

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyebaran pandemi terjadi di Indonesia yang disebabkan oleh *Corona Virus Disaese* atau dikenal Covid-19 terjadi di awal 2020. Kasus pertama *virus* ini ditemukan di China Desember 2019, tepatnya di daerah Wuhan yang mengakibatkan krisis di dunia secara menyeluruh termasuk dalam dunia pendidikan.

Covid-19 menurunkan kegiatan masyarakat , dimulai dari penurunan kesehatan hingga aktivitas kemasyarakatan. Gejala umum yang ditimbulkan akibat pandemi covid-19 adalah demam. Tak hanya itu, masyarakat juga menderita batuk dengan intensitas tinggi maupun rendah disertai sesak nafas (Keyhan et al., 2020). Covid-19 merupakan penularan *virus* hampir serupa dengan virus penyebab flu, guna menanggulangi pandemic, masyarakat dihimbau mengurangi kontak erat dengan pasien covid-19 dan masyarakat secara umum. Masyarakat diimbau untuk meminimalisir sentuhan langsung. Seperti menyentuh ganggang pintu dan percikan air liur orang yang terinfeksi (Rudiansyah,2020).

Dengan adanya pandemi *Covid-19* yang diketahui bahwa penyebaran *Covid-19* sangat cepat di Indonesia. Pemerintah menetapkan peraturan mengenai pembatasan Sosial Berskala Besar (*Sosial distancing*) sehingga masyarakat berkerja dari jarak jauh atau dikenal WFH (*Work From Home*) dan untuk pelajar serta mahasiswa diberikan penerapan pembelajaran jarak jauh (*Online*), Sehingga pemerintah mengharuskan adanya adaptasi dalam pembelajaran baik untuk pelajar maupun

mahasiswa. Hal ini bertujuan untuk meminimalisir mutase dan resiko meledaknya kasus kembali. Guru dan dosen juga melakukan kegiatan pembelajaran secara daring demi mencegah penyebaran virus covid-19 di sekolah dan kampus (Firman,2020).

Setelah 2 tahun pandemi *covid-19* melanda, perubahan dan percepatan seiring pergerakan pemerintah menanggulangi persebaran pandemic di Indonesia. Kondisi saat ini “*new normal*” diberlakukan dengan tetap menjaga protokol kesehatan. Dengan adanya *new normal* maka diberlakukannya pembelajaran tatap muka dan dalam pelaksanaan juga perlu menerapkan kesehatan dan keselamatan mahasiswa, tenaga pendidik diseluruh perguruan tinggi sehingga penggunaan protokol kesehatan tetap wajib diterapkan. Protokol kesehatan yang dianjurkan dimulai dengan mencuci tangan dengan air mengalir. Masyarakat juga dihimbau untuk senantiasa menggunakan masker dan menjaga jarak. Pemerintah juga mengedepankan program vaksinasi, dengan pelajar, mahasiswa maupun tenaga kesehatan dan kependidikan sebagai prioritas utama (Onde et al., 2021).

Mahasiswa baru dari berbagai perguruan tinggi akan menemukan tantangan maupun perubahan dalam hidupnya. Perbedaan sifat pendidikan di SMA dengan di Perguruan Tinggi tentu menjadi faktor utama tantangan dan perubahan ini.perubahan yang sangat dirasakan oleh mahasiswa baru meliputi perbedaan kurikulum, penerapan pembelajaran tatap muka, dan interaksi antara mahasiswa dengan tenaga kependidikan (Maulina & Sari, 2018). Perbedaan yang ada harus membuat mahasiswa diharapkan bisa untuk menyesuaikan diri di universitasnya. (Harijanto & Setiawan, 2017).

Santrok (2014) menjelaskan bahwa pada masa suatu transisi dari sekolah bernajak ke perguruan tinggi melibatkan perpindahan menuju struktur sekolah yang lebih besar dan lebih impersonal, termasuk interaksi dengan teman sebaya yang berasal dari latar belakang yang berbeda-beda, adanya tekanan untuk mencapai prestasi akademik dalam memperoleh nilai yang baik. Terutama pada saat pembelajaran secara tatap muka yang sering dijumpai mahasiswa baru untuk mengatur dirinya dan waktu karena harus membiasakan dirinya dengan aktivitas yang kembali dilakukan secara tatap muka atau langsung sehingga perkuliahan memberikan sebuah gambaran tentang kurang maksimalnya bagaimana mahasiswa yang selama 2 tahun melakukan kegiatan secara online kini melakukan kegiatan perkuliahan secara offline dan mulai dari banyaknya tugas dari berbagai macam mata kuliah yang berbeda-beda dan mahasiswa yang memiliki keluhan terhadap pembelajaran seperti tugas yang menumpuk, suasana lingkungan baru untuk beradaptasi dengan sosial yang baru, manajemen waktu karena waktu perkuliahan sudah kembali tatap muka dan berbeda dengan sewaktu SMA, bertemu banyak orang, jauh dari rumah serta perasaan kesepian,. Sehingga bukan hanya fisik tetapi secara psikologis juga mengalami tekanan karena lebih sering merasakan perasaan negative dan ini berdampak pada *subjective well-being* seseorang.

Subjective Well-Being didefinisikan sebagai penilaian seseorang terhadap hidupnya dan bukan berdasarkan penilaian orang lain yang mencakup kepuasan secara dominan tertentu pengaruh yang menyenangkan dan pengaruh negative yang tidak menyenangkan (Diener, Scollon, & Lucas, 2009).

Menurut Henderson & Knight (2012) *Subjective well-being* merupakan bagian dari psikologi positif yang berfokus pada kesenangan hidup yang dimiliki. Hal ini ditandai dengan hadirnya perasaan positif yang memenuhi keinginan seseorang. Seseorang yang bahagia cenderung tidak memperlmasalahkannya sendiri. Seseorang dapat menjalin hubungan akrab dengan orang lain dan lebih mudah untuk menolong seseorang (Myers, 2012).

Horbal (2012) berpendapat bahwa *Subjective well-being* menyebabkan seseorang menjalani kehidupannya dengan lebih baik. Juga mungkin untuk memiliki tujuan hidup, sehingga seseorang akan percaya diri, optimis, memiliki semangat dan bahagia dalam menjalani kehidupannya seseorang tidak adanya kecemasan, depresi dan tingkat depresi yang rendah.

Diener (2009) memberikan penjelasan komponen utama *Subjective Well-Being* adalah aspek kognitif yang mencakup didalamnya kepuasan hidup dan aspek afektif, yang terjadi ketika perasaan positif lebih besar daripada perasaan negatif. Lebih jelasnya, *subjective well-being* adalah bentuk dari afek positif yang tinggi, dengan afek negatif yang rendah serta kepuasan hidup secara umum. Aspek yang pertama yaitu aspek kognitif, yaitu hasil kepuasan hidup sebagai penilaian diri hingga menjadi kepuasan hidup (*Life satisfaction*). Kedua, Aspek afektif, sebagai hasil dari suasana hati dan emosi, suasana hati yang meliputi suasana perasaan negative dan positif didalam diri individu. Menurut Costa (1999), perasaan emosi, kemarahan, dan pengendalian diri yang rendah merupakan bagian dari afek negatif yang tinggi. Emosi negatif ini seperti ketakutan, kemarahan dan kecemasan

sehingga membuat diri individu untuk fokus hanya pada ancaman atau masalah langsung (Diener, 2009).

Afek positif adalah hasil dari emosi dan suasana hati yang relatif menyenangkan. Emosi positif bisa menetralkan perasaan atau reaksi seseorang terhadap hal misalnya seperti yang diinginkan seseorang. Afek positif dilihat dari emosi yang positif pula. Seperti, kebahagiaan, kegembiraan, bersemangat, memiliki kepuasan terhadap kehidupan, memiliki harapan, yakin atau optimis serta selera humor yang tinggi (Diener & Chan, 2011).

Tahun 2019 jumlah mahasiswa baru meningkat signifikan 20,1% sudah mencapai 1,77 juta orang mahasiswa di Indonesia yang saat ini mulai menempuh di perguruan tinggi. Berdasarkan data statistik pendidikan tinggi Indonesia Kemendikbud (2018) menyebutkan total lembaga perguruan tinggi didasarkan bentuk pendidikannya tiap provinsi. Di D.I Yogyakarta terdapat 138 lembaga dan jumlah mahasiswa baru menurut bentuk pendidikan di provinsi D.I. Yogyakarta terdapat 409.984 orang mahasiswa terdaftar dan jumlah mahasiswa baru 88.934 orang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamaliya dkk., (2021) tingkat *Subjective well-being* selama mahasiswa melakukan pembelajaran jarak jauh (*Online*) selama pandemic covid-19 mencapai tingkat 53,6%. Pertimbangan ini dilihat dari empat dimensi yaitu dimensi *life satisfaction* (LS) sebesar 53,6% yang memasuki kategori sedang, dimensi *domain satisfaction* (DS) sebesar 64,3% yang memasuki kategori tinggi, dimensi *positive affect* (PA) sebesar 54,5% yang

memasuki kategori tinggi, dan yang terakhir *negative affect* (NA) sebesar 36,6% yang memiliki nilai sama dalam kategori sedang dan rendah.

Penelitian ini juga didukung atas penelitian terdahulu. Hasil penelitian oleh Putri (2013) menunjukkan hasil *subjective well being* yang rendah. Penelitian ini dilakukan kepada 70 subjek penelitian. 16 diantaranya berada pada kategori afek negatif yang lebih tinggi dibandingkan afek positifnya dan *subjective well-being* yang rendah. Hasil ini menunjukkan jika banyak yang menunjukkan ketidakpuasan terhadap pencapaian yang telah diraih..

Menandai awal penelitian, peneliti mengambil data awal melalui wawancara dan survey pada tanggal 17 September 2022 hingga 19 september 2022 yang berhubungan dengan *Subjective Well-Being* melalui google formulir dan wawancara kepada beberapa mahasiswa selama 3 hari, dari 10 responden yang mengisi google formulir terdapat 6 responden yang sesuai dan peneliti melakukan wawancara kepada 2 responden. Responden merasa senang biasa melakukan pembelajaran secara tatap muka dan pembelajaran jadi lebih mudah untuk dimengerti ketika belajar secara tatap muka, bertemu dengan teman-teman baru serta suasana baru yang berbeda dengan 2 tahun terakhir kegiatan sekolah dilakukan secara *online*, namun responden sering merasakan permasalahan di awal perkuliahan tatap muka mulai dari interaksi social karena selama 2 tahun pandemic covid-19 jarang melakukan interaksi sosial yang banyak membuat responen merasa tidak nyaman untuk bertemu dengan teman-teman dikelas. Peneliti juga menggali kebiasaan responden. Seperti, saat melakukan presentasi merasa cemas, takut untuk mengajukan pendapat ketika sedang dikelas, kerja kelompok yang dirasa kurang

maksimal, manajemen waktu karena waktu perkuliahan tidak fleksibel seperti waktu online, perasaan sendirian ketika dikeramaian, tugas ataupun kuis yang langsung dikerjakan setelah pemaparan materi dari dosen, sehingga hal ini membuat perasaan tidak nyaman dan mengalami perasaan tertekan. Tentu saja responden merasakan adanya perbedaan suasana pembelajaran ketika SMA dengan saat kuliah, hal ini membuat responden merasakan emosi negatif yang lebih tinggi seperti sering merasa kelelahan, tidak percaya diri, sering merasa sedih dan tidak bahagia tanpa diketahui alasannya, dan terkadang hal ini membuat mereka merasa cemas. Dari data tersebut, responden cenderung lebih sering merasakan afek negatif daripada afek positif, karena afek negative lebih dominan.

Tidak menutup kemungkinan bahwa dengan adanya afek positif yang disebabkan dukungan dari luar individu. Dukungan sosial dan kehadiran peran social membantu mengurangi perasaan afek negative. Hal ini dikarenakan dukungan sosial dapat membantu membuat seseorang merasa bersemangat kembali dalam menjalankan aktivitasnya yang terasa berat namun ketika dukungan yang didapat mampu memberikan hal positif, sehingga merasa lebih tenang, lebih bahagia, merasa diperhatikan, merasakan kehadiran orang sehingga tidak merasa sendiri, merasa ada yang peduli sehingga meningkatkan rasa untuk lebih termotivasi, lebih bersemangat, lebih percaya diri, dan merasa dikuatkan untuk menghadapi segala macam kesulitan sebagai mahasiswa baru.

Subjective well being pada setiap mahasiswa di butuhkan, untuk menunjang kualitas hidupnya. Diener (2003) *Subjective Well-Being* ialah hal yang umum melingkupi konsep yang berhubungan dengan bagaimana individu merasakan dan

berpikir mengenai kehidupannya, maupun perasaan rendah negatif yang dirasakan. Kenyataannya hasil *Subjective Well-Being* rendah, pada mahasiswa baru di Yogyakarta dikarenakan afek negatife lebih dominan dibandingkan afek positif berdasarkan hasil *survey* dan wawancara yang telah dijelaskan sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti merasa hal tersebut menjadi prioritas untuk diteliti dan relevansi yang memadai pada mahasiswa baru dan melakukan pembejalaran tatap muka setelah melakukan kegiatan sekolah secara *online* selama kurang lebih 2 tahun. Dalam penelitian ini Apakah terdapat relevansi antara dukungan social dengan *Subjective well being* pada mahasiswa baru di Yogyakarta.

