

## **Bab 1 Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Pendidikan adalah hal yang penting untuk mengembangkan potensi diri serta meningkatkan sumber daya manusia (Kusuma et al., 2023). Semua orang berhak untuk merasakan seluruh jenjang pendidikan dari mulai sekolah dasar, sekolah menengah, sekolah menengah atas, sampai perguruan tinggi, karena kemajuan dari suatu bangsa itupun jelas terbentuk dan tercermin dari kemajuan pendidikannya (Devinta et al., 2015). Indonesia sendiri mempunyai banyak lembaga akademik yang bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan masyarakat agar masyarakat mendapatkan pendidikan yang layak. Data BPS (Badan Pusat Statistik, 2022) menunjukkan bahwa terdapat 3.107 perguruan tinggi negeri dan swasta (dibawah naungan kemendikbud dan 887 perguruan tinggi negeri dan swasta (dibawah naungan kementerian agama yang tersebar di seluruh Indonesia. Walaupun perguruan tinggi tersebar cukup banyak, tidak sedikit individu yang pada akhirnya harus mengambil keputusan untuk merantau demi memperoleh pendidikan yang lebih memadai dikarenakan fasilitas pendidikan di Indonesia yang masih belum merata, termasuk pada jenjang perguruan tinggi (Utami et al., 2018).

Berdasarkan data BPS tahun 2022 dari total 9.231.795 mahasiswa yang tersebar di seluruh Indonesia, Pulau Jawa menempati urutan pertama dengan total mahasiswa terbanyak yaitu sejumlah 2.944.056 mahasiswa. Dari data tersebut ditunjukan bahwa dari berbagai provinsi yang ada di Indonesia, pulau Jawa memang menjadi tujuan utama calon mahasiswa baru untuk mengenyam pendidikan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022, disebutkan bahwa Pulau Jawa Barat adalah pulau yang menduduki posisi pertama sebagai provinsi dengan jumlah perguruan tinggi dan swasta terbanyak yaitu mencapai 388 unit. Buku Provinsi Jawa Barat Dalam Angka 2022 bahkan menyebutkan bahwa ternyata Kota Bandung memiliki jumlah Mahasiswa yang paling banyak. Pada tahun Pada tahun 2021 mahasiswa yang berkuliah di kampus negeri sebanyak 79,194 mahasiswa serta sebanyak 205,844 mahasiswa berkuliah di kampus swasta. Data-data diatas memperlihatkan bahwa ternyata banyak individu yang menjadikan Kota Bandung sebagai tujuan untuk mengenyam bangku perguruan tinggi, walaupun harus pindah dan menetap jauh dari daerah asalnya.

Individu yang berasal dari lingkungan dengan budaya berbeda dari daerah tempat perantauan dengan tujuan kuliah, menetap dalam kurun waktu tertentu atau untuk jangka waktu lama disebut sebagai mahasiswa perantau (Devinta et al., 2015). Menurut data survei yang dilakukan oleh (Olivia, 2020) ada bermacam alasan individu memilih untuk menempuh pendidikan jauh dari rumah yaitu untuk mendapatkan pendidikan yang lebih baik, karena

memang diterima di kampus tersebut, dan karena faktor permintaan orang tua. Beragam alasan para mahasiswa rantau tentunya tidak akan membedakan kenyataan bahwa mereka harus menghadapi lingkungan yang baru di tempat perantaunya. Pada tahap awal kehidupan merantau individu akan sering mengalami rasa tidak nyaman terhadap lingkungan baru dimana hal tersebut akan berpengaruh baik secara fisik maupun emosionalnya (Devinta et al., 2015). Apalagi pada mahasiswa rantau semester awal mereka harus menyesuaikan diri dengan kehidupan akademisnya dan kehidupan lingkungan barunya (Nur et al., 2023). Mahasiswa baru rantau, pastinya memiliki tuntutan yang lebih lagi dalam proses penyesuaian menjadi mahasiswa, karena pada dasarnya mahasiswa tahun pertama pasti akan merasakan perbedaan dalam ranah akademis karena adanya masa transisi atau peralihan dari tingkat SMA menuju tingkat perkuliahan (Mariska, 2018). Seseorang yang memasuki masa transisi dari SMA ke perkuliahan, maka dapat dikatakan bahwa mereka memasuki masa *emerging adulthood* dengan rentang usia dari 18-25 tahun, mereka yang memasuki masa *emerging adulthood* menurut Santrock (2014: 422) memiliki karakteristik seperti suka bereksperimen, mencari identitas diri yang sebenarnya, dan mengikuti gaya hidup yang mereka inginkan. Masa *emerging adulthood* merupakan masa dimana individu memiliki kesempatan untuk membuat perubahan dalam hidupnya. Masa ini merupakan usia dimana seseorang mengeksplorasi berbagai kemungkinan yang ada dalam hidupnya seperti cinta, pendidikan, dan pekerjaan. Selain itu, memilih pendidikan yang jauh dari tempat tinggal merupakan salah satu kemungkinan yang dipilih oleh individu.

