out. The transition process is interpreted as a situation that individuals must experience to achieve balance in interpreting life itself, and at the same time experiencing the impact of this, so that individuals develop patterns and adapt to change (Meleis et al., 2000). Various negative feelings within themselves will continue to emerge, causing them to feel depressed and useless, so that they will slowly feel lonely (Kong et al., 2021). In this aspect, student wanderers with disabilities are able to overcome feelings of depression. Their ability to

Kesepian pada sebagian besar partisipan berada pada Kategori Rendah. Mahasiswa difabel yang merantau dengan tingkat kesepian Kategori Rendah akan memiliki rasa percaya diri dan berani bersosialisasi dengan individu lain. Hal ini berakibat pada tercapainya hubungan atau perubahan yang diinginkan dalam suatu relasi, dan tidak merasa depresi serta berfokus pada kegagalan yang dialami. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Van Tongeren dan Myers (2017), yang menyatakan bahwa ketika individu tidak merasakan kurangnya hubungan yang kurang bermakna dengan individu lain, individu tersebut akan terhindar dari kesepian. Aulia dan Panjaitan (2019) juga menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis dapat berpengaruh terhadap stres yang dirasakan mahasiswa.

Individu juga membutuhkan proses menyesuaikan diri ketika berada di lingkungan baru dan dituntut untuk hidup mandiri, termasuk dalam hubungan sosial sebagai salah satu aspek kesepian (Gunandar & Utami, 2017). Partisipan studi ini dapat dikatakan sudah mencapai hubungan sosial yang mereka harapkan. Hal ini tergambar dari bagaimana mereka menjalin hubungan dekat dengan teman di sekitarnya, merasa memiliki tempat berbagi ketika dihadapkan pada suatu masalah, dan tidak merasa kesepian ketika berada di keramaian. Hal ini juga dapat dilihat secara jelas pada hasil aspek *social desirability*, ketika sebagian besar mahasiswa difabel yang merantau berada pada Kategori Rendah.

Ketika individu merantau ke tempat baru, individu tersebut akan jauh dari individu terdekatnya dan merasa kurang memiliki pihak yang dapat membantunya dalam segala situasi. Individu dapat dikatakan sebagai perantau ketika individu tersebut berada di tempat yang berbeda baik secara budaya maupun lingkungan dengan tempat asalnya, sehingga dibutuhkan kemampuan adaptasi (Chen & Zhang 2018). Konsep teori transisi oleh Meleis et al. (2000) memiliki kaitan yang erat dengan kesejahteraan karena mencakup berbagai adaptasi proses psikologi yang harus dilakukan. Proses transisi dimaknai sebagai sebuah keadaan yang harus dialami individu untuk mencapai keseimbangan dalam memaknai kehidupan, dan pada waktu yang sama mengalami dampak dari hal tersebut, sehingga individu mengembangkan pola dan beradaptasi dengan perubahan (Meleis et al., 2000). Berbagai perasaan negatif dalam dirinya akan terus muncul yang menyebabkan mereka merasa depresi dan tidak berguna, sehingga secara perlahan akan merasa kesepian (Kong et al., 2021). Pada aspek ini, mahasiswa difabel yang

overcome feelings of depression makes them able to not feel alone, not feel distant from others, not feel abandoned, have meaningful relationships with other individuals, not feel isolated or excluded, and have friends who understand them.

The low level of loneliness is influenced by the psychological well-being achieved by student wanderers with disabilities. The results of this study show that psychological well-being makes an effective contribution of 20.4% to the loneliness of student wanderers with disabilities. This analysis with the results of effective contribution values was carried out to explore the data, in order to obtain more in-depth information regarding loneliness in student wanderers with disabilities. This means that each dimension of psychological well-being can influence the low level of loneliness in student wanderers with disabilities, which is also shown by the existence of a significant negative relationship between psychological well-being and each aspect of loneliness. It is understood that all dimensions of psychological well-being are negatively correlated with levels of loneliness, in line with studies by Halim and Dariyo (2016) and Pramitha and Astuti (2021). Even though the study participants were different, the results of this study are almost similar. Student wanderers with disabilities have a higher tendency to feel lonely when the place they choose has an atmosphere that does not accept their situation, makes them unable to mingle, and makes them feel isolated. The participants in this study had a low level of loneliness because their psychological well-being was quite high, and the university where they studied had a service that could facilitate them specifically.

Prabowo (2016) stated that positive emotions within an individual can be awakened due to encouragement from the individual's psychological well-being, in the form of carrying out various positive activities to feel happiness and satisfaction with life, reduce feelings of depression and various negative behaviors. According to Raudatussalamah and Susanti (2014), achieving psychological well-being is not easy, because individuals must feel physically and psychologically healthy. The psychological well-being of student wanderers with disabilities in the Medium Category illustrates that the study participants were classified as

merantau sudah mampu mengatasi perasaan depresi tersebut. Kemampuan mereka dalam mengatasi perasaan depresi tersebut membuat mereka mampu untuk tidak merasa sendirian, tidak merasa jauh dari pihak lain, tidak merasa ditinggalkan, memiliki hubungan yang berarti dengan individu lain, tidak merasa terasingkan atau dikucilkan, dan memiliki teman yang memahami mereka.

