

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

COVID-19 merupakan penyakit baru yang mewabah di dunia termasuk Indonesia. Kasus positif COVID-19 pertama kali terdeteksi di Indonesia pada 2 Maret 2020 (Wikipedia, 2020). Untuk menekan penyebaran wabah COVID-19 Pemerintah Indonesia membuat kebijakan baru yaitu pembatasan sosial yang mengharuskan masyarakat untuk tidak melakukan segala aktivitas di luar rumah termasuk aktivitas dalam bidang pendidikan. Dilansir dalam Kompas.com (Agustiawan, 2020) Pemerintah mengeluarkan Surat Edaran yang diinstruksikan oleh KEMENDIKBUD bahwa semua lembaga pendidikan di Indonesia untuk mengadakan pembelajaran jarak jauh atau belajar dari rumah masing-masing (*Study From Home/SFH*), kebijakan ini tertuang dalam aturan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 Tahun 2020 mengenai pencegahan penyebaran COVID-19 di dunia Pendidikan.

Perkuliahan secara daring dapat diakses di manapun seperti di rumah masing - masing melalui jaringan internet seperti media *zoom*, *google meeting*, *e-learning* dsb, sehingga hal ini memberikan peluang bagi para mahasiswa untuk pulang kerumah atau daerah asalnya. Di lansir dalam RRI.co (Rizal, 2020) banyak diantara mahasiswa yang lebih memilih untuk tidak pulang dan tetap merantau di daerah tempatnya berkuliah, beberapa alasan bagi mahasiswa rantau untuk tidak pulang kampung yaitu khawatir terkena virus corona ketika pulang dengan naik transportasi umum apalagi perjalanan jarak jauh yang kemungkinan berpotensi tertular, kemudian khawatir akibat tertular ketika perjalanan pulang dan malah menularkan ke lingkungan rumah sehingga penyebaran COVID-19 makin bertambah.

COVID-19 juga menambah masalah bagi para mahasiswa rantau dengan adanya kuliah daring membuat pengeluaran menjadi lebih besar karena pembelajaran harus

mengakses berbagai media jaringan internet sehingga tagihan pembayaran kuota pun bertambah, selain itu menurut A & Rghaeni, (2020) dampak kuliah daring terhadap mahasiswa dapat memicu stress akibat beban perkuliahan serta tekanan penyesuaian metode perkuliahan yang biasanya dilakukan secara tatap muka langsung namun setelah pandemi perkuliahan menjadi daring. Kondisi marantau yang dialami mahasiswa dapat menimbulkan afek yang negatif bagi mahasiswa rantau. Menurut Rufaida dan Kustanti dalam (Adyani et al., 2019) stres dialami mahasiswa rantau diakibatkan adanya *culture shock* seperti perlu penyesuaian terhadap tantangan baru termasuk dosen, rekan, akademisi, tekanan, hubungan pribadi, dll, sehingga mahasiswa mempresepsikan dirinya tidak diterima di tempat baru, mengalami tingkat harga diri yang rendah, tidak puas, dirasakannya diskriminasi, dan menarik diri dari aktivitas sosial.

Fenomena yang telah dipaparkan di atas menjadi ukuran terhadap kesejahteraan hidup mahasiswa rantau dimasa pandemi COVID-19 atau dalam ilmu psikologi dikenal dengan istilah *subejective well-being*. Menurut Diener (Puteri, 2020) *subjective well-being* merupakan adanya kombinasi dari afek positif dan kepuasan hidup, serta tidak adanya afek negatif, *subjective well-being* memiliki beberapa komponen utama yang menyusunnya seperti kepuasan hidup secara umum, kepuasan terhadap ranah spesifik kehidupan, adanya afek yang positif yaitu mood dan emosi yang menyenangkan, dan ketiadaan afek negatif yaitu mood dan emosi yang tidak menyenangkan. Menurut Diener, (1984) terdapat berbagai faktor yang memengaruhi *subjective well-being*, yaitu kepuasan yang bersifat subjektif, pendapatan atau penghasilan, dan faktor demografis seperti pekerjaan, pendidikan, keyakinan, pernikahan dan keluarga, kepribadian dan usia.

