

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Mahasiswa rantau merupakan individu yang meninggalkan kampung halaman untuk melanjutkan pendidikan di tempat lain. Mahasiswa yang merantau untuk mengejar pendidikan tingkat lanjut adalah fenomena yang biasa terjadi di Indonesia. Umumnya, salah satu alasan yang mendorong para anak muda merantau adalah untuk memperoleh pendidikan yang lebih baik (Prasetio et al., 2020). Selain memperoleh kemampuan melalui pendidikan secara formal dan pengembangan diri, mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah berkesempatan untuk mengenali lingkungan yang berbeda serta memperluas jaringan sosial sehingga pengalaman jauh dari tempat asalnya menjadi suatu proses pembelajaran yang menyeluruh bagi mahasiswa, yang dapat membantu membentuk karakter yang lebih mandiri, adaptif, dan terbuka (Sembiring & Bajiran, 2024 dalam Cahya Bahari, 2025).

Semua mahasiswa, baik yang sedang menempuh gelar sarjana maupun pasca sarjana, serta mahasiswa lokal maupun internasional, pasti akan mengalami berbagai tantangan ketika beralih ke dunia perkuliahan. Masalah yang sering dihadapi tersebut mencakup tekanan dari lingkungan akademik, kesulitan finansial, perasaan kesepian, perselisihan antara individu, tantangan dalam menghadapi perubahan, dan permasalahan dalam memperoleh kemandirian pribadi (Gajdzik, 2005 dalam Hutapea, 2014). Menurut Agustina dan Deastuti (2023), permasalahan yang dihadapi mahasiswa rantau pastinya akan jauh lebih berat dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak merantau. Hal ini disebabkan karena mahasiswa

rantau menghadapi banyak perbedaan dalam berbagai aspek kehidupan yang tentunya berbeda dengan tempat asalnya.

Dalam kehidupan sehari-hari, mahasiswa rantau dihadapkan pada berbagai permasalahan secara psikologis, emosional, afektif, maupun sosial. Secara psikologis, mahasiswa rantau bisa merasakan tekanan karena kesepian, kecemasan akademik, serta adanya perasaan terisolasi dari sistem dukungan keluarga. Dari sisi emosional, muncul perasaan ragu akan kemampuan diri, perasaan tertekan ketika menghadapi situasi baru tanpa pendampingan langsung dari orang tua, hingga kerinduan mendalam terhadap rumah atau *homesickness* yang membawa dampak negatif seperti gangguan pada suasana hati, penurunan produktivitas, masalah kesehatan fisik, serta gangguan kognitif. Hal ini disebabkan oleh perasaan-perasaan negatif yang muncul, seperti perasaan kosong, rasa cemas, kesepian, kesedihan yang mendalam, rasa sakit, kelelahan mental, dan kesulitan dalam mengatasi keadaan tersebut (Simanjuntak et al., 2025). Permasalahan sosial juga sering kali muncul ketika mahasiswa rantau harus membangun relasi baru saat jauh dari keluarga.

Mahasiswa sebagai individu yang sedang mengalami transisi dari masa remaja menuju dewasa awal, sering kali mengalami kebingungan terkait masa depan. Hal tersebut umum dialami karena adanya tuntutan untuk menentukan arah hidup yang semakin besar dan mahasiswa dihadapkan pada pilihan jurusan, karier, serta harapan masyarakat terhadap masa depannya. Dalam kerangka teori perkembangan psikososial Erik Erikson, permasalahan kebingungan tersebut dapat dipahami sebagai bagian dari krisis perkembangan "*Identity versus Role*

Confusion” atau pencarian identitas *versus* kebingungan peran. Pada fase ini, individu berusaha menemukan jati dirinya di tengah berbagai tuntutan sosial dan personal. Mahasiswa rantau, dengan kondisi jauh dari keluarga, sering kali mengalami *role confusion* yang lebih intens dibandingkan mahasiswa yang masih tinggal bersama keluarga, karena terbatasnya dukungan secara emosional dalam proses pembentukan identitas diri.