Menurut Weiten, *Subjective well-being* dipengaruhi oleh aktivitas sosial yang berupa dukungan sosial antar seseorang dengan orang lainnya yang didalamnya terdapat dukungan social. Menurut Diener (Herlena & Seftiani, 2018) jika perangai/watak, sifat, dan karakter pribadi lain dapat mempengaruhi *Subjective well-being*. Dukungan social dan pengaruh sosial/budaya juga turut menjadi faktor penentu pula. Atas berbagai faktor yang mempengaruhi, peneliti tertari untuk meneliti faktor hubungan sosial. Dukungan sosial yang baik mampu memunculkan berbagai tindakan yang memberi dukungan sosial Tarigan (2018).

Dukungan sosial berawal dari persepsi dan anggapan. Seseorang percaya jika akan ada orang yang akan membantu jika didalam suatu keadaan atau peristiwa terjadi dan dianggap sebagai penyebab masalah. Membantu meningkatkan perasaan positif dan meningkatkan harga diri. Lebih lanjut Cobb (Maslihah, 2011) menambahkan bahwa setiap informasi dari lingkungan sosial menyebabkan

individu mempersepsikan bahwa individu tersebut menerima efek positif, penegasan atau bantuan, menunjukkan ekspresi dukungan sosial.

House dkk (dalam Sarafino, 1994) mengemukakan beberapa bentuk dukungan sosial, antara lain: Dukungan emosional yaitu mencakup ungkapan empati seperti kepedulian dan perhatian terhadap individu yang bersangkutan, Dukungan untuk Penghargaan yaitu berupa dorongan untuk maju atau dorongan perasaan serta perbandingan pandangan positif individu terhadap orang lain, Dukungan instrumental meliputi dukungan secara langsung dari luar individu, Dukungan Informasi berupa pemberian saran atau umpan balik kepada individu dan Dukungan Jaringan dengan memberikan perasaan bahwa individu adalah seseorang dari kelompok tertentu dan memiliki minat serta rasa kebersamaan terhadap anggota kelompok merupakan dukungan bagi individu yang bersangkutan.

Cohen dan Wills berpendapat bahwa keadaan psikologis dapat mempengaruhi respon-respon dan perilaku individu sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan individu secara umum (Maslihah, 2011). Dengan munculnya perasaan yang didukung dari lingkungan sekitar membuat sesuatu menjadi lebih mudah seperti pada waktu menghadapi peristiwa yang menekan. Selain itu, Carlson dan Perrewé menambahkan mengenai dukungan sosial berperan sebagai sumber daya atau mekanisme coping yang penting untuk mengurangi afek negatif dari stres dan konflik (Gatari, 2008).

Berdasarkan pembahasan ini, memungkinkan terjadinya hubungan antara dukungan sosial dengan subjective well being pada mahasiswa. Dukungan sosial sebagai faktor yang memberikan afek positif. Seperti, rasa optimis, rasa bangga,

dan rasa senang. Dukungan sosial juga menurunkan sejumlah afek negatif yang mempengaruhi tinggi rendahnya *subjective well-being* mahasiswa.

Penelitian terdahulu menguatkan hal ini bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* dan pada penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Wening (2016) Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Perantau di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well being* mahasiswa. Maka semakin tinggi dukungan social yang didapat, maka semakin tinggi *subjective well-being* pada mahasiswa baru.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada mahasiswa baru di Yogyakarta.

B. Tujuan Penelitian Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan dukungan sosial dengan *Subjective Well-Being* pada mahasiswa baru di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberi manfaat bagi banyak pihak. Manfaat ini dapat dirasakan secara teoritis maupun praktik. Adapun manfaat penelitian ini antara lain:

a. Manfaat Teoritis

Melalui hasil penelitian ini, diharapkan menjadi referensi bacaan dan menambah wawasan mengenai hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada mahasiswa baru.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan berguna bagi mahasiswa baru dan pembaca untuk mendapatkan informasi tentang pentingnya dukungan sosial dalam mempengaruhi *subjective well-being*