Rendahnya tingkat kesepian dipengaruhi oleh adanya kesejahteraan psikologis yang dicapai oleh mahasiswa difabel yang merantau. Hasil studi menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis memberi sumbangan efektif 20,4% pada kesepian mahasiswa difabel yang merantau. Analisis dengan hasil nilai sumbangan efektif ini dilakukan untuk mengeksplorasi data, guna mendapatkan informasi lebih mendalam terkait kesepian pada mahasiswa difabel yang merantau. Hal ini berarti bahwa, tiap dimensi dalam kesejahteraan psikologis dapat berpengaruh terhadap rendahnya tingkat kesepian pada mahasiswa difabel yang merantau, yang ditunjukkan juga dengan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan tiap aspek kesepian. Dapat dipahami bahwa seluruh dimensi dari kesejahteraan psikologis berkorelasi negatif dengan tingkat kesepian, sejalan dengan studi oleh Halim dan Dariyo (2016) maupun Pramitha dan Astuti (2021). Meskipun partisipan studi berbeda, namun hasil studi ini menunjukkan hal yang hampir serupa. Mahasiswa difabel yang merantau memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk merasa kesepian ketika tempat yang dipilihnya memiliki atmosfer atau suasana yang tidak bisa menerima keadaannya, membuatnya tidak bisa berbaur, dan membuatnya merasa terasingkan. Partisipan studi ini memiliki tingkat kesepian yang rendah karena kesejahteraan psikologis yang cukup baik, serta universitas tempat mereka berkuliah telah memiliki sebuah layanan yang dapat memfasilitasi mereka secara khusus.

Prabowo (2016) menyatakan bahwa emosi positif yang ada dalam diri individu dapat terbangun karena adanya dorongan dari kesejahteraan psikologis individu, dalam bentuk melakukan berbagai aktivitas positif guna merasakan kebahagiaan dan kepuasan hidup, mengurangi rasa depresi, dan berbagai perilaku negatif. Menurut Raudatussalamah dan Susanti (2014), mencapai kesejahteraan secara psikologis bukan hal yang mudah, karena individu harus merasa sehat secara fisik dan psikis. Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa difabel yang merantau yang berada pada Kategori Sedang menggambarkan bahwa partisipan

quite adequate in the dimensions of psychological well-being such as self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental master, purpose in life, and personal growth. Evidence of good psychological well-being is shown by the results that students with disabilities tend to have the courage to express opinions in public, can make decisions without the influence of other parties, have friends to share their complaints with, have good time management for each activity, and can build an environment that is fun, and has plans for the future and efforts to make it happen.

The self-acceptance of most student wanderers with disabilities is in the Medium Category. Study participants are able to recognize and accept various aspects of themselves, as well as all their strengths and limitations. This is illustrated in the item "I like my current situation.". Awaliyah and Listiyandini (2017) stated that individuals who are able to accept themselves will feel satisfied with themselves without any desire to be like other individuals. Parmenter (2021) states that individuals who are able to accept themselves can realize their characteristics in their daily lives and know their point of satisfaction in living life. As a positive evaluation of oneself, each individual needs self-acceptance (Rodríguez et al., 2020). A positive self-concept enables students to accept themselves, and this is negatively correlated with loneliness (Saputri et al., 2012). Self-acceptance as part of students' self-actualization also has a negative relationship with levels of loneliness (Perjan et al., 2017).

Student wanderers with disabilities also have positive relations with others who are classified in the Medium Category, when they have quite warm relationships with other individuals around them, build a sense of trust, and love others. The item that describes this situation is "I enjoy every conversation, both individually and in groups.". Positive relations with others will support individual psychological well-being (Brion-Meisels et al., 2018). Individuals can feel loneliness, worthlessness, and even hopelessness due to a lack of positive relations with others (Macdonald et al., 2018). The results of a study by Iyer et al. (2009) shows that grouping new student membership can be a means of preventing increased stress. The study also indicated that an important factor in preventing loneliness is feeling accepted and connected to a group

studi tergolong cukup memadai dalam dimensi kesejahteraan psikologis seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan individu lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Bukti cukup baiknya kesejahteraan psikologis yang dimiliki ditunjukkan dengan hasil bahwa mahasiswa difabel cenderung berani untuk menyampaikan pendapat di depan umum, dapat mengambil keputusan tanpa pengaruh pihak lain, memiliki teman untuk berbagi keluh kesah, memiliki pengaturan waktu yang cukup baik untuk tiap aktivitasnya, dapat membangun lingkungan yang menyenangkan, dan memiliki rencana akan masa depan serta usaha untuk mewujudkannya.