Sedangkan jika dilihat selain mengalami transisi dalam bidang pendidikan sebagai mahasiswa tahun pertama, mahasiswa rantau juga mengalami transisi dalam perubahan lingkungan yang ditempatinya sehingga mengharuskan mahasiswa tersebut melakukan proses penyesuaian agar terbiasa dengan kehidupan barunya. Penyesuaian tersebut antara lain adalah penyesuaian terhadap kenalan baru yang berasal dari lingkungan dan budaya lain serta menghadapi permasalahan terkait perpisahan dengan orang tua, tuntutan untuk hidup mandiri, perpisahan dengan teman lama (Linggayuni Istanto & Engry, 2019). Hal-hal tersebut bisa terjadi pada mahasiswa rantau tahun pertama disebabkan oleh perasaan sulit dan kesepian karena tidak ada orang tua didekatnya (Devinta et al., 2015). Bagi sebagian mahasiswa baru, mereka juga kerap merasa kewalahan karena banyaknya tugas yang datang dan harus dikerjakan secara bertubi-tubi (Normadiyani et al., 2024). Mahasiswa yang berkuliah di luar daerah tempat tinggalnya mempunyai tantangan yang unik dibandingkan dengan mahasiswa yang masih berkuliah di daerah tempat tinggalnya, yaitu menghadapi hal-hal seperti terpisah dari keluarga, terutama orang tuanya, atau dari kerabat lainnya (Nur et al., 2023).

Menjadi mahasiswa rantau membuat keadaan yang mahasiswa berbeda dengan mahasiswa yang tidak merantau, yaitu jauh dari keluarga terutama orang tua atau jauh dari kerabat (Nur et al., 2023). Transisi yang kerap kali dihadapi oleh mahasiswa rantau tahun pertama sering dianggap sebagai suatu tekanan (Linggayuni Istanto & Engry, 2019).

Ada sebuah studi yang dilakukan kepada Mahasiswa ketika harus pergi jauh dari rumah untuk belajar, menyatakan bahwa mereka mengalami tingkat kerinduan yang lebih tinggi kepada rumah sebesar 51,5% dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga (Medani et al., 2024). Penelitian yang dilakukan terhadap 277 mahasiswa tahun pertama rantau yang baru menempati Roma selama satu bulan memperoleh hasil bahwa sebanyak 70,4% diantara mereka mengalami kerinduan terhadap keluarga serta ketidaksukaan pada tempat baru (Biasi et al., 2018). Selain itu, menurut (Thurber & Walton, 2012) orang kemungkinan besar akan merasakan kerinduan pada kampung halaman ketika mereka memulai tahun pertama kuliah. Rindu kampung halaman atau rindu rumah dikenal juga dengan istilah *homesickness*, yaitu merupakan salah satu permasalahan yang dialami mahasiswa rantau karena jauh dari keluarga dan lingkungan sekitar dalam jangka waktu yang lama. Hal ini terutama berlaku bagi mahasiswa yang baru mulai menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya, termasuk kampus dan kos. Fenomena tersebut juga tergambar di dalam penelitian (English et al., 2017) dimana mahasiswa mengalami *homesickness* sebesar 94% di 10 minggu awal (Landa et al., 2020) melaporkan bahwa sebagian besar (96%) mahasiswa dalam penelitiannya mengalami *homesick* di beberapa titik selama 12 minggu pertama kuliah (hanya 4% yang tidak sama sekali merasakan *homesick* untuk semua minggu). Selain itu, ada beberapa mahasiswa yang dilaporkan memiliki tingkat *homesickness* yang lebih ekstrim. Ada sekitar 33% mahasiswa yang mengalami *homesickness* sangat sering atau sangat ekstrim yang merupakan dua peringkat tertinggi setidaknya sekali selama semester.

