

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu mempunyai keinginan untuk mengubah diri menjadi lebih baik. Hal ini bisa disebabkan lingkungan tempat tinggalnya kurang baik, ingin mencari pengalaman hidup, serta ingin menuntut ilmu yang lebih tinggi di perguruan tinggi (Shafira, 2015). Berbagai cara yang dapat dilakukan oleh individu untuk mewujudkan keinginan tersebut salah satunya adalah pergi ke daerah lain atau yang biasa disebut merantau. Merantau merupakan salah satu fenomena sosial yang memiliki dampak luas (Karmina, 2016). Banyak faktor yang mendorong individu untuk merantau, salah satunya untuk mendapatkan pendidikan yang berkualitas. Tentunya hal ini terkait dengan kondisi pendidikan di Indonesia. Tidak meratanya pendidikan serta terbatasnya sarana prasarana merupakan kendala yang dihadapi oleh masyarakat Indonesia. Dampak tidak meratanya kualitas pendidikan terutama di tingkat perguruan tinggi mendorong individu untuk merantau (Karmina, 2016).

Individu yang memilih untuk meninggalkan kampung halaman demi melanjutkan pendidikan yang lebih baik, sering disebut sebagai mahasiswa perantau. Mahasiswa perantau adalah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian jenjang perguruan tinggi diploma, sarjana, magister, atau spesialis (Lingga & Tuapattinaja, dalam Widihapsari dan Susilawati, 2018). Menurut

Winkel (1997), mahasiswa sebagai dewasa awal sebagian besar berada pada rentang umur dari 18 sampai 24 atau 25 tahun. Individu pada masa dewasa dini terdapat berbagai macam penyesuaian dan konflik yang terjadi, hal ini disebabkan karena masa dewasa dini merupakan masa peralihan individu dari masa remaja ke masa dewasa terhadap pola-pola kehidupan baru serta harapan sosial. Tentu dalam proses ini individu dituntut untuk melakukan berbagai penyesuaian terkait dengan masa pengaturan, usia reproduktif, masa ketegangan emosi, masa keterasingan sosial, masa komitmen, masa ketergantungan, masa perubahan nilai, masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru dan masa kreatif (Lestari, 2016). Mahasiswa perantau biasanya akan dihadapkan dengan perubahan-perubahan dari berbagai aspek kehidupan. Perubahan yang terjadi diantaranya terjadinya perubahan harapan sosial, peran, dan perilaku, sehingga diperlukan penyesuaian diri untuk menghadapi situasi tersebut (Nadlyfah dan Kustanti, 2018).

Lin dan Yi (dalam Saniskoro dan Akmal, 2017) menyatakan bahwa masalah unik yang dialami mahasiswa perantau adalah masalah psikososial, di antaranya; tidak *familiar* dengan gaya dan norma sosial yang baru, perubahan pada sistem dukungan, dan masalah intrapersonal dan interpersonal yang disebabkan oleh proses penyesuaian diri. Selain itu, masalah lain yang dialami mahasiswa perantau saat melakukan penyesuaian, yaitu terkait dengan akademik, misalnya: perencanaan studi, cara belajar, pengenalan peraturan terhadap sistem akademik, persaingan lebih besar, lebih banyak tugas, gaya belajar yang berbeda, dan kualitas standar yang lebih tinggi (Sukami, dalam Adiwaty dan Fitriyah, 2015). Berbagai masalah dan tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa perantau tersebut

menuntut individu untuk memiliki kemampuan yang lebih dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru (Pascarella, dalam Mudhovozi, 2012). Perubahan situasi yang terjadi dan cukup berbeda dari daerah asal dapat membuat mahasiswa merasa tidak nyaman baik dari segi psikis maupun fisik. Hal inilah yang menyebabkan adanya gegar budaya atau *culture shock* (Rachma, 2016). Fenomena gegar budaya menjadi persoalan dasar bagi mahasiswa rantau. Hal ini dikarenakan fenomena tersebut menjadi akar dari berbagai kesulitan penyesuaian diri (Nadlyfah dan Kustanti, 2018).

