Bab 1 Pendahuluan

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan tinggi di Indonesia ditandai dengan tingginya mobilitas mahasiswa antar daerah untuk memperoleh akses pendidikan yang dianggap lebih baik. Data Statistik dari Kementrian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi (Kemdiktisaintek) tahun 2024 menunjukkan jumlah mahasiswa di Indonesia telah mencapai hampir 10 juta orang, dengan konsentrasi perguruan tinggi unggulan terdapat di berbagai daerah seperti Bandung, Yogyakarta, Jakarta, dan Surabaya. Kondisi ini mendorong banyak mahasiswa meninggalkan daerah asalnya dan menjalani kehidupan sebagai mahasiswa perantau. Sebagai mahasiswa perantau, mereka harus melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosial, budaya, bahasa, dan pola kehidupan yang baru. Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa mahasiswa perantau kerap mengalami culture shock, kesulitan komunikasi lintas budaya, perasaan kesepian, homesickness, serta tekanan dalam proses penyesuaian diri di lingkungan kampus maupun masyarakat sekitar (Alquzairi & Rozaq, 2024).

Fenomena tersebut juga dialami oleh mahasiswa perantau asal Minang yang menjalani pendidikan di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Perpindahan dari lingkungan sosial dan budaya asal menuju lingkungan yang berbeda menuntut mahasiswa untuk membangun kemampuan beradaptasi, menjalin hubungan sosial baru, serta menghadapi berbagai tantangan kehidupan perantauan secara mandiri. Ramdani dan Sartika (2026) menekankan bahwa penelitian mengenai mahasiswa perantau di Kota Bandung menunjukkan bahwa perbedaan budaya, jarak dengan keluarga, tekanan akademik, dan tuntutan kemandirian menjadi faktor yang dapat memengaruhi proses adaptasi mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi. Dararianiet al., (2020) menunjukan bahwa sebagian besar mahasiswa perantau mengalami stres akulturatif berat (50,9%) dimana stresor yang paling banyak dialami adalah masalah akademik, masalah finansial, dan perceived discrimination. Selain itu, didapatkan juga bahwa terdapat perbedaan tingkat stres akulturatif berdasarkan jenis kelamin dan asal daerah. Perempuan lebih banyak yang mengalami stres akulturatif tingkat berat (61%) dibandingkan laki-laki (40,7%). Sedangkan jika berdasarkan asal daerah tinggal mahasiswa perantau, ditemukan mahasiswa yang paling banyak mengalami stres akulturatif tingkat berat adalah mahasiswa di luar Pulau Jawa. Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh mahasiswa perantau mengalami tekanan psikologis pada taraf yang tergolong berat, bukan sekadar kesulitan adaptasi ringan yang bersifat sementara, sehingga

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

gambaran besarnya tekanan yang dihadapi mahasiswa perantau perlu menjadi perhatian dalam penelitian ini.

Dalam studi ini, peneliti memilih mahasiswa perantau dari suku Minang. Suku Minang dikenal memiliki etos merantau yang sangat tinggi. Menurut Marta (2014) Budaya merantau ini sudah dilakukan oleh masyarakat Minang sejak berabad-abad silam. Dalam pandangan masyarakat Minang, seseorang dianggap belum dewasa dan belum memberikan kontribusi bagi desanya sampai ia merantau. Merantau dianggap sebagai periode "inisiasi" atau transisi menuju kedewasaan, di mana ia membuktikan kemampuannya supaya tercapainya target budaya yang telah dibuat. Masyarakat minang berasumsi jika tidak ada kedewasaan yang bisa dianggap lengkap tanpa masa awal di kawasan itu.

