

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Setiap individu pasti pernah mengalami kesulitan karena individu tidak pernah akan terlepas dari berbagai permasalahan dan kesulitan dalam menjalani kehidupan. Kesulitan itu dapat terjadi pada waktu yang tidak terduga (Widuri, 2012). Tantangan serta permasalahan yang dialami oleh seseorang merupakan suatu fenomena hidup yang tidak bisa dihindari. Setiap individu memiliki reaksi terhadap permasalahan serta kesulitan ternyata berbeda-beda. Hal ini disebabkan oleh cara pandang yang berbeda terhadap permasalahan yang ada (Amelia, 2014). Perubahan seseorang dari sekolah menengah atas kemudian melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi atau menjadi seorang mahasiswa dapat menimbulkan stress bagi individu. Rasa nyaman tinggal bersama dengan keluarga, budaya yang dianut sejak kecil, bahasa yang digunakan sehari-hari, bergabung bersama kelompoknya, harus pindah ke lingkungan baru dimana jauh dari keluarga, sistem budaya yang berbeda, dengan kelompok yang baru, yang menuntut skill akademik dan dasar pengetahuan yang berbeda dengan apa yang dijalani di sekolah menengah atas (Amelia, 2014). Mahasiswa tahun pertama rata-rata berusia 18 hingga 19 tahun. Berdasarkan teori perkembangan psikososial Erikson, individu pada tahap ini akan menghadapi proses pencarian identitas diri dan pematangan pendirian hidup (Sokol, 2009).

Pendidikan yang lebih baik tentunya diinginkan oleh setiap individu yang baru saja menyelesaikan pendidikan di bangku SMA. Keinginan untuk

memperoleh universitas terbaik biasanya tidak didapatkan di kota asal sendiri. Hal ini yang menyebabkan sebagian orang memilih untuk merantau. Sebagai seorang yang merantau, mahasiswa diharapkan dapat menyerap ilmu dengan baik, dan mampu menghadapi berbagai persoalan. Orangtua yang memiliki anak merantau memiliki harapan bahwa anaknya bisa mendapatkan kehidupan yang lebih baik dari sekarang (Irene, 2013). Khoirunnisa dan Ratnaningsih (2016) mengatakan bahwa mahasiswa di perguruan tinggi dianggap; sebagai individu yang terpelajar dan diharapkan menjadi penerus bangsa di masa yang akan datang

Menurut Gunarsa (2008) mahasiswa memiliki tantangan dalam menghadapi kehidupannya. Ketika individu mulai memasuki dunia kuliah, individu akan menghadapi berbagai perubahan, mulai dari perubahan karena perbedaan sistem pendidikan, perbedaan budaya yang baru, pemilihan bidang studi, dan permasalahan ekonomi.

Dwyer dan Cummings (2002) mengatakan bahwa mahasiswa tahun pertama dan kelima mengalami stress yang lebih tinggi daripada mahasiswa di tahun pertengahan. Mahasiswa tahun pertama mengalami lebih banyak stres karena transisi kehidupan besar dari sekolah menengah ke universitas, sedangkan mahasiswa tahun kelima mungkin memiliki ketakutan tentang keputusan hidup setelah lulus. Penelitian yang dilakukan oleh Abdulghani (2011) menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama di Arab Saudi mengalami tingkat stress yang paling tinggi dibandingkan mahasiswa tahun-tahun berikutnya. Masa peralihan yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama merupakan masa awal yang sangat penting dalam melakukan adaptasi dan akan berpengaruh terhadap kehidupannya di

tahun-tahun berikutnya. Ketika mahasiswa tahun pertama tidak mampu menghadapi berbagai permasalahan di tahun pertama maka akan mengalami kesulitan di tahun-tahun berikutnya dan tujuan awal akan sulit untuk dicapai.

