BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dan menempuh pendidikan di perguruan tinggi (Siswoyo dkk., 2007). Pada umumnya, mahasiswa berada pada rentang usia 18 hingga 25 tahun yang menurut Arnett (2000) termasuk dalam tahap perkembangan *emerging adulthood* atau masa transisi menuju dewasa. Tahap ini ditandai dengan eksplorasi identitas, meningkatnya kemandirian, ketidakstabilan dalam berbagai aspek kehidupan, fokus pada pengembangan diri, serta mulai mengambil berbagai keputusan penting terkait pendidikan, pekerjaan, dan hubungan interpersonal. Sejalan dengan karakteristik perkembangan tersebut, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk mengikuti kegiatan akademik, tetapi juga mampu menyesuaikan diri dengan sistem perkuliahan, lingkungan sosial kampus, pola belajar yang lebih mandiri, serta berbagai tanggung jawab pribadi yang lebih kompleks dibandingkan pada masa sekolah (Siswoyo dkk., 2007).

Mahasiswa perantau merupakan mahasiswa yang menempuh pendidikan tinggi dengan tinggal jauh dari keluarga dan daerah asalnya (Magdalena dkk., 2023). Worsley dkk. (2021) juga menjelaskan bahwa mahasiswa perantau dipahami sebagai mahasiswa yang menjalani kuliah di daerah lain dan menghadapi perubahan lingkungan akademik, sosial, tempat tinggal, serta kedekatan dengan keluarga. Selanjutnya Sundqvist dkk. (2024) menjelaskan bahwa transisi pendidikan berkaitan dengan perubahan jaringan sosial, perubahan rasa aman, tuntutan akademik, dan kebutuhan untuk membangun kembali hubungan sosial di lingkungan baru. Dengan demikian,

mahasiswa perantau tidak hanya mengalami perpindahan tempat tinggal, tetapi juga mengalami perubahan hubungan sosial dan perubahan sumber dukungan emosional.

Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu wilayah yang memiliki perkembangan pendidikan tinggi yang cukup besar. Berdasarkan Statistik Pendidikan Tinggi 2025 yang diterbitkan oleh Pusat Data dan Teknologi Informasi Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi, Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki 132 perguruan tinggi dengan jumlah 487.234 mahasiswa terdaftar. Data tersebut bersumber dari Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDikti) dan dihimpun berdasarkan kondisi data pada Desember 2025. Banyaknya perguruan tinggi dan mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta menunjukkan besarnya lingkungan pendidikan tinggi di wilayah tersebut.

Permasalahan kesepian pada kelompok usia muda juga menjadi perhatian global. WHO (2025) melaporkan bahwa sekitar 17 sampai 21 persen orang berusia 13 sampai 29 tahun mengalami kesepian, sehingga kelompok remaja akhir dan dewasa awal termasuk kelompok yang rentan mengalami masalah keterhubungan sosial. Meta-Gallup (2023) juga menemukan bahwa 24 persen penduduk dunia merasa sangat kesepian atau cukup kesepian, dan kelompok usia 19 sampai 29 tahun melaporkan kesepian lebih tinggi dibandingkan kelompok usia 65 tahun ke atas. Data tersebut menunjukkan bahwa kesepian tidak hanya dialami oleh individu yang hidup sendiri, tetapi juga dapat dialami oleh mahasiswa yang berada di tengah lingkungan sosial yang ramai.

Russell (1996) menjelaskan bahwa kesepian merupakan pengalaman subjektif yang berkaitan dengan perasaan sendiri, terasing, dan tidak puas terhadap hubungan sosial yang dimiliki. Selanjutnya De Jong Gierveld dan Van Tilburg (2006) menjelaskan bahwa kesepian merupakan pengalaman tidak menyenangkan ketika kualitas atau kuantitas hubungan sosial seseorang tidak sesuai dengan kebutuhan relasionalnya. Sejalan dengan itu Hawkley dan Cacioppo (2010) menjelaskan bahwa kesepian merupakan bentuk isolasi sosial yang dipersepsikan, sehingga individu dapat merasa kesepian bukan karena tidak ada orang di sekitarnya, melainkan karena merasa tidak memiliki hubungan yang bermakna. Aspek kesepian dalam penelitian ini mengacu pada Russell (1996), yaitu kepribadian, kepatutan sosial, dan depresi.