Penerimaan diri sebagian besar mahasiswa difabel yang merantau berada dalam Kategori Sedang. Partisipan studi cukup dapat mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam diri, serta segala kelebihan dan keterbatasan yang dimiliki. Hal ini tergambarkan pada butir "Saya menyukai keadaan diri saya saat ini.". Awaliyah dan Listiyandini (2017) mengemukakan bahwa individu yang mampu menerima diri akan merasa puas terhadap dirinya sendiri tanpa ada keinginan untuk menjadi seperti individu lain. Parmenter (2021) menyatakan bahwa individu yang mampu menerima dirinya dapat menyadari karakteristiknya dalam kehidupannya sehari-hari dan tahu titik kepuasannya dalam menjalani hidup. Sebagai evaluasi positif terhadap diri sendiri, tiap individu memerlukan penerimaan diri (Rodríguez et al., 2020). Konsep diri yang positif memampukan mahasiswa untuk menerima diri, dan hal tersebut berkorelasi negatif terhadap kesepian (Saputri et al., 2012). Penerimaan diri sebagai bagian dari aktualisasi diri mahasiswa juga memiliki hubungan yang negatif dengan tingkat kesepian (Perjan et al., 2017).

Mahasiswa difabel yang merantau juga memiliki hubungan positif dengan individu lain yang tergolong dalam Kategori Sedang, ketika mereka memiliki hubungan yang cukup hangat dengan individu lain di sekitarnya, membangun rasa percaya, dan mencintai pihak lain. Butir yang menggambarkan keadaan ini adalah "Saya menikmati setiap percakapan, baik secara perorangan maupun dalam kelompok.". Hubungan yang positif dengan individu lain akan mendukung kesejahteraan psikologis individu (Brion-Meisels et al., 2018). Individu dapat merasakan kesepian, ketidakberhargaan, bahkan keputusan karena kurangnya hubungan yang positif dengan individu lain (Macdonald et al., 2018). Hasil studi oleh Iyer et al. (2009) menunjukkan bahwa pengelompokan dalam keanggotaan mahasiswa baru dapat menjadi salah satu sarana dalam pencegahan

(Musetti et al., 2019).

When an individual decides to wander or migrate, the individual is able to live independently (Chen et al., 2021). Students with disabilities in this study had a level of autonomy or independence in the Medium Category. The item that strengthens this condition is "I make decisions not based on the influence of other people.", which means, they are quite able to make decisions and regulate their behavior. Students with a low level of autonomy tend to experience failure in the process of avoiding social pressure, which allows individuals to self-isolate and lead to loneliness (Heiman & Olenik-Shemesh, 2020; Perjan et al., 2017).

According to Devinta et al. (2015), when entering a new environment, student wanderers or migrants will feel that they lack a familiar group and often feel that there are stereotypes that make them uncomfortable. The level of environmental mastery possessed by student wanderers with disabilities in this study (in the Medium Category) shows that they can choose and create an environment that suits their conditions, have responsibility for the situation they are in, are not easily let down by the demands of life, can create a pleasant environment, and have a lifestyle that suits your wishes. What strengthens this situation is described in the item "I am able to build a pleasant environment.". In line with this, environmental mastery is manifested in the form of behavior when students deal with feelings of loneliness, such as being active in various activities that can build connections with other individuals around them, and building a sense of worth that can provide a distraction from feelings of loneliness (Ben-Zur, 2018).

Ryff (2013) states that individuals who are well psychologically (or have high psychological well-being) have an understanding of the purpose and direction of life, and are among those who find the meaning of their life. Student wanderers with disabilities in this study had a level of understanding of the purpose of life in the Medium Category. This situation is reinforced in the item "I make plans for the future and work on them so that they become a

peningkatan stres. Studi tersebut juga mengindikasikan bahwa faktor penting dalam mencegah kesepian adalah perasaan diterima dan keterikatan dengan kelompok (Musetti et al., 2019).

Ketika individu memutuskan untuk merantau, individu tersebut mampu untuk hidup mandiri (Chen et al., 2021). Mahasiswa difabel dalam studi ini memiliki tingkat otonomi atau kemandirian dalam Kategori Sedang. Butir yang memperkuat kondisi ini adalah "Saya mengambil keputusan tidak berdasarkan pada pengaruh orang lain.", yang berarti, mereka cukup dapat mengambil keputusan, dan mengatur tiap tingkah laku mereka. Mahasiswa dengan tingkat otonomi yang rendah cenderung mengalami kegagalan dalam proses menghindari tekanan sosial, yang memungkinkan individu melakukan isolasi diri dan berujung pada kesepian (Heiman & Olenik-Shemesh, 2020; Perjan et al., 2017).

Menurut Devinta et al. (2015), ketika masuk dalam lingkungan yang baru, mahasiswa perantau akan merasa kurang memiliki kelompok akrab dan tidak jarang juga merasakan adanya stereotip yang membuat kurang nyaman. Tingkat penguasaan lingkungan yang dimiliki mahasiswa difabel yang merantau pada studi ini (dalam Kategori Sedang) menunjukkan bahwa mereka dapat memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisinya, memiliki tanggungjawab akan situasi mereka berada, tidak mudah lesu akan tuntutan kehidupan, dapat menciptakan lingkungan yang menyenangkan, dan memiliki gaya hidup yang sesuai dengan keinginannya. Hal yang memperkuat keadaan ini tergambar pada butir "Saya mampu membangun lingkungan yang menyenangkan.". Sejalan dengan ini, penguasaan lingkungan yang diwujudkan dalam bentuk perilaku ketika mahasiswa menangani perasaan kesepian seperti aktif dalam berbagai kegiatan yang dapat membangun koneksi dengan individu lain di sekitar, dan membangun rasa keberhargaan dapat memberikan distraksi dari rasa kesepian (Ben-Zur, 2018).

Ryff (2013) menyatakan bahwa individu yang sejahtera secara psikologis memiliki pemahaman tentang tujuan dan arah hidup, serta termasuk yang menemukan makna hidupnya. Mahasiswa difabel yang merantau dalam studi ini memiliki tingkat pemahaman akan tujuan hidup dalam Kategori Sedang. Keadaan ini diperkuat pada butir "Saya membuat rencana untuk masa depan dan mengerjakannya agar hal tersebut menjadi kenyataan.". Hal ini berarti bahwa mereka

reality.”. This means that they are capable enough to find and determine targets, directions and goals in their lives, which is demonstrated by their adequate understanding of the direction and purpose of life, by not only focusing on today but also thinking about tomorrow, and even though they feel tired in living life, they do not give up. Every student, including students with disabilities, when they wander or migrate, needs to explore every talent that exists within them and develop it, and be open to every new experience so that they can determine their life goals (du Toit, 2018).

Halim and Dariyo (2016) stated that individuals who have personal growth are aware of the developments and changes that occur within themselves. Student wanderers with disabilities in this study had personal growth abilities in the Medium Category. This condition is described in the statement item “I feel satisfied with what I have gone through.”. This means that student wanderers with disabilities are quite capable of being open to life experiences and realizing the potential for self-development to become better over time. Savitri and Listiyandini (2017) stated that the application of mindfulness or increasing full awareness has a significant influence on the dimensions of personal growth.

Improving psychological well-being can reduce the loneliness felt by student wanderers with disabilities. The low level of loneliness felt by student wanderers with disabilities in this study is reflected in their good trust and courage towards other parties in socializing. When an individual has a prosperous (or high well-being) soul, the individual is not only free from feelings of psychological pressure but also has a positive perspective towards their self, is independent, and is not easily carried away by the current of the environment. It can be concluded that when an individual reaches a good level of psychological well-being, the individual can apply various positive things in their life, one of which is by establishing positive relations with others and being beneficial to those around them (Sari, 2017).

Psychological well-being is related to aspects of social life that individuals desire. This means that when student wanderers with disabilities have good psychological well-being, they can be grateful for what they have and what they currently have, so they can

cukup mampu untuk menemukan dan menentukan target, arah, dan tujuan dalam hidupnya, yang ditunjukkan dengan memadainya pemahaman mereka akan arah dan tujuan hidup, dengan tidak hanya berfokus pada hari ini tetapi juga memikirkan hari esok, dan meskipun pernah merasa lelah dalam menjalani hidup, tetap tidak menyerah. Tiap mahasiswa, termasuk mahasiswa difabel ketika merantau tentunya perlu menggali setiap talenta yang ada dalam diri dan mengembangkannya, serta bersikap terbuka dengan setiap pengalaman yang baru sehingga dapat menentukan tujuan hidupnya (du Toit, 2018).

Halim dan Dariyo (2016) menyatakan bahwa individu yang memiliki pertumbuhan pribadi sadar akan perkembangan dan perubahan yang terjadi dalam diri sendiri. Mahasiswa difabel yang merantau dalam studi ini memiliki kemampuan pertumbuhan pribadi dalam Kategori Sedang. Kondisi tersebut tergambar dalam pernyataan butir “Saya merasa puas dengan apa yang telah saya lalui.”. Hal ini berarti bahwa, mahasiswa difabel yang merantau cukup mampu untuk terbuka terhadap pengalaman hidup dan menyadari potensi pengembangan diri untuk menjadi lebih baik seiring waktu berjalan. Savitri dan Listiyandini (2017) menyatakan bahwa penerapan *mindfulness* atau peningkatan kesadaran penuh memiliki pengaruh yang signifikan terhadap dimensi pertumbuhan pribadi.

Meningkatkan kesejahteraan psikologis dapat mengurangi kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa difabel yang merantau. Rendahnya kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa difabel yang merantau dalam studi ini tergambar dari cukup baiknya kepercayaan dan keberanian mereka terhadap pihak lain dalam bersosialisasi. Ketika individu memiliki jiwa yang sejahtera, individu tidak hanya bebas dari perasaan tertekan secara psikis tetapi juga memiliki sudut pandang positif terhadap dirinya, bersikap mandiri, dan tidak mudah terbawa arus lingkungan. Dapat disimpulkan bahwa ketika individu mencapai tingkat kesejahteraan psikologis yang baik, individu dapat menerapkan berbagai hal positif dalam hidupnya, salah satunya dengan menjalin relasi positif dengan individu lain di sekitarnya dan menjadi bermanfaat bagi sekelilingnya (Sari, 2017).

Kesejahteraan psikologis berhubungan terhadap aspek kehidupan sosial yang didambakan oleh individu. Hal ini berarti ketika mahasiswa difabel yang merantau memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, mereka dapat bersyukur dengan apa yang ada dan yang

remain grateful. Desired social life is related to an individual's tendency to give a more positive impression or show socially acceptable behavior in responding to statements in self-report (Danioni & Barni, 2021).

The developmental period that is most vulnerable to experiencing stress is the early adulthood phase, when individuals are in a productive period, with a high desire to explore new things, and the many demands from the social environment cause individuals to feel physically and mentally tired (Putri, 2019). Bad impacts can occur on behavior, physical health and mental health when individuals are unable to manage stress appropriately. Nezelek et al. (2019) stated that when individuals feel less stress, the level of individual well-being is higher than when individuals feel more stress. This indicates that by achieving high levels of psychological well-being, students with disabilities will be able to reduce the level of loneliness they feel in the places of wandering or migration.

Conclusion

Psychological well-being has a significant negative relationship with loneliness in student wanderers with disabilities. The psychological well-being score is in the Medium Category, and the loneliness score is in the Low Category. Psychological well-being makes an effective contribution to lower loneliness among student wanderers with disabilities by 20.4%. This shows that the higher the psychological well-being of disabled students, the lower their level of loneliness, and vice versa.

Limitations

In this study, the authors realize that there are a number of limitations. Firstly, the study participants are student wanderers with disabilities who have migrated and studied at universities that already have disability services that can facilitate and support the development of students with disabilities, so the results of this study cannot yet be generalized to the population of student wanderers with disabilities as a whole. Secondly, this study is of a cross-sectional type, which generally cannot explain the dynamic process of psychological well-being and its contribution to loneliness, so it would be better if a longitudinal study was carried out

dimiliki saat ini, sehingga dapat tetap bersyukur. Kehidupan sosial yang didambakan berkaitan dengan suatu kecenderungan individu untuk dapat memberikan kesan yang lebih positif atau menunjukkan perilaku yang dapat diterima secara sosial dalam merespons pernyataan dalam *self-report* (Danioni & Barni, 2021).

Periode perkembangan yang paling rentan untuk mengalami stres adalah fase dewasa muda, ketika individu berada pada masa produktif, dengan keinginan untuk mengeksplorasi hal baru yang tinggi, dan banyaknya tuntutan dari lingkungan sosial menyebabkan individu merasa lelah secara fisik dan mental (Putri, 2019). Dampak yang buruk dapat terjadi pada perilaku, kesehatan fisik, maupun kesehatan mental ketika individu tidak mampu mengelola stres dengan tepat. Nezelek et al. (2019) menyatakan bahwa ketika individu merasakan lebih sedikit stres maka tingkat kesejahteraan individu lebih tinggi dibandingkan ketika individu merasakan lebih banyak stres. Hal ini mengindikasikan bahwa pencapaian kesejahteraan psikologis yang cukup tinggi, maka mahasiswa difabel akan dapat menurunkan tingkat kesepian yang dirasakan di tempat perantauan.

Simpulan

Kesejahteraan psikologis berhubungan negatif signifikan dengan kesepian pada mahasiswa difabel yang merantau. Skor kesejahteraan psikologis berada pada Kategori Sedang, dan skor kesepian berada pada Kategori Rendah. Kesejahteraan psikologis memberikan sumbangan efektif terhadap rendahnya kesepian pada mahasiswa difabel yang merantau sebesar 20,4%. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh mahasiswa difabel, maka akan semakin rendah tingkat kesepian mereka, dan demikian pula sebaliknya.

Keterbatasan

Dalam studi ini, penulis menyadari bahwa terdapat sejumlah keterbatasan. Pertama, partisipan studi adalah mahasiswa difabel yang merantau dan berkuliah di universitas yang sudah memiliki layanan disabilitas yang dapat memfasilitasi dan mendukung pengembangan mahasiswa difabel, sehingga hasil studi ini belum dapat digeneralisasikan pada populasi mahasiswa difabel yang merantau secara menyeluruh. Kedua, studi ini bertipe *cross-sectional*, yang umumnya kurang bisa menjelaskan proses yang dinamis dari kesejahteraan psikologis dan kontribusinya terhadap kesepian, sehingga akan lebih baik jika dilakukan studi longitudinal dari

from year to year.

Suggestions

Based on the results of the study, the authors provide suggestions for: (1) student wanderers with disabilities; (2) universities in general; (3) Universitas Brawijaya specifically; and (4) subsequent researchers. For student wanderers with disabilities, it is hoped that they can continue to improve their psychological well-being so that they can avoid feelings of loneliness, such as establishing positive relationships with other individuals in their place of wandering or migration. For universities, it is hoped that they will pay more attention to each student with disabilities so that they can be facilitated during their studies as explained in the Constitution of the Republic of Indonesia Number 8 Year 2016 Concerning Persons with Disabilities (Presiden Republik Indonesia [President of the Republic of Indonesia], 2016) and Regulation of the Minister of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia Number 46 Year 2017 Concerning Special Education and Special Service Education in Higher Education (Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia [The Ministry of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia], 2017). For Universitas Brawijaya in particular, it is recommended to further develop services for people with disabilities to become a friendly, inclusive university. For future researchers, it is hoped that they will take the study participants into greater consideration so that the results can be generalized to student wanderers with disabilities who study at universities that do not yet have disability services.

tahun ke tahun.

Saran

Berdasarkan hasil studi, penulis menyediakan saran bagi: (1) mahasiswa difabel merantau; (2) perguruan tinggi secara umum; (3) Universitas Brawijaya secara khusus; dan (4) peneliti berikutnya. Bagi mahasiswa difabel yang merantau, diharapkan agar dapat terus meningkatkan kesejahteraan psikologis sehingga bisa terhindar dari rasa kesepian, seperti menjalin hubungan positif dengan individu lain di perantauan. Bagi perguruan tinggi, diharapkan untuk lebih memperhatikan tiap mahasiswa penyandang disabilitas agar mereka dapat terfasilitasi selama berkuliah seperti yang telah dijelaskan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas (Presiden Republik Indonesia [The President of the Republic of Indonesia], 2016) dan Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Nomor 46 Tahun 2017 tentang Pendidikan Khusus dan Pendidikan Layanan Khusus di Perguruan Tinggi (Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia [The Ministry of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia], 2017). Bagi Universitas Brawijaya secara khusus, dianjurkan untuk semakin mengembangkan pelayanan bagi penyandang disabilitas menjadi sebuah universitas inklusi yang ramah. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan lebih mempertimbangkan partisipasi studi sehingga hasil dapat digeneralisasikan kepada mahasiswa difabel yang merantau dan berkuliah di universitas yang belum memiliki layanan disabilitas.

References

- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir [Psychological well-being and stress level in final year university students]. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 7(2), 127-134.
<https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>
- Awaliyah, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Pengaruh rasa kesadaran terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa [The effects of mindfulness on psychological well-being in university students]. *Jurnal Psikogenesis*, 5(2), 89-101.
<https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.498>
- Balai Pengembangan Multimedia Pendidikan dan Kebudayaan - Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia [Center for Educational and Cultural Multimedia Development - The Ministry of Education and Culture of the Republic of Indonesia]. (n.d.). Faktor penyebab timbulnya masalah sosial [Factors causing social problems]. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
<https://m-edukasi.kemdikbud.go.id/medukasi/produk-files/kontenkm/km2016/KM201626/materi2.html>

- Ben-Zur, H. (2018). The association of mastery with loneliness: An integrative review. *Journal of Individual Differences, 39*(4), 238-248.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000269>
- Brion-Meisels, G., Fei, J., & Vasudevan, D. (2018). Building positive relationships with adolescents in educational contexts: Principles and practices for educators in school and community-based settings. In M. A. Warren, & S. I. Donaldson (Eds.), *Toward a positive psychology of relationships: New directions in theory and research* (pp. 145-177). Praeger/ABC-CLIO.
<https://awsptest.apa.org/record/2017-26099-008>
- Chan, B. L. F., & Yeung, P. P. S. (2020). Support for students with special educational needs in universities in Hong Kong: An overview of the issues. In M. Yuen, W. Beamish, & V. S. H. Solberg, *Careers for students with special educational needs: Perspectives on development and transitions from the Asia-Pacific region* (pp. 233-248). Springer Singapore.
https://doi.org/10.1007/978-981-15-4443-9_16
- Chen, A. S. -Y., Lin, G. -H., & Yang, H. -W. (2021). Staying connected: Effects of social connectedness, cultural intelligence, and socioeconomic status on overseas students' life satisfaction. *International Journal of Intercultural Relations, 83*, 151-162.
<https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2021.06.002>
- Chen, Y., & Zhang, Z. (2018). Relationship between internationalization of higher education and the further study trend of overseas students. *Educational Sciences: Theory & Practice [Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri]*, 18(6), 3346-3353.
<https://doi.org/10.12738/estp.2018.6.239>
<https://jestp.com/article-detail/?id=105>
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2019). *Positive psychology: The science of happiness and flourishing* (3rd ed.). Sage Publications.
<https://us.sagepub.com/en-us/nam/positive-psychology/book274081>
- Coughlan, S. (2018, April 10). *Loneliness more likely to affect young people*. British Broadcasting Corporation (BBC) News.
<https://www.bbc.com/news/education-43711606>
- Danioni, F., & Barni, D. (2021). Value priorities, impression management and self-deceptive enhancement: Once again, much substance and a little bit of style. *The Journal of Social Psychology, 161*(2), 146-159.
<https://doi.org/10.1080/00224545.2020.1778619>
- Devinta, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. (2015). Fenomena culture shock (gegar budaya) pada mahasiswa perantauan di Yogyakarta [Culture shock phenomenon in university student wanderers in Yogyakarta]. *E-Societas: Jurnal Pendidikan Sosiologi, 5*(3), 1-15.
<https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/societas/article/view/3946>
- du Toit, N. (2018). Designing a model for facilitating the inclusion of higher education international students with disabilities in South Africa. *Social Inclusion, 6*(4), 168-181.
<https://doi.org/10.17645/si.v6i4.1666>
- Dzulfikar, L. T. (2019, December 5). *Jalan panjang menuju pendidikan inklusif bagi penyandang disabilitas di universitas* [The long road for disability-inclusive education in Indonesia's universities]. The Conversation.
<https://theconversation.com/jalan-panjang-menuju-pendidikan-inklusif-bagi-penyandang-disabilitas-di-universitas-128316>
- Fitri, R. A., & Anggita, S. J. (2015). Loneliness and cognitive distortion in adolescent Facebookers. *ANIMA Indonesian Psychological Journal, 30*(3), 155-162.
<https://doi.org/10.24123/aipj.v30i3.545>
- Grafiyana, G. A. (2018). Dinamika resiliensi pada mahasiswa difabel Universitas Gadjah Mada [The dynamics of resilience in university students with disabilities in Universitas Gadjah Mada]. *Psycho Idea, 16*(2), 119-129.
<https://doi.org/10.30595/psychoidea.v16i2.3364>