Penelitian ini memfokuskan pada mahasiswa perantau asal Minang dengan tiga pertimbangan. Pertama, merantau bagi masyarakat Minang merupakan nilai budaya yang melembaga dan dipandang sebagai fase menuju kedewasaan (Marta, 2014), sehingga mahasiswa Minang menghadapi tuntutan budaya untuk berhasil di perantauan. Tuntutan ini berpotensi memengaruhi cara mereka memaknai tekanan dan membangun resiliensi. Kedua, Darariani et al. (2020) menemukan bahwa stres akulturatif berat paling banyak dialami mahasiswa dari luar Pulau Jawa, sementara mahasiswa Minang menghadapi perbedaan bahasa dan budaya yang cukup besar dengan masyarakat di Bandung. Ketiga, sebagaimana dipaparkan di atas, jumlah mahasiswa asal Minang di UIN Sunan Gunung Djati Bandung 248 orang, cukup memadai untuk diteliti. Pemfokusan pada satu kelompok budaya juga membantu mengendalikan variasi latar belakang budaya yang dapat memengaruhi hasil penelitian.

Meskipun merantau merupakan bagian dari nilai budaya masyarakat Minang, kehidupan di perantauan tetap menghadirkan berbagai tantangan yang dapat memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa. Mahasiswa dipaksa agar bisa melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan perubahan yang terjadi akibat perbedaan dalam lingkungan sosial, budaya, bahasa, serta terpisahnya mereka dari keluarga. Tidak semua mahasiswa dapat menghadapi tekanan itu dengan cara yang serupa. Sebagian mahasiswa dapat menyesuaikan diri dan tetap berfungsi secara optimal, sementara sebagian lainnya mengalami kesulitan yang ditandai dengan munculnya stres, kecemasan, hingga penurunan kesejahteraan psikologis. Perbedaan kemampuan dalam menghadapi berbagai tekanan tersebut berkaitan dengan tingkat resiliensi yang dimiliki oleh masing-masing individu.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Menurut Connor & Davidson (2003), Resiliensi yakni kemampuan individu untuk pulih dan menyesuaikan diri ketika menghadapi tekanan, tantangan, atau situasi yang tidak menyenangkan dalam kehidupan. Resiliensi memungkinkan seseorang tetap mampu menjalankan fungsi kehidupan dengan baik meskipun berada dalam kondisi penuh tantangan. Baiknya resiliensi menjadikan seorang mampu bertahan dan mengatasi situasi yang tidak terduga, meminimalkan dampak negatif stres, serta tetap produktif dalam aktivitasnya. Sedangkan disaat tingkat resiliensi mahasiswa rendah, mereka cenderung mengalami stres dan menampilkan perilaku buruk (Hasanah, 2017). Mahasiswa yang kurang resilien kemungkinan menimbulkan rasa kecemasan, depresi, maupun peningkatan rasa pesimisme pada diri mereka (Martin & Marsh, 2009).

Contoh yang memengaruhi kesiapan mahasiswa untuk menghadapi kehidupan perantauan adalah penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial merujuk pada kemampuan individu untuk mengubah cara berpikir, merasakan, dan berkelakuan selaras dengan perkembangan di lingkungan sekitar dan tuntutan yang baru muncul. Mahasiswa yang memiliki penyesuaian sosial yang baik biasanya lebih cepat beradaptasi dengan jadwal kuliah, cara bersosialisasi, dan budaya yang baru mereka temui. Kemampuan ini sangat diperlukan agar mahasiswa mampu bertahan di lingkungan yang serba baru. Sebaliknya, Mahasiswa dapat mengalami gejala yang memengaruhi proses belajar mereka, seperti penurunan prestasi akademik atau bahkan putus kuliah, jika mereka tidak mampu berinteraksi dengan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. Gejala-gejala ini juga dapat menyebabkan perilaku menyimpang dari mahasiswa. Masalah tersebut menyebabkan penurunan indeks prestasi mahasiswa, memperpanjang masa kuliah, dan meningkatkan tingkat putus studi (DO) (Winata et al., 2014). Fenomena inilah yang mendasari peneliti untuk menjadikan penyesuaian sosial sebagai salah satu variabel dalam penelitian ini, mengingat kemampuan tersebut merupakan prasyarat utama bagi mahasiswa perantau agar dapat berfungsi secara optimal dalam lingkungan sosial dan akademik yang baru.