*Homesickness* didefinisikan sebagai suatu emosi negatif yang disebabkan oleh perpisahan dari keterikatan dengan rumah, yang ditandai dengan sulitnya beradaptasi dengan lingkungan baru dan memiliki kerinduan terhadap kegiatan serta suasana rumah (Stroebe et al., 2015). *Homesickness* juga bisa didefinisikan sebagai stress dan gangguan fungsional, disebabkan oleh pemisahan dari rumah, benda dan orang-orang disekitarnya (Stroebe et al., 2016). *Homesickness* merupakan perasaan alami yang timbul karena tidak adanya keluarga, teman, serta lingkungan asing. Hal ini dapat menyerang orang-orang dari segala usia dan dalam berbagai situasi (Kirana Dyah, 2021). Rindu kampung halaman berfokus pada rumah (orang-orang terkasih, lingkungan, sahabat, teman, hewan peliharaan dan masakan rumah) lalu ketika pemisahan rumah terjadi, muncul stressor gangguan kecemasan, gangguan

mood, dan gangguan penyesuaian (Stroebe et al., 2016). *Homesickness* kerap muncul sebagai pikiran kuat tentang rumah, kesedihan mendalam tentang rumah, serta perasaan tidak nyaman berada di tempat baru (Linggayuni Istanto & Engry, 2019). Terdapat 5 aspek *homesickness*, yaitu: merindukan rumah (merindukan semua orang yang ada dirumah, termasuk orangtua, keluarga, dan rumah), kesepian (individu merasa tidak dicintai, merasa kehilangan orang terdekat, serta merasa terasingkan dari lingkungan sekitar), merindukan teman (merindukan kenalan, orang yang dipercaya, serta mencari orang yang familiar), kesulitan beradaptasi dengan lingkungan dan suasana baru, merasa bahwa suasana rumah tempat tinggal yang lama lebih baik dari lingkungan sekarang (Stroebe, 2002).

Faktor *homesickness* yang paling berpengaruh salah satunya adalah pengalaman individu. Menurut dalam setiap individu mempunyai tingkat kadar berbeda, karena pengalaman setiap individu juga berbeda, sedikitnya pengalaman yang mengharuskan individu berada jauh dari rumah bisa menjadi faktor *homesickness*. Kemudian, ketika seseorang mempunyai keterikatan dengan pengasuh atau orang tua dapat membuatnya kesusahan hidup sendiri dan melatih diri untuk menjadi lebih mandiri. Kontrol diri yang rendah juga bisa memicu kecenderungan *homesickness* (Thurber & Walton, 2012). Dalam studi yang dilakukan oleh Kegel (2015) faktor lain yang dapat menjadi penyebab individu mengalami fenomena *homesick* diantaranya adalah faktor interpersonal, faktor intrapersonal, faktor lingkungan, dan faktor budaya. Faktor yang ada diakibatkan dari tantangan yang dihadapi mahasiswa perantau. ketika menghadapi tantangan tersebut munculah beragam emosi, salah satunya adalah emosi negatif. American College Health Association (Fransisca & Lidiawati, 2020) menunjukkan surveinya terhadap emosi yang dirasakan mahasiswa perantau selama dua minggu dan hasilnya adalah mahasiswa merasa tidak ada harapan, kelelahan, sendirian, sedih, depresi, dan cemas.

Untuk mendukung pernyataan tersebut, dilakukan studi pendahuluan yang datanya dijadikan sebagai penguat hipotesis peneliti. Pada studi awal tersebut, peneliti memberikan kuesioner dengan bentuk pertanyaan terbuka menggunakan media Google Formulir terhadap 40 responden yang merupakan mahasiswa rantau tahun pertama di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Berdasarkan hasil studi awal tersebut, dapat diketahui bahwa sebanyak 30 orang atau 75% mengatakan faktor mereka merasakan *homesick* adalah ketika merasa rindu dengan orang tua dan juga suasana rumah, karena biasanya segala aktivitas dilakukan bersama dengan orang tua, sedangkan sebanyak 10 orang atau 25% sisanya diakibatkan oleh faktor pengalaman pertama kali merantau, belum menemukan teman dekat diperkuliahan, dan tekanan kuliah. Saat mengalami *homesick* sekitar 32 orang atau 80% responden menyatakan bahwa perasaan sedih, hampa, kesepian kerap muncul, sedangkan 20% sisanya merasakan emosi yang bercampur atau

tidak jelas, kesal, memunculkan perasaan ingin pulang ke daerah asalnya, sampai merasa tidak mempunyai semangat untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti kuliah dan berinteraksi dengan teman.