Mahasiswa dalam usia perkembangan memasuki tahapan dewasa awal. Menurut Santrock, (2007) bahwa masa dewasa awal merupakan masa yang menunjukkan transisi dari masa remaja menuju dewasa, usia 18-25 tahun termasuk pada masa dewasa awal, dimana

masa yang ditandai oleh kegiatan-kegiatan yang bersifat eksperimen dan eksplorasi. Transisi dari masa remaja ke dewasa ditandai dengan berbagai perubahan yang terjadi secara berkesinambungan seperti masa pencarian, pematapan dan masa reproduktif, penemuan, masa yang penuh dengan masalah serta ketegangan emosional, periode komitmen, periode isolasi sosial, dan masa ketergantungan. Sehingga hal tersebut mengindikasikan bahwa mahasiswa masih memiliki emosional yang belum stabil dan pada proses pematangan diri sehingga rentan bagi mereka mendapat masalah dan memengaruhi keadaan psikologisnya.

Karakteristik individu yang memiliki *subjective well-being* yang tinggi ditandai dengan adanya rasa bahagia, *capable/mampu*, *well-supported/mendapat dukungan* yang baik, dan puas dengan kehidupannya/*satisfied with life* (Adyani et al., 2019). Selain itu, *subjective well-being* dapat membuat seseorang akan mampu menuntaskan setiap tujuan yang telah direncanakan (Rosyadi & Laksmiwati, 2017), dari dampak tersebut menunjukkan bahwa *subjective well-being* penting untuk dimiliki setiap mahasiswa rantau agar mampu menghadapi masalah dengan keadaan dan kondisi pandemi COVID-19 yang dialami serta mampu menyelesaikan tujuan hidupnya terutama dalam hal pendidikan.

Mengetahui fenomena di lapangan terkait *subjective well-being* pada mahasiswa rantau, peneliti melakukan studi awal menggunakan kuisioner berupa pertanyaan terbuka mengenai *subjective well-being* berdasarkan teori Diener (Puteri, 2020). Penyebaran kuisioner pada Rabu 4 November 2020 dengan keadaan pandemi COVID-19 dan pembelajaran sudah dilakukan secara daring, subjek mahasiswa rantau yaitu sedang tinggal di lingkungan universitas perantauannya. Jumlah subjek 20 orang, yaitu perempuan 16 orang dan laki-laki 4 orang. Hasil kebanyakan dari mereka memberikan jawaban terhadap indikator afeksi atau perasaan yaitu sedih sebanyak 70%, perasaan sedih karena harus tinggal jauh dari keluarga, kesempatan pulang hanya pada saat libur kuliah saja, Sebanyak 15% merasa senang dan 15% merasa biasa saja, kesulitan dan tertantang karena hidup dilingkungan baru.

Berdasarkan hasil studi awal tersebut membuktikan bahwa sebagian besar jawaban mengenai indikator *subjective well-being* dapat diketahui mahasiswa rantau memiliki tingkat afek negatif yang lebih tinggi dari afek positif yang dirasakan ketika menjadi mahasiswa rantau di masa Pandemi COVID-19 ini, sehingga hal tersebut bisa mempengaruhi kinerja mahasiswa rantau dalam menyelesaikan pendidikannya. Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mahasiswa rantau merupakan individu yang sedang belajar di perguruan tinggi dan terletak di luar daerah asalnya, sehingga mengharuskan mereka untuk tinggal di luar daerah asalnya dalam jangka waktu tertentu untuk menyelesaikan pendidikannya (Halim & Dariyo, 2016). Masalah yang dihadapi sebagai mahasiswa adalah persoalan kuliah, banyaknya tugas yang diberikan dosen dan tanggung jawab lainnya, sehingga seharusnya sebagai mahasiswa rantau penting memiliki *subjective well-being* yang tinggi, seperti yang dikatakan Rosyadi & Laksmiwati, (2017) dengan *subjective well-being* seseorang akan mampu menuntaskan setiap tujuan yang telah direncanakan, seperti halnya perkuliahan.