Murphy dan Archer (dalam Amelia, 2014) mengatakan bahwa persaingan tinggi yang dirasakan antar mahasiswa merupakan salah satu pemicu stress bagi mahasiswa. Stress yang dialami oleh mahasiswa memberikan dampak yang negatif pada kondisi fisik dan psikis. Dampak tersebut dapat berupa gejala fisiologis, emosional, kognitif, hubungan interpersonal, dan organisasional. Widuri (2012) mengatakan bahwa mahasiswa berada pada kelompok usia remaja akhir dan dewasa dini. Suatu tahap dimana terdapat banyak masalah dan tekanan. Berbagai perubahan yang dialami dan munculnya tuntutan yang menyebabkan muncul banyak masalah seperti perubahan dalam hidup dimana tanggungjawab yang dipegang semakin besar. Menurut Sunarti, Islamia, Rochimah, dan Ulfa (2017) mahasiswa adalah generasi muda yang berperan penting dalam kehidupannya. Salah satu bentuk perlindungan khusus kepada mahasiswa yang harus dilakukan adalah dengan membangun resiliensi agar mahasiswa mampu mencegah, mengantisipasi, beradaptasi, dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Berbagai permasalahan, tantangan, dan kesulitan yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama yang merantau adalah suatu fenomena hidup yang tidak dapat dihindari. Agar mahasiswa dapat mengatasi berbagai permasalahan tersebut, maka setiap mahasiswa harus bisa menjadi resilien, yaitu dapat bangkit, memperbaiki kekecewaan dan mampu bertahan (Listiyandini & Permata, 2015).

Hendriani (2018) menyatakan bahwa resiliensi adalah sebuah proses dinamis dimana melibatkan faktor individu, sosial dan lingkungan yang menggambarkan ketangguhan seseorang untuk kembali bangkit dari emosi negatif ketika menghadapi situasi yang tertekan, dan menimbulkan hambatan. Resiliensi merupakan suatu keterampilan coping ketika menghadapi persoalan hidup atau proses seseorang untuk tetap sehat dan terus melakukan perbaikan diri (Connor, 2003). Resiliensi adalah kemampuan individu dalam melakukan adaptasi positif ketika mendapatkan suatu kesulitan untuk mendapatkan hal yang lebih baik dalam prestasi, perilaku serta hubungan dengan lingkungan sosialnya dan bagaimana tingkat ketahanan individu ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan. Individu yang memiliki resiliensi akan mampu mengatasi kesulitan yang dihadapi dalam kehidupannya yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan (Santrock, 2005). Dalam menghadapi segala rintangan dan masalah yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama yang merantau merupakan sebuah tantangan yang harus dijalani dan dihadapi. Resiliensi merupakan faktor yang berperan penting untuk dapat bertahan mengatasi masalah dan mempertahankan, menghadapi lingkungan yang beresiko. Oleh karena itu, sikap resiliensi sangat diperlukan bagi mahasiswa. Seorang mahasiswa akan dapat bangkit jika mahasiswa tersebut mempunyai kualitas yang baik dalam pemecahan permasalahan yang sedang dihadapi (Listiyandini & Permata, 2015).

Menurut Revich dan Shatte (2002) terdapat tujuh yang menjadi komponen penting dalam resiliensi, yaitu. (1) Regulasi Emosi, yaitu kemampuan dalam mengontrol emosi walaupun dalam keadaan yang tertekan (2) Pengendalian

Impuls yaitu, kemampuan seseorang dalam mengendalikan nafsunya. (3) Optimis, yaitu sesuatu yang dimiliki oleh individu yang menunjukkan kepercayaan atas kemampuan dirinya. (4) Analisa Kausal, yaitu kemampuan seseorang dalam memahami sebuah permasalahan yang sedang dihadapi (5) Empati, yaitu kemampuan seseorang untuk dapat membaca tanda-tanda psikologis dari dalam diri orang lain. (6) Efikasi diri, yaitu keyakinan seseorang bahwa ia bisa memecahkan sebuah masalah, dan menemukan solusinya. (7) Pencapaian, yaitu kemampuan seseorang untuk bangkit dalam kondisi yang sedang terpuruk.