Secara umum, jarak yang tercipta antara keluarga, teman dan sahabat sekolah menimbulkan rasa kesepian dan rindu akan dukungan sosial yang biasanya di dapatkan saat mereka berada di rumah. Perubahan dalam bidang sosial, budaya, lingkungan, dan iklim semuanya berkontribusi terhadap rasa rindu terhadap kampung halaman. Hal ini berlaku bagi mahasiswa baru yang merantau. Saat merantau, banyak hal yang ditinggalkan seperti rumah dan berpisah dari keluarga, teman-teman, kerabat, serta hal lain yang berada di tempat asalnya. Perpisahan tersebut dapat menimbulkan sejumlah perasaan seperti kesedihan, kecemasan, putus asa, ataupun nostalgia (Scharp et al., 2016). Penelitian yang serupa juga menyatakan bahwa kecenderungan mahasiswa rantau di Indonesia untuk mengalami *homesickness* cukup tinggi dan hal tersebut berpotensi menimbulkan perasaan sedih dan kesepian karena berada jauh dari orang-orang terdekat (Via Ningrum & Intansari, 2023). Individu dengan *homesickness* biasanya enggan untuk menyelesaikan kegelisahan atau kecemasan yang dialaminya karena mereka merasa hal-hal tersebut itu mungkin akan segera berakhir (Linggayuni Istanto & Engry, 2019). Namun, pada kenyataannya, kondisi ini akan menimbulkan dampak negatif jika terus berlanjut. Salah satu dampak negatifnya adalah timbulnya penyesalan karena memutuskan untuk menjalani pendidikan yang jauh dari tempat tinggalnya dan hal ini dapat menunjukkan bahwa individu tersebut tidak bisa bertanggung jawab atas pilihan yang telah diambilnya (Linggayuni Istanto & Engry, 2019).

Studi awal yang telah dilakukan didukung juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mariska, 2018) yang mengatakan bahwa permasalahan buruk yang dapat muncul ketika *homesick* muncul adalah ketidakinginan untuk belajar, hilangnya semangat hidup, stres, frustrasi, serta munculnya berbagai emosi negatif. Jika dirangkum dari studi awal yang telah dilakukan dan penelitian terdahulu *homesick* yang terjadi karena pemisahan diri dari rumah dapat menimbulkan tekanan, stres, emosi negatif, bahkan rasa penyesalan. Hal-hal tersebut tentunya dapat mengganggu kehidupan akademik maupun non akademik serta menjadi tekanan jika tidak diatasi karena emosi negatif dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari yang dilakukan (Zulkarnain et al., 2019).

Menurut (Chinnappan & Bapu, 2023) hal yang bisa membantu mahasiswa perantau menghadapi *homesickness* adalah dengan mendapatkan dukungan dari teman, keluarga, dan orang terdekat atau yang bisa disebut dengan dukungan sosial. Dalam definisi secara umum dukungan sosial dapat diartikan sebagai bantuan yang diterima individu dari orang-orang

terdekatnya yang kemudian dianggap sebagai dukungan (Zimet., dkk 1998). Dengan adanya dukungan sosial yang memadai, seperti memiliki teman dekat untuk berbagi dan menceritakan situasi yang sedang dihadapi. Hal itu dapat menimbulkan perasaan terbantu yang berasal dari seseorang atau kelompok kepada individu (Sarafiano & Smith, 2011). Dukungan sosial yang diberikan oleh teman-teman sekitar memiliki peran yang cukup penting untuk mahasiswa perantau, dengan adanya dukungan sosial yang diberikan maka mahasiswa rantau mendapatkan teman cerita untuk mengurangi perasaan negatif seperti kesepian yang ditimbulkan (Harijanto & Setiawan, 2017). Tilburg dan Vingerhoets (2005) menjelaskan bahwa keterpisahan individu dari rumah secara tidak langsung berkaitan dengan hilangnya dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan rumahnya. Namun, dalam beberapa kasus, mereka mendapatkan kembali dukungan yang diperlukan dari lingkungan sosial baru mereka, sehingga mengurangi kerinduan mereka akan kampung halaman hingga ke titik terendah salah satunya bisa berasal dari teman sebaya, yang mempunyai peran utama sebagai pemberi dukungan sosial (Oktariani et al., 2020). Dukungan sosial ini memberikan penilaian positif kepada individu yang membuat mereka merasa dihargai, diperhatikan, dan dicintai. Adanya dukungan sosial dalam lingkungan baru dapat mengubah pandangan seseorang terhadap suatu stressor menjadi sesuatu yang dapat diselesaikan dan diatasi, sehingga secara progresif mengurangi intensitas kerinduan dan memungkinkan orang tersebut melakukan aktivitas sehari-hari dalam kehidupan sehari-hari (Christanti & Wati, 2023).