Voitkane (2001) melakukan penelitian terhadap 607 orang mahasiswa tahun pertama di Universitas Latvia, didapati sekitar 52.6% mahasiswa mengalami kesulitan dalam menghadapi hubungan baru. Lebih lanjut, hasil penelitian Nur (2015), di Universitas Padjajaran (UNPAD) menunjukkan bahwa 60% mahasiswa merasa belum dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dengan baik. Hal ini dikarenakan kesulitan mereka dalam menyelesaikan tugas akademik, kesulitan menjalani hubungan dengan teman baru, belum terbiasa dengan sistem perkuliahan dan masih sangat bergantung dengan orang tua. Hal yang sama juga diperoleh dari penelitian yang dilakukan Shafira (2015), bahwa sekitar 56.6% mahasiswa baru merasa sedih, kesepian dan ketakutan ketika pertama kali tinggal jauh dari orang tua. Saat itu, mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tua dituntut untuk mulai mampu mengatur hidupnya sendiri, menyesuaikan diri dengan teman dan kegiatan baru serta menghadapi perubahan budaya asal dengan budaya tempat tinggal baru.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 10-12 November 2019 kepada lima mahasiswa yang merantau di Yogyakarta. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti di kost subjek, subjek DMA, MK, dan RS mengatakan bahwa ketiga subjek agak sulit untuk bergaul dengan individu lain yang berasal dari suku lain, alasan subjek karena terbiasa berkomunikasi dengan gaya bicara yang agak keras. Sedangkan menurut subjek di gaya bicara warga Jogja lebih halus dan santun, subjek mengatakan, “sebenarnya bukan kami tidak sopan, tetapi memang seperti ini gaya bicara kami, kami di asrama ini keseharian juga berbicara dengan keras dan agak kasar yang menurut kami itu hal yang biasa”. Ketiga subjek mengatakan agak sulit beradaptasi di perantauan karena merasa menjadi minoritas. Ketiga subjek juga mengatakan dirinya kurang mampu untuk menerima keadaan dirinya seperti merasa rendah diri. Alasan subjek karena dirinya merasa berasal dari daerah yang cukup tertinggal yaitu kabupaten Sidrap, Sulawesi Utara dan Kabupaten Bantaeng, Sulawesi Selatan. Subjek merasa kurang nyaman di perantauan karena memiliki budaya yang berbeda dengan daerah asal subjek. Kadang subjek merasa sulit bergaul dengan teman-teman lainnya di perantauan karena subjek merasa status sosialnya tidak lebih tinggi dibandingkan teman-temannya, subjek mengatakan “kita kadang minder mba kalau main bergaul dengan teman-teman yang status sosialnya tinggi, kadang kita juga merasa, orang yang status sosialnya tinggi kurang nyaman juga bergaul dengan kita”. subjek juga mengatakan bahwa dirinya kadang sulit beradaptasi karena subjek minoritas di lingkungan sekitarnya.

Lebih lanjut, wawancara di tempat berbeda, subjek ES dan IH mengatakan agak sulit mengikuti norma adat di perantauan. Subjek kadang sulit mengikuti kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan masyarakat di perantauan, seperti ketika salah-satu warga ada yang memiliki hajatan pemuda-pemudinya ikut membantu yang memiliki hajat, subjek pernah diajak untuk ikut membantu namun subjek memilih untuk tidak ikut berpartisipasi membantu dengan alasan merasa kurang nyaman. Kebutuhan sehari-hari membuat subjek harus mulai memberanikan diri untuk berbaur dan memulai interaksi dengan lingkungan sekitar. Namun subjek memilih untuk memulai berinteraksi dengan teman yang berada satu daerah asal dan satu suku. Subjek merasa belum berani karena dengan perbedaan kebiasaan dan adat takut menimbulkan kesalahpahaman dengan individu lain disekitarnya. Kedua subjek juga mengatakan “kami kurang aktif mba mengikuti kegiatan sosial di lingkungan sini, ketika awal merantau di sini saja kita aktifnya, itupun hanya sebatas ikut pertemuan karang taruna 2 kali”. Subjek juga mengatakan “selama kami tinggal di sini belum pernah lho mba ikut kegiatan-kegiatan seperti memperingati hari kemerdekaan 17 agustus, nonton lomba saja tidak mba. Kami justru hanya di kost kalau tidak keluar makan bareng teman-teman kost”. Subjek ES dan IH mengatakan bahwa selama 2 Tahun merantau di Yogyakarta, sudah 7 kali pindah kost, mulai dari kost yang dekat dengan kampus, sampai yang agak jauh sudah pernah dicoba. Alasan kedua subjek sering pindah kost karena cukup sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar.