Mahasiswa rantau harus menyesuaikan diri dengan ketidakhadiran orang tua, sistem pertemanan baru, serta norma sosial di lingkungan yang baru (Hutapea, 2006 dalam Jannah et al., 2019). Penyesuaian ini tidak jarang penuh tantangan, karena mahasiswa rantau berada di lingkungan yang asing, jauh dari figur dukungan utama seperti orang tua. Pada titik tertentu, mahasiswa rantau bahkan menghadapi kejadian yang lebih berat seperti terjadinya peristiwa kematian orang tua di tengah masa studi. Hal ini dapat menjadi tantangan besar yang menguji ketahanan psikologis mahasiswa rantau dan bukan hanya sekedar terjadinya perubahan kondisi emosional, melainkan juga sebuah titik balik kehidupan yang memengaruhi seluruh aspek psikologis, sosial, hingga akademik.

Kehilangan orang tua karena kematian merupakan salah satu bentuk duka yang paling berat dalam kehidupan individu. Kehilangan saudara kandung, kerabat, teman, atau hewan peliharaan seringkali memengaruhi emosi, tetapi tidak ada yang sebanding dengan dampak emosional yang dialami anak ketika kehilangan orang tua atau figur pengganti orang tua (Krementz, 1981 dalam Astuti, 2007). Figur pengganti orang tua atau orang tua pengganti di sini yang dimaksudkan adalah individu yang mengambil alih peran ayah dan ibu kandung yang mampu

berinteraksi secara langsung serta memenuhi berbagai kebutuhan anak yang diasuh, untuk memberikan perhatian dan kasih sayang sebagai pengganti dari orang tua biologisnya (Putri & Yarni, 2023). Orang tua pengganti memiliki peran yang sama atau setara dengan orang tua biologis dalam memenuhi kebutuhan jasmani dan rohani anak. Selain itu, orang tua pengganti dapat digantikan oleh saudara dekat seperti paman, bibi, kakek, atau nenek, hingga juga bisa digantikan oleh seorang pengasuh (Al Hafidz & Abdurrahman, 2023). Bagi mahasiswa rantau, kehilangan ini tidak hanya berarti berkurangnya dukungan emosional, tetapi juga bisa berarti hilangnya sumber dukungan finansial, spiritual, dan sosial. Proses berduka yang normal bisa berubah menjadi pengalaman traumatis karena jarak, keterbatasan waktu, serta kondisi yang memaksanya untuk menghadapi kehilangan dengan dukungan psikologis yang minim.

Hasil survey yang dilakukan oleh Gulo dan Aritonang (2023) kepada 31 mahasiswa rantau menunjukkan bahwa pada dinamika penolakan atau *denial*, sebanyak (70,9%) responden masih mengalami mati rasa atau ketidakpercayaan terhadap kehilangan yang dialami, terlepas dari lama waktu yang sudah berlalu. Dinamika kemarahan atau *anger* menggambarkan bahwa (48,4%) masih merasakan marah atau frustrasi, terlepas dari lamanya menjalani peristiwa kehilangan tersebut. Dinamika tawar-menawar atau *bargaining* menunjukkan bahwa (74,2%) responden masih sering merasa bersalah atau berharap dapat mengubah apa yang telah terjadi di masa lalu, meskipun kehilangan itu telah berlangsung cukup lama dan dinamika depresi memperlihatkan bahwa (74,2%) responden masih merasakan kesedihan yang mendalam serta kehilangan minat terhadap kegiatan, meskipun kehilangan

tersebut sudah lama terjadi. Tanda-tanda yang paling mencolok dari pengaruh kognitif akibat berduka pada kehidupan mahasiswa yaitu adanya kesulitan dalam melatih fokus, proses belajar, dan pengingatan, yang bisa mempengaruhi nilai dan bahkan kemampuannya untuk melanjutkan studi (Balk & Vesta, 1998 dalam Gulo & Aritonang, 2023).

Data tersebut menunjukkan bahwa kondisi kehilangan yang dialami mahasiswa rantau setelah kehilangan orang tua cenderung lebih kompleks. Mahasiswa yang tinggal di rumah dapat segera memperoleh akses dukungan langsung dari keluarga yang tersisa, sehingga beban emosional lebih tersalurkan. Sementara pada mahasiswa rantau, dikarenakan adanya keterbatasan jarak dan waktu harus mengalami intensitas kesepian dan beban psikologis yang lebih berat. Situasi ini memperbesar risiko munculnya permasalahan psikologis yang lebih serius, seperti gangguan berduka berkepanjangan (Kustanti & Yunitri, 2025) atau bahkan depresi klinis. Kompleksitas inilah yang membedakan pengalaman kehilangan pada mahasiswa rantau dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak merantau.

