

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah orang yang sedang belajar di perguruan tinggi. Selanjutnya, menurut Siswoyo (2007) mahasiswa adalah seseorang yang menuntut ilmu di perguruan tinggi, baik di perguruan tinggi negeri maupun swasta. Mahasiswa secara harfiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi. Mahasiswa ingin mendapatkan pendidikan dari Universitas yang terbaik, hal ini tidak didapatkan di daerah asal atau kota sendiri. Proses penyesuaian diri diperlukan ketika seseorang memasuki situasi dan kondisi lingkungan yang baru, dan hal yang sama tentu saja akan dialami oleh mahasiswa rantau (Sobur, 2009).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa rantau adalah seseorang yang mencari penghidupan, ilmu diluar kota asalnya. Fenomena mahasiswa rantau umumnya bertujuan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik pada bidang yang diinginkan. Menurut Santrock (2002) fenomena tersebut juga dianggap sebagai pembuktian kualitas diri sebagai orang dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab dalam membuat keputusan. Banyak mahasiswa yang memilih melanjutkan pendidikan di pulau Jawa, dikarenakan tidak meratanya kualitas pendidikan di setiap wilayah Indonesia, dikarenakan kategori perguruan tinggi yang berkualitas didominasi oleh perguruan tinggi di pulau Jawa termasuk Yogyakarta (Harian Kompas, 2008).

Yogyakarta merupakan salah satu propinsi yang terletak di pulau Jawa, dan juga sebagai pilihan pelajar untuk melanjutkan studi ke perguruan tinggi karena mutu pendidikan yang berkualitas baik di dalam kampus maupun di luar kampus (Antarariau.com, 2014). Pada tahun

2013, tercatat sekitar 310.860 mahasiswa dari 33 provinsi di Indonesia menempuh pendidikan di Yogyakarta. Berdasarkan artikel Kompas.com (2013) ada sekitar 244.730 mahasiswa atau 78,7% merupakan mahasiswa perantau dari luar daerah Yogyakarta. Jumlah tersebut meningkat ketika memasuki tahun 2014. Terjadi peningkatan pada mahasiswa perantau di Yogyakarta, yaitu sekitar 85% (Tribunjogja.com, 2014). Menurut Pemerintah Provinsi D.I.Yogyakarta pada tahun 2016, jumlah mahasiswa rantau di D.I.Yogyakarta mencapai 320.000 orang.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merantau merupakan suatu aktivitas pergi ke wilayah lain untuk mencari penghidupan, ilmu dll. Mahasiswa perantau membutuhkan penyesuaian di lingkungan baru guna memenuhi tuntutan-tuntutan yang sifatnya internal dan eksternal. Menurut Gunarsa (2006) tuntutan internal adalah kebutuhan yang berasal dari diri individu. Mahasiswa tahun pertama pada umumnya mengalami kesulitan terhadap penyesuaian diri di perguruan tinggi karena adanya perbedaan sifat pendidikan di sekolah menengah atas dan perguruan tinggi (perbedaan kurikulum, disiplin, dan hubungan antar dosen dengan mahasiswa), hubungan sosial, masalah ekonomi, dan pemilihan jurusan (Gunarsa & Gunarsa, 2004).

Apabila mahasiswa perantau tidak dapat beradaptasi dengan kehidupan kampus, mereka akan merasakan dampak tertentu. Dampak tersebut di antaranya mahasiswa perantau akan merasa kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, timbul rasa tidak puas terhadap kelompok, peran yang kurang maksimal dalam kelompok dan dilema dengan kelompok baru diluar kelompok yang sudah diikuti (Hurlock, 1980). Berada di tempat yang jauh dari orang-orang yang dinilai dekat dalam kehidupan seperti keluarga dan sahabat, memasuki lingkungan atau tempat yang baru, beradaptasi dengan pola hidup yang baru serta berbeda, beradaptasi dengan tuntutan akademik yang berbeda dari jenjang akademik sebelumnya seperti dari jenjang SMA lalu memasuki jenjang kuliah, menghadapi tuntutan untuk dapat mandiri dan harus

menjalin relasi kembali dengan orang-orang baru, hal tersebut dapat memunculkan fenomena kesepian (Miller, Perlman, & Brehm, 2007).

