

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehilangan orang tua adalah peristiwa yang mendalam dan penuh dampak, terutama bagi mahasiswa yang sedang dalam fase perkembangan identitas dan penyesuaian diri di lingkungan kampus. Pada tahap ini, mahasiswa tidak hanya menghadapi tekanan akademis, tetapi juga harus beradaptasi dengan kehidupan mandiri. Kehilangan orang tua dapat memperburuk stres emosional, meningkatkan perasaan isolasi, dan berpotensi menurunkan performa akademis mahasiswa (Fitria, 2013). Selain itu, kehilangan orang tua berisiko meningkatkan jumlah mahasiswa yang mengalami gangguan psikologis, yang memengaruhi kesejahteraan akademis dan sosial mahasiswa (Badan Pusat Statistik, 2021).

Penurunan performa akademis adalah dampak signifikan dari kehilangan orang tua. Berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud, 2022), sekitar 35% mahasiswa yang kehilangan orang tua mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akademis, sementara 28% lainnya melaporkan penurunan motivasi belajar yang drastis. Mahasiswa yang berduka juga sering mengalami isolasi sosial yang memperburuk kondisi emosional mahasiswa, menyebabkan mahasiswa merasa terasing dari teman sebaya dan kesulitan untuk berinteraksi sosial. Hal ini meningkatkan perasaan kesepian, kecemasan, dan memperburuk kesejahteraan mahasiswa secara keseluruhan, yang juga mempengaruhi kinerja akademis mahasiswa.

Meningkatnya angka kematian berujung pada kasus-kasus tragis yang menyoroti betapa pentingnya dukungan sosial. Sebagai contoh, seorang remaja di Sleman meninggal akibat bunuh diri setelah kehilangan orang tua, dengan mengungkapkan pesan perpisahan yang menekankan pentingnya dukungan sosial dalam mengurangi dampak psikologis ekstrem (Al ansori, 2023). Kasus ini menggambarkan betapa krusialnya dukungan sosial dalam proses berduka, yang dapat membantu mencegah gangguan psikologis lebih lanjut, seperti depresi dan kecemasan.

Kehilangan orang tua menciptakan fenomena baru di kalangan mahasiswa, yakni peningkatan jumlah anak yatim piatu yang semakin memperburuk dampak emosional yang mahasiswa alami. Ketiadaan orang tua ini meningkatkan risiko isolasi sosial dan depresi di kalangan anak muda (UNICEF, 2021). Penelitian dari Al-Gamal dkk. (2019) menunjukkan bahwa dukungan sosial, terutama dari teman sebaya, berperan penting dalam mencegah gangguan Kedukaan yang sering muncul pada individu muda yang mengalami kehilangan mendalam.

Mahasiswa yang kehilangan orang tua tidak hanya berhadapan dengan perasaan kehilangan yang mendalam, tetapi juga dengan kesulitan dalam menjalani aktivitas akademis mahasiswa. Kehilangan ini dapat memengaruhi kinerja akademis dan kesejahteraan sosial mahasiswa, yang pada akhirnya memperburuk dampak emosional yang dialami (Kemendikbud, 2022). Selain dampak psikologis yang mendalam, mahasiswa yang berduka sering kali merasa terisolasi, baik secara emosional maupun sosial, yang semakin memperburuk keadaan mahasiswa dalam menjalani kehidupan kampus. Kehilangan tersebut sering kali menciptakan perasaan trauma dan duka yang mendalam, memengaruhi kemampuan mahasiswa untuk menjalani kehidupan sehari-hari, menyebabkan mahasiswa merasa terasing, kurang percaya diri, dan kesulitan untuk fokus pada studi (Fitria, 2013).

Kehilangan orang tua pada masa transisi menuju kedewasaan merupakan peristiwa yang sangat mengguncang secara emosional. Untuk memahami bagaimana individu merespons kehilangan tersebut, Elisabeth Kübler-Ross (2005) memperkenalkan lima tahapan kedukaan, yaitu penolakan (*denial*), kemarahan (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*), dan penerimaan (*acceptance*). Tahapan-tahapan ini menggambarkan perjalanan psikologis dari seseorang dalam menghadapi kenyataan kehilangan. Meskipun bersifat non-linear, tahapan ini menjadi dasar penting dalam memahami reaksi emosional mahasiswa yang kehilangan orang tua. Data dari dkk. (2011) menunjukkan bahwa sekitar 10–20% individu mengalami kesulitan dalam

melewati proses ini, terutama ketika tidak mendapatkan dukungan sosial yang memadai.

Pada mahasiswa, kelima tahapan tersebut dapat terlihat dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa yang berada dalam tahap penolakan sering menunjukkan gejala seperti tidak mempercayai bahwa orang tua benar-benar telah tiada, masih bersikap seolah orang tua masih hadir, atau menghindari percakapan yang berkaitan dengan kematian. Dalam tahap kemarahan, emosi bisa ditujukan pada diri sendiri, orang lain, atau bahkan institusi seperti rumah sakit atau Tuhan. Studi oleh Al-Gamal dkk. (2019) mencatat bahwa mahasiswa yang mengalami kehilangan orang tua cenderung menunjukkan ekspresi emosi negatif seperti kemarahan dan rasa frustrasi sebagai bentuk reaksi psikologis terhadap situasi yang tidak dapat dikendalikan.

Tahap tawar-menawar dapat terlihat ketika mahasiswa mulai merasa bersalah atau berandai-andai dengan pikiran seperti "seandainya saya lebih sering pulang", atau "seandainya saya bisa menjaga beliau lebih baik". Gejala ini sering menjadi bagian dari proses reflektif mahasiswa atas hubungan yang belum sempat dituntaskan. Menurut Cacciatore dkk. (2021), tahapan ini sering kali menjadi pemicu rasa bersalah dan kesedihan yang mendalam, terutama pada individu yang merasa memiliki keterikatan kuat dengan almarhum. Tanpa penanganan yang baik, individu dapat terjebak terlalu lama dalam tahap ini, yang pada akhirnya berisiko berlanjut menjadi depresi.

Tahap depresi dalam konteks kedukaan ditandai dengan munculnya perasaan hampa, kehilangan harapan, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga gangguan tidur dan konsentrasi. Hasil survei dalam penelitian ini menunjukkan bahwa 80% mahasiswa berada dalam tingkat kedukaan tinggi, yang mengindikasikan sebagian besar responden masih berada pada fase-fase awal atau tengah proses kedukaan seperti depresi. Fenomena ini menunjukkan bahwa kedukaan bukan hanya berdampak emosional, tetapi juga dapat memengaruhi performa akademik dan fungsi sosial mahasiswa (Kemendikbud, 2022).

Jika mahasiswa memperoleh dukungan sosial yang memadai, maka mereka berpotensi mencapai tahap penerimaan, yaitu ketika individu mulai menerima kenyataan dan menyesuaikan diri dengan kehidupan baru tanpa kehadiran orang tua. Survei pra-penelitian yang dilakukan pada 30 Oktober 2024 terhadap 20 mahasiswa menunjukkan bahwa 60% responden merasa bahwa dukungan teman sebaya sangat membantu dalam menghadapi proses duka. Temuan ini diperkuat oleh Glickman (2021), yang menyatakan bahwa mahasiswa yang mendapat dukungan emosional dari teman sebaya memiliki kemampuan adaptasi yang lebih tinggi dan risiko yang lebih rendah terhadap gangguan psikologis berkepanjangan.

Dukungan sosial dari teman sebaya tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk berbagi emosi, tetapi juga berperan sebagai penyangga emosional (emotional buffer) yang membantu individu melewati tahapan kedukaan dengan lebih sehat. Konsep ini sesuai dengan teori Cohen dan Wills (1985), yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi dampak negatif dari stres berat, termasuk duka mendalam. Dengan adanya dukungan dari teman yang memahami dan hadir secara emosional, mahasiswa dapat mempercepat proses transisi ke tahap penerimaan dan kembali membangun kestabilan psikologis serta sosialnya secara lebih optimal.

