

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan sangat penting untuk setiap individu. Melalui pendidikan seseorang dapat meningkatkan kemampuan dan kualitas diri, sehingga menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas dan sukses. Banyak orang yang memilih untuk meninggalkan kampung halamannya demi melanjutkan Pendidikan di perguruan tinggi yang dianggap memiliki kualitas lebih baik di wilayah lain. Mereka yang memutuskan untuk merantau demi menimba ilmu di perguruan tinggi di luar daerah asalnya dikenal sebagai mahasiswa perantau (Harijanto dan Setiawan, 2017). Menurut Hasibuan (2018) bahwa mahasiswa perantau adalah seseorang yang menetap di luar daerah asalnya untuk melanjutkan Pendidikan di perguruan tinggi. Tujuannya adalah mempersiapkan diri dan mengembangkan keahlian pada jenjang Pendidikan seperti diploma, sarjana, magister, doktor, atau spesialis.

Banyak mahasiswa dari berbagai daerah di Indonesia yang melanjutkan Pendidikan S1 di pulau jawa. Salah satunya di kota Yogyakarta. Yogyakarta menjadi salah satu kota tujuan Pendidikan yang menarik minat para perantau untuk datang dan melanjutkan Pendidikan ke berbagai perguruan tinggi yang terdapat di Yogyakarta. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) DIY, Yogyakarta setiap tahun menerima ribuan mahasiswa dari berbagai daerah di Indonesia. Kota ini dikenal sebagai pusat Pendidikan dengan keberadaan banyak perguruan tinggi ternama. Selain itu, Yogyakarta memiliki karakteristik budaya yang unik, seperti

keramah-tamahan masyarakatnya, tradisi local yang kental, dan biaya hidup yang relative terjangkau dibandingkan kota besar lainnya di Indonesia. Hal ini menjadikan Yogyakarta sebagai salah satu tujuan utama bagi mahasiswa yang ingin menempuh pendidikan tinggi.

Namun meskipun Yogyakarta dikenal sebagai kota nyaman untuk belajar, mahasiswa rantau di kota ini tetap menghadapi berbagai tantangan, terutama terkait proses adaptasi sosial dan budaya. Perbedaan tradisi, kebiasaan, hingga bahasa antara daerah asal mahasiswa dengan Yogyakarta dapat memicu keterasingan dan memperburuk kebahagiaan mereka. Kehidupan jauh dari keluarga juga membuat mahasiswa rantau kehilangan sumber dukungan sosial yang biasanya mereka dapatkan. Dalam situasi ini, dukungan sosial dari teman, komunitas, dan lingkungan sekitar menjadi factor yang sangat penting untuk membantu mahasiswa rantau beradaptasi dan tetap merasa bahagia.

Kebahagiaan, sebagaimana yang dijelaskan oleh Seligman (2002), melibatkan tiga komponen utama yaitu emosi positif, keterlibatan, dan makna hidup. Kebahagiaan bukan hanya tentang merasakan kesenangan, tetapi juga tentang bagaimana seseorang memahami hidupnya sebagai sesuatu yang bermakna dan berharga. Dalam konteks mahasiswa, kebahagiaan dapat memperkuat hubungan interpersonal. Namun ketidakbahagiaan sering kali menjadi isu yang dialami mahasiswa rantau akibat kurangnya dukungan sosial.

Ketidakbahagiaan pada mahasiswa rantau dapat memicu berbagai masalah, seperti kecemasan. Menurut Lazarus dan Folkman (1984), individu yang tidak mampu mengatasi tekanan hidup secara efektif akan lebih rentan mengalami

dampak psikologis negatif. Dalam jangka Panjang, ketidakbahagiaan dapat menghambat perkembangan pribadi mahasiswa, baik dari segi akademik maupun sosial. Mahasiswa yang tidak bahagia juga cenderung mengalami kesulitan menjalin hubungan sosial. Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang mendukung kebahagiaan, termasuk peran dukungan sosial, menjadi hal yang sangat penting untuk diteliti.

Penelitian Abdulloh (2018) menyatakan bahwa kebahagiaan penting dalam proses pembelajaran mahasiswa, karena dapat membantu mereka menghadapi berbagai permasalahan, termasuk tugas dari dosen. Penelitian oleh Daniel Offer dan Santrock (2011) juga menunjukkan bahwa kebahagiaan membantu mahasiswa perantau merasa nyaman dalam lingkungan sosial yang baru.

Mahasiswa perantau yang berada pada fase remaja akhir cenderung mulai menganggap diri mereka dewasa dan menunjukkan sikap serta perilaku yang lebih matang (Paramitasari & Alfian, 2012). Sebagian besar mahasiswa yang memilih untuk merantau dari daerah asal mereka diharuskan untuk menjadi individu yang mandiri. Karena tidak tinggal bersama orang tuanya lagi, mereka tidak dapat terus menerus diawasi atau dibantu dalam mengurus kebutuhan seperti saat tinggal serumah. Akibatnya, mahasiswa perlu bisa mengatur kehidupannya selama merantau. Dalam hal akademis, mahasiswa perlu mengatur waktu belajar, menyusun jadwal untuk menyelesaikan tugas dengan memperhatikan tenggat waktu dan kewajiban lainnya, serta menyeimbangkan kegiatan di luar kuliah agar tidak mengganggu jadwal kuliah, waktu belajar, dan waktu istirahat (Hapsari, 2016)

Berdasarkan data di lapangan yang dilakukan oleh Harijanto dan Setiawan (2017) ditemukan bahwa mahasiswa rantau cenderung menghadapi tingkat stress yang tinggi akibat perpisahan dari keluarga dan lingkungan asal. Mereka juga sering dihadapkan pada tantangan dalam beradaptasi pada lingkungan baru, tuntutan akademik yang meningkat dan beban kehidupan sehari-hari yang berbeda. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa rantau sering kali mengalami perasaan kesepian dan perasaan tidak terhubung dengan lingkungan baru mereka. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa rantau cenderung memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak merantau. Tingkat kebahagiaan mereka juga dapat dipengaruhi oleh sejauh mana mereka merasa terhubung dengan lingkungan kampus dan mendapatkan dukungan sosial yang memadai.