Dukungan sosial sebenarnya dapat diperoleh dari individu atau komunitas di sekitar seseorang, yang diperlukan pada saat-saat sulit seperti kerinduan. Hal ini juga dapat berfungsi sebagai penghalang terhadap dampak buruk yang timbul dari berbagai tekanan. Dukungan sosial membantu individu-individu ini untuk menghadapi berbagai tantangan mereka (Sarafino, 2002). Hasil wawancara semi terstruktur dari studi lain menunjukkan bahwa beberapa strategi yang digunakan partisipan yang mengalami *homesick* salah satunya menceritakan permasalahannya kepada orang lain (Saravanan et al., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Istanto dan Engry menunjukkan bahwa semakin rendahnya dukungan sosial yang diterima individu akan meningkatkan potensi untuk mengalami kondisi *homesickness* (Linggayuni Istanto & Engry, 2019). Penelitian Raisa & Ediati (2016) juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang sesuai akan membantu seseorang memenuhi kebutuhan saat mengalami kondisi yang sulit, dapat membantu menemukan cara efektif untuk keluar dari masalah, membuat individu merasa dicintai dan dihargai sehingga meningkatkan kepercayaan pada dirinya untuk mampu menjalani kehidupan yang lebih baik. Hal ini juga didukung dalam studi awal yang telah dilakukan, peneliti juga menemukan ada sekitar 23 orang atau 57,5% yang

menyatakan bahwa berbagi cerita dengan teman serta menelfon orang tua maupun keluarga adalah salah satu cara yang dilakukan untuk mencari kenyamanan dan ketenangan ketika mengalami perasaan sedih dan sepi akibat rindu dengan rumah. Penelitian-penelitian terdahulu menjadi penguat hasil studi awal dan asumsi peneliti bahwa dukungan sosial menjadi salah satu prediktor yang akan memengaruhi *homesickness*.

Berdasarkan hasil-hasil penelitian yang sebelumnya telah dikumpulkan serta fenomena yang ada, *homesickness* pada mahasiswa rantau terutama yang masih berada di tahun pertama akan menimbulkan banyak dampak negatif, salah satunya adalah perasaan sedih dan kesepian yang menyebabkan tidak mempunyai semangat untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti kuliah dan berinteraksi dengan teman. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa penelitian terkait *homesickness* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati perlu dilakukan. *Homesickness* muncul sebagai emosi negatif yang disebabkan oleh perpisahan dari keterikatan dengan rumah, yang ditandai dengan sulitnya beradaptasi dengan lingkungan baru dan memiliki kerinduan terhadap kegiatan serta suasana rumah. Karena kedua variabel memiliki hubungan, maka peneliti ingin menguji seberapa besar pengaruh variabel dukungan sosial terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama di UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

### **Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh dari dukungan sosial terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama UIN Bandung?

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini berupa tujuan umum, yakni untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama UIN Bandung.

### **Kegunaan Penelitian**

Sesuai dengan tujuan penelitian di atas, peneliti memberikan beberapa kegunaan penelitian sebagai berikut ini.

#### ***Kegunaan Teoritis***

Peneliti berharap secara umum penelitian ini dapat memberikan dapat menambah ilmu pengetahuan bagi pembaca terkait dengan Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Homesickness* pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung, khususnya dalam bidang Psikologi Sosial dan Psikologi Klinis.

#### ***Kegunaan Praktis***

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis diantaranya adalah:

1. Bagi Mahasiswa

Peneliti berharap hasil dari penelitian dapat menjadi pemahaman dan referensi pandangan bagi para mahasiswa, terutama mahasiswa rantau tahun pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung dalam mengelola homesickness yang dimiliki dengan memaksimalkan kehadiran orang-orang terdekat (keluarga, sahabat, teman, dll) untuk membantu mahasiswa perantau agar tetap bisa semangat dalam menjalankan aktivitas kesehariannya, sehingga dapat terhindar dari hal-hal negatif yang dapat ditimbulkan oleh *homesickness*.

2. Bagi Lembaga Pendidikan

Peneliti mengharapkan dari hasil penelitian ini dapat berkontribusi bagi institusi bahwa dukungan sosial ini memiliki peran penting untuk mengatasi homesickness terutama pada mahasiswa rantau tahun pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Oleh karena itu, diharapkan nantinya penelitian ini dapat membantu civitas akademika di lingkup pendidikan untuk saling memberikan dukungan secara sosial terhadap mahasiswa rantau tahun pertama.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi atau literatur bagi mahasiswa lain yang berminat untuk melakukan penelitian dalam bidang psikologi terutama yang berkaitan dengan dukungan sosial dan *homesickness*.