- Gunandar, M. S., & Utami, M. S. (2017). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau [The relationship between parental social support and self-adjustment of university freshmen wanderers]. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 3(2), 98-109.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.43441>
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan psychological well-being dengan loneliness pada mahasiswa yang merantau [The relationship of psychological well-being and loneliness in university student wanderers]. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170-181.
<https://doi.org/10.24854/jps.v4i2.344>
- Heiman, T., & Olenik-Shemesh, D. (2020). Social-emotional profile of children with and without learning disabilities: The relationships with perceived loneliness, self-efficacy and well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20): 7358.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17207358>
- Iyer, A., Jetten, J., Tsvirikos, D., Postmes, T., & Haslam, S. A. (2009). The more (and the more compatible) the merrier: Multiple group memberships and identity compatibility as predictors of adjustment after life transitions. *British Journal of Social Psychology*, 48(4), 707-733.
<https://doi.org/10.1348/014466608X397628>
- Jannah, M., Yacob, F., & Julianto, J. (2017). Rentang kehidupan manusia (life span development) dalam Islam [Human life span development in Islam]. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 3(1), 97-114.
<https://doi.org/10.22373/equality.v3i1.1952>
<https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/equality/article/view/1952>
- Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia [The Ministry of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia]. (2017). *Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia nomor 46 tahun 2017 tentang pendidikan khusus dan pendidikan layanan khusus di perguruan tinggi* [Constitution of the Ministry of Research, Technology, and Higher Education of the Republic of Indonesia number 46 year 2017 regarding special education and special facilitation education in universities]. Jaringan Dokumentasi dan Informasi Hukum (JDIH) Badan Pemeriksa Keuangan (BPK).
<https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/140968/permen-ristekdikti-no-46-tahun-2017>
- Kong, L., Gao, Z., Xu, N., Shao, S., Ma, H., He, Q., Zhang, D., Xu, H., & Qu, H. (2021). The relation between self-stigma and loneliness in visually impaired college students: Self-acceptance as mediator. *Disability and Health Journal*, 14(2): 101054.
<https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.101054>
- Liu, Q., Shono, M., & Kitamura, T. (2009). Psychological well-being, depression, and anxiety in Japanese university students. *Depression and Anxiety*, 26(8), E99-E105.
<https://doi.org/10.1002/da.20455>
- Macdonald, S. J., Deacon, L., Nixon, J., Akintola, A., Gillingham, A., Kent, J., Ellis, G., Mathews, D., Ismail, A., Sullivan, S., Dore, S., & Highmore, L. (2018). 'The invisible enemy': Disability, loneliness and isolation. *Disability & Society*, 33(7), 1138-1159.
<https://doi.org/10.1080/09687599.2018.1476224>
- McIlvane, J. M., & Reinhardt, J. P. (2001). Interactive effect of support from family and friends in visually impaired elders. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56(6), 374-382.
<https://doi.org/10.1093/geronb/56.6.P374>
- Meleis, A. I., Sawyer, L. M., Im, E. -O., Messias, D. K. H., & Schumacher, K. (2000). Experiencing transitions: An emerging middle-range theory. *Advances in Nursing Science (ANS)*, 23(1), 12-28.
https://journals.lww.com/advancesinnursingscience/Abstract/2000/09000/Experiencing_Transitions__An_Emerging_Middle_Range.6.aspx
- Musetti, A., Eboli, G., Cavallini, F., & Corsano, P. (2019). Social relationships, self-esteem, and loneliness in adolescents with learning disabilities. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation*, 16(4), 165-172.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8650192/>