Fenomena di lapangan yang berdasarkan studi awal maka perlu adanya hal yang menjadi faktor untuk meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa rantau dimasa Pandemi COVID-19. Adapun menurut Dewi & Nasywa, (2019) ada faktor yang berpengaruh terhadap *subjective well-being* yaitu faktor eksternal dan internal, faktor internal yaitu factor yang berasal dalam diri seperti kebersyukuran, *forgiveness*, *personality*, *self-esteem*, religiusitas, sedangkan faktor eksternal atau *factor* yang berasal dari luar diri individu yaitu dukungan sosial.

Mengetahui fenomena di lapangan terkait variabel prediktor *subjective well-being* pada mahasiswa rantau di masa Pandemi COVID-19 bagaimana mahasiswa rantau mengatasi perasaan negatif selama diperantauan, hasil sebanyak 50% subjek menjawab bahwa dukungan dari orang tua melalui komunikasi jarak jauh dan berteman dengan orang yang satu frekuensi dan dapat memotivasi, kemudian 25% subjek mengatasi kesedihan munasabah diri,

merenung dan mengingat Allah, beribadah serta berdoa. Serta 25% subjek menjawab katarsis dengan melakukan hobi, mendengarkan musik dan juga *refreshing*.

Memperdalam fenomena yang terjadi di lapangan terkait dengan variabel prediktor dukungan sosial dan religiusitas ini peneliti melakukan kembali penyebaran kuisioner berisi pertanyaan terbuka kepada 27 orang subjek mahasiswa rantau dimasa Pandemi COVID-19 yang dilaksanakan pada 1 Agustus 2021, hasil dari jawaban subjek terkait dukungan sosial bahwa sumber penguatan yang subjek dapatkan berupa adanya dukungan semangat baik secara verbal maupun nonverbal, verbal dengan mendapatkan kalimat mengajak positif serta membangun sehingga bisa memotivasi subjek untuk lebih bisa positif dalam menghadapi tantangan dalam menjalani kehidupannya, sedangkan nonverbal seperti tindakan berupa bantuan materi seperti uang dan kuota internet.

Perhatian, rasa kasih sayang, dan kepercayaan, serta doa dari orang terdekat menjadi penguatan bagi subjek untuk bertahan menjalani kehidupan menjadi mahasiswa rantau dimasa Pandemi COVID 19 ini. Karena dimasa pandemi dengan keadaan yang sulit bertemu dengan orang – orang terdekat maka subjek juga memberikan jawaban bahwa dukungan sosial yang didapatkan bisa dilakukan secara *online* yaitu komunikasi jarak jauh dengan orang-orang terdekat seperti keluarga atau teman dekat yang jauh dari perantauan dengan berbagi cerita dan saling memberi kabar. Karena penelitian ini dilakukan pada mahasiswa rantau maka ada yang menjawab bahwa dukungan yang didapatkan ketika diperantauan bisa bersumber dari kegiatan-kegiatan yang dilakukan bersama teman satu daerah asal, sumber dukungan yang di dapatkan oleh subjek yaitu dari keluarga, teman, pasangan, serta orang sekitar lingkungan tempat mereka tinggal selama diperantauan.

Berdasarkan hasil jawaban subjek terkait pengaruh yang dirasakan ketika mendapatkan dukungan sosial ini beragam, subjek merasa lebih bersemangat dalam menjalani aktivitas apalagi di masa Pandemi yang dirasa berat namun dukungan yang didapat

kan mampu memberikan hal positif bagi subjek, sehingga subjek merasa lebih tenang, lebih bahagia, merasa diperhatikan, merasa tidak sendiri, merasa ada yang peduli, merasa lebih termotivasi, lebih semangat, lebih percaya diri, dan merasa dikuatkan untuk mampu menghadapi segala macam kesulitan selama menjadi mahasiswa rantau dimasa Pandemi COVID-19 ini.

Menurut Sarafino (Sugiarti, 2018) dukungan sosial merupakan hal yang dapat mempengaruhi perasaan senang, berkaitan dengan kepedulian, kemudian berkaitan dengan rasa membantu dan menerima pertolongan dari orang lain atau kelompok lain, dan hal ini bagi pihak yang menerima dukungan sosial menganggap bahwa dia merasa dirinya disayangi dan dicintai. Seperti jawaban dari subjek dalam studi awal diatas sumber dari dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa rantau yaitu dukungan dari orang tua dan juga teman, seperti yang diungkapkan oleh Kurniawan & Eva, (2020) bahwa dukungan sosial merupakan suatu perilaku yang diberikan oleh orang lain agar individu yang menerimanya dapat merasakan atau mampu memiliki persepsi mengenai, kepedulian, rasa nyaman, dan pertolongan akan ada jika dibutuhkan dukungan ini bersumber dari siapa saja seperti pasangan, teman, keluarga, komunitas atau organisasi.

Dukungan sosial sebagai prediktor *subjective well-being* didukung oleh beberapa penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* seperti penelitian yang dilakukan Kurniawan (2020) penelitian tersebut dilakukan pada 375 mahasiswa rantau hasilnya terdapat hubungan yang positif serta signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Walaupun kesejahteraan psikologis dan kesejahteraan subjektif dua istilah yang tidak sama namun menurut Kashdan, Diener, & King, (2008) dalam (Damayanti et al., 2018) bahwa kedua istilah *SWB* dan *PWB* tersebut memiliki kemiripan. Kemudian hasil penelitian yang dilakukan oleh Harijanto & Setiawan, (2017) bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan

pada mahasiswa perantau di salah satu universitas X Surabaya, dimana kebahagiaan merupakan salah satu afek positif dalam komponen *subjective well-being*. Begitupula dengan hasil penelitian Samputri & Sakti, (2015) pada tenaga kerja Wanita PT. Arni Family Unggaran ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan *subjective well-being* artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka semakin tinggi pula *subjective well-being* yang dimiliki oleh subjek tersebut.

Selain dari variabel dukungan sosial, peneliti juga mendapatkan hasil terkait religiusitas mahasiswa rantau di masa pandemi COVID-19 dari penyebaran kuisioner yang sama bahwa subjek menjawab aspek religiusitas seperti melakukan ritual ibadah yaitu, shalat lima waktu, berdzikir, membaca Al-Quran, berdoa kepada Allah, ikhlas, bersabar, tawakal, kemudian melaksanakan ibadah yang bersifat sunnah seperti shalat tahajud, shalat duha, melakukan ikhtiar, semua hal tersebut dilakukan untuk mendekatkan diri kepada Allah sebagai jalan kekuatan dalam menghadapi setiap persoalan kehidupan. Subjek menjawab bahwa pengaruh yang dirasakan ketika melakukan kegiatan – kegiatan yang bersifat religiusitas ini mampu memberikan pengaruh yang baik bagi diri yaitu merasa lebih nyaman, tenang, mampu memberikan kekuatan bagi diri, merasa lebih damai, merasa lebih mudah dan kuat dalam menghadapi kesulitan, dan mendapat rezeki dari Allah.

Pengaruh religiusitas terhadap kesejahteraan subjektif ditandai dengan adanya rasa kedekatan terhadap Tuhan, dengan cara berdoa dan beribadah. Menurut Ellison (Pramithasari & Suseno, 2019) bahwa adanya perasaan kedekatan dengan tuhan dan frekuensi seseorang ketika berdoa, menjadi prediktor yang berpengaruh terhadap kesejahteraan subjektif. Jika semakin dekat dengan tuhan semakin sering berdoa, maka seseorang akan cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi. Menurut Daradjat (Mayasari, 2014) bahwa wujud religiusitas yaitu merasakan dan mengalami secara batin tentang tuhan, hari akhir dan komponen agama lainnya, maka dapat diartikan bahwa religiusitas merupakan konsep yang

dapat menjelaskan mengenai kondisi religiusitas dan spritualitas yang tidak dapat terpisahkan. Religiusitas merupakan suatu upaya untuk mengurangi tingkat kecemasan baik mengenai kecemasan akan kehidupan maupun kematian. Sehingga dengan melalui religiusitas ini seseorang mampu berdoa dan hal ini dapat mengurangi afek negatif yang dirasakan ketika menjadi mahasiswa rantau.