Kesimpulan hasil wawancara terhadap lima mahasiswa yang merantau di Yogyakarta, menunjukan empat dari lima subjek cenderung sulit menyesuaikan

diri di lingkungan baru. Diketahui ada banyak keluhan yang diutarakan subjek sebagai mahasiswa pendatang dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru yang ada disekitarnya. Empat dari lima subjek memiliki pemikiran yang kurang baik yang cenderung dapat mempersulit diri dalam penyesuaian diri pada lingkungan baru disekitarnya. Perbedaan adat, budaya dan kebiasaan-kebiasaan masyarakat membuat subjek cenderung sulit untuk beradaptasi dengan lingkungannya di perantauan. Subjek ES dan IH sudah 2 Tahun merantau di Yogyakarta dan merasa masih cukup sulit untuk menyesuaikan diri di lingkungannya. Proses penyesuaian diri pada mahasiswa merantau dibutuhkan tidak hanya pada awal merantau saja, karena pada dasarnya individu adalah makhluk yang unik, dimana individu satu dengan lainnya mengalami pengalaman yang berbeda, dan menyebabkan perbedaan kemampuan, sikap, dan nilai individu, yang termasuk dalam proses penyesuaian diri. Sejalan dengan kondisi tersebut, memungkinkan individu dalam proses penyesuaian diri membutuhkan waktu yang berbeda-beda, ada individu yang mebutuhkan waktu cukup singkat, ada pula individu yang membutuhkan waktu cukup lama dalam proses penyesuaian diri (Nadlyfah dan Kustanti, 2018).

Schneiders (dalam Rohmah, 2004) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah proses kecakapan mental dan tingkah laku seseorang dalam menghadapi tuntunan-tuntunan baik dari dalam diri sendiri maupun lingkungannya. Penyesuaian ditentukan oleh bagaimana seseorang dapat bergaul dengan diri orang lain secara baik. Tanggapan-tanggapan terhadap orang lain atau lingkungan sosial pada umumnya dapat dipandang sebagai cermin apakah seseorang dapat mengadakan penyesuaian dengan baik atau tidak. Menurut Schneiders (dalam

Rohmah, 2004) aspek penyesuaian diri terbagi menjadi tiga, yaitu aspek kemampuan individu untuk menerima keadaan dirinya ialah kemantapan suasana kehidupan emosional dan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain. Aspek keharmonisan dengan lingkungan ialah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan, keterlibatan dalam partisipasi sosial, kesediaan kerjasama, kemampuan kepemimpinan, dan sikap toleransi. Aspek kemampuan mengatasi ketegangan, konflik dan frustrasi ialah kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan diri tanpa terganggu oleh emosi dapat mengatasi suatu permasalahan dengan tenang.

Sebagai individu perantau, agar dapat menyerap ilmu dengan baik sebagai mahasiswa di universitas atau perguruan tinggi, dituntut agar dapat dengan cepat beradaptasi dengan keadaan lingkungan, baik lingkungan kampus maupun lingkungan tempat tinggal (daerah kosan atau daerah kontrakan). Seorang mahasiswa perantau diharapkan dapat mandiri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang dialami saat ini (Sitorus dan Warsito, 2013). Seharusnya mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan, baik lingkungan kampus maupun lingkungan tempat tinggal. Pentingnya mahasiswa mampu menyesuaikan diri dilingkungannya karena dengan penyesuaian diri yang baik, mahasiswa akan terus mengembangkan dan mengasah kemampuannya di semester selanjutnya (Vidyanindita, Agustin, dan Setyanto 2017). Apabila individu gagal dalam melakukan penyesuaian diri dalam bidang pendidikan dapat menyebabkan individu mengalami gangguan psikologis, salah satunya merasakan stres (Maulina dan Sari, 2018).