Penelitian yang dilakukan Amelia (2014) pada tanggal 20 Januari 2014. Subjek penelitian adalah mahasiswa tahun pertama Fakultas kedokteran Universitas Riau yang berjumlah 119 orang terdiri dari 22 mahasiswa laki-laki dan 97 mahasiswa perempuan. Didapatkan paling banyak resiliensi pada mahasiswa berada pada kategori sedang sebanyak 106 orang (89,07%) dan paling sedikit pada kategori rendah sebanyak 4 orang (3,36%). Gambaran resiliensi berdasarkan tempat tinggal mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau didapatkan paling banyak resiliensi pada mahasiswa yang tinggal sendiri/kos berada pada kategori sedang sebanyak 61 orang (88,40%) dan paling sedikit pada kategori rendah sebanyak 3 orang (4,35%). Berdasarkan penelitian ini, mahasiswa tahun pertama yang berstatus tempat tinggal sendiri/kos mempunyai resiliensi yang lebih rendah dibandingkan yang tinggal bersama orangtua/keluarga. Kesulitan yang dialami oleh mahasiswa dikarenakan harus bisa beradaptasi dengan lingkungan baru, wajib mandiri, mengatur keuangan yang

terbatas, mengatur waktu dan meningkatkan disiplin dan muncul perasaan seperti kerinduan pada keluarga karena jauh dari orangtua.

Wawancara yang dilakukan pada 10 mahasiswa tahun pertama yang merantau jurusan psikologi angkatan 2019 Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada tanggal 16-19 september 2019 menyatakan bahwa 7 dari 10 mahasiswa masih memiliki kemampuan resiliensi yang rendah. Mahasiswa mengalami kesulitan masing-masing ketika menjadi mahasiswa tahun pertama yang merantau. Perubahan terjadi pada sistem pendidikan yang baru, perbedaan budaya yang baru, pengaturan waktu hingga permasalahan ekonomi, ditambah lagi jauh dari orangtua dan keluarga. Dilihat dari aspek-aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (2002) yaitu, regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pencapaian, bahwa hasil wawancara menunjukkan mahasiswa tahun pertama yang merantau mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi ketika mendapatkan permasalahan diperantauan, seperti tugas yang menumpuk, keuangan yang terbatas, kondisi lingkungan yang berbeda dengan daerah asal sehingga mudah untuk merasakan sedih, marah, mengalami tekanan dan sulit tetap tenang ketika menghadapi suatu persoalan. Hal ini menunjukkan tidak adanya aspek regulasi emosi. Kemudian dilihat dari aspek berikutnya yaitu aspek pengendalian implus menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama yang merantau kerap memiliki emosi yang tidak stabil, ketika dihadapkan beberapa hal dan mudah terpancing untuk melakukan hal-hal yang sebenarnya tidak bermanfaat, seperti mengeluh karena tugas yang menumpuk, berbelanja yang tidak diperlukan hanya karena untuk memenuhi

keinginan dalam dirinya. Hal ini menunjukkan tidak adanya aspek pengendalian impuls pada diri mahasiswa.

Selanjutnya, mahasiswa tahun pertama yang merantau merasa cemas, khawatir akan masa depan serta tidak meyakini kemampuan yang ada, dan suka mengeluh terhadap tugas-tugas kuliah, jadwal padat yang ada pada diri mahasiswa tahun pertama yang merantau. Hal ini menunjukkan tidak adanya aspek optimis. Selanjutnya, mahasiswa tahun pertama yang merantau terkadang tidak memiliki kemampuan memahami masalah yang sedang dihadapi, misalnya mahasiswa belum memahami mengapa tidak bisa membagi waktu antara tugas kuliah dan kegiatan yang lainnya yang mengakibatkan mahasiswa kerap salah langkah dalam penanganan permasalahan. Hal ini menunjukkan tidak adanya aspek analisis kausal dalam diri mahasiswa ketika menghadapi suatu permasalahan. Mahasiswa tahun pertama yang merantau juga kurang memiliki empati dalam dirinya, sehingga sulit untuk memahami tanda-tanda psikologis yang ada pada diri orang lain, sulit menentukan apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain. Hal ini menunjukkan tidak adanya aspek empati pada diri mahasiswa.