Dalam kondisi tersebut mahasiswa rantau dituntut untuk dapat mempertahankan keberlangsungan hidupnya. Oleh karena itu, diperlukan kemampuan yang baik dalam menghadapi berbagai tekanan yang muncul, sehingga mahasiswa mampu merespon masalah dengan cara yang sehat. Proses penyesuaian individu dalam menghadapi kesulitan dari situasi yang menekan disebut sebagai resiliensi (Britt et al., 2016). Reivich dan Shatte (2002) memaparkan tujuh aspek dari resiliensi, aspek aspek tersebut adalah regulasi emosi

(*emotional regulation*), kontrol impuls (*impulse control*), optimisme (*optimism*), analisis kausal (*causal analysis*), empati (*empathy*), efikasi diri (*self-efficacy*), dan pencapaian (*reaching out*).

Kemampuan resiliensi sangat penting untuk mengubah tantangan menjadi peluang untuk tumbuh, berkembang, dan meningkatkan kemampuan beradaptasi menuju perubahan yang lebih baik yang akan mengarahkan individu menuju kehidupan yang jauh dari kecemasan. Resiliensi tidak hanya berarti kemampuan untuk tetap bertahan dalam situasi sulit, tetapi juga sebagai usaha untuk pulih dari tekanan yang dihadapinya (Gulo & Aritonang, 2023). Dengan demikian, mahasiswa rantau yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua diharapkan mampu mengelola proses berduka secara sehat. Pengelolaan yang baik akan membantu mahasiswa rantau untuk tetap menjalani kehidupan secara optimal dalam aspek akademik hingga sosial, serta mencegah terjadinya terjebak dalam kondisi psikologis negatif yang berkepanjangan.

Pada penelitian yang dilakukan Herdi dan Ristianingsih (2021), menemukan bahwa resiliensi pada mahasiswa rantau di Indonesia termasuk dalam kategori sedang ke rendah. Hal ini disebabkan karena mahasiswa rantau belum cukup memiliki kemampuan ketahanan diri yang baik dalam menghadapi kenyataan di lingkungan yang baru. Martin dan Masrh (2019) mengungkapkan bahwa resiliensi dapat diuji dalam empat situasi yaitu kejatuhan, tantangan, kesulitan, dan tekanan. Mahasiswa rantau yang mengalami kematian orang tua di tengah masa studi memenuhi setidaknya satu dari kriteria tersebut. Pada kondisi ini, resiliensi bukan lagi sekedar kemampuan untuk beradaptasi, melainkan juga

kebutuhan mendasar untuk mempertahankan kestabilan psikologis mahasiswa rantau.

Beberapa kondisi dari berbagai aspek pada mahasiswa rantau pasca kematian orang tua ditemukan dari hasil wawancara peneliti dengan tiga orang narasumber. Narasumber pertama berinisial LA merupakan mahasiswi rantau semester empat. LA kehilangan ayahnya pada Bulan Oktober 2024 mengungkapkan bahwa meskipun hubungan dengan ayahnya tidak dekat, LA tetap merasakan kesedihan dan penyesalan. Secara finansial, narasumber menghadapi tekanan akibat warisan utang dan tuntutan untuk segera mandiri, yang mendorongnya untuk cepat menyelesaikan kuliah. Selain itu, kehilangan figur ayah juga membuatnya merasa harus mengambil keputusan hidup sendiri, namun tetap dipengaruhi oleh harapan keluarga yang tersisa..

“Kayak ih beneran nggak sih karena kebiasaan ditinggal jadi ngerasanya karena ini sih kak mungkin pergi aja tapi kok nggak balik-balik tapi sedih...”

(LA, 19 tahun, perempuan, wawancara personal 6 Mei 2025)

“...kalo misalnya dulu lebih deket kayak kita memories nya masih ada gitu...”