Data dari penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kesepian pada mahasiswa perantau masih banyak berada pada kategori sedang hingga tinggi. Kamilah (2025) menemukan bahwa mahasiswa perantau di Semarang berada pada kategori kesepian rendah sebanyak (28,1%), kategori sedang sebanyak (30,7%), dan kategori tinggi hingga sangat tinggi sebanyak (23,7%). Selanjutnya Wandana dan Nurwidawati (2024) menemukan bahwa mahasiswa perantau semester awal di Universitas Negeri Surabaya mengalami kesepian kategori sedang sebanyak (66,10%), kategori rendah sebanyak (14,69%), dan kategori tinggi sebanyak (19,21%) . Temuan serupa juga diungkapkan dari hasil penelitian Tariyah, Kur'ani, dan Hayati (2025) terhadap mahasiswa perantau di Universitas Muhammadiyah Pontianak paling banyak berada pada kategori kesepian sedang, yaitu (52,5%). Kategorisasi tersebut menunjukkan bahwa kesepian pada mahasiswa perantau bukan hanya

fenomena individual, tetapi muncul dalam berbagai konteks perantauan mahasiswa di Indonesia.

Hal ini didukung oleh hasil wawancara terhadap 11 mahasiswa perantau di Daerah Istimewa Yogyakarta melalui *google form* wawancara yang disebarkan pada tanggal 13 dan 14 April 2026. Wawancara disusun berdasarkan aspek kesepian menurut Russell (1996), yaitu kepribadian, daya tarik sosial, dan depresi. Pada aspek kepribadian, sebanyak 5 dari 11 subjek menyatakan mampu beradaptasi dan membangun relasi sosial secara bertahap, meskipun pada awal merantau mengalami kesulitan karena perbedaan budaya, lingkungan baru, dan keterbatasan jaringan pertemanan. Namun, sebanyak 6 dari 11 subjek menunjukkan kecenderungan lebih tertutup, kurang berinteraksi dengan lingkungan sekitar, tidak memiliki banyak teman dekat, serta lebih sering menjalani aktivitas secara mandiri. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa perantau memiliki hambatan personal dalam membuka diri dan membangun kedekatan sosial.

Pada aspek daya tarik sosial, sebanyak 3 dari 11 subjek menyatakan merasa cukup diterima dan menjadi bagian dari lingkungan sosial di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penerimaan tersebut tampak dari adanya interaksi yang hangat, keterlibatan dalam kelompok pertemanan, serta pengalaman dilibatkan dalam kegiatan sosial. Akan tetapi, sebanyak 8 dari 11 subjek menyatakan tidak sepenuhnya merasa menjadi bagian dari lingkungan sosialnya. Beberapa subjek merasa hadir secara fisik di tengah lingkungan sosial, tetapi tidak merasa terikat secara emosional. Salah satu subjek menyatakan bahwa dirinya merasa berada di tengah banyak orang, tetapi tidak

benar-benar menjadi bagian dari mereka. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa perantau dapat memiliki interaksi sosial, tetapi tetap merasa kesepian ketika interaksi tersebut tidak menghasilkan rasa diterima.

Pada aspek depresi, sebanyak 8 dari 11 subjek menyatakan pernah atau sering merasakan kesedihan dan kesepian selama merantau di Daerah Istimewa Yogyakarta. Perasaan tersebut biasanya muncul ketika berada sendiri di tempat tinggal, pada malam hari, saat menghadapi tekanan akademik, ketika mengalami masalah pribadi, atau ketika merindukan keluarga di daerah asal. Beberapa subjek mengaitkan kesepian dengan hilangnya kehangatan keluarga yang sebelumnya dirasakan ketika tinggal di rumah. Sementara itu, 3 dari 11 subjek menyatakan jarang atau tidak mengalami kesepian secara berarti karena masih memiliki dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya maupun keluarga. Data wawancara ini menunjukkan bahwa keluarga tetap menjadi sumber emosional penting bagi mahasiswa perantau meskipun mahasiswa telah tinggal jauh dari rumah.

Secara ideal, mahasiswa perantau diharapkan mampu menjalani kehidupan perkuliahan secara adaptif. Mahasiswa perantau seharusnya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, membangun relasi sosial yang sehat, memanfaatkan dukungan teman sebaya, serta tetap menjaga komunikasi dengan keluarga (Ekanita & Putri, 2019). Mahasiswa juga diharapkan memiliki kemampuan resiliensi agar dapat menghadapi tekanan akademik dan sosial tanpa mudah menyerah terhadap keadaan (Carsone & Smith, 2024). Selain itu, mahasiswa perantau perlu memiliki keterampilan sosial dan keterbukaan diri agar dapat membentuk hubungan yang bermakna

di lingkungan baru (Sundqvist dkk., 2024). Mahasiswa perantau juga diharapkan tetap memiliki dukungan keluarga yang hangat, komunikatif, dan responsif karena dukungan keluarga dapat menjadi sumber rasa aman ketika mahasiswa menghadapi masalah di perantauan (Zhao dkk., 2024).

Kesepian penting diteliti karena dapat menimbulkan berbagai dampak negatif. Hawkley dan Cacioppo (2010) menjelaskan bahwa kesepian berkaitan dengan konsekuensi kesehatan fisik dan mental, seperti meningkatnya tekanan psikologis, gangguan tidur, penurunan fungsi kognitif, dan risiko masalah kesehatan. Didukung oleh penelitian Xie dkk. (2025) yang menemukan bahwa kesepian dapat berpengaruh terhadap depresi pada mahasiswa melalui penggunaan internet bermasalah dan rendahnya dukungan sosial yang dirasakan. Selanjutnya Mutmainna dan Hitipeuw (2022) menemukan bahwa kesepian berhubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi, sehingga kesepian dapat berkaitan dengan perilaku menunda tugas akademik. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa kesepian tidak hanya menjadi perasaan sementara, tetapi dapat mengganggu keadaan emosi, perilaku akademik, kesehatan mental, dan kualitas kehidupan mahasiswa.

Kesepian pada mahasiswa perantau dapat berkaitan dengan berbagai faktor yang berasal dari karakteristik individu maupun kondisi lingkungan dan hubungan sosial. Rokach (1997) mengelompokkan penyebab kesepian ke dalam lima faktor, yaitu *personal inadequacies*, *developmental deficits*, *unfulfilling intimate relationships*, *relocation and significant separations*, serta *social marginality*. *Personal inadequacies* berkaitan dengan penilaian individu terhadap dirinya yang dapat menimbulkan perasaan tidak mampu

atau kesulitan dalam menjalin hubungan sosial. *Developmental deficits* berkaitan dengan pengalaman perkembangan individu yang kurang mendukung terpenuhinya kebutuhan emosional dan hubungan interpersonal. *Unfulfilling intimate relationships* mengacu pada hubungan dekat yang tidak mampu memenuhi kebutuhan individu akan kedekatan, penerimaan, dan dukungan emosional. *Relocation and significant separations* berkaitan dengan perpindahan tempat tinggal dan perpisahan dari orang-orang atau lingkungan yang memiliki arti penting bagi individu. Sementara itu, *social marginality* berkaitan dengan pengalaman merasa tidak diterima, tersisih, atau berada di luar kelompok sosial

Secara teoretis, Olson (2000) dalam *Circumplex Model of Marital and Family Systems* menjelaskan bahwa keluarga dengan kohesi, fleksibilitas, dan komunikasi yang seimbang mampu memenuhi kebutuhan emosional anggotanya, sehingga anggota keluarga tidak mudah merasa terisolasi secara emosional meskipun terpisah secara fisik dari rumah, sebagaimana yang dialami mahasiswa perantau.

