

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Indonesia memiliki beragam suku bangsa, Bahasa, dan budaya, namun perbedaan itu membuat Indonesia menghadapi pembangunan yang tidak merata, seperti yang terjadi pada Indonesia Timur. Wilayah ini meliputi provinsi-provinsi seperti Papua, Papua Barat, Maluku, Maluku Utara, Nusa Tenggara Timur, dan sebagian wilayah Sulawesi. Daerah-daerah ini mengalami ketertinggalan secara signifikan dalam bidang pendidikan. Kesenjangan ini terlihat pada indikator seperti rata-rata lama sekolah dan keterbatasan infrastruktur pendidikan (Sultrakin, 2018). Melalui inisiatif dari DPR RI, pemerintah berusaha mengatasi kesenjangan ini dengan memprioritaskan pendanaan dan program untuk pendidikan di wilayah yang tertinggal. Program seperti KIP dan BIP bertujuan untuk meningkatkan akses ke pendidikan berkualitas (Shobirin, 2024), meskipun demikian wilayah Indonesia Timur masih menghadapi ketertinggalan. Hal ini menjadi alasan masyarakat merantau keluar daerah untuk menempuh pendidikan.

Berbagai data dan laporan nasional memperkuat gambaran ketimpangan pendidikan yang dialami oleh wilayah Indonesia Timur. Berdasarkan laporan DataIndonesia.id yang merujuk pada data Badan Pusat Statistik (BPS), rata-rata lama sekolah (RLS) penduduk Indonesia pada tahun 2023 tercatat sebesar 8,77 tahun. Namun, angka ini belum mencerminkan kondisi wilayah secara merata. Di provinsi-provinsi Indonesia Timur seperti Papua dan Nusa Tenggara Timur

(NTT), RLS masih berada di bawah rata-rata nasional, yakni masing-masing sekitar 7,3 tahun dan 7,7 tahun. Ketimpangan ini menunjukkan bahwa penduduk di wilayah tersebut rata-rata hanya menyelesaikan pendidikan sampai jenjang SMP, berbeda dengan wilayah lain yang sudah mendekati jenjang SMA. Selain durasi pendidikan yang lebih pendek, wilayah Indonesia Timur juga menghadapi keterbatasan dalam ketersediaan tenaga pendidik, sarana dan prasarana pendidikan, serta akses terhadap layanan pendidikan tinggi. Hambatan struktural ini berdampak langsung pada kesempatan belajar masyarakat, terutama generasi muda yang ingin melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi. Akibatnya, banyak mahasiswa dari Indonesia Timur yang memilih atau terpaksa menempuh pendidikan tinggi di luar daerah asal mereka. Fakta-fakta ini semakin memperkuat klaim bahwa mahasiswa asal Indonesia Timur menghadapi tantangan yang lebih besar dalam dunia akademik dibandingkan mahasiswa dari wilayah yang lebih maju dari segi infrastruktur dan akses pendidikan.

Perantau adalah seseorang yang akan meninggalkan kampung halamannya dengan jangka waktu yang lama. Ada berbagai tujuan yang mendorong seseorang untuk merantau, di antaranya adalah seseorang meninggalkan kampung halaman untuk melanjutkan pendidikannya. Di zaman globalisasi ini juga, tidak sedikit orang yang melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi dengan

merantau, diantaranya yaitu seorang mahasiswa (Fauzia, dkk, 2021). Mahasiswa perantau yang berasal dari berbagai daerah bahkan luar pulau dan tinggal di tempat seperti kos, kontrakan, atau asrama, harus menyesuaikan diri mereka dengan situasi yang berbeda dari tempat tinggal asal mereka, perbedaan ini dapat atau bisa menimbulkan berbagai masalah bagi mahasiswa tersebut, mereka mungkin merasa kurang memiliki kedekatan, baik secara pribadi maupun dalam kelompok, dengan lingkungan sosial dan akademik di tempat baru (Junaidi dkk, 2022).

Seorang mahasiswa dituntut untuk mampu menghadapi berbagai situasi dan kondisi secara mandiri Ketika di perantauan. Hal ini disebabkan oleh lingkungan yang berbeda dengan kampung halaman, di mana peluang untuk bergantung pada orang lain sangatlah terbatas. Segala kebutuhan hidup pun harus dipenuhi sendiri, sehingga kemandirian menjadi keterampilan yang mutlak dimiliki. (Fauzia dkk, 2020). Peralihan dari lingkungan keluarga ke lingkungan baru sering menghadirkan tantangan tersendiri, baik dari segi psikologis maupun sosial. Keberagaman kampus dengan keunggulan masing-masing, termasuk penawaran seperti beasiswa, dapat mendorong mahasiswa untuk mendaftar kuliah meskipun harus pergi ke luar daerah.

