

## **PERAN KUALITAS PERSAHABATAN TERHADAP TINGKAT STRES DENGAN MEDIATOR KESEPIAN**

Aisha Sekar Lazuardini Rachmanie & Idei Khurnia Swasti

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

### **ABSTRAK**

Penelitian ini dilakukan untuk menguji secara empirik peran kualitas persahabatan terhadap tingkat stres dengan mediator kesepian. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah kualitas persahabatan berperan negatif terhadap tingkat stres dengan mediator kesepian. Alat ukur yang digunakan adalah skala PSS-10 (*Perceived Stress Scale-10*), skala FQQ (*Friendship Quality Questionnaire*), dan skala UCLA *Loneliness Scale version 3* yang ketiganya sudah ditranslasi oleh penelitian sebelumnya. Responden penelitian ini berjumlah 216 orang mahasiswa aktif perguruan tinggi kedinasan di Indonesia berusia 18-21 tahun. Analisis mediasi model sederhana dilakukan dengan menggunakan regresi *ordinary least squares* untuk menganalisis jalur. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat peran negatif kualitas persahabatan yang signifikan terhadap tingkat stres melalui mediator kesepian ( $\beta = -0.2862$ ,  $p < 0.01$ ). Adanya perbedaan 1-unit pada kualitas persahabatan akan diestimasi menghasilkan perbedaan sebesar -0.2862 pada tingkat stres. Hasil ini merupakan akibat adanya kecenderungan mahasiswa dengan kualitas persahabatan yang tinggi akan menurunkan kesepian ( $\beta = -0.4740$ ,  $p < 0.01$ ) yang kemudian akan menurunkan tingkat stres ( $\beta = 0.6037$ ,  $p < 0.01$ ). Rasio efek tidak langsung terhadap efek langsung memiliki nilai sebesar 2.6823 ( $R_M > 1$ ). Hal tersebut menandakan bahwa efek total kualitas persahabatan terhadap tingkat stres lebih ditentukan oleh efek tidak langsung dengan mediator kesepian. Hasil ini didukung dengan tidak signifikannya efek langsung dari kualitas persahabatan terhadap tingkat stres secara independen tanpa melalui kesepian ( $\beta = 0.1067$ ,  $p = 0.0993$ ).

Kata kunci: kualitas persahabatan, tingkat stres, kesepian.

## ***THE ROLE OF FRIENDSHIP QUALITY ON LEVEL OF STRESS THROUGH THE MEDIATION OF LONELINESS***

Aisha Sekar Lazuardini Rachmanie & Idei Khurnia Swasti

*Faculty of Psychology Universitas Gadjah Mada*

### ***ABSTRACT***

*The aim of this study was to empirically examine the role of friendship quality on stress levels through loneliness as mediator. The hypothesis proposed in this study is that friendship quality has a negative role on stress levels through loneliness as mediator. The instrument of this study was adapted from translation scale of PSS-10 (Perceived Stress Scale-10), FQQ (Friendship Quality Questionnaire), and UCLA Loneliness Scale version 3 that was used before. Participants consisted of 216 college students from vocational school in Indonesia with an age range of 18-21 years. The simple mediation analysis is conducted with ordinary least square regression path analysis. From this study, we found the evidence that friendship quality has a significant negative role on stress levels through the mediation of loneliness ( $\beta = -0.2862$ ,  $p < 0.01$ ). The result suggested that 1-unit difference on friendship quality is associated by -0.2862-unit difference on stress levels. Result shows the tendency for college student that has high score in friendship quality will decrease loneliness ( $\beta = -0.4740$ ,  $p < 0.01$ ) which in turns decrease their stress levels ( $\beta = 0.6037$ ,  $p < 0.01$ ). The ratio of the indirect effect to the direct effect was 2.6823 ( $R_M > 1$ ). It implies that more of the total effect of friendship quality on stress levels is carried indirectly through loneliness. This result is supported by the insignificant direct effect of the quality of friendship on stress levels independently without going through loneliness ( $\beta = 0.1067$ ,  $p = 0.0993$ ).*

*Keyword: friendship quality, stress levels, loneliness*