Dari hasil wawancara awal kepada tiga subjek yang dilakukan pada tanggal 12 juni 2024 dengan mahasiswa rantau yang ada di Yogyakarta. Terdapat beberapa hal yang membuat mereka tidak bahagia saat menjadi mahasiswa rantau. 1. “Tekanan akademik yaitu tuntutan akademik yang tinggi, tugas yang banyak, serta tekanan untuk meraih prestasi bisa sangat membebani. Mahasiswa mungkin merasa kewalahan dengan beban studi dan ekspektasi yang tinggi.” 2. “Kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, budaya yang berbeda, dan kebiasaan hidup yang berbeda dapat menjadi tantangan besar bagi mereka. Proses adaptasi ini sering kali memerlukan waktu serta rasa rindu rumah sering kali membuat mahasiswa rantau merasa kesepian dan kurang bahagia”

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa apa yang disampaikan oleh ketiga responden menunjukkan indikasi

ketidakbahagiaan yang dialami oleh mahasiswa perantau, yang terlihat dari meningkatnya dampak negatif dan menurunnya dampak positif. Indikasi ini bertentangan dengan tanda-tanda ketidakbahagiaan. Menurut Baumgardner dan Crothers (2010), kebahagiaan terkait dengan tingkat kepuasan hidup yang tinggi, afek positif yang kuat, dan afek negatif yang rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Widihapsari dan Susilawati (2018) menemukan bahwa dukungan sosial yang kuat berpengaruh positif terhadap sikap dan perilaku individu. Dukungan ini dapat meningkatkan rasa percaya diri, memperbanyak teman, mendorong keterlibatan dalam aktivitas sosial, menghargai orang lain, dan menjaga hubungan persahabatan. Semua ini membantu individu lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan atau situasi baru yang penuh tantangan, yang pada gilirannya dapat meningkatkan tingkat kebahagiaannya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Tri Widiyawati (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial dan kebahagiaan saling berhubungan apabila mahasiswa perantau tersebut mendapatkan dukungan yang baik dari orang-orang terdekat ataupun orang-orang yang berada di sekitarnya maka ia mampu menyesuaikan diri pada lingkungan barunya dengan sangat baik. Jika mahasiswa tersebut telah mampu berhasil dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru karena dukungan sosial yang telah diberikan maka ia akan merasakan kebahagiaan dan akan menjadi lebih terbuka dengan orang lain, mudah bergaul dan lebih percaya diri apabila ia berada ditengah-tengah lingkungan barunya tersebut.

Ketidakhagiaan yang dialami mahasiswa rantau sering kali disebabkan oleh kurangnya dukungan sosial. Menurut Seligman (2011) mengatakan dampak dari

mahasiswa rantau tidak bahagia yaitu rendahnya kesejahteraan hidup. ketidakhahagiaan berarti rendahnya kepuasan dalam aspek penting kehidupan, seperti hubungan sosial, makna hidup, dan pencapaian. Mahasiswa rantau yang tidak bahagia sering merasa hidup mereka kurang bermakna atau tidak memiliki arah yang jelas.

Dukungan sosial adalah Pemberian informasi dan perasaan yang diterima, diperhatikan, dihargai, dan dihormati. Dukungan ini merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan tanggung jawab saling memberikan antara orang tua, keluarga, pasangan, teman, lingkungan sosial, dan masyarakat secara keseluruhan (Taylor, 2003). Dukungan sosial dapat diberikan dengan beberapa bentuk yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan nyata, dan dukungan informatif. Dukungan emosional berkaitan dengan ekspresi perasaan, seperti empati, perhatian, atau kepedulian terhadap orang lain. Dukungan ini dapat memberikan rasa nyaman dan kepastian, serta membantu seseorang untuk lebih memahami diri sendiri, terbuka terhadap pengalaman hidup baru, dan belajar untuk mempercayai orang lain (Taylor, 2003). Menurut Ryckman (2004) diterima dan dihargai secara positif oleh orang lain cenderung menyebabkan seseorang mengembangkan sikap positif terhadap diri mereka sendiri dan menjadi lebih menerima dan menghargai diri mereka sendiri.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau yang ada di Yogyakarta.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau yang berada di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memperluas pemahaman tentang peran dukungan sosial dalam meningkatkan kebahagiaan, khususnya pada mahasiswa rantau. Secara teoritis, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan teori kebahagiaan dengan memberikan bukti empiris mengenai bagaimana dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan kebahagiaan mahasiswa, terutama yang jauh dari keluarga dan lingkungan asal. Ini juga menguji relevansi teori kebahagiaan dalam konteks mahasiswa rantau.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini memiliki manfaat praktis untuk pengembangan program dukungan sosial di universitas, seperti program mentoring atau pendampingan yang lebih intensif untuk mahasiswa rantau. Hasil penelitian juga bermanfaat untuk layanan konseling di kampus, dengan memberikan wawasan tentang pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan kebahagiaan mahasiswa. Selain itu, mahasiswa rantau dapat menggunakan temuan penelitian ini untuk membangun

jaringan sosial yang lebih kuat dan meningkatkan adaptasi serta kebahagiaan mereka selama studi.