

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Di masa globalisasi ini, banyak mahasiswa melanjutkan pendidikan tinggi di luar kampung halaman mahasiswa tersebut, yang memaksa mahasiswa untuk menghabiskan waktu jauh dari rumah atau lingkungan terdekat untuk menuntaskan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi, mahasiswa tersebut banyak dikenal dengan sebutan mahasiswa perantau (Dewi,2018). Menurut Kemendikbud (dalam Halim dan Dariyo, 2016), mahasiswa yang memutuskan untuk pergi merantau adalah mahasiswa yang mengambil keputusan untuk meninggalkan kampung halamannya untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi, sehingga mahasiswa merantau harus tinggal jauh dari rumah selama jangka waktu tertentu untuk memenuhi kewajibannya dalam menempuh pendidikan.

Merantau adalah perginya seseorang dari tempat asal di mana ia tumbuh dan besar, ke wilayah lain untuk menjalani kehidupan atau mencari pengalaman (Hafensi, 2022). Sementara itu mahasiswa merantau adalah suatu bentuk dari setiap orang yang masuk suatu daerah baru untuk menyelesaikan pendidikannya demi memperoleh kualitas pendidikan yang lebih baik, pengambilan keputusan untuk merantau biasanya dikearenakan universitas atau perguruan tinggi impian yang kadang kala masih sedikit didapatkan di daerah tempat tinggal sendiri, yang mengakibatkan sebagian masyarakat memilih pindah ke luar kota untuk melanjutkan pendidikannya (Sitorus, 2013). Mahasiswa merantau memiliki tanggung jawab sebagai pelajar dan orang asing dalam suatu daerah baru, untuk

mempelajari berbagai hal secara menyeluruh, dan dapat dengan cepat menyesuaikan diri dengan situasi baru, termasuk lingkungan tempat mahasiswa tersebut tinggal maupun lingkungan di kampus. Apabila mahasiswa yang memutuskan untuk merantau tidak mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, mahasiswa tersebut berisiko mengalami stres, depresi dan frustrasi yang merupakan efek negatif dari *culture shock* mahasiswa perantau (Devinta, 2015). Mahasiswa yang merantau harus mampu bertahan dari lingkungan yang berbeda dari sebelumnya dan mahasiswa juga mempunyai banyak tuntutan di luar tempat tinggal asalnya, hal ini menyebabkan mahasiswa mengalami sejumlah masalah yang merugikan dirinya, antara lain mudah tersinggung, stres, marah dan cenderung tidak stabil, sehingga karena berbagai masalah tersebut *psychological well-being* individu tersebut akan terpengaruh.

Penelitian yang dilakukan oleh Aprianti (2012), di Universitas Indonesia diketahui bahwa mayoritas mahasiswa memiliki *psychological well-being* yang rendah. Data kategorisasi kesejahteraan psikologis yang diperoleh dari penelitian oleh Mariyanti (2017) hasil bahwa mahasiswa psikologi memiliki kesejahteraan psikologis yang cenderung rendah, dengan demikian mahasiswa psikologi dengan kecenderungan kesejahteraan psikologis rendah akan merasakan kesulitan untuk mengembangkan potensi dalam diri secara penuh, menilai diri sebagai individu yang penuh kekurangan, sehingga tidak merasakan kepuasan dan kebahagiaan dalam dirinya.

Ryff (dalam Halim, 2016) menguraikan bagaimana konsep *psychological well-being* berhubungan pada bagaimana perasaan individu tentang kegiatan yang

individu tersebut jalani setiap hari dan mengarah kepada pengungkapan apa yang dirasakan merupakan hasil dari pengalaman hidup. Ryff (1995) menetapkan enam komponen yang merupakan dimensi dalam *psychological well-being*, termasuk penguasaan lingkungan, peningkatan diri, penerimaan diri, tujuan hidup, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain. Kemudian, untuk memperkuat data yang telah ada, pada 10 Oktober 2022, di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana, Yogyakarta, peneliti melakukan wawancara tatap muka dengan 10 mahasiswa rantau yang terdaftar di semester terakhirnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa mahasiswa rantau di Universitas Mercu Buana Yogyakarta 6 dari 10 menunjukkan adanya perasaan tidak puas dengan keadaan dirinya, sehingga dapat menimbulkan masalah pada kualitas personalnya yang mengakibatkan orang tersebut tidak menerima diri apa adanya. Selain itu, 8 dari 10 menunjukkan bahwa sulit membina hubungan dengan orang lain sehingga dapat menimbulkan rasa kesepian, mayoritas mahasiswa yang pindah ke Yogyakarta juga rentan terpengaruh terhadap tekanan teman sebaya untuk percaya dan bertindak dengan cara tertentu, yang membuat individu tersebut sangat bergantung pada nasihat orang lain saat membuat keputusan penting. Selain itu, 7 dari 10 mahasiswa juga mengalami kesulitan untuk mengatur kehidupan sehari-hari sehingga sulit untuk memanfaatkan peluang dan kesempatan di lingkungannya, serta 7 dari 10 siswa juga kehilangan tujuan dan arah kehidupan, sehingga mengalami penghambatan perkembangan yang berakibat pada munculnya rasa bosan dan kehilangan minat.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti, menunjukkan bahwa responden yang merupakan mahasiswa rantau tersebut terindikasi mengalami permasalahan dalam *psychological well being*, karena sifat perilaku mahasiswa rantau tersebut antara lain kurang percaya diri dimana hal tersebut merupakan kurang terpenuhinya dimensi penerimaan diri, ketergantungan pada orang lain yang merupakan kurang terpenuhinya dimensi penguasaan lingkungan, kurangnya tujuan dalam hidup yang ingin dicapai yang merupakan kurang terpenuhinya dimensi tujuan hidup, kesulitan terbuka pada pengalaman baru yang merupakan kurang terpenuhinya dimensi pertumbuhan pribadi, dan kesulitan membentuk hubungan yang positif dengan orang lain yang merupakan kurang terpenuhinya dimensi membangun relasi positif dengan orang lain.

Mahasiswa rantau menghadapi berbagai masalah *psychological well being*, untuk itu penting mahasiswa rantau untuk dapat mempertimbangkan *psychological well being* saat membuat keputusan untuk merantau, dengan demikian, pengalaman dan fungsi psikologis mahasiswa tersebut akan menjadi optimal (Saputra, 2020). Ryff (dalam Racmadhani, 2020) menyatakan bahwa kesejahteraan, kebahagiaan, dan kepuasan psikologis dapat menghasilkan unsur-unsur yang mendukung dan meningkatkan fungsi yang positif dalam diri seseorang, maka dari itu mahasiswa pada dasarnya diharapkan memiliki *psychological well being* yang cukup baik agar mampu meningkatkan hal tersebut. Sukmaputri (2014) berpendapat bahwa individu yang memiliki *psychological well-being* rendah dengan mudah terindikasi depresi, sehingga mempunyai angka kematian yang cenderung tinggi bahkan hingga ada yang mempunyai kecenderungan untuk bunuh diri, sebaliknya seseorang

dengan *psychological well-being* yang cenderung baik mampu mengelola tekanan yang terjadi dalam kesehariannya, mempunyai angka kematian yang cenderung rendah, berani dalam melewati tantangan dan mampu memberikan tanggapan baik pada kejadian dalam kehidupan yang dialami.

Ryff dan Keyes (1995) berpendapat bahwa faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well being* diantaranya adalah Usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya, dukungan sosial, agama, dan kepribadian. Salah satu bentuk kepribadian adalah *locus on control*. Rotter (1996) membagi *locus of control* menjadi dua bagian yaitu *external locus of control* dan *internal locus of control*. Orang dengan *internal locus of control* lebih percaya bahwa usaha dan kemampuan diri sendiri yang akan menentukan kejadian yang terjadi akan terjadi dalam kehidupan individu tersebut, hal tersebut dikemukakan melalui penelitian Levenson (1981). Robinson et al. (dalam Ardiansyah, 2019) menekankan, seseorang dengan kecenderungan *internal locus of control* pada umumnya mempunyai *psychological well being* yang lebih baik daripada seseorang dengan kecenderungan *eksternal locus of control*, inilah sebabnya mengapa peneliti memilih *internal locus of control* sebagai faktor turunan yang juga dapat mempengaruhi *psychological well being*. Rotter (1996) menguraikan bahwa *internal locus of control* memiliki tiga aspek diantaranya adalah kecakapan, kemampuan, dan juga usaha. Menurut penelitian Mobarakeh (2015), *locus of control internal* dan *psychological well being* berkorelasi secara signifikan, *locus of control* memainkan peran mendasar dalam menentukan tingkat penyesuaian dan *psychological well being*. *Psychological well being* seseorang akan meningkat

ketika individu tersebut mempunyai *internal locus of control* itu disebabkan karena *internal locus of control* dapat mendorong penguasaan diri, dan memiliki hubungan bersosialisasi yang positif yang dapat meningkatkan kinerja kelompok. Hasil serupa ditemukan dalam penelitian oleh Listiara dan Sari (2017) yang menemukan bahwa *psychological well being* akan mengalami peningkatan apabila *internal locus of control* juga mengalami peningkatan.

Pada penelitian sebelumnya banyak yang mengulas variabel *psychological well being* dengan variabel *loneliness* dan dukungan sosial, maka dari itu pada penelitian kali ini, penulis tertarik untuk mengulas variabel *psychological well being* dan variabel *internal locus of control* sebagai pengembangan penelitian dari penelitian terdahulu. Berdasarkan penjelasan di atas, maka akhirnya peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap variabel *psychological well being* dengan variabel *internal locus of control*, dan mencari tau apakah ada hubungan *internal locus of control* dengan *psychological well being* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu guna mencari tau apakah ada hubungan antara *locus of control internal* dengan *psychological well being* pada mahasiswa rantau Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

Diharapkan penelitian dapat memberi bermanfaat, dimana manfaat tersebut terbagi menjadi dua kategori, yaitu:

1) Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian ini mampu memberi pemahaman dalam bidang psikologi klinis dan psikologi sosial, yang terkait dengan *psychological well being* dan *internal locus of control*. Peneliti juga mengharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi yang dijadikan rujukan dan dikembangkan untuk digunakan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti lain kedepannya.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Mampu memberi informasi atau perspektif baru tentang hubungan *internal locus of control* dengan *psychological well being* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta

b. Bagi Mahasiswa

1) Mahasiswa mampu memakai hasil penelitian ini guna memperluas pengetahuan terkait dengan *locus of control internal* dan *psychological well being*.

2) Dapat digunakan menjadi salah satu referensi saat melakukan penelitian terkait hubungan *internal locus of control* dengan *psychological well being* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta, yang kemudian diharapkan juga dapat ditinjau lebih lagi oleh peneliti selanjutnya.

c. Bagi Perguruan Tinggi

Dapat memberikan informasi kepada mahasiswa rantau di Yogyakarta tentang *internal locus of control* dan *psychological well being*, dan diharapkan institusi akademik lebih memperhatikan keadaan psikologis mahasiswa selama merantau di Yogyakarta.