Selain persoalan penyesuaian, mahasiswa perantau juga kerap membutuhkan dukungan teman sebaya. Dalam mengatasi masalah, teman sebaya dapat memberikan dukungan yang kuat, yang mencakup perhatian, dukungan moral, bantuan dalam mengatasi masalah, dan ungkapan kasih sayang yang nyata. Yettie (2004: 113) berpendapat bahwa bantuan yang berasal dari hubungan antar pribadi dan peran yang dimainkan oleh sesama dalam membantu seseorang beradaptasi dengan lingkungan sosialnya dikenal sebagai dukungan teman sebaya. Selain itu, Atwater (1993: 89) berpendapat bahwa ketika seseorang

memiliki teman sebaya dalam hidupnya, itu dapat memengaruhi cara mereka memandang stres sebagai sesuatu yang tidak mengancam. Teman sebaya bisa memberikan bantuan atau saran untuk mengurangi tekanan yang dirasakan. Menurut hasil penelitian Pramestuti et al. (2014), Orang yang menerima dukungan yang kuat dari teman sebaya umumnya mengalami stres yang lebih rendah, sedangkan mereka yang memiliki dukungan teman sebaya yang lemah cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi. Penelitian sebelumnya menegaskan jika dukungan dari teman sebaya bisa memperkuat ketahanan diri dalam melawan stres dan tekanan (Wang et al., 2018). Fenomena tersebut menjadi alasan peneliti turut menjadikan dukungan teman sebaya sebagai variabel dalam penelitian ini, mengingat teman sebaya menjadi sumber dukungan psikologis yang paling dekat dan paling mudah diakses oleh mahasiswa perantau, terutama karena jarak yang memisahkan mereka dari dukungan keluarga.

Studi awal yang dijalankan peneliti menerapkan metode survei sederhana dan menyebarkan kuesioner terbuka dengan 30 mahasiswa perantau yang telah menempuh masa perantauan lebih dari dua tahun, dengan pertimbangan bahwa pada rentang waktu tersebut mahasiswa telah melalui fase adaptasi awal sehingga dapat memberikan gambaran pengalaman yang lebih stabil, untuk memperoleh gambaran mengenai pengalaman dan kondisi yang mereka alami selama menjalani kehidupan di perantauan, menemukan kehidupan di perantauan memunculkan berbagai pengalaman emosional serta tuntutan penyesuaian terhadap lingkungan baru. Sebagian responden menyatakan bahwa saat pertama kali merantau mereka merasakan perasaan yang beragam, seperti senang karena memperoleh pengalaman baru tetapi juga sedih karena harus berpisah dengan keluarga. Beberapa responden menyebutkan bahwa mereka merasakan perasaan “campur aduk antara sedih dan senang karena jauh dari orang tua” serta mengalami rasa rindu terhadap keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa perantau harus menghadapi proses penyesuaian diri secara emosional ketika memasuki lingkungan sosial yang berbeda dari tempat asalnya.

Selain aspek emosional, hasil studi awal juga menunjukkan adanya tantangan dalam penyesuaian sosial. Beberapa responden menyebutkan bahwa kesulitan yang mereka alami antara lain adalah beradaptasi dengan orang-orang baru, menghadapi perbedaan budaya dan bahasa, serta membangun relasi sosial di lingkungan baru. Beberapa jawaban responden menyatakan bahwa tantangan terbesar sebagai mahasiswa perantau adalah “beradaptasi dengan orang-orang baru”, “mencoba berbaur dengan orang yang berbeda daerah dan budaya”, serta mengalami “culture shock dan penyesuaian dengan lingkungan baru”. Kondisi

ini menggambarkan bahwa mahasiswa perantau perlu menyesuaikan pola interaksi sosial, cara berkomunikasi, serta memahami tatanan dan kebiasaan sosial yang ada di lingkungan barunya.

Dalam menghadapi tantangan tersebut, responden juga menunjukkan berbagai perilaku penyesuaian sosial, seperti berusaha membangun hubungan dengan teman baru, aktif berinteraksi dengan lingkungan sekitar, serta mencoba menyesuaikan diri dengan perbedaan latar belakang budaya. Perilaku yang muncul antara lain seperti mencari dan membangun pertemanan baru di lingkungan kampus, berusaha berbaur dengan mahasiswa dari daerah yang berbeda, serta menjalin komunikasi dengan masyarakat di sekitar tempat tinggal. Upaya-upaya tersebut menunjukkan adanya proses adaptasi sosial yang dilakukan mahasiswa perantau agar dapat diterima dan merasa nyaman dalam lingkungan sosial yang baru.

Studi awal juga mengindikasikan bahwa teman sebaya berperan dalam membantu mahasiswa perantau beradaptasi. Banyak responden menyatakan bahwa keberadaan teman di lingkungan kampus membantu mereka untuk mengurangi rasa kesepian dan mempermudah proses beradaptasi. Beberapa responden menyebutkan bahwa hal yang paling membantu mereka selama merantau adalah “teman-teman kampus”, “punya teman yang bisa diajak berbagi cerita”, serta “teman yang saling mendukung satu sama lain”. Tentunya ini menjadi dukungan emosional dan sosial dari teman sebaya bisa membantu mahasiswa perantau merasa lebih diterima. Dukungan ini juga membuat mereka mampu menghadapi berbagai tantangan di lingkungan baru.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Oleh karena itu, mahasiswa perantau tidak hanya harus menyesuaikan diri secara sosial. Mereka juga perlu punya kekuatan mental yang besar untuk menghadapi berbagai kesulitan selama hidup di perantauan. Temuan-temuan ini menarik untuk diteliti lebih lanjut tentang mahasiswa perantau yang mendaftar di universitas. Hal ini karena hasilnya menunjukkan bahwa penyesuaian sosial, dukungan teman sebaya, dan resiliensi dijadikan bagian krusial yang saling berkaitan dalam kehidupan mahasiswa perantau. Dengan kata lain, kemampuan beradaptasi dan dukungan teman sebaya ikut menentukan tingkat resiliensi mahasiswa perantau.

Berdasarkan penelitian terdahulu, masih terdapat beberapa celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut. Secara kontekstual, penelitian mengenai resiliensi mahasiswa perantau masih perlu dikaji secara lebih spesifik pada mahasiswa perantau asal Minang di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Mahasiswa perantau menghadapi tuntutan untuk menyesuaikan diri

dengan lingkungan sosial, budaya, dan akademik yang berbeda dari daerah asalnya. Studi awal yang dilakukan peneliti juga menunjukkan bahwa mahasiswa perantau menghadapi berbagai tantangan, seperti kesulitan beradaptasi dengan orang-orang baru, perbedaan budaya dan bahasa, serta kebutuhan untuk membangun relasi sosial di lingkungan baru.

Secara variabel, penelitian ini mengkaji penyesuaian sosial dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dalam kaitannya dengan resiliensi. Penelitian terdahulu yang digunakan dalam penelitian ini cenderung mengkaji faktor-faktor tersebut secara terpisah. Adhiman dan Mugiarso (2021) membahas adaptasi terhadap resiliensi akademik, tetapi belum mengaitkannya dengan dukungan teman sebaya maupun konteks mahasiswa perantau. Sementara itu, Abdillah et al. (2023) membahas hubungan dukungan teman sebaya dengan resiliensi tanpa memasukkan penyesuaian sosial sebagai variabel yang diuji secara bersama-sama.

Secara empiris, penelitian terdahulu yang dibahas menunjukkan adanya hubungan antara kemampuan adaptasi maupun dukungan teman sebaya dengan resiliensi, tetapi pengujian kedua faktor tersebut secara bersama-sama, khususnya pada mahasiswa perantau asal Minang, masih perlu dikaji lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh penyesuaian sosial dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi, baik secara parsial maupun simultan, pada mahasiswa perantau asal Minang di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih spesifik mengenai peran faktor penyesuaian sosial dan dukungan teman sebaya dalam resiliensi mahasiswa perantau.

Berdasarkan fenomena, data empiris, dan studi awal tersebut, resiliensi merupakan aspek penting yang mendesak untuk diteliti pada mahasiswa perantau asal Minang di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Urgensi ini didukung oleh empat hal. Pertama, populasinya nyata dan cukup besar, yaitu 248 mahasiswa asal Minang di kampus ini. Kedua, risikonya nyata: studi awal terhadap 30 mahasiswa perantau menunjukkan bahwa hampir seluruh responden mengalami kesulitan beradaptasi, sejalan dengan temuan Dararianti et al. (2020) bahwa 50,9% mahasiswa perantau mengalami stres akulturatif berat. Ketiga, apabila tidak ditangani, kesulitan penyesuaian dan rendahnya resiliensi dapat menurunkan indeks prestasi, memperpanjang masa kuliah, hingga meningkatkan risiko putus studi (Winata et al., 2014). Keempat, kajian terdahulu masih meneliti penyesuaian sosial dan dukungan teman sebaya secara terpisah dan belum menguji keduanya bersama-sama pada mahasiswa perantau asal

Minang, sehingga belum tersedia dasar empiris yang memadai untuk merancang pendampingan bagi kelompok ini. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan teoretis bagi pengembangan model resiliensi yang relevan untuk mahasiswa perantau di Indonesia, sekaligus menjadi dasar bagi program pendampingan psikologis di perguruan tinggi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1) Apakah terdapat pengaruh Penyesuaian Sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa perantau?
2) Apakah terdapat pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap resiliensi pada mahasiswa perantau?
3) Apakah Penyesuaian Sosial dan Dukungan Teman Sebaya secara simultan berpengaruh terhadap resiliensi pada mahasiswa perantau?

1.3 Tujuan Penelitian

Dengan merujuk pada rumusan masalah yang telah dijelaskan, tujuan penelitian ini meliputi hal-hal berikut:

1) Untuk melihat pengaruh Penyesuaian Sosial terhadap ketahanan mahasiswa perantau.
2) Untuk menemukan pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap ketahanan mahasiswa perantau.
3) Untuk Mencari pengaruh kombinasi Penyesuaian Sosial dan Dukungan Teman Sebaya terhadap ketahanan mahasiswa perantau.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini memiliki dua aspek manfaat, yaitu kegunaan teoritis dan kegunaan praktis.

1) Manfaat Teoretis

Penelitian ini nantinya memiliki manfaat teoretis yang signifikan dalam memperluas pemahaman tentang pengaruh Penyesuaian Sosial dan Dukungan Teman Sebaya bagi

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

resiliensi pada mahasiswa perantau yang dapat memperkaya pemahaman dan pengetahuan tentang faktor-faktor psikologis yang memengaruhi resiliensi pada mahasiswa perantau.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa Perantau

Memberikan pemahaman mengenai pentingnya kemampuan beradaptasi dan pengaruh teman sebaya dalam meningkatkan resiliensi serta kesiapan menghadapi tantangan perkuliahan dan kehidupan perantauan.

b. Bagi Perguruan Tinggi, Lembaga Kemahasiswaan, Dosen, dan Konselor

Menjadi dasar dalam merancang program pendampingan dan psikoedukasi berbasis psikologi sosial yang menekankan penguatan dukungan, relasi interpersonal, serta iklim sosial kampus yang mendukung penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi referensi dan landasan bagi penelitian lanjutan terkait resiliensi, penyesuaian sosial, dan pengaruh teman sebaya serta pengembangan intervensi psikologis.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG