

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fenomena mahasiswa rantau semakin berkembang dalam dinamika pendidikan tinggi di Indonesia. Dara et al. (2020) mendefinisikan mahasiswa rantau sebagai individu yang menempuh pendidikan tinggi dengan berpindah dari daerah asal ke daerah lain, khususnya lintas provinsi, untuk melanjutkan studi, sehingga dituntut untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial dan akademik yang baru. Dalam penelitian ini, istilah mahasiswa rantau secara spesifik merujuk pada mahasiswa yang menempuh pendidikan di luar provinsi asalnya, sehingga jarak geografis maupun perbedaan budaya yang dihadapi relatif lebih besar dibandingkan mahasiswa yang berpindah dalam satu provinsi yang sama. Fenomena ini sejalan dengan tingginya mobilitas mahasiswa antar daerah yang menunjukkan bahwa mahasiswa rantau menjadi bagian penting dalam dinamika pendidikan tinggi di Indonesia (Febrianty et al., 2022). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2025), jumlah mahasiswa di Indonesia pada tahun 2024 mencapai sekitar 9,5 juta mahasiswa yang tersebar di berbagai provinsi, dengan konsentrasi yang tinggi pada wilayah yang memiliki ekosistem pendidikan tinggi yang kuat, seperti Yogyakarta, Jawa Barat, dan Jawa Timur. Tingginya konsentrasi mahasiswa pada wilayah-wilayah tersebut sejalan dengan gambaran nyata besarnya populasi mahasiswa rantau. Sebagai pembanding, pada skala nasional, data Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi (2025) mencatat bahwa dari total 10.754.154 mahasiswa terdaftar di seluruh Indonesia, sebanyak 127 Perguruan Tinggi Negeri (PTN) menampung sekitar 4,4 juta mahasiswa, sedangkan 2.713 Perguruan Tinggi Swasta (PTS) menampung populasi yang lebih besar, yaitu sekitar 4,8 juta mahasiswa, sehingga populasi mahasiswa pada kedua jenis perguruan tinggi tersebut secara keseluruhan mencapai lebih dari 9,2 juta orang. Besarnya populasi mahasiswa pada PTN maupun PTS ini menegaskan bahwa

mahasiswa merupakan kelompok yang sangat besar jumlahnya, sehingga proporsi mahasiswa rantau di antaranya berpotensi sangat signifikan mengingat PTN dan PTS tersebar di berbagai provinsi yang menjadi tujuan migrasi pendidikan. Pada tingkat wilayah, survei yang dilakukan oleh Asosiasi Perguruan Tinggi Swasta Indonesia (APTISI) (2020) Daerah Istimewa Yogyakarta terhadap 51 perguruan tinggi swasta dengan total 142.219 mahasiswa aktif menemukan bahwa sebanyak 84.885 mahasiswa (60%) merupakan mahasiswa pendatang atau rantau, sedangkan hanya 57.334 mahasiswa (40%) merupakan penduduk asli daerah tersebut. Data ini menunjukkan bahwa pada wilayah tujuan pendidikan tinggi, jumlah mahasiswa rantau bahkan dapat melampaui jumlah mahasiswa lokal, sehingga menegaskan bahwa mahasiswa rantau merupakan populasi besar yang layak mendapat perhatian khusus dibandingkan populasi mahasiswa lokal. Kondisi ini menunjukkan bahwa mobilitas pendidikan menjadi salah satu karakteristik penting dalam kehidupan generasi muda Indonesia.

Secara ideal, mahasiswa rantau seharusnya mampu menjalani proses adaptasi sosial dan psikologis dengan baik, memiliki regulasi emosi yang sehat, kepercayaan diri yang memadai, serta kemampuan menjalin relasi sosial yang bermakna di lingkungan baru. Santrock (2021) menegaskan bahwa salah satu tugas perkembangan dewasa awal adalah kemampuan membentuk identitas yang stabil, kemandirian fungsional, serta hubungan interpersonal yang positif. Masa dewasa awal sendiri merupakan periode transisi perkembangan dari remaja menuju dewasa yang ditandai dengan peningkatan kemandirian, tanggung jawab, serta tuntutan untuk mengambil keputusan sendiri dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk penyesuaian terhadap tuntutan sosial dan lingkungan yang lebih kompleks (Santrock, 2021). Selain itu, World Health Organization (2022) menetapkan bahwa kesejahteraan psikologis yang baik ditandai oleh kemampuan individu untuk mengelola stres, berinteraksi secara efektif dengan orang lain, serta berkontribusi secara

produktif dalam lingkungan sosialnya. Dengan demikian, mahasiswa rantau idealnya tidak hanya mampu bertahan secara akademik, tetapi juga berkembang secara psikologis dan sosial di tengah dinamika kehidupan perantauan.

Namun kenyataannya, merantau untuk menempuh pendidikan tidak selalu memberikan pengalaman yang mudah. Mahasiswa rantau harus menghadapi tantangan dalam berbagai aspek kehidupan, baik fisik, sosial, maupun psikologis, karena harus hidup jauh dari keluarga dan lingkungan yang familiar (Datuchtidha dan Huwae, 2024). Dalam konteks ini, mahasiswa rantau harus menyesuaikan diri dengan budaya baru, sistem pendidikan yang berbeda, serta dinamika sosial yang mungkin bertolak belakang dengan pengalaman sebelumnya (Dara et al., 2020). Kesulitan dalam proses penyesuaian diri tersebut dapat menimbulkan tekanan psikologis yang berujung pada munculnya berbagai permasalahan emosional, salah satunya kecemasan sosial. Laporan World Health Organization (2022) menyatakan bahwa kecemasan sosial merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang banyak dialami oleh remaja dan dewasa muda di berbagai negara, sehingga menunjukkan bahwa permasalahan ini merupakan isu global yang signifikan. Berdasarkan data Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2019) angka kejadian mental emosional pada penduduk Indonesia usia 18 tahun ke atas mencapai 9,8%. Meskipun data tersebut tidak disajikan secara khusus untuk kelompok mahasiswa, sebagian besar mahasiswa berada pada rentang usia dewasa awal, sehingga kelompok ini termasuk populasi yang rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan mental. Sejalan dengan temuan tersebut, Wijayanti dan Sanyata (2024) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kecemasan sosial masih menjadi salah satu permasalahan psikologis yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama. Penelitian Dara et al. (2020) juga menemukan bahwa mahasiswa yang kuliah di luar daerah asalnya mengalami tingkat kesepian dan keterasingan sosial yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lokal. Lebih lanjut,

Hastuti dan Hardew (2024) menjelaskan bahwa mahasiswa baru perantau dari luar Jawa rentan mengalami kecemasan sosial karena harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan membangun hubungan sosial di tempat perkuliahan. Kondisi tersebut diperkuat oleh hasil wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 19-22 Oktober 2025 terhadap sepuluh mahasiswa rantau dari beberapa perguruan tinggi di Jawa Barat dan Yogyakarta. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 7 dari 10 mahasiswa mengaku sering merasa gugup, takut salah bicara, dan cemas ketika harus berinteraksi dengan orang baru, sementara 6 dari 10 mahasiswa cenderung menghindari kegiatan sosial seperti rapat atau presentasi. Selain itu, 5 dari 10 responden juga mengaku menghindari interaksi bahkan dengan teman yang sudah dikenal.

Kecemasan sosial merupakan permasalahan yang perlu mendapat perhatian serius karena dampaknya tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga mengganggu fungsi sosial dan akademik mahasiswa secara nyata. Liebowitz (1987) mendefinisikan kecemasan sosial sebagai ketakutan yang menetap terhadap situasi sosial atau situasi performa yang melibatkan kemungkinan dievaluasi oleh orang lain, sehingga individu merasa khawatir akan dipermalukan, dinilai negatif, atau terlihat bodoh di hadapan orang lain. Definisi ini sejalan dengan American Psychiatric Association (2013) yang menyebutkan bahwa kecemasan sosial merupakan salah satu kecemasan dengan prevalensi tinggi pada remaja dan dewasa muda. Liebowitz (1987) menjelaskan bahwa kecemasan sosial ditandai oleh dua aspek utama, yaitu ketakutan (fear) dan penghindaran (avoidance) terhadap berbagai situasi sosial maupun situasi performatif. Kedua aspek ini mencerminkan intensitas ketakutan individu terhadap evaluasi negatif dari orang lain serta kecenderungan untuk menghindari interaksi yang berpotensi menimbulkan rasa malu atau canggung. Archbell dan Coplan (2022) mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan kecemasan sosial cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial, berpartisipasi dalam

aktivitas akademik, serta lebih rentan mengalami penurunan kesejahteraan psikologis. Haryati et al. (2025) menjelaskan bahwa kecemasan sosial dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam berkomunikasi, berkonsentrasi, dan berpartisipasi dalam proses pembelajaran, sehingga berdampak pada prestasi belajar mahasiswa. La Greca dan Lopez (1998) menambahkan bahwa kecemasan sosial dapat membuat individu menarik diri dari lingkungan sosial, sedangkan Holas et al. (2023) menemukan bahwa kecemasan sosial berkaitan dengan rendahnya kepercayaan diri yang pada gilirannya berhubungan dengan meningkatnya risiko masalah psikologis seperti depresi. Selain itu, kecemasan sosial diketahui merupakan salah satu permasalahan psikologis yang cukup umum dialami mahasiswa dan berkaitan dengan berbagai hambatan dalam fungsi sosial maupun akademik (Luan et al., 2022). Mengingat besarnya dampak yang ditimbulkan, penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa rantau agar dapat dikembangkan pemahaman dan intervensi yang tepat sasaran.

Di antara berbagai faktor yang memengaruhi kecemasan sosial, lingkungan keluarga khususnya gaya pengasuhan orang tua dipandang sebagai salah satu faktor eksternal yang paling mendasar dalam membentuk kesiapan psikologis individu. Menurut Spence dan Rapee (2016), kecemasan sosial berkaitan dengan temperamen behavioral inhibition, faktor kognitif, lingkungan keluarga, hubungan dengan teman sebaya, pengalaman sosial negatif dan viktimisasi, defisit keterampilan sosial, serta faktor biologis dan genetik. Sejalan dengan itu, Angelina et al. (2024) menjelaskan bahwa kecemasan sosial dipengaruhi oleh persepsi diri yang negatif, fokus berlebihan pada diri sendiri, bias perhatian terhadap ancaman sosial, standar sosial yang terlalu tinggi, ketakutan terhadap evaluasi negatif, perilaku menghindar, serta faktor genetik dan lingkungan keluarga. Di antara berbagai faktor tersebut, lingkungan keluarga khususnya gaya pengasuhan orang tua dipilih sebagai fokus dalam penelitian ini karena pengalaman yang diperoleh individu

dalam keluarga dapat membentuk cara individu memandang dirinya dan berinteraksi dengan lingkungan sosial. Pola interaksi antara orang tua dan anak berpengaruh terhadap pembentukan regulasi emosi, rasa aman psikologis, kepercayaan diri, serta kemampuan adaptasi sosial individu (Bornstein, 2024; Darling dan Steinberg, 1993). Elfriede dan Sary (2022) menjelaskan bahwa pengasuhan yang suportif dapat membantu individu mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan penyesuaian sosial, sebaliknya pola pengasuhan yang kurang hangat dan tidak konsisten dapat meningkatkan kerentanan emosional serta kesulitan dalam interaksi (Safira Khairina dan Soedirham, 2022). Hal ini juga terkonfirmasi melalui wawancara awal, di mana mahasiswa yang menggambarkan gaya pengasuhan orang tuanya sebagai hangat, terbuka terhadap komunikasi, dan memberikan kebebasan yang bertanggung jawab cenderung memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan gaya pengasuhan keras dan kurang komunikatif. Temuan awal ini mengindikasikan bahwa gaya pengasuhan orang tua berperan penting dalam membentuk kesiapan sosial mahasiswa rantau dalam menghadapi lingkungan baru.

Menurut Baumrind (1991), gaya pengasuhan orang tua adalah pola perilaku dalam membimbing dan mendidik anak yang mencakup dimensi dukungan emosional dan kontrol, yang dibagi menjadi empat tipe yaitu otoritatif, otoriter, neglectful, dan permisif. Penelitian Kuppens & Ceulemans (2019) serta Pinquart (2017) menunjukkan bahwa gaya pengasuhan hangat dan suportif seperti otoritatif dapat menurunkan risiko kecemasan sosial, sedangkan gaya pengasuhan otoriter dan permisif berpotensi meningkatkan kecemasan. Gaya pengasuhan otoritatif yang ditandai oleh kehangatan emosional, komunikasi terbuka, dan pemberian batasan yang realistis cenderung menghasilkan anak dengan regulasi emosi yang baik, rasa percaya diri, serta kemampuan adaptasi sosial yang kuat (Baumrind, 1991; Kuppens & Ceulemans, 2019), sehingga mahasiswa rantau

yang dibesarkan dengan gaya pengasuhan ini lebih mampu menghadapi situasi sosial baru tanpa ketakutan berlebihan terhadap penilaian orang lain dan memiliki risiko kecemasan sosial yang lebih rendah (Pinquart, 2017). Sebaliknya, gaya pengasuhan otoriter yang bersifat keras, menuntut kepatuhan tinggi, serta minim dukungan emosional menghasilkan sensitivitas terhadap penilaian, ketakutan melakukan kesalahan, dan harga diri rendah, sehingga individu cenderung mengalami kecemasan sosial lebih tinggi karena interaksi sosial dianggap sebagai ancaman (Pinquart, 2017). Gaya pengasuhan permisif yang memberikan kebebasan luas tanpa struktur dan batasan menyebabkan mahasiswa rantau mengalami kesulitan mengelola tekanan sosial, tidak yakin dalam mengambil keputusan, dan rentan pada penghindaran situasi sosial (Kuppens & Ceulemans, 2019). Sementara itu, gaya pengasuhan neglectful yang ditandai oleh rendahnya keterlibatan emosional dan minimnya kontrol orang tua berpotensi meninggalkan individu tanpa bekal regulasi emosi dan keterampilan sosial yang memadai, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap kecemasan sosial ketika menghadapi lingkungan sosial yang baru dan asing (Bornstein, 2024; Darling & Steinberg, 1993).

Meskipun penelitian mengenai kecemasan sosial pada mahasiswa telah banyak dilakukan, kajian yang secara spesifik membahas kecemasan sosial pada mahasiswa rantau dikaitkan dengan gaya pengasuhan orang tua masih sangat terbatas. Penelitian terdahulu di Indonesia umumnya lebih banyak berfokus pada faktor-faktor internal seperti kepercayaan diri, konsep diri, regulasi emosi, dan kemampuan penyesuaian diri. Penelitian Angelina et al. (2024) menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki hubungan negatif dengan kecemasan sosial pada mahasiswa, sementara Nurlina dan Selian (2025) menemukan bahwa kemampuan regulasi emosi yang kurang baik dapat meningkatkan kecenderungan kecemasan sosial pada mahasiswa. Di sisi lain, penelitian mengenai pengasuhan orang tua lebih banyak dilakukan pada remaja atau mahasiswa secara umum tanpa

memfokuskan secara khusus pada mahasiswa rantau. Mar'atussolihah et al. (2024) menemukan bahwa parent attachment memiliki keterkaitan dengan kecemasan sosial pada mahasiswa, sementara Suryandari & Kawuryan (2025) menyatakan bahwa gaya pengasuhan orang tua berhubungan dengan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa perantau. Namun demikian, hingga saat ini belum ada penelitian yang secara langsung dan komprehensif mengkaji perbedaan tingkat kecemasan sosial berdasarkan keempat tipe gaya pengasuhan orang tua otoritatif, otoriter, permisif, dan neglectful secara bersamaan pada populasi mahasiswa rantau sebagai kelompok yang menghadapi tantangan adaptasi ganda, yakni adaptasi akademik sekaligus adaptasi sosial-budaya di lingkungan yang asing. Penelitian yang ada umumnya hanya membandingkan satu atau dua tipe pengasuhan, dilakukan pada mahasiswa umum, atau menggunakan variabel antara seperti penyesuaian diri dan kelekatan tanpa menyentuh langsung konstruk kecemasan sosial pada mahasiswa rantau. Celah penelitian tersebut menjadi dasar sekaligus justifikasi dilakukannya penelitian mengenai perbedaan kecemasan sosial ditinjau dari gaya pengasuhan orang tua pada mahasiswa rantau.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini penting untuk dilakukan guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran gaya pengasuhan orang tua dalam membentuk tingkat kecemasan sosial mahasiswa rantau. Mahasiswa rantau yang hidup jauh dari keluarga dan menghadapi berbagai tuntutan adaptasi sosial, budaya, dan akademik membutuhkan bekal psikologis yang kuat, dan bekal tersebut salah satunya dibentuk melalui pengalaman pengasuhan sejak dini. Oleh karena itu, penelitian mengenai perbedaan kecemasan sosial ditinjau dari gaya pengasuhan orang tua pada mahasiswa rantau perlu dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif dan mendukung pengembangan intervensi yang tepat sasaran. Berdasarkan latar belakang tersebut, muncul pertanyaan penelitian:

Apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa rantau ditinjau dari gaya pengasuhan orang tua?

B. Tujuan dan Manfaat penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kecemasan sosial ditinjau dari gaya pengasuhan orang tua pada mahasiswa rantau.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi perkembangan dan psikologi keluarga, khususnya dalam memahami peran gaya pengasuhan orang tua terhadap regulasi emosi, kepercayaan diri, dan kemampuan adaptasi sosial individu hingga masa dewasa muda.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pemahaman sekaligus acuan bagi berbagai pihak dalam mendukung mahasiswa rantau, khususnya dalam menghadapi kecemasan sosial, melalui penguatan lingkungan yang suportif, pengembangan keterampilan sosial, serta penyediaan layanan pendampingan yang tepat dan berkelanjutan.