(LA, 19 tahun, perempuan, wawancara personal 6 Mei 2025)

“...waktu meninggal itu kebetulan di tinggalin hutang yang banyak, jadi beberapa asetnya kan harus di jual...”

(LA, 19 tahun, perempuan, wawancara personal 6 Mei 2025)

Wawancara dengan narasumber kedua berinisial LV, mahasiswi rantau semester delapan dan memiliki hubungan yang dekat dengan ayah. mengungkapkan dampak emosional dan finansial yang mendalam akibat kehilangan ayahnya pada Juli 2023. Kehilangan sosok yang sangat dekat dan menjadi sumber utama dukungan finansial membuat LV mengalami kesedihan yang mendalam, perasaan

kesepian, serta tekanan psikologis yang berat, termasuk pikiran untuk mengakhiri hidup. Di tengah kondisi ibunya yang sakit dan situasi ekonomi keluarga yang terguncang, LV berusaha mandiri secara finansial dengan mengambil pekerjaan sampingan untuk menghindari membebani saudara-saudaranya, meskipun hal ini tidak menghapus rasa kehilangan dan kekosongan yang dialami.

“...keadaan yang terpaksa aku harus bekerja gitu karena aku harus settle secara finansial...”

(LV, 20 tahun, perempuan, wawancara personal 11 Mei 2025)

“...ga ada yang nanyain pulang, ga ada yang nanyain makan, segala macem...”

(LV, 20 tahun, perempuan, wawancara personal 11 Mei 2025)

“...sempet ngomong aku pengen nyusul papa karena seberat itu..”

(LV, 20 tahun, perempuan, wawancara personal 11 Mei 2025)

Narasumber ketiga berinisial VS merupakan mahasiswi rantau semester enam yang ayahnya meninggal pada Bulan April 2025 dan memiliki hubungan yang dekat dengan ayah. Narasumber mengungkapkan bahwa kematian ayah memberikan dampak emosional yang mendalam, terutama karena kehilangan momen-momen penting yang tidak sempat tersampaikan. VS merasakan penyesalan, kehampaan, dan kehilangan tempat bersandar, terutama dalam menghadapi masalah pribadi dan akademik. Kehilangan ini juga mendorong perubahan rencana hidup, dari sebelumnya fokus pada pengembangan diri menjadi lebih mengutamakan kehadiran untuk keluarga. Rasa kehilangan komunikasi yang bermakna dan kehilangan sumber saran juga memperdalam rasa kebingungan serta kesedihan yang dirasakannya.

“...lagi pengen curhat gitu sama bapak di hari itu terus pas inget oh iya bapak udah gak ada...”

(VS, 20 tahun, perempuan, wawancara personal 19 Mei 2025)

“... pas kita butuh banget nih tapi gak ada tuh rasanya hancur gitu loh kak, maksudnya bingung harus ke mana terus masalah juga gak selesai gitu”

(VS, 20 tahun, perempuan, wawancara personal 19 Mei 2025)

Melalui wawancara yang telah dilakukan dengan ketiga narasumber tersebut terlihat bagaimana masing-masing narasumber menunjukkan respon yang berbeda pasca kematian orang tua. Narasumber LA menunjukkan respons yang lebih rasional dengan menekankan pentingnya kemandirian finansial dan menyelesaikan studi lebih cepat, meskipun LA tetap merasakan penyesalan atas relasi yang kurang dekat dengan ayahnya. Sementara itu, narasumber LV mengalami tekanan emosional yang cukup berat akibat kehilangan sosok ayah yang sangat dekat dan menjadi penopang ekonomi keluarga, bahkan sempat mengalami kondisi psikis yang mengarah pada pikiran untuk mengakhiri hidup. Adapun narasumber VS juga merasakan kehilangan mendalam dan kehampaan emosional karena kehilangan sosok tempat bergantung dan berbagi cerita, yang akhirnya memaksanya untuk menyusun ulang rencana hidup demi lebih hadir bagi keluarga.

Dapat disimpulkan bahwa meskipun tingkat kedekatan dengan orang tua berbeda, ketiga narasumber mengalami dampak psikologis berupa kesedihan, kehampaan, penyesalan, hingga krisis identitas dan tujuan hidup. Dari aspek sosial dan ekonomi juga menghadapi tantangan finansial serta tuntutan keluarga yang mendorongnya untuk tetap bertahan, menyusun ulang rencana masa depan, dan mencari kekuatan dari dalam diri demi melanjutkan pendidikan dan kehidupan di perantauan.