Penelitian ini didukung dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Akhyar et al.,(2019) bahwa hasilnya ada hubungan antara religiusitas dengan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* remaja, penelitian ini menunjukkan bahwa tinggi rendahnya dukungan sosial berpengaruh terhadap *subjective well-being* begitu pula pada religiusitas. Seperti penelitian oleh Abu-Raiya et al., (2015) yaitu terdapat suatu hubungan yang bersifat positif antara dukungan sosial dan religiusitas dengan *subjective well-being* orang tua muslim Israel yang anaknya dirawat akibat kanker.

Berdasarkan hasil studi awal religiusitas memberikan pengaruh kepada *subjective well-being*, hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari Sukri, (2018) bahwa terdapat suatu hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan *subjective well-being* karyawan, kemudian penelitian Tina & Utami, (2018) yang dilakukan pada pasien jantung coroner hasil menunjukkan bahwa hubungan yang positif religisuitas dan *subjective well-being*, sehingga dapat diartikan bahwa subjek dengan tingkat religiusitas yang tinggi mampu menerima dirinya sendiri sehingga individu yang memiliki religiusitas mampu mengatasi masalah yang ada seperti penyakit kronis dan kesehatan mental akan terjaga. Begitupula dalam penelitian yang dilakukan oleh Akhyar et al., (2019) bahwa terdapat hubungan anatara kepuasan hidup dengan emosi positif dan religiusitas tidak berhubungan dengan dimensi emosi negatif. Religiusitas menurut Glock dan Stark (Khairudin & Mukhlis, 2019) merupakan suatu sistem simbol, sistem nilai, sistem keyakinan, dan sistem perilaku yang terlembagakan dan semuanya itu berpusat pada persoalan – persoalan yang dihayati sebagai yang paling

maknawi (*ultimate meaning*). Berdasarkan pengertian tersebut, religiusitas merupakan suatu yang tidak terpisahkan dalam diri manusia dan religiusitas ini penting menjadi suatu bagian dalam diri manusia terutama dalam kualitas kesehatan mental salah satunya *subjective well-being*. Berbagai penjelasan dalam penelitian sebelumnya terkait pengaruh religiusitas terhadap *subjective well-being* memperkuat hasil studi awal peneliti, sehingga dapat diartikan bahwa religiusitas pada mahasiswa rantau di masa Pandemi COVID-19 bisa mempengaruhi keadaan *subjective well-being* mereka.

Berdasarkan pemaparan terkait fenomena yang terjadi dilapangan, kajian teori dan hasil studi awal serta didukung oleh penelitian sebelumnya terkait pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* mahasiswa rantau di masa Pandemi COVID-19 unik untuk diteliti serta belum dilakukan penelitian sebelumnya maka peneliti dalam akan melakukan penelitian mengenai pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* mahasiswa rantau di masa Pandemi COVID-19.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalahnya:

Apakah religiusitas dan dukungan sosial berpengaruh terhadap *subjective well-being* mahasiswa rantau dimasa Pandemi COVID-19?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah sebelumnya, maka tujuan penelitian yang akan dilakukan yaitu:

Mengetahui pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* mahasiswa rantau dimasa Pandemi COVID-19.

Manfaat Penelitian

Berdasarkan uraian dari tujuan penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka kegunaan yang akan diperoleh dari penelitian ini sebagai berikut :

Manfaat teoritis. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah dalam disiplin ilmu psikologi pendidikan dan psikologi kesehatan mental mengenai gambaran pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* mahasiswa rantau di masa Pandemi COVID-19.

Manfaat Praktis. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan dalam berbagai metode kegiatan seperti seminar atau metode kegiatan lainnya, sehingga dapat menambah informasi bagi penulis dan juga umum mengenai pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* mahasiswa rantau di masa Pandemi COVID-19. dapat memberikan manfaat terkhusus bagi mahasiswa rantau tentang pentingnya tingkat religiusitas diri terhadap *subjective well-being*, sehingga dapat menjadi lebih positif dalam menjalani kehidupan diperantauan. Kemudian kepada orang tua, teman sebaya dan dosen serta masyarakat umum terkhusus lingkungan kampus harus menjadi *social support* yang baik bagi siapa saja pendatang (mahasiswa rantau). Serta penelitian ini diharapkan dapat memberikan acuan kepada mahasiswa rantau dan juga masyarakat umum terkait pentingnya religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada diri dalam menghadapi Pandemi COVID-19.