

BAB I

PENDAHULUAN

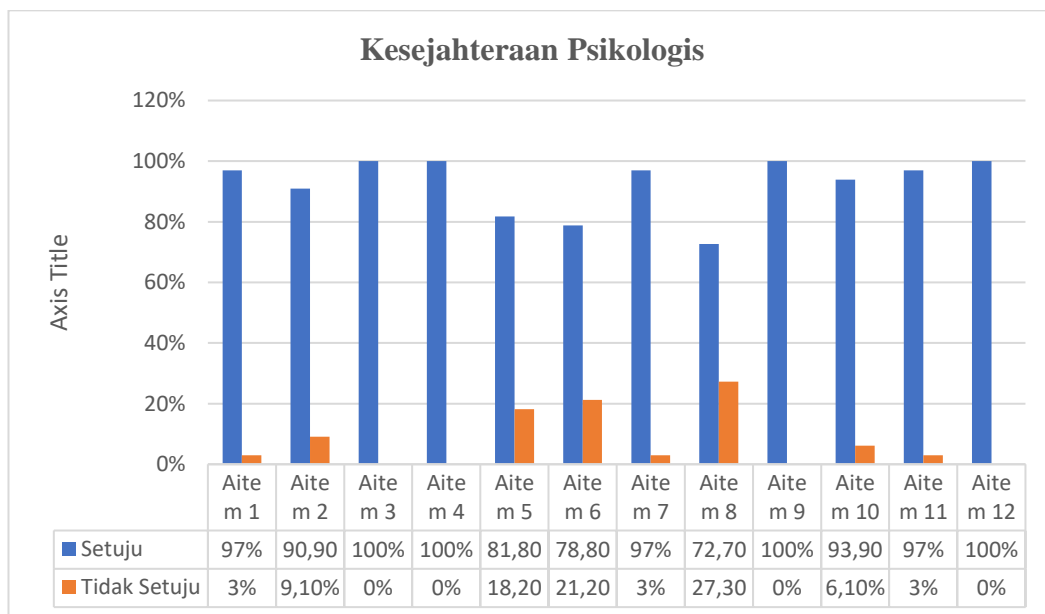
1.1 Latar Belakang

Perguruan Tinggi adalah lembaga pendidikan yang menyelenggarakan Pendidikan Tinggi (Sedyati, 2022). Terdapat beberapa Perguruan Tinggi yang berada di Indonesia, namun tidak banyak Perguruan Tinggi atau Universitas yang berkualitas, sehingga menjadikan salah satu alasan mahasiswa untuk merantau (Halim & Dariyo, 2016). Salah satu Universitas yang menjadi tujuan untuk merantau adalah Universitas Malikussaleh (Unimal) yang terletak di Provinsi Aceh. Unimal banyak diminati oleh mahasiswa perantauan, berdasarkan data mahasiswa aktif tahun 2021/2022 terdapat 7.141 mahasiswa yang berasal dari luar Provinsi Aceh yang menempuh pendidikan di Unimal (Pusat Akademik Unimal, 2022).

Mahasiswa perantauan adalah seorang mahasiswa yang menempuh pendidikannya dengan merantau dan meninggalkan kampung halamannya dengan menjalani kehidupan sendiri tanpa ada keluarga di sampingnya (Fauzia dkk., 2020). Ketika seseorang menjadi mahasiswa perantau, tentu ia akan menghadapi tantangan baru dalam hidupnya (Ramadani dkk., 2023). Hal itu dikarenakan pada daerah perantauan situasinya tidak sama dengan asal tempat tinggalnya (Fauzia dkk., 2020). Berbagai permasalahan yang akan dihadapi di perantauan mulai dari masalah pendidikan hingga masalah sosial dan masalah dengan lingkungan tempat baru, sehingga mereka yang merantau harus menjadi individu yang mampu menyelesaikan masalah secara mandiri (Ramadani dkk. 2023).

Dalam penelitian Kurniawan dan Eva (2020) menemukan bahwa rendahnya kesejahteraan psikologis dikaitkan dengan aspek otonomi, yang disebabkan oleh ketidakmampuan untuk mengelola uang dan waktu saat terpisah dari keluarga. Selanjutnya, aspek hubungan positif dengan orang lain disebabkan oleh perbedaan bahasa yang terjadi saat berkomunikasi yang menyulitkan mereka untuk berbicara. Peneliti melakukan survey awal pada tanggal 19-20 Januari 2024 dengan menyebarkan kuesioner secara *online* melalui *Google Form* pada 33 mahasiswa yang merantau di Unimal.

Gambar 1.1 *Survey Kesejahteraan Psikologis*



Dari hasil survey awal di atas dapat dilihat dari enam aspek kesejahteraan psikologis, mahasiswa yang merantau di Unimal sebagian besar mendapatkan kesejahteraan psikologis, ketika merantau mereka memiliki keyakinan untuk hidup mandiri, dapat menjadi pribadi yang lebih baik, dapat membangun hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar, bisa mengelola waktu dan keuangan, bisa

menyesuaikan diri dilingkungan baru dan bisa mengembangkan potensi diri lebih baik lagi.

Kebahagiaan seseorang adalah bagian dari keadaan sejahtera dan kepuasan yang nyaman karena kebutuhan dan keinginan seseorang terpenuhi sepenuhnya (Ramadani dkk. 2023). Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya, menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, dan mempunyai kendali terhadap lingkungan eksternalnya ((Ryff dan Keyes, 1995).

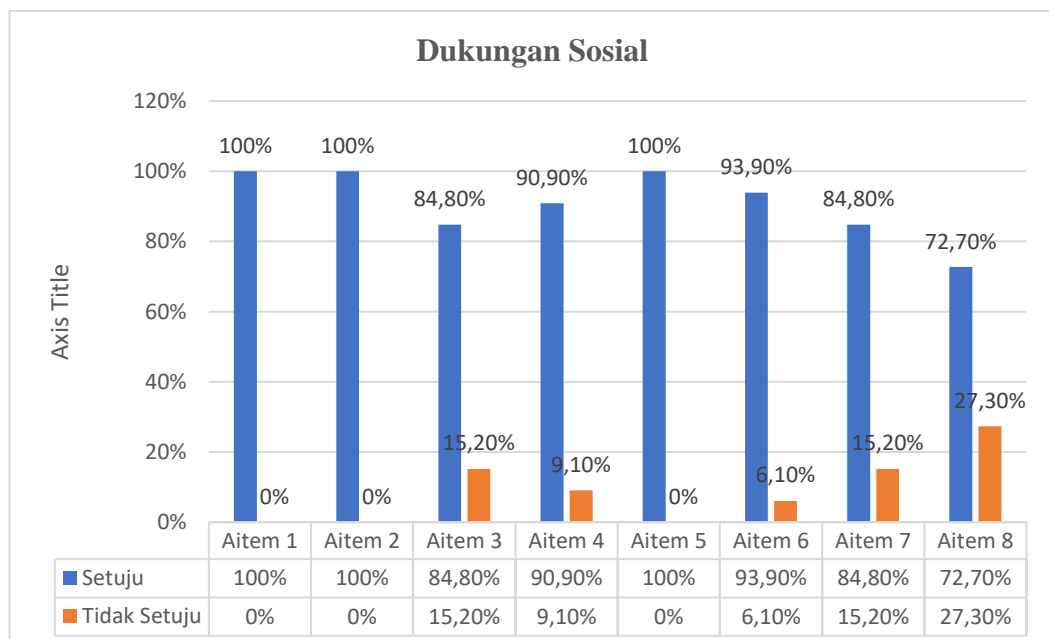
Beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu, faktor jenis kelamin, faktor status sosial ekonomi, faktor usia, faktor dukungan sosial dan faktor kepribadian (Ryff & Singer, 2008). Dari beberapa faktor di atas menurut Cohen dan Wills (dalam Kurniawan & Eva, 2020) faktor yang paling mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial yang berfungsi sebagai penengah (*buffer*) antara individu dan pemicu stres (*stressor*).

Dukungan sosial merupakan perilaku yang dilakukan oleh orang lain agar seseorang merasakan rasa nyaman, kepedulian, penghargaan, serta bantuan yang tersedia untuk seseorang dari orang atau kelompok lain (Sarafino & Smith, 2014). Dukungan ini dapat bersumber dari mana saja, bisa dari pasangan, keluarga, teman, komunitas, ataupun organisasi (Sarafino & Smith, 2014). Kurangnya dukungan dari salah satu komponen di atas bisa menyebabkan kenaikan risiko dari kesehatan mental yang buruk (Dityo & Satwika, 2023). Dukungan sosial dapat membantu mahasiswa dalam berbagai cara, seperti membantu mereka menyesuaikan diri

dalam situasi yang tidak menyenangkan dan membantu mereka saat menghadapi masalah (Eva dkk, 2020).

Dalam penelitian Choirunisa dan Marheni (2019) mengatakan bahwa mahasiswa perantau menerima lebih banyak dukungan sosial dari teman sebayanya, karena mahasiswa perantau tidak tinggal dekat dengan keluarga mereka sehingga menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebayanya. Interaksi yang terjadi dengan teman sebaya di tempat tinggal mahasiswa memberikan dampak positif bagi mahasiswa yang merantau dengan memungkinkan terjadinya saling evaluasi, menerima informasi, menerima kasih sayang dan mendukung kegiatan yang dilakukan. Terkait dukungan sosial peneliti melakukan survey awal pada tanggal 19-20 Januari 2024 dengan menyebar kuesioner secara *online* melalui *Google Form* pada 33 mahasiswa yang merantau di Unimal.

Gambar 1.2 *Survey Dukungan Sosial*



Dari hasil survey awal di atas dapat dilihat dari empat aspek dukungan sosial, mahasiswa perantauan di Unimal sebagian besar mendapatkan dukungan sosial dari teman-teman, dosen, keluarga dan orang-orang di lingkungan sekitarnya, sehingga membuat mereka dapat menyelesaikan permasalahan-permasalahan selama merantau.

Dari hasil survey gambar 1.1 dan gambar 1.2 dapat dilihat bahwa mahasiswa yang merantau di Unimal mendapatkan kesejahteraan psikologis dan mahasiswa perantauan di Unimal juga mendapatkan dukungan sosial. Dari permasalahan yang dijelaskan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini, karna ingin melihat apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang merantau di Unimal.

1.2 Keaslian Penelitian

Menurut penelitian yang dilakukan Kurniawan dan Eva (2020) dengan judul penelitian “Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau”. Metode yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis pada sebagian besar mahasiswa rantau berada pada kategori tinggi. Hasil ini terjadi karena banyaknya mahasiswa rantau yang berasal dari kota yang berlokasi di provinsi yang sama dengan kota yang baru yaitu di Jawa Timur. Perbedaan tempat yang tidak terlalu jauh menyebabkan gegar budaya (*Culture Shock*) yang tidak terlalu menekan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau. Dari penelitian yang dilakukan Kurniawan dan Eva, (2020), dapat dilihat perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu tempat dilakukannya penelitian yang mana penelitian

terdahulu melakukan penelitian Universitas Negeri Malang sedangkan peneliti melakukan di Unimal dan subjek di penelitian terdahulu yaitu mahasiswa rantau yang berasal dari kota yang berlokasi di provinsi yang sama dengan kota yang baru yaitu di Jawa Timur sedangkan subjek peneliti yaitu seluruh mahasiswa perantau yang berasal dari berbagai daerah dan populasi yang digunakan dalam penelitian terdahulu angkatan 19 ditahun 2020 sedangkan peneliti yaitu seluruh mahasiswa perantau di tahun 2023.

Penelitian yang kedua yaitu oleh Setyawati dkk. (2022) dengan judul penelitian “Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di UPT PRSMP Surabaya”. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Hasil menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang sangat signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat, sehingga dapat disimpulkan hipotesis dari penelitiannya diterima yaitu ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial yang diterima oleh remaja di UPT PRSMP Surabaya berada pada kategori sangat tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh remaja binaan di UPT PRSMP Surabaya maka akan semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis remaja binaan tersebut. Dari penelitian yang dilakukan oleh Setyawati dkk. (2022) terdapat perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu pada subjek penelitian terdahulu yaitu remaja di UPT PRSMP Surabaya sedangkan peneliti seluruh mahasiswa yang merantau di Unimal.

Penelitian yang ketiga dilakukan oleh Ramadani dkk. (2023) dengan judul penelitian “Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau Universitas Sahid

Surakarta”. Metode yang digunakan yaitu metode kualitatif. Hasil dari penelitian yang dilakukan adalah kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau luar pulau jawa yang berkuliah di Universitas Sahid Surakarta secara umum 4 di antaranya memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, 3 di antaranya memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik, 3 informan ini harus bisa meningkatkan aspek penerimaan diri dan aspek pengembangan diri. Dari penelitian yang dilakukan oleh Ramadani dkk, (2023) dengan penelitian yang peneliti lakukan terdapat perbedaan yaitu hanya menggunakan satu variabel yaitu kesejahteraan psikologis sedangkan variabel yang peneliti gunakan dua yaitu dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis, metode penelitian Ramadani dkk, (2023) adalah kualitatif sedangkan peneliti menggunakan metode kuantitatif, kemudian lokasi penelitian Ramadani dkk, (2023) di Surakarta dan subjek penelitian yaitu mahasiswa luar pulau jawa.

Penelitian keempat dilakukan oleh Tranggono dkk. (2022), yang berjudul “Kesejahteraan psikologis terhadap kesepian pada mahasiswa rantau”. Metode yang digunakan yaitu kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kesepian di mahasiswa rantau di kota Makassar menggunakan nilai kontribusi sebesar 0.313 (31,3%) dengan arah dampak negatif. Jadi, semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka semakin rendah kesepian sebaliknya bila semakin rendah kesejahteraan psikologis maka semakin tinggi kesepian. Dari penelitian yang dilakukan oleh Tranggono dkk. (2022) dapat dilihat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu lokasi penelitian dan pada penelitian Tranggono dkk. (2022) menggunakan variabel kesejahteraan

psikologis dan kesepian, sedangkan variabel yang peneliti gunakan yaitu dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Dityo dan Satwika (2023) dengan judul penelitian yaitu “Hubungan dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis mahasiswa perantauan yang sedang menyusun skripsi”. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi ($r = 0,608$). Ini bisa dikatakan bahwa ada korelasi positif antara dukungan sosial serta kesejahteraan psikologis. Dimana jika dukungan sosial tinggi maka kesejahteraan psikologis juga akan tinggi. Begitu juga kebalikannya jika dukungan sosial rendah maka kesejahteraan psikologis juga akan rendah. Dari penelitian yang dilakukan oleh Dityo dan Satwika, (2023) dapat dilihat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yang mana penelitian Dityo dan Satwika, (2023) kriteria subjek yang digunakan adalah mahasiswa perantauan yang sedang menyusun skripsi dan lokasi penelitiannya di Universitas Negeri Surabaya.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang merantau di Unimal?

1.4 Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian adalah untuk melihat hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang merantau di Unimal.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Dapat menjadi sumbangan ilmu pengetahuan dalam bidang studi Psikologi Sosial, Kesehatan Mental, Psikologi Pendidikan khususnya mengenai dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa perantauan

Sebagai sumber informasi dan masukan bagi mahasiswa perantauan yang ingin memasuki lingkungan baru agar mendapatkan dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis yang tinggi dengan cara menjalin hubungan positif dengan orang lain, menyesuaikan diri diperantauan dan menerima aturan dan kebiasaan dilingkungan baru.

b. Bagi Universitas

Penelitian ini dapat menjadi pedoman dalam membuat kegiatan yang dapat meningkatkan dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis, seperti mengembangkan mata kuliah yang berbasis budaya pada mahasiswa baru yang merantau, sehingga mahasiswa perantauan dapat mengenal budaya yang ada di Aceh.