Santrock (2003) juga menjelaskan kesepian akan berdampak pada permasalahan emosional remaja, mahasiswa yang meninggalkan daerah asalnya dan keluarga dapat membuat mahasiswa tersebut merasa cemas karena sulitnya penyesuaian diri terhadap lingkungan, harus bertemu dengan orang-orang baru, dan menciptakan kehidupan sosial yang baru. Mahasiswa yang telah memasuki universitas juga memiliki tingkat kesepian yang tinggi (Goossens, Klimstra, Luyckx, Vanhalst, & Teppers, 2014). Hal tersebut dapat terjadi karena remaja akhir banyak mengalami transisi sosial seperti tinggal seorang diri, meninggalkan rumah, memasuki masa kuliah maupun dunia kerja (Taylor, Peplau, & Sears, 2009). Semakin bertambahnya usia maka kehidupan sosial lebih stabil, kemampuan sosial juga lebih baik, dan lebih realistis dalam ekspektasi tentang hubungan sosial (Taylor, Peplau, & Sears, 2006).

Perasaan kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa rantau jika dibiarkan begitu saja akan menimbulkan stres. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Baron dan Byrne (2005) mengemukakan bahwa kesepian berpengaruh negatif terhadap afek atau perasaan individu, termasuk depresi, kecemasan, ketidakbahagiaan, dan ketidakpuasan yang ditampakkan dengan kondisi atau perasaan ketidakberdayaan, dan rasa malu. Kesepian yang dirasakan akan memberi efek negatif pada individu yang mengalami hal tersebut. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh (Baron, 2005) yang mengatakan bahwa kesepian merupakan keadaan emosi dan kognitif yang tidak bahagia yang diakibatkan oleh keinginan akan hubungan akrab namun tidak dapat mencapainya.

Menurut Gierveld dan Tilburg (2006) kesepian adalah perasaan kehilangan dan ketidakpuasan yang dirasakan seseorang karena ketidaksesuaian dengan jenis hubungan sosial yang seseorang itu rasakan dan jenis hubungan sosial yang seseorang itu miliki. Menurut Perlman dan Peplau (1981) kesepian adalah pengalaman tidak menyenangkan yang terjadi ketika jaringan hubungan sosial seseorang kurang dalam beberapa hal penting, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Russell, Peplau dan Cutrona (1980) menjelaskan kesepian adalah perasaan yang individu rasakan dikarenakan kurangnya interaksi atau hubungan sosial secara erat pada hubungan sosial pada diri seseorang. Kondisi tersebut dapat berupa keadaan sementara yang disebabkan oleh perubahan drastis dalam kehidupan sosial individu. Sears (1999) mengemukakan bahwa kesepian menunjuk pada kegelisahan subjektif yang dirasakan individu pada saat hubungan sosialnya tidak akrab atau dapat dikatakan kurang akrab dengan orang lain.

Menurut Perlman dan Peplau (1981) kesepian didasari oleh empat aspek meliputi afektif adalah pengalaman yang tidak disukai individu dan kurang menyenangkan yang dirasakan individu seperti permusuhan, depresi, kecemasan, kurang bahagia, aneh dan lain sebagainya, selanjutnya yaitu motivasi merupakan kekuatan yang memotivasi seseorang untuk melakukan hubungan dengan orang lain meski merasa cemas terhadap interaksi tersebut, lalu kognitif adalah individu yang kesepian biasanya kurang bisa berinteraksi atau kurang memfokuskan perhatian secara efektif, selanjutnya perilaku merupakan kesepian yang dirasakan individu dapat dilihat dari perilaku individu tersebut seperti kurang tegas, tertutup dengan orang lain perihal masalah yang sedang individu hadapi tersebut dan sebagainya.

Masyarakat seringkali menganggap bahwa kesepian banyak dialami oleh individu pada kelompok usia lanjut, usia ketika seorang individu yang tinggal sendiri karena sudah ditinggal oleh pasangannya, atau usia dimana individu sudah tidak lagi mengurus anaknya. Menurut

Graham (1995) menyebutkan bahwa kesepian yang dialami remaja pada zaman sekarang jumlahnya semakin meningkat dari jumlah tahun-tahun sebelumnya.