Melanjutkan studi ke luar daerah menjadi hal yang umum di kalangan masyarakat. Keberagaman kampus, perbedaan kualitas kampus lokal dengan luar daerah, serta tawaran seperti beasiswa. Hal tersebut dapat mendorong mahasiswa untuk mendaftar, meskipun harus meninggalkan daerah asal mereka. Mahasiswa pendatang dari berbagai wilayah perlu beradaptasi dengan kondisi dan lingkungan

yang ada sesuai dengan keadaan di lokasi tempat tinggal mereka (Junaidin dkk, 2022). Penelitian oleh Ramdani dkk. (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa perantau sering menghadapi tantangan dalam beradaptasi dengan budaya, sistem pendidikan, dan gaya hidup yang baru. Jika tantangan ini tidak ditangani dengan baik, bisa menyebabkan stres, kecemasan, dan penurunan kinerja akademik. Selain itu, mahasiswa juga mengalami tekanan dari berbagai aspek, termasuk kesulitan dalam mengelola waktu, tantangan dalam mengembangkan keterampilan sesuai jurusan, serta rasa tidak percaya diri ketika berinteraksi di depan publik. Ramdani, dkk (2018) mengungkapkan bahwa mahasiswa menghadapi berbagai tekanan dan tantangan, baik yang bersifat akademik maupun non-akademik. Tantangan ini meliputi beban tugas kuliah, tuntutan untuk berprestasi, serta kesulitan dalam mengatur waktu dan tekanan sosial. Di luar aspek akademik, mahasiswa juga rentan mengalami tekanan psikologis akibat faktor ekonomi, seperti keterbatasan biaya hidup, ketergantungan pada kiriman orang tua, dan keharusan untuk bekerja sambil kuliah (Ramdani dkk, 2018). Di sisi lain, mahasiswa dari Indonesia Timur yang mengejar pendidikan di wilayah lain sering menghadapi tantangan terkait adaptasi dan stigma, yang membutuhkan ketahanan untuk berhasil. Ini dapat berdampak negatif terhadap fokus dan kelancaran studi mahasiswa.

Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi karena menyangkut upaya mendukung ketahanan psikologis mahasiswa perantau asal Indonesia Timur yang berada dalam posisi sangat rentan, baik secara struktural maupun sosial. Mahasiswa dari wilayah ini tidak hanya menghadapi ketimpangan dalam akses

pendidikan akibat terbatasnya infrastruktur dan fasilitas di daerah asal, tetapi juga harus berjuang menghadapi tantangan penyesuaian diri di lingkungan baru yang sering kali disertai dengan beban stigma negatif. Penelitian Putri dan Kiranantika (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa Indonesia Timur kerap mengalami *culture shock*, stereotip etnis, diskriminasi tempat tinggal, bahkan penolakan sosial akibat citra negatif yang dibentuk oleh media maupun masyarakat lokal. Situasi ini menyebabkan banyak mahasiswa memilih tinggal berkelompok dengan sesama perantau untuk menghindari tekanan dan menciptakan rasa aman. Stereotip terhadap masyarakat Indonesia Timur termasuk anggapan bahwa mereka emosional, sulit beradaptasi, atau cenderung membuat kerusuhan menyebabkan tekanan psikologis yang besar. Tsani dan Suciati (2023) menyatakan bahwa mahasiswa Papua kerap dipandang negatif akibat perbedaan ciri fisik dan peristiwa-peristiwa yang diberitakan secara negatif di media massa. Akibatnya, banyak mahasiswa kehilangan kepercayaan diri, merasa dikucilkan, dan mengalami stres emosional. Dalam situasi ini, resiliensi menjadi kapasitas penting yang menentukan apakah mahasiswa mampu bertahan dan berkembang atau justru mengalami tekanan yang berdampak pada kesehatan mental dan risiko putus kuliah.

Sebagaimana dijelaskan oleh Tsani dan Suciati (2023), dukungan emosional yang diberikan oleh sahabat termasuk dalam bentuk komunikasi suportif, empati, dan penghargaan terbukti membantu mahasiswa Papua mengelola emosi, membangun rasa aman, serta meningkatkan kemampuan adaptasi, yang menunjukkan bahwa pentingnya dukungan sosial dalam

meningkatkan resiliensi ketahanan individu menghadapi tekanan. Dengan demikian, pemilihan variabel dukungan sosial dan resiliensi dalam penelitian ini tidak hanya didasarkan pada kerangka teoritis yang kuat, tetapi juga ditopang oleh realitas empiris mahasiswa Indonesia Timur. Memahami hubungan antara keduanya dapat memberikan kontribusi teoretis dalam psikologi sosial dan praktis dalam merumuskan strategi intervensi sosial yang responsif terhadap kebutuhan mahasiswa perantau. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan kebijakan pendidikan tinggi yang lebih inklusif, serta mendorong penghapusan stigma dan diskriminasi terhadap mahasiswa dari Indonesia Timur di lingkungan akademik.