Selanjutnya, kurang memiliki keyakinan dapat menyelesaikan tugas-tugas kuliah dengan baik, mengatur waktu, mengatur keuangan yang terbatas, serta sulit menemukan solusi agar tugas-tugas kuliah dapat selesai tepat waktu. Hal ini menunjukkan tidak adanya aspek efikasi diri dalam diri mahasiswa tahun pertama yang merantau. Kemudian mahasiswa tahun pertama yang merantau juga sulit untuk bangkit dalam kondisi sulit yang sedang dialami, ketika mengalami banyak tuntutan tugas mahasiswa kerap kali menyerah dan melakukan sebisanya tanpa

ingin mencoba mengerjakan tugas dengan kemampuan yang maksimal. Hal ini menunjukkan tidak adanya aspek pencapaian dalam diri mahasiswa tahun pertama yang merantau.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tahun pertama yang merantau ketika pergi ke luar daerah dan memasuki lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa mengalami kondisi yang penuh dengan tantangan. Mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengikuti perkuliahan, hal ini dikarenakan jadwal kuliah yang padat dengan tugas yang menumpuk membuat mahasiswa kehilangan fokusnya. Mahasiswa mengalami perasaan yang cemas, canggung dan kurang percaya diri, hal ini disebabkan lingkungan yang baru yang dihadapinya. Mahasiswa juga mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan barunya, merasa sendiri, dan jauh dari orangtua dan keluarga. Perbedaan yang dialami oleh mahasiswa ketika masih duduk dibangku sekolah menengah dengan perguruan tinggi dimana terdapat perubahan sistem pendidikan, tuntutan yang baru, bertambahnya beban akademik, dan dituntut untuk dapat selalu aktif dan fokus. Selain itu, mahasiswa tahun pertama yang merantau kerap mengalami kesulitan dalam menentukan prioritas.

Reaksi yang ditimbulkan akibat dari permasalahan yang dihadapi adalah mahasiswa akan sulit mengontrol emosinya, rasa takut, marah, bersalah, sedih dan mudah mengeluh. Kemudian reaksi fisik dapat berupa gemetaran, kelelahan, sesak napas, sakit kepala dan penurunan atau peningkatan berat badan secara drastis. Dari beberapa permasalahan diatas, mahasiswa merasa harus bangkit dari berbagai persoalan di tanah rantauan, berusaha untuk tetap bertahan mengingat

tuntutan akademik yang harus diselesaikan, tujuan awal yaitu untuk mendapatkan pendidikan yang baik dan mampu menggapai cita-cita. Berusaha untuk mampu dalam menghadapi stress, depresi dan kecemasan yang dihadapi. Namun, kenyataannya mahasiswa tahun pertama yang merantau mengalami kesulitan dalam menghadapi permasalahan tersebut, mahasiswa memilih untuk menyerah, mundur dan lari dari permasalahan tanpa ada upaya untuk menyelesaikannya.

Kurangnya kemampuan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau memberikan dampak negatif pada kehidupannya yang dapat membuat mahasiswa tahun pertama yang merantau lalai terhadap tugasnya, tidak masuk ke kelas mengikuti perkuliahan, maka akan mengalami ketertinggalan materi perkuliahan, perencanaan tidak tertata dengan baik, tugas tidak dapat selesai tepat waktu, dan kegiatan organisasi yang dilakukan membuat mahasiswa memiliki kegiatan dan kepentingan non akademik yang menyebabkan mahasiswa akan semakin sibuk, sulit mengatur waktu, urusan akademik semakin kacau, penurunan prestasi akademik sehingga mahasiswa akan tertekan dan mengalami stress.

Permasalahan yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama yang merantau dapat menjadi pemicu stress. Segala tuntutan penyesuaian secara sosial dapat menjadi sebuah stressor bagi mahasiswa khususnya mahasiswa tahun pertama (Ross, Niebing & Heckert, 1999). Stressor yang tidak dapat dihadapi dengan baik akan memiliki dampak terhadap kesehatan mental mahasiswa. Perasaan cemas dan depresi, rendahnya harga diri, sulit dalam berkonsentrasi, dan menghadapi kesulitan (Listiyandini & Permata, 2015).

Jika mahasiswa memiliki kemampuan resiliensi yang baik, maka dapat mengatasi berbagai permasalahan yang ada pada kehidupannya dengan caranya. Mahasiswa akan mampu dalam mengambil keputusan walaupun dalam kondisi yang sulit. Resiliensi akan mengubah permasalahan yang terjadi menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi sebuah kesuksesan dan ketidakberdayaan menjadi sebuah kekuatan (Ifdil & Taufik ,2012). Hal yang sama juga dikatakan oleh Desmita (2010) bahwa individu yang resiliensi menunjukkan dirinya memiliki kemampuan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan.

Revich dan Shatte (2002) resiliensi yang ada pada diri individu dapat mempengaruhi kinerja baik dilingkungan sekolah maupun lingkungan kerja. Selain itu memiliki efek terhadap kesehatan secara fisik maupun mental, dan mempengaruhi keberhasilan individu dalam berinteraksi dengan. Murray (dalam Muniroh,2010) mengatakan seseorang yang memiliki resiliensi rendah akan membutuhkan waktu yang lama untuk menerima permasalahan yang terjadi sedangkan seorang yang memiliki resiliensi tinggi akan lebih kuat dan mampu bangkit dari keterpurukan serta mampu mencari jalan keluar bagi permasalahan yang sedang dihadapi. Oleh karena itu, ketika mahasiswa tahun pertama memiliki resiliensi, maka mahasiswa lebih mampu untuk bangkit kembali dari permasalahan yang sedang dihadapi untuk dapat menyesuaikan diri di Perguruan Tinggi, dapat menghadapi stressor penyebab stress, dan terhindar dari masalah kesehatan mental.

Holaday dan McPhearson (1997) mengemukakan ada tiga faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi pada diri seseorang, yaitu sumber-sumber psikologis, meliputi *locus of control internal*, empati dan rasa ingin tahu, cenderung mencari hikmah dari setiap pengalaman, dan selalu fleksibel dalam menghadapi situasi. Dukungan sosial, meliputi pengaruh budaya, dukungan komunitas, individu, keluarga, dan teman sebaya. Budaya dan komunitas dimana individu tinggal juga mempengaruhi terhadap resiliensi. Kemampuan kognitif, meliputi intelegensi, gaya coping, kemampuan untuk menghindarkan diri dari menyalahkan diri sendiri, kontrol personal, dan spritu alitas.

Adapun alasan memilih faktor dukungan sosial teman sebaya yaitu berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 16-19 september 2019, mahasiswa tahun pertama yang merantau mengatakan bahwa dalam menghadapi masa-masa transisi dan permasalahan di perantauan, mahasiswa tahun pertama yang merantau membutuhkan bantuan teman dan orang-orang sekitar dalam membantunya ketika mengalami beberapa kesusahan, seperti ketika sedang sakit, membutuhkan nasehat, saran dalam menghadapi kehidupan sendiri di tanah rantau, dan juga membutuhkan perhatian. Sehingga mahasiswa tahun pertama yang merantau merasa tidak sendirian dan memiliki rasa senasib sepenanggungan dengan teman-teman mahasiswa tahun pertama yang merantau lainnya. Santrock (2005) mengemukakan salah satu fungsi terpenting teman sebaya adalah sebagai penyedia sumber informasi di luar keluarga tentang dunia, seperti menerima umpan balik mengenai kemampuan yang dimiliki serta mempelajari tentang apa yang dilakukan itu kurang baik, sama

baik, atau lebih baik dibandingkan teman sebayanya. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Hartuti dan Mangunsong (2009) bahwa faktor protektif eksternal resiliensi yang mempunyai pengaruh yang signifikan adalah pengharapan yang tinggi dari lingkungan. Pengharapan yang tinggi dari lingkungan didapatkan mahasiswa dari orang-orang yang berada di sekitarnya. Dewi (2015) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan sumber utama resiliensi. Dukungan sosial menjadi salah satu sumber yang paling konsisten terhadap tingkat resiliensi individu. Berdasarkan faktor-faktor dan hasil wawancara yang telah dilakukan, maka peneliti berasumsi bahwa mahasiswa tahun pertama yang merantau membutuhkan dukungan sosial untuk meningkatkan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau.

Menurut Lazarus (dalam Almashitoh, 2011) dukungan sosial adalah suatu kebersamaan sosial, dimana seseorang berada didalamnya yang memberikan beberapa dukungan seperti bantuan nyata, dukungan informasi, dan dukungan emosional sehingga seseorang merasa nyaman. Baron (dalam Aprilia, 2013) menyatakan dukungan sosial adalah rasa nyaman yang timbul secara fisik dan psikologis yang didapatkan dari sahabat dan keluarga kepada orang yang sedang menghadapi stress. Dengan dukungan sosial, orang akan mengalami kondisi fisik yang lebih baik dan dapat mengatasi stress.

Dalam penelitian ini dukungan sosial khususnya yang diperoleh mahasiswa tahun pertama dari teman sebaya dipilih oleh peneliti karena dari hasil wawancara mahasiswa tahun pertama yang merantau mengatakan bahwa untuk saat ini teman sebaya adalah sosok yang paling dekat di perantauan dibandingkan

dengan keluarga. Selain itu terdapat rasa senasib yang dirasakan terhadap sesama mahasiswa tahun pertama yang merantau. Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang diberikan kepada individu oleh kelompok sebayanya dalam bentuk kenyamanan secara fisik maupun psikologis sehingga individu dapat merasa dicintai, diperhatikan, dihargai menjadi bagian dari kelompok sosial (Sasmita & Rustika, 2015). Dukungan sosial teman sebaya adalah suatu pemberian bantuan atau dukungan yang diberikan teman sebaya yang dapat dirasakan individu disaat yang diperlukan, sehingga individu merasa dicintai dan dihargai oleh lingkungan sekitar (Sari & Indrawati, 2016). Pada saat individu mengalami goncangan psikologis akibat rendahnya kemampuan dalam menghadapi perubahan dan tuntutan dalam perkuliahan, teman sebaya dapat memberikan dukungan dengan memberikan kenyamanan fisik seperti menemaninya disaat sedih, membantunya mengerjakan tugas yang sulit, dan memberikan pertolongan dengan melakukan suatu pekerjaan. Selain kenyamanan fisik, teman sebaya dapat memberikan kenyamanan psikologis dengan cara membuat kondisi agar seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok sosial (Sasmita & Rustika, 2015)

Sarafino (2011) menyatakan ada empat komponen dukungan sosial, yang pertama dukungan emosi, meliputi ungkapan rasa empati, kepedulian dan perhatian terhadap seseorang. Biasanya diperoleh dari pasangan, keluarga atau teman dalam bentuk memberikan pengertian terhadap masalah yang sedang dihadapi atau dengan mendengarkan keluhannya yang akan menimbulkan rasa nyaman. Kedua, dukungan penghargaan, yaitu dukungan yang berbentuk

ungkapan positif, penghargaan positif pada seseorang, atau memberikan pujian sehingga memperkuat kepercayaan diri. Yang ketiga, dukungan instrumental, yaitu dukungan yang meliputi bantuan secara langsung. Biasanya dukungan ini diperoleh dari teman atau rekan kerja. Bentuk dari bantuan ini bisa berupa uang atau bantuan untuk mengerjakan tugas. Keempat, dukungan informasi, yaitu dukungan dalam bentuk nasehat, umpan balik atau saran kepada seseorang dalam memecahkan suatu permasalahan yang sedang dihadapi. Santrock (2005), mengemukakan salah satu fungsi terpenting teman sebaya adalah sebagai penyedia sumber informasi selain keluarga mengenai dunia, seperti menerima umpan balik mengenai kemampuan yang dimiliki serta mempelajari tentang apa yang dilakukan itu kurang baik, sama baik, atau lebih baik dibandingkan teman sebayanya.