Kesepian bisa terjadi pada individu dengan berbeda usia, tidak terkecuali pada remaja. Survey loneliness yang dilakukan oleh Mental Health Foundation di Inggris pada Mei tahun 2010, dari 2.256 orang ditemukan 24% yang merasakan kesepian, dimana subyek berumur 18-32 tahun lebih merasakan kesepian daripada subyek berumur di atas 53 tahun (Mental Health Foundation, 2010)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rangga (2012) tentang kesepian dengan internet *addict* (Misyaroh, 2016) menunjukkan bahwa tingkat kesepian pada dewasa awal berada pada kategori sedang mencapai 50,7% dari 75 subjek. Penelitian yang dilakukan oleh Saputri, Rahman dan Kurnia (2012) tentang kesepian dengan konsep diri diketahui bahwa 60% dari 30 mahasiswa perantau asal Bangka yang berusia 18-21 tahun mengalami kesepian dalam kategori tinggi.

Peneliti melakukan wawancara awal terhadap 5 mahasiswa pada tanggal 20 Maret 2020. Mahasiswa yang diwawancarai adalah mahasiswa rantau yang berkuliah di Yogyakarta, kisaran umur mahasiswa ini yaitu 18-20 tahun, dan mereka berada di tingkat pertama perkuliahan. Hasil wawancara antara lain: pada aspek afektif seluruh mahasiswa ini merasakan gelisah dan juga hampa saat berada di kampus maupun di tempat tinggalnya. Pada aspek motivasi seluruh mahasiswa mencoba untuk memotivasi diri mereka sendiri agar dapat berinteraksi dengan orang baru walaupun mereka merasa cemas. Pada aspek kognitif 4 dari 5 mahasiswa ini mengaku sulit menceritakan masalah yang dialami karena mereka memiliki suatu alasan yaitu mahasiswa ini mempercayai seseorang untuk menceritakan masalah (rahasia) yang terjadi padanya, namun orang yang dipercayainya ini menceritakan masalahnya pada orang lain, hal itulah yang menyebabkan mahasiswa ini kurang percaya pada orang lain. Pada aspek perilaku seluruh

mahasiswa juga mengaku bahwa dirinya kesulitan berbicara ketika sedang diadakan presentasi di kelasnya hal ini menjadikan mahasiswa menjadi cenderung sedikit berbicara dan menghindari berbicara terlalu banyak pada saat presentasi. Berdasarkan hasil wawancara, dijelaskan bahwa lima subjek memunculkan aspek kesepian menurut Perlman dan Peplau (1981).

Menurut Sears dan Freedman (1985) Seharusnya individu yang mengalami kesepian diharapkan bisa melakukan komunikasi dengan individu lain sehingga terjalin suatu hubungan yang baik dan mendapat dukungan sosial dari individu yang dipercaya menyayangi individu tersebut. Penelitian ini penting dilakukan karena kesepian memiliki dampak yang tidak baik terhadap kesehatan psikologis remaja (Corsano, 2006). Kebanyakan dari remaja yang mengalami kesepian rentan bunuh diri (Page, 2006). Remaja yang gagal membentuk persahabatan yang akrab akan mengalami penurunan harga diri (Santrock, 2005). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Acquah, Topalli, Wilson, Junttila, & Niemi (2016) juga menunjukkan bahwa rasa kesepian pada remaja dapat meningkatkan kemungkinan remaja untuk menjadi korban bullying.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian diantaranya adalah dukungan sosial keluarga (Sarafno & Smith, 2011), kecerdasan sosial (Suyono, 2007), regulasi emosi (Gross, 2007) dan persepsi teman sebaya. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian pada remaja faktor yang dipilih oleh peneliti dalam penelitian ini adalah dukungan sosial keluarga. Menurut Syamsu Yusuf (2007) jika dukungan sosial keluarga pada anak remaja terpenuhi dengan baik maka dapat dikatakan bahwasanya sedikit kemungkinan anak remaja tersebut merasakan kesepian karena ada dukungan keluarga yang mereka terima dan begitu pula sebaliknya. Menurut Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial merupakan dukungan perhatian, penghargaan, pertolongan sehingga individu tersebut merasa di cintai oleh keluarganya. Menurut

House dan Kahn (1985) dukungan sosial adalah hubungan interpersonal yang individu butuhkan dan individu terima dari keluarganya seperti perhatian, evaluasi, interaksi dengan lingkungan.