Dengan demikian, tekanan yang dihadapi mahasiswa tidak hanya bersumber dari lingkungan kampus, tetapi juga dari ekspektasi budaya, stigma sosial, dan tekanan ekonomi yang kompleks. Kondisi ini menjadi lebih menantang bagi mahasiswa perantau asal Indonesia Timur, yang harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru sekaligus membawa beban ekspektasi sosial dan ekonomi dari daerah asalnya. Oleh sebab itu, penelitian ini akan mengkaji sejauh mana dukungan sosial dapat memengaruhi tingkat resiliensi mahasiswa yang perantau asal Indonesia Timur.

Resiliensi menjadi konsep penting dalam memahami bagaimana individu dapat bertahan dan pulih dari tekanan atau kesulitan. Kata "resiliensi" berasal dari bahasa Latin abad pertengahan, yaitu *resilire*, yang berarti "kembali." Dalam bahasa Inggris, istilah *resiliency* atau *resilient* sering digunakan untuk menggambarkan keadaan seseorang yang mampu bangkit dari situasi yang sulit.

Dari asal usul dan pengertian kata tersebut, resiliensi dapat dipahami secara umum sebagai kemampuan individu untuk kembali ke kondisi semula setelah menghadapi berbagai tantangan atau situasi yang menekan (Novianti, 2018).

Dalam penelitian ini, resiliensi pada mahasiswa perantau asal Indonesia Timur akan dianalisis berdasarkan lima aspek yang dikemukakan oleh Connor dan Davidson (2003), yaitu: (1) kompetensi personal, standar yang tinggi, dan kegigihan; (2) kepercayaan pada intuisi dan toleransi terhadap perasaan negatif; (3) penerimaan terhadap perubahan dan hubungan yang aman; (4) kontrol atas diri; dan (5) pengaruh spiritualitas.

Beragam kondisi dan situasi yang menantang di perantauan menuntut mahasiswa untuk memiliki resiliensi agar dapat beradaptasi dan mengembangkan potensi diri secara optimal. Kemampuan untuk bertahan, bangkit kembali, dan menyesuaikan diri dengan tekanan hidup yang berat dapat melindungi individu dari dampak negatif yang mungkin timbul, seperti stres berkepanjangan atau gangguan kesehatan mental. Dalam menghadapi berbagai tekanan, dukungan sosial menjadi salah satu faktor penting yang dapat membantu mahasiswa membangun resiliensi yaitu kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit kembali dari situasi sulit. Dukungan sosial mampu memberikan rasa aman, penerimaan, dan motivasi, yang semuanya berkontribusi dalam memperkuat ketahanan diri mahasiswa perantau dalam menghadapi tantangan hidup di lingkungan baru.

Menurut Reivich dan Shatté (2002), resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi, menyesuaikan diri, dan bahkan tumbuh secara positif dalam menghadapi tekanan, trauma, atau tantangan hidup yang signifikan. Dengan demikian, dukungan sosial tidak hanya berfungsi sebagai pelindung dari tekanan, tetapi juga sebagai sumber kekuatan dalam membentuk resiliensi yang tangguh.

Mengingat pentingnya resiliensi dalam membantu mahasiswa perantau menghadapi berbagai tantangan di lingkungan baru, penelitian ini akan memfokuskan perhatian pada bagaimana dukungan sosial berkontribusi dalam membentuk dan meningkatkan tingkat resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa perantau. Dukungan sosial juga meliputi dukungan sosial mencakup dukungan emosional, penghargaan, pemberian nasihat dan *instrumental support* yang dapat membantu mahasiswa mengatasi berbagai tantangan di perantauan. Penelitian ini akan mengukur dampak dukungan ini terhadap aspek-aspek resiliensi yaitu Kompetensi personal, standar yang tinggi, dan kegigihan, Kepercayaan pada intuisi, toleransi perasaan negatif, dan pertumbuhan melalui stres, Sikap adaptif terhadap perubahan dan hubungan sosial yang suportif, Pengendalian diri, Pengaruh spiritual. dengan tujuan untuk memahami sejauh mana dukungan sosial pada berkontribusi terhadap pengembangan resiliensi yang diperlukan oleh mahasiswa perantau.

