



KETERAMPILAN SOSIAL, KESEPIAN, DAN DEPRESI PADA MAHASISWA DI YOGYAKARTA

Alya Fauziyyah & Sutarimah Ampuni

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran keterampilan sosial terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa yang dimediasi oleh kesepian. Hipotesis penelitian ini adalah “keterampilan sosial berkontribusi secara negatif terhadap kecenderungan depresi, di mana kesepian menjadi mediator di antara keduanya”. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Beck Depression Inventory-II (BDI-II), UCLA Loneliness Scale Version 3, dan Skala Keterampilan Sosial Partisipan penelitian merupakan 645 mahasiswa di Yogyakarta. Analisis regresi dengan model mediasi sederhana menunjukkan bahwa keterampilan sosial berperan sebesar 21% pada depresi mahasiswa ($b = -0,34$; $R^2 = 0,21$; $p < 0,05$). Kesepian terbukti memediasi keterkaitan antara keterampilan sosial dan kecenderungan depresi ($b = -0,29$; $p < 0,01$). Ini menunjukkan bahwa keterampilan sosial yang rendah berperan pada peningkatan kesepian sehingga akan meningkatkan kecenderungan depresi pada mahasiswa. Sebaliknya, keterampilan sosial yang tinggi dapat berperan pada penurunan kesepian, sehingga diprediksi menurunkan kecenderungan depresinya. Analisis tambahan menemukan adanya perbedaan keterampilan sosial, kesepian, dan kecenderungan depresi pada mahasiswa yang berada pada tahun kuliah yang berbeda. Mahasiswa yang berada di jenjang pendidikan yang berbeda juga menunjukkan adanya perbedaan kecenderungan depresi. Di samping itu, terlihat adanya 50,9% dari 645 mahasiswa di Yogyakarta yang menunjukkan gejala depresi dengan berbagai tingkat keparahan, bahkan lebih dari 10% menunjukkan gejala depresi berat.

Kata kunci: depresi, keterampilan sosial, kesepian, mahasiswa, mahasiswa, kesehatan mental, Yogyakarta

***SOCIAL SKILLS, LONELINESS, AND DEPRESSION
AMONG COLLEGE STUDENTS IN YOGYAKARTA***

Alya Fauziyyah & Sutarimah Ampuni

Faculty of Psychology Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

This research aimed to examine the role of social skills in depression among college students through the mediation of loneliness. It was hypothesized that social skills negatively contribute to the tendency of depression among college students, and this contribution is mediated by loneliness. The Beck Depression Inventory-II (BDI-II), the UCLA Loneliness Scale Version 3, and the Social Skills Scale were used to measure students' depression tendency, loneliness, and social skills, respectively. Participants were 645 college students in Yogyakarta (male=180; female=465). Regression analysis with simple mediation model showed that, as expected, social skills negatively contribute significantly to college students' depression ($b = -0,34$; $R^2 = 0,21$; $p < 0,05$). Loneliness was proven to mediate the interconnection between social skills and depression ($b = -0,29$; $p < 0,01$). It was concluded that lower social skills were associated with higher loneliness and in turn contributed to increasing tendency towards depression among college students, and vice versa. Additional analysis found different levels of social skills, loneliness, and depression among college students in different year, with students in the fifth years and after being lower on social skills and higher on loneliness and depression. Furthermore, result showed that 50,9% out of 645 college students in Yogyakarta were indicating depression symptoms which levels varied from mild to severe.

Keywords: *depression, social skills, loneliness, college students, mental health, Yogyakarta*