Aspek-aspek dukungan sosial dalam penelitian ini mengacu pada aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2011). Sarafino dan Smith (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki beberapa aspek yaitu dukungan emosional, dukungan emosional merupakan dukungan yang mengikutsertakan kasih sayang kepada individu sehingga individu merasa nyaman, dihargai, dicintai, dukungan instrumental yaitu bantuan nyata individu terhadap oranglain yang memerlukan bantuannya, sebagaimana individu yang memberikan atau meminjam uang maupun barang atau menolong langsung kerabat yang sedang membutuhkan pertolongan lalu dukungan informasi, dukungan ini merupakan nasehat untuk individu agar individu melakukan sesuatu lebih baik lagi.

Dukungan ini dapat diberikan dengan memberikan informasi yang dibutuhkan oleh individu dan yang terakhir adalah dukungan penghargaan, yaitu dapat berupa pemberian hadiah dan pujian terhadap apa yang telah dilakukan oleh individu (Sarafino & Smith, 2011). Menurut House dan Kahn (1985) aspek-aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosi, dukungan emosional adalah ketika individu merasa dicintai dan diberi perhatian sehingga individu tersebut merasa berharga. Dukungan informasi, dukungan ini dapat berupa pemberian solusi atau respon tentang apa yang telah maupun yang akan dilakukan oleh individu dan yang terakhir dukungan peralatan, yaitu seperti memberikan bantuan secara nyata dan bantuan tersebut akan membuat individu bisa mengatasi permasalahan yang dialaminya.

Kesepian merupakan keadaan emosi dan kognitif yang tidak bahagia yang diakibatkan oleh keinginan akan hubungan akrab namun tidak dapat mencapainya (Baron, 2005). Kesepian yang dirasakan oleh individu karena ketidakhadiran individu yang dirasa penting bagi dirinya

akan membuat individu tersebut merasa sendirian dan berakibat mengalami depresi, hilangnya kepercayaan diri, mengkonsumsi alkohol atau bahkan yang paling fatal berusaha untuk bunuh diri. Menurut Baron (2005) perpindahan ke lokasi baru atau tempat yang baru dapat menjadi penyebab menimbulkan kesepian. Salah satu contoh perpindahan tempat tinggal adalah dengan merantau yang biasa dilakukan oleh mahasiswa untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi yang diinginkan. Karakteristik remaja yang mengalami kesepian yaitu ketika remaja tersebut tertutup dan tidak mau membuka diri terhadap lingkungan baru dikarenakan remaja merasa tidak memiliki teman yang begitu tulus.

Menurut Hurlock (2001) dukungan dari keluarga yang berupa penerimaan, perhatian dan rasa percaya akan meningkatkan kebahagiaan dalam diri individu. Kebahagiaan yang diperoleh individu bisa membuat individu tidak kesepian dan akan termotivasi untuk terus mencapai tujuan akademiknya walaupun mereka tinggal jauh dari keluarga. Oleh sebab itu, dukungan yang didapat individu dari keluarga ataupun lingkungan sekitar memiliki peran penting bagi individu. Dengan adanya dukungan sosial keluarga maka mereka tidak merasakan kesepian, perasaan permusuhan, depresi, kurang bahagia, kehilangan makna hidup, tertutup dengan orang lain, cemas berlebihan, kurangnya nafsu makan yang dirasakan oleh mahasiswa yang merantau. Dukungan tersebut seperti ucapan untuk membangkitkan semangat, nasehat, umpan balik, serta pemberian bantuan secara materi nya (Sarafino,2006).

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, dalam penelitian ini terdapat rumusan masalah sebagai berikut: “apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *loneliness* (kesepian) pada mahasiswa rantau di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

1. Secara teoritis diharapkan dapat memberikan manfaat dan dapat mengembangkan wawasan bagi ilmu psikologi.
2. Menambah informasi, khususnya pada bidang psikologi klinis agar lebih memperhatikan bahwa dukungan sosial keluarga merupakan faktor yang penting dalam mengatasi kesepian pada mahasiswa rantau, terutama dalam hal penyesuaian diri dengan lingkungan yang baru.

b. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti maupun masyarakat khususnya mahasiswa perantau tentang dukungan sosial keluarga dan kesepian, sehingga mahasiswa perantau lebih banyak mendapatkan dukungan sosial keluarga agar terhindar dari kesepian.