Resiliensi sering juga disebut sebagai kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak berputus asa dari musibah dan bisa mengambil hikmah dari apa yang terjadi untuk bisa bangkit Kembali (Tazkiyah, 2019). Pada mahasiswa

perantau dari Indonesia Timur yang merantau, resiliensi merupakan faktor penting yang membantu mereka mengatasi berbagai tantangan akademis dan emosional. Penelitian oleh Werner dan Smith (2001) memperlihatkan bahwa seorang anak yang berada dalam keluarga dengan dukungan sosial yang kuat lebih memiliki tingkat resiliensi lebih tinggi dalam menghadapi tekanan dan stres hidup. Studi longitudinal terhadap 500 anak dari berbagai latar belakang menunjukkan bahwa anak-anak dengan dukungan sosial yang konsisten dari orang tua dan anggota keluarga lainnya memiliki skor resiliensi rata-rata 15% lebih tinggi sedangkan dengan anak yang memiliki dukungan sosial yang rendah.

Pada bulan Oktober 2024, peneliti melakukan wawancara secara online dengan 10 mahasiswa yang merantau keluar daerah dari Indonesia Timur. Hasil wawancara menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan emosional dan sosial. Dalam aspek Kompetensi personal dan kegigihan, delapan responden mengungkapkan bahwa mereka sering merasa kurang percaya diri dalam menghadapi tantangan akademis, mereka merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengatasi rintangan, sehingga cenderung menyerah ketika menghadapi kesulitan. Kemudian dalam hal aspek Percaya kepada diri sendiri, sebagian besar responden merasa rendah diri dan meragukan kemampuan mereka untuk mengatasi masalah, hanya dua responden yang mengaku memiliki sedikit keyakinan dalam menghadapi situasi sulit, tetapi mereka masih merasa cemas. Pada aspek Penerimaan positif terhadap perubahan ini banyak responden melaporkan kesulitan dalam menerima perubahan, baik dalam lingkungan sosial maupun akademis, mereka merasa terasing dan tidak mampu menyesuaikan diri

dengan budaya baru di tempat perantauan. Lalu pada aspek Pengendalian diri ini sembilan responden mengakui bahwa mereka sering tidak bisa menahan dorongan untuk mengambil keputusan impulsif, seperti membolos kuliah atau menghabiskan uang untuk hal-hal tidak penting. Hanya satu responden yang berusaha membuat rencana untuk mengurangi perilaku impulsif. Kemudian pada aspek Pengaruh spiritual ini responden menunjukkan bahwa mereka merasa kehilangan arah dalam hidup dan tidak memiliki dukungan spiritual yang memadai, mereka mengaku kesulitan menemukan kekuatan dari aspek spiritual untuk menghadapi tantangan yang ada. Hasil wawancara ini mencerminkan tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa dalam hal resiliensi, dan menunjukkan perlunya dukungan yang lebih besar untuk membantu mereka mengembangkan kemampuan dalam menghadapi stres dan kesulitan.

Connor dan Davidson (2003) menyatakan bahwa individu memiliki lima aspek utama resiliensi antara lain (1) Kompetensi personal, standar yang tinggi, dan kegigihan (2) Kepercayaan pada Intuisi, Toleransi Perasaan Negatif, dan Pertumbuhan Melalui Stres (3) Sikap Adaptif terhadap Perubahan dan Hubungan Sosial yang Suportif (4) Pengendalian Diri (5) Pengaruh spiritual. Bagaimana individu dapat menerima situasi mereka meskipun berada dalam tekanan dan memiliki keberanian untuk menghadapi risiko. Kelima aspek resiliensi mencerminkan bagaimana seseorang menghadapi tantangan. Dukungan yang positif dan konsisten dari sosial dapat memperkuat elemen-elemen yang berkontribusi pada resiliensi mahasiswa. Dukungan sosial merupakan hadirnya orang-orang terdekat, apabila seorang individu mengalami masalah dan merasa

tidak bisa diselesaikan sendiri. Hal ini sangatlah penting bagi berbagai individu karena dapat membantu dalam menaikkan semangat untuk kembali menjalani berbagai aktivitas dalam hidup (Amhar, dkk, 2023). Dukungan sosial dari lingkungan sekitar memainkan peran penting dalam membentuk rasa percaya diri dan keyakinan individu dalam menghadapi tantangan. Melalui bantuan emosional maupun praktis, individu dapat mengembangkan sikap adaptif terhadap perubahan serta membangun hubungan sosial yang lebih suportif. Dukungan ini membantu seseorang melihat masalah secara lebih objektif, meningkatkan ketangguhan pribadi, serta memperkuat kemampuan dalam mengelola emosi dan mengendalikan diri. Selain itu, dukungan sosial juga berkontribusi dalam pengembangan keterampilan sosial dan komunikasi, yang penting untuk membina relasi dan mencari bantuan ketika dibutuhkan. Hal ini memungkinkan individu merasa lebih nyaman dalam menjalin interaksi sosial dan membentuk jaringan yang bermanfaat, sehingga meningkatkan kapasitas mereka dalam menghadapi berbagai kesulitan.