Dalam konteks mahasiswa perantau, dampak kehilangan orang tua sering kali lebih kompleks karena jauh dari keluarga inti dan harus menghadapi kesedihan dalam kondisi yang mengharuskan kemandirian emosional dan fisik. Tanpa adanya kemampuan resiliensi yang baik, mahasiswa berpotensi mengalami gangguan psikologis yang lebih berat, seperti menarik diri dari lingkungan sosial hingga pikiran untuk mengakhiri hidup. Kehilangan orang tua tidak hanya membawa duka mendalam, tetapi juga dapat mengubah struktur dukungan sosial dan ekonomi yang menjadi sandaran. Wawancara awal yang dilakukan Ulva (2023) pada mahasiswa yang mengalami kematian orang tua menunjukkan bahwa adanya beberapa permasalahan yang muncul seperti kecemasan terhadap kondisi finansial, turunnya motivasi belajar, perasaan sedih, kecenderungan menangis saat sedang sendiri hingga perasaan cemas saat harus meninggalkan rumah. Ketika berada dalam kondisi berduka karena ditinggalkan oleh orang tua, banyak aspek yang diperlukan sebagai bentuk dukungan untuk pulih kembali pada kondisi kehidupan yang normal (Hotmauli, 2024).

Oleh karena itu, resiliensi berperan besar dalam mempengaruhi kemampuan mahasiswa rantau untuk bangkit dari duka setelah kematian orang tua. Hal ini juga berperan penting dalam mendorong individu untuk tetap fokus pada tujuan akademis dan sosial meskipun mengalami kesedihan yang mendalam. Mahasiswa dapat mengatasi rasa duka melalui berbagai strategi koping yang positif, seperti mencari dukungan sosial dari komunitas atau teman, serta tetap berfokus pada pencapaian akademik. Kemampuan resiliensi yang baik tidak hanya memungkinkan individu untuk memanfaatkan pengalaman sulit sebagai sumber

motivasi, tetapi juga mendorong individu untuk mengembangkan pola pikir yang positif dalam menghadapi tantangan sehingga mampu belajar dari pengalaman tersebut dan tumbuh secara pribadi.

Metode kualitatif memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman pribadi mahasiswa rantau, termasuk cara individu mengelola emosi, menghadapi kehilangan, serta membangun ketahanan diri. Dengan menggunakan wawancara mendalam, metode ini menangkap hal-hal penting dalam pemahaman dan internalisasi pengalaman individu serta peneliti dapat mengidentifikasi pola resiliensi yang terbentuk di antara mahasiswa rantau. Setiap individu mungkin memiliki strategi resiliensi yang berbeda-beda, seperti dukungan dari keluarga, teman, komunitas, atau keyakinan spiritual. Metode kualitatif berfokus pada pemahaman yang holistik, di mana peneliti tidak hanya melihat resiliensi sebagai variabel tunggal, tetapi juga mempertimbangkan faktor lain seperti kondisi psikologis, pengalaman masa lalu, dan dinamika hubungan sosial. Hal ini memberikan gambaran yang lebih luas dan mendalam tentang bagaimana mahasiswa rantau menghadapi kehilangan orang tua.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini berfokus pada bagaimana gambaran resiliensi pada mahasiswa rantau pasca kematian orang tua?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam bagaimana gambaran resiliensi pada mahasiswa rantau pasca kematian orang tua.

2. Manfaat Penelitian

a) Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai resiliensi dalam konteks spesifik. Hasil penelitian ini dapat melengkapi dan memperkaya teori-teori resiliensi.

b) Praktis

Penelitian ini dapat memberikan wawasan baru bagi lembaga pendidikan dalam merancang program dukungan bagi mahasiswa rantau yang mengalami kehilangan, sehingga dapat membantu dalam proses penyesuaian dan meningkatkan kesejahteraan mental serta dapat memberikan informasi kepada mahasiswa yang telah mengalami kehilangan orang tua untuk dapat bertahan dan melewati masa-masa sulit dalam menjalankan kehidupan pasca kematian orang tua.