Magdalena, Sudagijono, dan Mulya (2023) menemukan bahwa keberfungsian keluarga memberikan sumbangan yang signifikan terhadap kesepian pada mahasiswa perantau, di mana mahasiswa tetap membutuhkan dukungan dan kasih sayang keluarga meskipun tinggal berjauhan secara geografis. Temuan ini diperkuat oleh Theresia, Simanjuntak, dan Helsa (2024), serta penelitian Pan, dkk (2021) terhadap 5.138 siswa dan Li dkk. (2023) terhadap 1.580 mahasiswa, yang sama-sama menemukan bahwa rendahnya keberfungsian keluarga berkaitan dengan meningkatnya kesepian.

Berdasarkan faktor-faktor tersebut, keberfungsian keluarga dipilih sebagai variabel bebas karena keluarga merupakan lingkungan awal yang membentuk rasa aman, pola komunikasi, kemampuan membangun kedekatan, dan dukungan emosional mahasiswa.

Menurut Epstein dkk. (1983) keberfungsian keluarga merupakan kemampuan keluarga dalam menjalankan berbagai fungsi dasar secara efektif untuk memenuhi kebutuhan fisik, psikologis, dan sosial setiap anggota keluarga. Miller dkk., (2000) juga menjelaskan bahwa keluarga merupakan sistem yang bekerja melalui pola transaksi antaranggota keluarga, sehingga fungsi keluarga tampak dari cara keluarga menyelesaikan masalah, berkomunikasi, membagi peran, dan memberi respons emosional. Selanjutnya Olson (2019) menjelaskan bahwa keberfungsian keluarga dapat dilihat melalui kohesi, fleksibilitas, dan komunikasi keluarga.

Hubungan antara keberfungsian keluarga dan kesepian dapat dijelaskan melalui kemampuan keluarga dalam memberikan komunikasi yang efektif, dukungan emosional, serta menciptakan rasa aman dan keterhubungan bagi setiap anggota keluarga. Gong dkk. (2023) menjelaskan bahwa komunikasi keluarga dan dukungan sosial berperan dalam hubungan antara penggunaan internet bermasalah dan kesepian pada remaja akhir. Sejalan dengan itu, Li dkk. (2023) menemukan bahwa keberfungsian keluarga berhubungan secara signifikan dengan tingkat kesepian pada mahasiswa universitas. Penelitian Zhao dkk. (2024) juga menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga berhubungan dengan kesepian melalui peran kecerdasan emosional dan dukungan sosial pada mahasiswa sarjana. Selain

itu, Qian dkk. (2022) menemukan bahwa keberfungsian keluarga berpengaruh negatif terhadap kesepian pada mahasiswa, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui evaluasi diri inti (*core self-evaluation*) dan penggunaan telepon seluler bermasalah (*problematic mobile phone use*).

Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini adalah: apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kesepian pada mahasiswa perantau di Daerah Istimewa Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kesepian pada mahasiswa perantau di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial, psikologi keluarga, dan psikologi perkembangan, mengenai hubungan antara keberfungsian keluarga dan kesepian pada mahasiswa perantau..

b. Manfaat Praktis

1) Bagi mahasiswa perantau, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa memahami bahwa kesepian dapat berkaitan dengan kualitas hubungan keluarga dan usaha membangun hubungan sosial di lingkungan perantauan.
2) Bagi keluarga, penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan agar keluarga tetap menjaga komunikasi yang hangat, memberi respons emosional, dan menunjukkan perhatian yang sesuai kepada anak yang sedang merantau.
3) Bagi perguruan tinggi, penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun layanan pendampingan mahasiswa perantau, terutama melalui kegiatan orientasi, konseling, dan penguatan jejaring sosial mahasiswa