Mahasiswa yang kehilangan orang tua sering kali harus mengambil alih peran yang lebih besar dalam mengelola kehidupan pribadi dan finansial mahasiswa. Kondisi ini bisa menjadi beban tambahan yang memperburuk stres akademis, mengingat mahasiswa tidak hanya dihadapkan pada tantangan akademik, tetapi juga harus beradaptasi dengan situasi baru yang lebih kompleks. Dukungan sosial menjadi sangat penting dalam situasi ini, namun tidak semua mahasiswa yang mengalami kehilangan memiliki akses ke lingkungan yang mendukung secara emosional. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang kehilangan orang tua dan tidak memiliki dukungan sosial yang memadai lebih rentan terhadap gangguan psikologis, seperti depresi dan kecemasan (Cahyasari, 2008).

Mahasiswa sering kali menghadapi berbagai tantangan yang mempengaruhi perkembangan psikologis dan sosial mahasiswa. Kehilangan orang tua atau anggota keluarga dekat dapat menyebabkan gangguan Kedukaan, sebuah kondisi psikologis yang dapat mengganggu kehidupan mahasiswa secara signifikan. Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial, terutama dari teman sebaya, sangat penting dalam membantu individu yang mengalami Kedukaan. Penelitian oleh Al-Gamal dkk. (2019) menemukan bahwa kurangnya dukungan sosial dapat memperburuk gejala Kedukaan pada mahasiswa. Selain itu, Glickman (2021) mengungkapkan bahwa mayoritas mahasiswa yang mengalami Kedukaan mencari dukungan dari teman atau keluarga, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial adalah faktor kunci dalam pemulihan mahasiswa. Hal ini diperkuat oleh penelitian Safitri dan Rusli (2023), yang menunjukkan bahwa dukungan sebaya yang lebih tinggi berhubungan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik di kalangan mahasiswa.

Kedukaan adalah kondisi di mana individu merasakan kesedihan mendalam setelah kehilangan orang terdekat, sehingga mengganggu fungsi harian dan kualitas hidup mahasiswa. Menurut Prigerson dkk. (2009), Kedukaan ditandai oleh gejala seperti perasaan hampa, ketidakmampuan untuk melanjutkan hidup, dan gangguan emosional yang signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa Kedukaan dapat mengakibatkan masalah kesehatan mental yang serius, termasuk depresi dan kecemasan, yang dapat mengganggu proses belajar dan interaksi sosial mahasiswa.

Kedukaan ditandai dengan perasaan duka yang intens dan berlarut-larut, serta berdampak pada fungsi sehari-hari, seperti menurunnya prestasi akademik, meningkatnya risiko gangguan kecemasan dan depresi, serta isolasi sosial. Sebuah penelitian oleh Shear dkk. (2011) menyatakan bahwa sekitar 10-20% individu yang menderita Kedukaan mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan kehilangan, sehingga mahasiswa merasa semakin terasingkan dan sulit menjalani kehidupan akademis maupun sosial.

Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya sangat krusial bagi mahasiswa yang mengalami Kedukaan, membantu mahasiswa untuk pulih dari kesedihan mendalam. Misalnya, Al-Gamal dkk. (2019) menemukan bahwa dukungan dari teman sebaya mampu mengurangi gejala Kedukaan, seperti rasa terisolasi, kecemasan, dan depresi, sehingga mahasiswa lebih mampu mengelola kesedihan mahasiswa. Dukungan ini memberikan rasa keterhubungan emosional dan kenyamanan bagi mahasiswa yang mengalami duka, seperti ditunjukkan dalam survei pra-penelitian di mana 60% responden merasa bahwa dukungan teman sangat membantu dalam menghadapi proses duka. Selain itu, Glickman (2021) menemukan bahwa mahasiswa sering mencari dukungan dari teman untuk mengatasi isolasi sosial yang dirasakan setelah kehilangan, menunjukkan peran besar dukungan sosial dalam membantu mahasiswa tetap terhubung dengan lingkungan.

Konteks kehidupan mahasiswa, yang tengah menjalani fase pembentukan identitas dan berada dalam tekanan akademis, kehilangan sosok penting dapat mengakibatkan rasa tidak aman, isolasi sosial, serta kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan kampus. Kehadiran dukungan sosial teman sebaya dalam situasi ini menjadi krusial bagi proses pemulihan mahasiswa yang mengalami Kedukaan. Sementara itu, teori dukungan sosial Cohen & Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga emosional yang dapat mengurangi efek negatif dari stres dan trauma, seperti yang dialami dalam proses duka. Dengan demikian, teori ini mendukung hipotesis penelitian bahwa dukungan sosial teman sebaya memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa mengelola kesedihan mahasiswa, mengurangi risiko Kedukaan, dan menjaga stabilitas psikologis di tengah tuntutan akademik yang tetap berjalan.

Dalam konteks ini, dukungan sosial terutama dari teman sebaya memiliki peran penting sebagai penopang emosional bagi mahasiswa yang berduka. Menurut Sarafino dan Smith (2017), dukungan sosial berperan besar dalam proses pemulihan individu yang mengalami stres atau peristiwa traumatis, seperti kehilangan orang tua. Dalam konteks Kedukaan, dukungan sosial dari

teman sebaya tidak hanya memberikan kenyamanan emosional, tetapi juga memiliki dampak besar terhadap kesejahteraan psikologis dan sosial mahasiswa yang sedang berduka.

Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memainkan peran penting dalam pemulihan mahasiswa yang mengalami Keduakaan. Al-Gamal dkk. (2019) menemukan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat mengurangi gejala seperti isolasi sosial, kecemasan, dan depresi pada mahasiswa yang berduka, sehingga mahasiswa lebih mampu mengelola kesedihan. Temuan ini didukung oleh Glickman (2021), yang mencatat bahwa lebih dari 60% mahasiswa yang mengalami Keduakaan mencari dukungan dari teman atau keluarga untuk mengurangi kesedihan mendalam. Hal ini menekankan bahwa dukungan sosial teman sebaya tidak hanya memberikan kenyamanan emosional, tetapi juga meningkatkan ketahanan psikologis mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademis dan sosial.

Lebih lanjut, studi oleh Safitri dan Rusli (2023) di Indonesia mengungkapkan bahwa dukungan sosial teman sebaya secara signifikan terkait dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik di kalangan mahasiswa. Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa yang menerima dukungan emosional dari teman sebaya menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih tinggi dan ketahanan emosional yang lebih kuat, dibandingkan dengan mahasiswa yang kurang didukung. Hasil ini memperkuat peran penting dukungan sosial teman sebaya dalam menjaga stabilitas emosional di kalangan mahasiswa yang mengalami duka akibat kehilangan orang tua.

Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya menunjukkan tingkat ketahanan emosional yang lebih tinggi dan kemampuan beradaptasi yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang merasa terisolasi (Neimeyer, 2001). Dukungan dari teman sebaya juga memungkinkan mahasiswa untuk membentuk jaringan sosial yang memberikan rasa aman dan stabilitas emosional, yang penting bagi mahasiswa dalam menghadapi kehilangan. Teman sebaya tidak hanya menyediakan ruang untuk berbagi kenangan dan perasaan, tetapi juga membantu mahasiswa untuk

merasakan keterikatan emosional yang mendalam, yang sangat dibutuhkan dalam proses penyembuhan dari Kedukaan.

Dengan adanya dukungan sosial teman sebaya ini, mahasiswa yang mengalami Kedukaan memiliki kesempatan untuk menjalani proses duka dengan cara yang lebih sehat dan terarah, membantu mahasiswa kembali menjalani kehidupan sosial dan akademik secara optimal. Oleh karena itu, pemahaman yang lebih mendalam tentang peran dukungan sosial teman sebaya dalam membantu mahasiswa menghadapi Kedukaan dapat mendorong institusi pendidikan untuk menciptakan lingkungan yang lebih mendukung, di mana mahasiswa merasa nyaman untuk mencari bantuan dan didukung dalam proses pemulihan emosional mahasiswa.

Survei pra-penelitian pada tanggal 30 Oktober 2024 terhadap 20 mahasiswa menunjukkan bahwa 60% responden merasa bahwa dukungan sosial teman sebaya sangat membantu dalam menghadapi proses duka. Temuan ini menekankan peran penting dukungan sosial teman sebaya, terutama dalam aspek emosional dan praktis. Seperti yang terlihat pada Gambar 1.2, hasil survei menunjukkan bahwa dukungan yang paling dirasakan manfaatnya meliputi adanya teman yang mendengarkan, berbagi pengalaman serupa, serta membantu mengurangi perasaan isolasi yang dialami. Temuan ini menggaris bawahi peran signifikan dukungan sosial teman sebaya dalam proses pemulihan emosional dan adaptasi sosial mahasiswa yang tengah mengalami kesedihan.



Gambar 1.1 Hasil Survei pra-penelitian

Data pada Gambar 1.2 menunjukkan bahwa mahasiswa yang mendapat dukungan sosial teman sebaya lebih mampu mengelola perasaan duka dan

beradaptasi dalam kehidupan sehari-hari. Dukungan ini tidak hanya berfungsi sebagai sumber empati, tetapi juga sebagai penyangga emosional yang efektif, membantu mengurangi stres dan meningkatkan keterhubungan sosial di lingkungan kampus. Dukungan sosial teman sebaya memberikan ruang untuk berbagi pengalaman, yang juga bertindak sebagai penyangga emosional yang efektif dalam mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Cohen & Wills, 1985). Selain itu, mahasiswa merasa bahwa keberadaan teman yang memahami pengalaman mahasiswa membuat mahasiswa merasa lebih diterima dan tidak terisolasi. Melalui dukungan sosial ini, mahasiswa dapat menjalani proses duka dengan lebih sehat, sehingga tidak menghambat perkembangan akademik maupun sosial mahasiswa.

Fenomena Kedukaan di kalangan mahasiswa cenderung diabaikan meskipun dampaknya sangat signifikan. Banyak institusi pendidikan belum memiliki program yang memadai untuk mendukung mahasiswa yang mengalami duka. Idealnya, mahasiswa yang berduka mendapatkan dukungan emosional yang cukup untuk tetap berfungsi secara optimal dalam aspek akademik dan sosial. Namun, kenyataannya, banyak dari mahasiswa menghadapi tantangan besar dalam mengelola duka, yang berdampak pada kesejahteraan jangka panjang mahasiswa. Oleh karena itu, Tujuan dari dilaksanakan penelitian ini karena adanya untuk memahami dampak Kedukaan pada mahasiswa dalam aspek psikologis, sosial, dan akademik, serta mengeksplorasi peran dukungan sosial, khususnya dari teman sebaya, sebagai penopang emosional bagi mahasiswa yang berduka. Penelitian ini juga akan memberikan rekomendasi untuk menciptakan lingkungan kampus yang lebih mendukung bagi mahasiswa yang mengalami kehilangan.

Dengan memahami lebih dalam tentang dampak Kedukaan dan pentingnya dukungan sosial, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program dukungan emosional yang efektif di lingkungan pendidikan tinggi. Program ini tidak hanya membantu mahasiswa mengatasi

duka mahasiswa, tetapi juga mendukung keberhasilan akademik dan kesejahteraan emosional mahasiswa di masa depan.

Keunikan dari penelitian ini terletak pada fokusnya untuk menggali bagaimana dukungan teman sebaya dapat menjadi penopang emosional dan membantu mahasiswa kembali menjalani kehidupan akademik secara optimal. Dengan temuan dari penelitian ini, diharapkan institusi pendidikan dapat merancang program yang tidak hanya berfokus pada prestasi akademik tetapi juga memperhatikan kesejahteraan emosional mahasiswa yang berduka, serta menyediakan lingkungan yang mendukung pemulihan mahasiswa secara psikologis, maka peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “ Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Kedukaan pada Mahasiswa yang mengalami kehilangan orang tua ”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka, permasalahan yang ingin diungkapkan peneliti adalah “ Apakah terdapat Pengaruh Dukungan Sosial teman sebaya terhadap tahapan Kedukaan pada Mahasiswa yang Kehilangan Orang Tua?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui Apakah terdapat Pengaruh Dukungan Sosial teman sebaya terhadap tahapan Kedukaan pada Mahasiswa yang Kehilangan Orang Tua?

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambah data empiris dan pengetahuan baru khususnya di bidang psikologi klinis dan psikologi sosial tentang dukungan sosial teman sebaya dan tahapann kedukaan, agar dapat memperluas pemahaman mengenai dinamika psikologis individu yang mengalami kehilangan orang tua pada masa dewasa awal. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan teori atau model intervensi psikososial yang lebih kontekstual, khususnya dalam upaya

pendampingan emosional melalui dukungan sebaya di lingkungan pendidikan tinggi.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Subjek/Mahasiswa Kehilangan Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi mahasiswa tentang pentingnya dukungan sosial dalam menghadapi kehilangan, serta membantu mahasiswa memahami bahwa mahasiswa tidak sendirian dalam proses berduka, agar mampu membangun mekanisme koping yang lebih sehat, meningkatkan ketahanan emosional, dan mencegah dampak psikologis yang berkepanjangan seperti depresi atau isolasi sosial. Dengan demikian, mahasiswa dapat tetap menjalani aktivitas akademik dan sosial secara lebih adaptif meskipun dalam situasi kedukaan.

b) Bagi Keluarga Subjek

Penelitian ini dapat membantu keluarga mendukung mahasiswa secara emosional dan mendorong pengaruh positif dengan teman sebaya, serta memberikan wawasan tentang dampak kehilangan dan cara membantu pemulihan, agar keluarga dapat menjadi bagian aktif dalam proses adaptasi mahasiswa terhadap kehilangan yang dialami. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai tahapan kedukaan dan pentingnya dukungan sosial, keluarga diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang suportif, penuh empati, serta memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa dalam menghadapi masa-masa sulit.

c) Bagi Teman Sebaya

Hasil Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran tentang peran penting mahasiswa dalam mendukung teman sebaya, serta memberikan panduan praktis dalam memberikan dukungan emosional, agar tercipta budaya saling peduli dan empatik di lingkungan kampus. Dengan meningkatnya kesadaran dan keterampilan mahasiswa dalam memberikan dukungan, diharapkan terbentuk komunitas yang responsif terhadap isu-isu kedukaan dan kesehatan mental, sehingga mampu memperkuat jejaring

sosial yang sehat dan kondusif bagi proses pemulihan psikologis mahasiswa yang mengalami kehilangan.

d) Bagi Universitas

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh pihak universitas untuk mengembangkan program dukungan yang lebih baik bagi mahasiswa yang mengalami kehilangan, termasuk pelatihan bagi teman sebaya untuk memberikan dukungan yang efektif, agar tercipta sistem pendampingan yang terstruktur dan berkelanjutan dalam menangani keduakaan di lingkungan perguruan tinggi. Dengan adanya intervensi yang dirancang berdasarkan bukti empiris, universitas dapat berperan aktif dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa, meminimalkan risiko gangguan psikologis akibat kehilangan, serta memperkuat fungsi layanan konseling dan pembinaan karakter di kampus.

e) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik pada topik dukungan sosial dan kesehatan mental, serta membuka jalan untuk penelitian lebih lanjut mengenai Keduakaan dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, agar pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi perkembangan, dapat semakin kaya dan relevan dengan konteks kehidupan mahasiswa saat ini. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat mendorong eksplorasi intervensi psikososial yang lebih spesifik dan berbasis budaya dalam penanganan keduakaan di kalangan remaja dan dewasa muda.