Menurut Soeparwoto, dkk. (dalam Kumalasari dan Ahyani, 2012) faktor penyesuaian diri dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari motif, konsep diri, persepsi, sikap, intelegensi dan minat, dan kepribadian. Faktor eksternal terdiri dari keluarga, kondisi sekolah, kelompok sebaya, prasangka sosial, dan hukum dan norma sosial. Soeparwoto, dkk. (dalam Kumalasari dan Ahyani, 2012) menyatakan individu dengan konsep diri yang tinggi akan lebih memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri yang menyenangkan dibanding remaja dengan konsep diri rendah, pesimis ataupun kurang yakin terhadap dirinya.

Konsep diri merupakan gambaran seseorang tentang dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh melalui interaksi dengan lingkungan (Agustiani, 2009). Konsep diri adalah semua bentuk kepercayaan, perasaan, dan penilaian yang diyakini individu tentang dirinya sendiri dan mempengaruhi proses interaksi sosial dengan lingkungan sekitar. (Tarwoto, dalam Pambudi dan Wijayanti, 2012). Menurut Berzonsky (dalam Rahmaningsih dan Martani, 2014), konsep diri terdiri dari beberapa aspek, yaitu; diri fisik (*physical self*), diri sosial (*social self*), diri moral (*moral self*), dan diri psikis (*psychological self*)

Semaraputri dan Rustika (2018) menyatakan kemampuan individu mengenali diri secara sadar sehingga mampu untuk mengharmoniskan diri dengan lingkungan memengaruhi bagaimana individu dalam menyesuaikan diri. Menurut Rogers (dalam Semaraputri dan Rustika (2018), individu yang memiliki konsep diri tidak akurat cenderung tidak dapat menyesuaikan diri. Dalam penyesuaian

diri yang baik dibutuhkan kemampuan mengarahkan diri, baik untuk berperilaku yang tepat, rasional, berpikir realistis dan objektif. Kemampuan ini berkaitan erat dengan konsep diri yang dimiliki oleh individu, yang telah dibentuk oleh individu dan menjadi kerangka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Anissa & Handayani (2012) menyatakan bahwa konsep diri yang dimiliki individu memberikan pengaruh terhadap proses berpikir, perasaan, keinginan, nilai maupun tujuan hidup seseorang sehingga memiliki penyesuaian diri yang lebih baik.

Safareka, Setyowani, dan Anni (2017) menyatakan pandangan mengenai dirinya sendiri sangat mempengaruhi individu dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan baru. Pandangan tersebut bisa saja pandangan yang positif dan bisa saja pandangan negatif. Individu dengan konsep diri positif akan terlihat lebih percaya diri, optimis, selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu, dan juga terhadap kegagalan yang dialaminya. individu yang memiliki konsep diri positif memandang suatu kegagalan bukanlah suatu akhir dari segalanya, melainkan dijadikan sebagai suatu pelajaran yang berharga untuk melangkah kedepan. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa individu yang memiliki konsep diri positif cenderung lebih percaya diri dalam melakukan hal-hal yang baru salah satunya yaitu, dalam melakukan menyesuaikan diri di lingkungan baru (Safareka, dkk., 2017).

Berbeda dengan individu yang memiliki konsep diri positif, individu dengan konsep diri negatif cenderung bersikap pesimis terhadap kehidupan, merasa lemah, dan merasa tidak disenangi teman. individu dengan konsep diri

negatif tidak melihat tantangan sebagai kesempatan, melainkan lebih sebagai halangan. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa individu yang memiliki konsep diri negatif cenderung kurang percaya diri dan merasa minder dalam menghadapi lingkungan baru, sehingga individu cenderung mengalami kesulitan dalam berinteraksi dan bergaul dengan orang lain yang akan menghambat proses penyesuaian diri di lingkungan yang baru (Syam, 2014). Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang penulis kemukakan di atas, maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran dibidang psikologi psikologi sosial, khususnya untuk meningkatkan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Yogyakarta.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan kepada mahasiswa untuk mengetahui seberapa besar konsep diri dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau.