

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di era globalisasi dewasa ini, banyak mahasiswa memutuskan untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang berada di luar kampung halamannya, sehingga mahasiswa harus memberanikan diri tinggal di luar daerahnya pada jangka waktu tertentu untuk menyelesaikan pendidikannya sehingga muncul istilah mahasiswa rantau. Menurut Badan Bahasa Kemendikbud mahasiswa adalah sebutan untuk individu yang sedang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa belajar untuk mencapai pemahaman tingkat tinggi tentang disiplin ilmu tertentu dan untuk mencapai kematangan pribadi (Nashori, 2012). Sementara mahasiswa perantau menurut Santrock (2002) ialah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri untuk mencapai keahlian di jenjang perguruan tinggi diploma, sarjana, magister, doktor, atau spesialis. Irawati (2013) juga mengatakan alasan mahasiswa untuk merantau adalah agar mendapat pendidikan yang lebih baik dan layak. Mahasiswa memutuskan untuk rantau, disebabkan karena pendidikan yang belum berkualitas secara merata di setiap wilayah di Indonesia, hal ini ditunjukkan pada artikel online Kompas (2008) bahwa kualitas perguruan tinggi di pulau jawa lebih mendominasi dibanding wilayah lain. Tidak meratanya kualitas perguruan tinggi di Indonesia menyebabkan banyaknya mahasiswa yang memilih untuk menimba ilmu yang lebih baik di wilayah lain, salah satunya Yogyakarta.

Yogyakarta merupakan kota dengan sejumlah julukan, diantaranya adalah kota pelajar atau kota pendidikan (Ciputra, 2022). Sebuah data dari Badan Pusat Statistik atau BPS (2022) terdapat 109 perguruan tinggi di Yogyakarta 5 diantaranya merupakan perguruan negeri serta 104 perguruan swasta dengan jumlah mahasiswa sejumlah 401.863 mahasiswa. Untuk jumlah dari tenaga pendidik, Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki 13.471 tenaga pendidik. Data terbaru Badan Akreditasi Nasional atau BAN (2023) terdapat 65 perguruan tinggi terakreditasi unggul di Indonesia dan 8 diantaranya berada di Yogyakarta.

Menurut Pemerintah Provinsi D.I. Yogyakarta jumlah mahasiswa di D.I. Yogyakarta di tahun 2015 mencapai 320.000 orang. Berdasarkan dari jumlah tersebut, 90 ribu diantaranya atau sekitar 30% merupakan mahasiswa dari luar daerah (Zubaidah dkk, 2015)

Asosiasi Perguruan Tinggi Swasta Indonesia (APTISI) DIY pada tahun 2020 pernah melakukan survei terhadap 51 PTS di DIY dengan 403 program studi, 142.219 mahasiswa aktif, sebanyak 57.334 mahasiswa (40%) merupakan asli warga DIY dan 84.885 mahasiswa (60%) merupakan pendatang (Padmaratri, 2020). Dari beberapa data jumlah mahasiswa rantau diatas menunjukkan Yogyakarta memiliki banyak mahasiswa yang merantau dari luar Yogyakarta.

Pada awal menempuh dunia kuliah, mahasiswa baru mengalami transisi di berbagai bidang kehidupan. Dengan begitu, mahasiswa rentan mengalami stres dengan

tingkat tinggi, serta mempengaruhi kesehatan mentalnya (Conley, Travers, & Bryant, 2013). Oleh sebab itu, mahasiswa dengan status barunya tersebut perlu melakukan adaptasi atau penyesuaian diri. Penyesuaian diri ini memiliki pengertian proses mental individu untuk mengatur atau melakukan coping terhadap lingkungan serta kesulitan dalam kehidupan sehari-hari. (Weiten, Dunn, & Hammer, 2012)

Lee, Koesker, dan Sales (2004) menyatakan rintangan yang akan dilalui mahasiswa perantau dalam menempuh pendidikan di perguruan tinggi berbeda dengan mahasiswa yang tidak merantau. Mahasiswa pendatang ini harus mampu beradaptasi dengan budaya baru, sistem pendidikan baru serta lingkungan sosial yang baru. Kesulitan penyesuaian pada mahasiswa berkisar pada sifat pendidikan di SLTA ke Perguruan Tinggi yang berbeda, hubungan sosial, dan masalah ekonomi. Banyak mahasiswa rantau yang dapat melalui masalah yang dialami ketika masa transisi ini dengan baik. Namun, tidak sedikit pula yang tidak berhasil dalam mengatasi masalah tersebut. Thurber & Walton (2012) mengungkapkan bahwa masa perubahan ini menjadi masa transisi yang penting untuk mahasiswa. Terjadi perubahan hubungan antara mahasiswa dengan orang tua serta *significant others* lain. Ketika menjadi mahasiswa baru, mahasiswa yang merantau merasakan kebebasan namun tanggung jawab yang lebih besar (Baumeister & Leary, 2010). Pada masa ini kontak dan dukungan yang diterima oleh mahasiswa baru dari keluarga dan teman menjadi berkurang (Friedlander, dkk., 2007). Selain itu, hubungan yang berubah tersebut dapat menjadi tekanan dan stres

tambahan ketika sedang menjalani proses perkembangan memasuki usia dewasa (Mudore, dalam Al-Qaisy, 2010).

Tuntutan tanggung jawab mahasiswa rantau dapat menjadi beban berat yang dapat mempengaruhi psikologis. Masalah yang dihadapi mahasiswa rantau dapat mengakibatkan afek negatif yang tinggi, afek positif yang rendah dan kepuasan hidup yang rendah. Artinya, masalah yang dialami mahasiswa rantau ini dapat mengakibatkan rendahnya kesejahteraan subjektif atau *subjective-wellbeing* (Qonitatin, 2009).

Diener, Lucas, dan Oishi (2002) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai konsep evaluasi yang meliputi pengalaman emosi positif yang menyenangkan, Rendahnya tingkat *mood* negatif, serta tingginya kepuasan hidup. Ketiga hal ini yang kemudian membuat hidup dirasakan berharga. Sementara World Health and Organisation (2004) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai indikator kesehatan mental yang ditunjukkan oleh kemampuan individu untuk mengatasi tekanan dalam hidup biasa, produktif, dan mampu berkontribusi kepada masyarakat. Menurut Diener (dalam Hessels., dkk, 2018) *subjective well-being* terbagi dalam dua komponen umum yaitu Komponen kognitif dan Komponen Afektif. Dalam komponen kognitif dibagi menjadi tiga antara lain : Evaluasi terhadap kepuasan hidup secara keseluruhan (*life satisfaction*), Evaluasi terhadap kepuasan domain tertentu, serta domain-domain dalam kehidupannya. Kemudian pada komponen afektif dibagi menjadi dua yaitu afek positif serta afek negatif. Afek Positif menggambarkan suasana hati dan emosi yang

menyenangkan, seperti kegembiraan, kasih sayang, serta sukacita. Sementara, aspek negatif menggambarkan suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan, serta mewakili respon negatif yang individu alami seperti khawatir, gugup, gelisah, malu, tertekan, kecewa, bersalah, bermusuhan, tersinggung, dan cemas. Istilah *happiness* atau kebahagiaan dan *Subjective well-being* atau di terjemahkan sebagai kesejahteraan subjektif sering juga digunakan bergantian (Diener dan Biswas, 2008).

Berdasarkan penelitian oleh Kurniawan & Eva (2020) yang dilakukan kepada 30 mahasiswa rantau di Universitas Malang menunjukkan rendahnya kesejahteraan subjektif pada mahasiswa rantau. Kemudian ada juga kasus yang terjadi pada mahasiswa rantau, salah satunya terdapat 3 mahasiswa Universitas Padjajaran pada bulan maret 2019 yang ditemukan bunuh diri (Putra, 2019).

Ada juga kasus tewasnya salah satu mahasiswa baru UGM yang diduga bunuh diri dengan melompat dari lantai 11 salah satu hotel di Yogyakarta. 8 Oktober 2022, di Depok, Sleman, DIY. Korban berinisial TSR berusia 18 tahun dari Jakarta. Polisi menduga TSR menjatuhkan diri dari lantai 11. Dugaan ini dilayangkan karena didalam tas korban ditemukan surat dari psikolog RS JIH (Prabawati, 2022). Di tambahkan pula tidak ada permasalahan sebelumnya yang memicu aksi bunuh diri tersebut. Berdasarkan konfirmasi dengan pihak keluarga tiga minggu terakhir perilaku korban sudah berbeda dan memang ada masalah beberapa hari terakhir (Erlin, 2022). Selain itu, dalam sepekan yang sama dengan mahasiswa UGM. Ada kasus tewasnya mahasiswi yang terjun ke

sungai Progo di jembatan Srandakan Bantul. Mahasiswi tersebut berinisial MS berusia 22 tahun berasal dari Banyumas. Korban meninggalkan motor beserta dengan barang pribadinya di jembatan tempat dirinya melompat. Korban ditemukan dua hari setelahnya di kali Progo, Kulon progo, Yogyakarta (Eleonora & Krisanti, 2022). Menurut psikiater fakultas kedokteran UNPAD Teddy Hidayat, mengungkapkan bahwa mahasiswa tersebut bunuh diri bukan karena menginginkan kematian, tetapi karena tak dapat menemukan jalan keluar masalahnya. Situasi yang membuat individu terperangkap dan stres ini bisa diakibatkan oleh beban akademik atau mahasiswa tersebut tak kunjung lulus atau terancam drop out. Masalah ekonomi, masalah hubungan sosial, dengan pacar atau orangtua bisa menjadi permasalahan. Hal tersebut umum ditemukan pada mahasiswa. (Putra, 2019). Berbagai emosi negatif yang dialami mahasiswa tersebut yang menunjukkan rendahnya *subjective well-being* pada mahasiswa rantau.

Studi awal yang dilakukan pada enam mahasiswa rantau di Yogyakarta pada 1 Juli 2022 melalui wawancara di kawasan kampus Universitas Mercu Buana Yogyakarta serta melalui *chat whatsapp* mengindikasikan rendahnya kesejahteraan subjektif pada mahasiswa rantau,. Pada aspek kognitif, empat mahasiswa menyatakan kurang puas terhadap hidupnya. Salah satu diantaranya menyatakan “tidak terlalu puas, masih ada yang ngeganjel”. Dua diantaranya merasa kesulitan dalam mengatur keuangan bulanan sehingga sering stress karena beban pikiran bahkan sempat sakit beberapa hari. Kemudian satu mahasiswa merasa masalah-masalah semakin berat dirasakan, “semakin gede ,masalah juga makin gede“ ujarnya. Kemudian beberapa dari mahasiswa tersebut

merasa kurangnya manajemen uang dan waktu karena berpisah dari keluarga, makanan yang harus membeli atau memasak sendiri yang biasanya sudah disiapkan ibu sehingga merasa hidupnya tidak terjamin selama dikost dibanding saat masih di kampung halamannya.

Pada komponen Afektif, dua mahasiswa pernah merasa cemas sebelum menghadiri kelas di awal masa perkuliahan sehingga menyebabkan afeksi negatif seperti sedih dan stress karena situasi yang berbeda dari sebelum merantau. Dua mahasiswa lainnya beropini senada yaitu merasa bahwa kebahagiaannya kurang dan cenderung sering murung di kostan dibandingkan dengan saat masih SMA di kampung halamannya, “sedih sih, susah soalnya hidup jauh dari orang tua, apa-apa susah dikerjakan sendiri, dulu gampang soalnya kalau kesusahan dekat tinggal minta tolong” ujar salah satu mahasiswa yang menggambarkan dukungan dari orang tua sangat penting bagi dirinya. Sementara dua mahasiswa merasa biasa saja bahkan dapat lebih ceria karena memiliki sahabat atau teman-teman yang memiliki domisili yang sama dengannya. Namun beberapa lainnya merasa sering khawatir karena tidak memiliki teman dekat baru yang selalu dapat diajak saat dirinya membutuhkan sesuatu seperti mengerjakan tugas bersama, penyebabnya adalah perbedaan budaya di Daerah Istimewa Yogyakarta yang membuat individu merasa sungkan bahkan cenderung cemas dan butuh beradaptasi, serta sulit berhubungan positif dengan orang lain yang disebabkan karena adanya perbedaan bahasa ketika berkomunikasi sehingga menyulitkan mahasiswa sungkan atau malu untuk berkomunikasi dengan mahasiswa lainnya yang berbeda asal dengannya

karena takut menyinggung perasaan. Afek negatif seperti murung, cemas, takut, serta cenderung malu tersebut menandakan rendahnya *subjective well-being*.

Berdasarkan wawancara diatas mayoritas responden merasakan beberapa afeksi negatif selama merantau. Perbedaan sebelum dan setelah merantau secara afektif terlihat dari pernyataan beberapa mahasiswa rantau, pada komponen kognitif subjek tidak menggambarkan perbedaan sebelum merantau, hanya menuturkan perasaan yang dialami pada saat ini. Kemudian beberapa subjek menuturkan pentingnya dukungan dari orang tua sehingga pernyataan tersebutlah yang menarik peneliti untuk memilih dukungan sosial orang tua sebagai variabel bebas.

Secara alamiah remaja tingkat akhir ini akan mengalami perubahan besar pada aspek kognitifnya. Perkembangan kognitif remaja diharapkan sudah mampu berpikir lebih dewasa, mandiri dan rasional serta pertimbangan akan sesuatu yang lebih matang dalam menyelesaikan masalah. Namun pada kenyataannya tidak semua remaja tingkat akhir yang pada kasus ini merupakan mahasiswa rantau mampu berpikir secara dewasa, mandiri dan rasional dalam menghadapi masalahnya, kebanyakan remaja berlarut-larut dalam kesedihan, stres dan bahkan tidak bahagia (Papalia, 2009). Perasaan bahagia pastinya sangat penting untuk individu karena rasa bahagia mampu membuat individu mampu menjalani hidupnya dengan penuh optimisme dan dengan pemikiran yang positif sehingga mampu membuat keputusan yang lebih tepat dan baik (Ulfa, 2016)

Menurut Havinghurst (dalam Hurlock, 2004), tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada saat periode tertentu dari kehidupan setiap individu. Jika berhasil maka akan menciptakan rasa bahagia serta membawa individu ke arah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya. Selain itu, Diener (2000) menyebutkan juga bahwa individu yang memiliki emosi positif dan bahagia, rata-rata cenderung lebih produktif dalam kesehariannya. Sebaliknya, apabila gagal akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya. Fisher (dalam Susilowati & Hasanat, 2011), menyatakan bahwa mahasiswa yang gagal dalam mengatasi permasalahan dan perbedaan yang terjadi serta tidak mempunyainya mahasiswa tersebut dalam melakukan penyesuaian diri terhadap pengalaman yang menekan tersebut dapat memicu depresi dalam diri mahasiswa. Depresi yang dialami oleh mahasiswa tersebut mencerminkan rendahnya kesejahteraan subjektif atau kebahagiaan dalam diri mahasiswa. Agar mahasiswa dapat mengatasi permasalahan dan dapat menjalani peran serta tanggungjawab dengan baik, mahasiswa diharapkan memiliki *subjective well being* yang tinggi (Sudjarwadi, 2003). Mahasiswa dengan tingkat *subjective well being* yang tinggi secara akademis akan baik. Selain itu, dengan tingkat *subjective well being* yang tinggi pula mahasiswa juga mampu menjadi pemimpin yang baik di masa mendatang (Fitriana, 2018).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* individu antara lain harga diri (*self-esteem*), pendapatan, usia, pekerjaan, pendidikan keyakinan, pernikahan, keluarga, kepribadian, jenis kelamin (Diener, 2009). Ada juga beberapa

tambahan faktor *subjective well-being* dari beberapa sumber diantaranya faktor dukungan sosial, pendapatan (Sulastri dan Hartoyo, 2014), serta jenis kelamin dan usia (Rahma, Puspitawati, Herawati, 2015). Ditambahkan oleh Sarafino dan Smith (2011) faktor dukungan sosial juga dapat bersumber dari orang tua. Faktor keluarga dan orang tua membentuk afek kognitif serta atribut kepribadian remaja (Ben-zur, 2003).

Salah satu faktor *subjective well-being* adalah dukungan sosial (Sulastri dan Hartoyo, 2014). Sarafino & Smith (2011) menambahkan bahwa dukungan sosial bersumber juga dari pihak orangtua, pasangan, keluarga, sahabat, maupun komunitas sosial. Teman dan keluarga berperan dalam memberikan dukungan yang optimal bagi remaja. Beberapa bentuk dukungan sosial berupa perhatian, motivasi, informasi, interaksi positif, dan dukungan materi dari anggota keluarga atau orang lain dapat meningkatkan kualitas hidup remaja (Sherbourne & Stewart, 1991). Pada penelitian ini, peneliti memilih faktor dukungan sosial yang di khususkan lagi pada dukungan sosial orang tua.

Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988) mengungkapkan dukungan sosial adalah keyakinan individu mengenai ketersediaannya dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang terdekat, yang termasuk di dalamnya adalah keluarga, teman, atau orang-orang di sekitarnya sewaktu individu membutuhkan. Kemudian Sarafino dan Smith (2012) juga menyatakan bahwa dukungan sosial tidak hanya mengacu pada tindakan yang dilakukan orang lain tetapi mengacu pada persepsi seseorang bahwa kenyamanan,

kepedulian, dan bantuan yang tersedia dapat dirasakan dukungannya. Ditambahkan oleh Sarason, Levine, dan Baasham (dalam Kirana, 2010) juga menambahkan bahwa dukungan sosial adalah transaksi interpersonal yang melibatkan salah satu faktor atau lebih dari karakteristik berikut ini : afeksi (ekspresi menyukai, mencintai, mengagumi dan menghormati), penegasan (ekspresi persetujuan, penghargaan terhadap ketepatan, kebenaran dari beberapa tindak pernyataan, pandangan) dan bantuan (transaksi-transaksi dimana bantuan dan pertolongan dapat langsung diberikan seperti barang, uang, informasi dan waktu).

Menurut Wijaya & Pratitis (2012) dukungan sosial orang tua memiliki pengertian bantuan yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya yang membuat individu memiliki keyakinan diri dan perasaan positif tentang dirinya sendiri sehingga individu mampu menjalani kehidupan kuliahnya. Penelitian yang dilakukan Walker & Satterwhite (2010) mengungkapkan bahwa dukungan orang tua memberikan dampak yang baik terhadap kemampuan coping sang anak ketika menjalani stresnya pendidikan. Menurut Bernal (2003) terdapat empat aspek dukungan sosial antara lain dukungan emosional, interpersonal, material, dan evaluasi terhadap dukungan sosial.

Penelitian dari Hasibuan, dkk (2018) menyatakan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial yang didapatkan dan dirasakan dengan *subjective well-being* yang dirasakan oleh mahasiswa perantau. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang didapat dan dirasa oleh mahasiswa perantau maka semakin tinggi pula

subjective well-being mahasiswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang didapatkan dan dirasakan oleh mahasiswa perantau maka semakin rendah *subjective well-being* mahasiswa tersebut. Ditambahkan oleh Kurniawan dan Eva (2020) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada mahasiswa rantau. Korelasi yang positif pada penelitian tersebut menandakan dukungan sosial dengan *subjective well-being* memiliki hubungan yang searah dan positif, hal ini berarti jika nilai dukungan sosial naik maka nilai *subjective well-being* mahasiswa rantau juga akan naik. Ditambahkan juga oleh Suhita (dalam Pipin 2014) dukungan sosial memiliki peran penting dalam mencegah masalah kesehatan mental. Ketika individu mendapatkan dukungan sosial yang tinggi maka kemungkinan kecil individu tersebut mengalami konsekuensi psikis yang negatif. Individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi akan lebih optimis dalam menghadapi kehidupan, lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologis, tingkat kecemasan yang rendah, skil interpersonal yang baik, mampu mengembangkan diri dan memiliki emosi yang lebih positif serta bahagia. Menurut Diener dan Biswas-Diener (dalam Diener & Ryan, 2009), individu yang memiliki jumlah teman dan jumlah keluarga yang lebih banyak cenderung memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Hal ini dikarenakan kecenderungan untuk mendapat hubungan yang akan lebih dekat dan dukungan sosial yang lebih baik. Dukungan sosial yang diterima kemungkinan besar mampu dapat menguatkan serta meningkatkan pandangan individu terhadap *subjective well-being* yang dirasakan (Sagiv & Schwartz, 2000). Menurut Fabian dkk (2017)

dukungan sosial yang diterima individu akan meningkatkan *well-being* dalam diri individu karena individu dapat memilih secara efektif koping stresnya saat menghadapi masalah.

Kesejahteraan remaja menjadi isu penting dalam investasi generasi penerus karena pembangunan bangsa di masa mendatang dipengaruhi oleh kualitas remaja di masa sekarang. *Subjective well-being* adalah faktor penting dalam berkembangnya remaja karena dianggap mampu menjaga kesehatan mental dan membuat remaja menjadi lebih kreatif, produktif dan mampu mengatasi stress dengan baik (Karaca, Karakoc, Bingol, Eren & Andsoy, 2016). Selain itu dampak positif *subjective well-being* lainnya yaitu sikap lebih empati, relasi sosial yang lebih baik, bersedia berbagi, percaya diri, aktif berkegiatan, dan juga memiliki kemampuan menyelesaikan masalah dengan baik dan kreatif, lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif, lebih jarang merasakan kesedihan, kepuasan akan tujuan hidup dan hidup lebih terasa bermakna (Veenhoven, 1988).

Oleh sebab itu, berdasarkan beberapa pernyataan diatas, melalui penelitian ini peneliti tertarik meneliti hubungan antara dukungan sosial dari orang tua dengan *subjective well-being* mahasiswa Perantau di Yogyakarta. Sehingga Rumusan masalah yang peneliti ajukan pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well being* mahasiswa perantau di Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan yang positif pada dukungan sosial orang tua dengan *subjective well-being* mahasiswa perantau di Yogyakarta

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat Teoritis

Memperluas wawasan khasanah pengetahuan dalam bidang psikologi Sosial dan psikologi klinis khususnya untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan pada dukungan sosial dari orang tua dengan *subjective well-being* mahasiswa perantau di Yogyakarta

b. Manfaat Praktis

Mendapatkan berbagai gambaran serta informasi kepada mahasiswa dan orang tua tentang dukungan sosial, apakah dapat mempengaruhi kebahagiaan dari individu. Diharapkan agar mahasiswa menyadari hal-hal tentang dukungan dari lingkungan sosialnya khususnya orang tua serta *subjective well-being* atau kesejahteraan subyektifnya. Bagi orang tua agar memperhatikan dan mendukung anaknya secara baik agar anak tersebut dapat berkuliah dengan sepenuh hati dan optimal, serta mendapat hasil terbaik dari perantauannya apabila kedua variabelnya berhubungan.