- Newham, E. (2020). Students with disability: Beyond reasonable adjustments. *Access: Critical Explorations of Equity in Higher Education [International Studies in Widening Participation]*, 7(1), 48-59.
<https://novaajs.newcastle.edu.au/ceehe/index.php/iswp/article/view/146>
- Nezlek, J. B., Krejtz, I., Rusanowska, M., & Holas, P. (2019). Within-person relationships among daily gratitude, well-being, stress, and positive experiences. *Journal of Happiness Studies*, 20, 883-898.
<https://doi.org/10.1007/s10902-018-9979-x>
- Özdemir, U., & Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2:29.
<https://doi.org/10.1186/1753-2000-2-29>
- Parmenter, T. R. (2021). An analysis of the dimensions of quality of life for people with physical disabilities. In R. I. Brown (Ed.), *Quality of life for handicapped people* (1st ed.) (pp. 7-36). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781003127338>
- Perjan, C., Sanduleac, S., & Plămădeală, V. (2017). Relationship between self-actualization and loneliness in young adults. *LUMEN Proceedings of 8th LUMEN International Scientific Conference Rethinking Social Action. Core Values in Practice | RSACVP 2017, 1*, 597-610.
<https://proceedings.lumenpublishing.com/ojs/index.php/lumenproceedings/article/view/460>
- Permadi, D., & Nurwianti, F. (2019). Mindfulness and coping skills as predictors of competitive anxiety amongst athletes in Indonesia. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 33(4), 231-240.
<https://doi.org/10.24123/aipj.v33i4.1796>
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah [Psychological well-being of adolescents in school]. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2), 246-260.
<https://doi.org/10.22219/jipt.v4i2.3527>
- Pramitha, R., & Astuti, Y. D. (2021). Hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau di Yogyakarta [The relationship of psychological well-being with loneliness in university student wanderers in Yogyakarta]. *Jurnal Sosial dan Teknologi (SOSTECH)*, 1(10), 1179-1186.
<https://doi.org/10.36418/jurnalsostech.v1i10.211>
- Presiden Republik Indonesia [The President of the Republic of Indonesia]. (2016). *Undang-undang Republik Indonesia nomor 8 tahun 2016 tentang penyandang disabilitas* [Constitution of the Republic of Indonesia number 8 year 2016 regarding individuals with disabilities]. Jaringan Dokumentasi dan Informasi Hukum (JDIH) Badan Pemeriksa Keuangan (BPK).
<https://peraturan.bpk.go.id/Details/37251/uu-no-8-tahun-2016>
- Pusat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya (PLD UB). (n.d.). *Statistik mahasiswa* [Student statistics]. Pusat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya (PLD UB).
<https://pld.ub.ac.id/statistik/>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya [The importance of young adults completing their developmental tasks]. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.
<https://doi.org/10.23916/08430011>
- Raudatussalamah., & Susanti, R. (2014). Pemaafan (forgiveness) dan psychological wellbeing pada narapidana wanita [Forgiveness and psychological well-being in female convicts]. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender*, 13(2), 219-233.
<https://doi.org/10.24014/marwah.v13i2.890>
- Revelia, M. (2018). Uji validitas konstruk pada instrumen Ryff's Psychological Well-Being Scale dengan metode confirmatory factor analysis (CFA) [Construct validity testing of Ryff's Psychological Well-Being Scale with confirmatory factor analysis (CFA)]. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(1), 8-14.
<https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i1.12103>
- Rodríguez, D., Luterbach, K. J., Woolf, S. B., & Rivera, S. P. (2020). Self-acceptance of adolescent Latino students with disabilities. *Educational Considerations*, 45(3), 1-14.
<https://doi.org/10.4148/0146-9282.2207>
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40.

- https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28.
<https://doi.org/10.1159/000353263>
- Saputri, N. S., Rahman, A. A., & Kurniadewi, E. (2012). Hubungan antara kesepian dengan konsep diri mahasiswa perantau asal Bangka yang tinggal di Bandung [The relationship of loneliness with self-concept of university student wanderers from Bangka living in Bandung]. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 645-654.
<https://doi.org/10.15575/psy.v5i2.2158>
- Sari, N. K. (2016). Hubungan psychological well being dengan konflik peran ganda pada karyawan yang bekerja di Bank Kaltim kota Samarinda [The relationship of psychological well-being with dual role conflict in female employees of Bank Kaltim in Samarinda]. *Motivasi*, 4(1), 177-192.
<https://ejurnal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/view/2477>
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan kesejahteraan psikologis pada remaja [Mindfulness and psychological well-being in adolescents]. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 43-59.
<https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>
- Subathevan, S., Suganthan, S., Suranjith, G. H. C., Dilshara, H. M. K. S. J., & Weliange, S. D. S. (2022). Social and emotional loneliness among older adults in a coastal suburb in Sri Lanka. *Aging and Health Research*, 2(2): 100075.
<https://doi.org/10.1016/j.ahr.2022.100075>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Edisi ke-2)* [Quantitative, qualitative, and R&D research methods (2nd ed.)]. Alfabeta.
<https://cvalfabeta.com/product/metode-penelitian-kuantitatif-kualitatif-dan-rd-mpkk/>
- Van Tongeren, D. R., & Myers, D. G. (2017). A social psychological perspective on humility. In E. L. Worthington, Jr., D. E. Davis, & J. N. Hook (Eds.), *Handbook of humility: Theory, research, and applications* (pp. 150-164). Routledge/Taylor & Francis Group.
<https://doi.org/10.4324/9781315660462>