Saat mahasiswa menghadapi permasalahan ketika hidup sendiri jauh dari keluarga, individu membutuhkan dukungan sosial dari keluarga termasuk teman atau lingkungan sosial sekitarnya agar tetap bisa bertahan dan menghadapi berbagai permasalahan yang timbul, hal tersebut didukung oleh pernyataan Sarafino (2011) yang mengatakan dukungan sosial adalah rasa nyaman, peduli, harga diri atau semua bentuk bantuan lainnya yang diterima dari individu atau kelompok. Dengan adanya dukungan emosional yang diterima oleh mahasiswa dari teman sebayanya berupa rasa sayang, perhatian dan empati, akan membuat mahasiswa merasa dicintai dan dihargai. Hal ini akan menciptakan kepercayaan diri pada mahasiswa. Didukung oleh pernyataan Nur dan Shanti (2011) dukungan

emosional yang diperoleh akan membantu individu untuk tenang, menumbuhkan rasa percaya diri, dan merasa dicintai.

Selanjutnya adalah dukungan penghargaan, berupa ungkapan positif, pujian dan umpan balik yang diterima mahasiswa dari teman sebayanya akan menimbulkan rasa optimis serta keyakinan dalam menyelesaikan permasalahan. Hal ini didukung oleh pernyataan Kasmayati (2017) menyatakan bahwa dukungan sosial dalam bentuk motivasi, perhatian, dan nasihat yang tinggi dapat membantu seseorang lebih berfikir positif serta menjadikan seseorang yang optimis. Dukungan selanjutnya adalah dukungan instrumental yaitu bantuan berupa bantuan langsung seperti bantuan mengerjakan tugas atau berupa bantuan fisik. Bantuan ini membuat mahasiswa percaya bahwa dirinya tidak sendiri dan membuat individu bertahan pada saat dibutuhkan atau dalam keadaan bahaya (Sarafino, 2006). Selanjutnya dukungan informasi yang diperoleh berupa saran atau nasehat. Dukungan ini memberikan pemahaman terhadap pemecahan masalah, sehingga membuat mahasiswa dapat menganalisis penyebab permasalahan yang terjadi (Oktavia & Basri, 2002). Berdasarkan hal tersebut, dukungan sosial memiliki hubungan positif terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama.

Penelitian tentang resiliensi memang sudah banyak dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Zonelia (2019) yang berjudul "Hubungan Antara Dukungan Sosial Sesama Ibu yang Memiliki Anak Autis dengan Resiliensi dalam Pengasuhan" bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sesama ibu yang memiliki anak autis dengan

resiliensi dalam pengasuhan. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme sebanyak 38 orang. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial sesama ibu yang memiliki anak autisme dengan resiliensi dalam pengasuhan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sesama ibu yang memiliki anak autisme maka resiliensi dalam pengasuhan akan semakin tinggi. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sesama ibu yang memiliki anak autisme maka resiliensi dalam pengasuhan akan semakin rendah.

Penelitian mengenai hubungan dukungan sosial dengan resiliensi juga dilakukan oleh Raisa (2016) yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan resiliensi Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang” bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Semarang. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 92 narapidana dengan karakteristik narapidana yang sudah menjalani masa tahanan minimal 1 tahun. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima semakin tinggi resiliensi subjek dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah resiliensinya.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Indrawati (2016) yang berjudul “Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas

diponegoro”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Subjek penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro angkatan 2009-2011 yang sedang mengerjakan tugas akhir. Hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi pula resiliensi akademik mahasiswa.

Berdasarkan uraian dan latar belakang di atas mengenai dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau, maka rumusan masalah yang diajukan adalah “apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau?”

B. Tujuan dan Manfaat

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti diharapkan dapat memberikan manfaat dan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan maupun bagi masyarakat pada umumnya. Adapun manfaat tersebut adalah :

Manfaat teoritis memberikan sumbangan terhadap ilmu psikologi terutama konsentrasi psikologi sosial-klinis mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau.

Manfaat Praktis memberikan masukan kepada mahasiswa tahun pertama yang merantau, bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat meningkatkan kemampuan resiliensi seseorang, dimana resiliensi sangat penting guna mencapai penyesuaian diri yang positif dan mampu mengubah penderitaan yang dialami menjadi sebagai suatu tantangan, mampu menghadapi masalah selama proses belajar, dan untuk mengembangkan dirinya menjadi individu yang jauh lebih baik.