Secara khusus, bagi mahasiswa rantau, dukungan sosial berperan signifikan dalam membangun resiliensi. Bantuan dalam bentuk emosional, penghargaan, nasihat, maupun dukungan instrumental dapat mendorong peningkatan kesejahteraan mental dan emosional, serta mendukung pencapaian akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kontribusi berbagai aspek dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa perantau dari Indonesia Timur, guna merumuskan strategi yang lebih tepat dalam memberikan dukungan yang mereka butuhkan.

Sarafino (2011) mengemukakan bahwa dukungan sosial dapat dibagi menjadi empat aspek utama. Ini mencakup berbagai jenis dukungan yang diberikan oleh seorang atau kelompok kepada orang lain dalam konteks sosial antara lain (1) *Emotional support* atau dukungan emosional yang mencakup perasaan, kepercayaan, kasih sayang, dan empati terhadap orang lain. (2) *Appraisal support* atau dukungan penilaian yang berkaitan dengan penghargaan dan pujian yang sesuai dengan evaluasi diri individu. (3) *Informational support* atau dukungan informasi, yaitu pemberian nasihat atau saran yang dapat membantu seseorang mengatasi masalah pribadi. (4) *Instrumental support* atau dukungan instrumental yang merujuk pada pertolongan konkret, seperti memberikan pinjaman atau merawat orang lain. Masing-masing aspek memiliki peran yang berbeda dalam memberikan dukungan kepada individu, dan keberadaan dukungan sosial yang kuat dalam berbagai aspek ini dapat meningkatkan kesejahteraan dan kemampuan seseorang untuk mengatasi tekanan atau kesulitan dalam hidup mereka.

Semakin besar dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, semakin tinggi tingkat resiliensi yang mereka miliki. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan dampak positif terhadap kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan dan tantangan secara lebih adaptif. Dukungan emosional, seperti empati dan kepedulian, membantu dalam mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosi. Sementara itu, dukungan instrumental, berupa bantuan praktis, mempermudah mahasiswa dalam menyelesaikan permasalahan sehari-hari. Di sisi lain, dukungan berupa penghargaan dan pemberian nasihat

turut memperkuat motivasi, harga diri, dan pemahaman diri, yang semuanya penting dalam pengembangan resiliensi (Alsubaie dkk, 2019).

Memahami keterkaitan ini memungkinkan perancang kebijakan atau institusi pendidikan untuk mengembangkan intervensi yang lebih efektif dalam memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa, khususnya mereka yang merantau. Dukungan sosial, terutama yang berasal dari keluarga, dapat berperan sebagai faktor protektif utama dalam proses penyesuaian diri di lingkungan baru (Weng dkk, 2020). Oleh karena itu, hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi bersifat saling menguatkan dan menjadi fondasi penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa. Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk mengkaji apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat resiliensi pada mahasiswa perantau yang berasal dari Indonesia Timur.

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa perantau asal Indonesia Timur.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritik

Secara teoritik penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman serta pengetahuan terkait dukungan sosial dan resiliensi dalam bidang pendidikan sosial dan psikologi klinis. Penelitian ini juga dapat

dijadikan referensi untuk studi-studi selanjutnya yang berkaitan dengan kedua topik tersebut.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini memberikan wawasan bagi bagi pengamat sosial, mahasiswa, dan masyarakat bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan resiliensi, khususnya pada mahasiswa perantauan. Temuan ini dapat menjadi dasar untuk merancang program atau kegiatan yang mendukung penguatan resiliensi, seperti pelatihan keterampilan coping (*coping skills training*), kelompok dukungan sebaya (*peer support group*), mentoring oleh senior atau dosen pembimbing, serta penyediaan layanan konseling berbasis kampus. Kegiatan tersebut dapat membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri secara lebih positif dengan lingkungan baru, mengelola stres, serta membangun jejaring sosial yang suportif. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya memberikan informasi teoritis, tetapi juga dapat digunakan untuk merancang intervensi nyata dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau, khususnya mereka yang berasal dari Indonesia Timur.