

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Permasalahan**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Lokasi Perguruan Tinggi yang tersebar di kota-kota besar dengan tingkat kualitas berbeda-beda, dalam hal ini memunculkan pandangan berbeda pada masing – masing calon Mahasiswa dalam menentukan pilihan Perguruan Tinggi. Mahasiswa dalam memilih Perguruan Tinggi akan memilih yang sesuai dengan kualitas yang terbaik menurut mahasiswa tersebut, oleh sebab itu mahasiswa lebih memilih merantau untuk mendapatkan pendidikan sesuai dengan kriteria individu. Mahasiswa perantau saat merantau untuk melanjutkan studi semuanya dari awal, mulai dari mempersiapkan tempat/ kos dan menyesuaikan dengan lingkungan yang baru juga teman yang baru. Salah satu kasus yang dialami mahasiswa perantau adalah kalau tidak pulang kampung saat pandemi covid 19 ini, maka individu tidak bisa membeli makanan. Merdeka. Com. Reporter, Saud Rosadi diakses tanggal 17 April 2020.Pk.04.31. Berdasarkan fakta yang terjadi dilapangan, mahasiswa perantau saat pandemi hanya makan sehari sekali. BBC Indonesia. Diakses Sabtu, tanggal 04 April 2020. Pk. 07.07 WIB.

Fakta berikut ini membuktikan dampak pandemi covid 19 terhadap mahasiswa perantau ada yang tak lancar mendapatkan kiriman uang dari orang tua sehingga tidak dapat melanjutkan kuliah, sering terlambat membayar uang kos, sedangkan makan hanya sehari sekali, untuk menyasati pengeluaran yang besar lantaran kebijaksanaan pembelajaran jarak jauh mahasiswa rantau memilih tinggal bersama kerabat dekatnya. Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa perantau berinsial F, mengatakan bahwa masa pandemi ini individu ingin pulang ke kampung halamannya, karena individu tidak lancar mendapatkan kiriman uang dari orang tuanya sehingga individu memutuskan untuk tidak melanjutkan kuliah. Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa perantau berinisial M, mengatakan sering sakit lambung karena makan sehari hanya sekali, hal ini karena pandemi covid 19 ini, individu tidak bisa bekerja karena tempat individu bekerja di tutup sehingga kesulitan memenuhi kebutuhan sehari hari.

Pandemi Covid 19 ini memaksa pembatasan aktivitas sosial, ekonomi, kegiatan perkuliahan. Dampak Covid 19 ini dialami oleh mahasiswa rantau. Perkuliahan daring dipilih sebagai solusi dalam kegiatan perkuliahan,

mahasiswa rantau mengalami dampak dalam hal keuangan, perubahan pola makan, biaya bertambah disebabkan kuliah online memakai kuota.

Menurut Devinta (2015) yaitu mahasiswa yang berasal dari lingkungan yang secara budaya berbeda dengan daerah tempat perantauan, individu merantau dengan tujuan kuliah, menetap dalam kurun waktu tertentu. Menurut Irawati (2013) juga mengatakan bahwa salah satu alasan merantau adalah untuk mendapatkan pendidikan yang layak. Pendidikan yang layak merupakan hak masyarakat Indonesia. Jika di daerahnya tidak memiliki tempat pendidikan yang layak maka individu akan merantau untuk meraih cita-citanya. Oleh karena itu, para perantau sering ditemukan di kampus-kampus di seluruh Indonesia yang kebanyakan adalah Mahasiswa.

Menurut Lee, dkk (dalam Wening, 2016), mengatakan mahasiswa yang berasal dari rantau harus beradaptasi dengan budaya baru, yang dapat membawa perubahan dan menimbulkan tekanan yang mengakibatkan mahasiswa mengalami kebingungan untuk berinteraksi atau bersosialisasi pada lingkungan sekitarnya. Interaksi sosial yang dilakukan individu tidak selalu berjalan dengan baik, namun sebagian individu akan merasa tertekan dengan ketidakmampuannya untuk beradaptasi dengan teman ataupun lingkungan yang baru.

Beck dan Young, (dalam Aprianti, 2012) mengatakan ketidakhadiran orang tua dan teman-teman merupakan situasi yang mempengaruhi penyesuaian diri dan sosial pada mahasiswa perantau, sehingga perpisahan dengan keluarga dan teman-teman dilingkungan lama dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman / kesepian yang menjadi salah satu faktor penyebab depresi yang dialami oleh mahasiswa perantau. Beradaptasi dengan individu lain sangat berguna untuk kelangsungan hidup seorang mahasiswa perantau, dimana individu dapat mengenal teman baru dan lingkungan yang baru yang dapat menerima dirinya dan individu akan merasakan kehadiran individu lain.

Mahasiswa perantau membutuhkan perhatian dari individu lain, pada awalnya mahasiswa perantau merasa tidak nyaman pada saat datang ke kota rantau. Ketidaknyamanan tersebut disebabkan belum terbiasa jauh dari orang tua, tidak memiliki teman yang dikenal, tidak dapat bersosialisasi dengan lingkungan yang baru. Ryff dan Keyes (1995) mengatakan bahwa salah satu kunci untuk mencapai kesejahteraan adalah memiliki hubungan yang positif dengan individu lain dan dukungan sosial mengacu pada keyakinan individu bahwa ada dukungan yang tersedia memiliki efek positif pada fungsi emosional dan fisik.

Mahasiswa perantau membutuhkan perhatian dari orang tua dan teman terdekat, oleh sebab itu individu memerlukan adaptasi yang baik terhadap lingkungan barunya untuk mendapatkan teman yang dapat mengerti dan menerima individu, namun kenyataannya mahasiswa perantau gagal dalam melakukan interaksi sosial dan sulit untuk beradaptasi dengan hal yang baru. Peplau dan Perlman, (dalam Wening, 2016) mengatakan individu yang kekurangan jaringan sosial menjadi pengalaman yang tidak menyenangkan, baik secara kualitatif maupun kuantitatif dan perasaan kesepian yang ditimbulkan telah dikaitkan adanya kesejahteraan *psychological well being* yang rendah.

Berdasarkan penelitian yang di lakukan oleh Martin dan Darlen (dalam Theresia & Nida 2011), dalam penelitiannya menemukan bahwa pemikiran-pemikiran yang negatif dapat memunculkan reaksi emosi yang negatif pada diri seseorang. Pemikiran-pemikiran tersebut adalah menyalahkan diri sendiri, menyalahkan orang lain dan lingkungan. Pemikiran negatif tersebut menurunkan penilaian positif dan penerimaan akan situasi yang dihadapi. Keadaan ini dapat menyebabkan individu yang bersangkutan merasa tidak puas dan tidak bahagia di dalam kehidupannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Baumgardener & Crothers, (2010), mahasiswa yang merasa tidak bahagia akan merasa cemas, sedih, dan khawatir yang berkaitan dengan afek negatif. Menurut Thurber dan Warton (2012), ketika memasuki lingkungan baru mahasiswa perantau akan merasa kurang memiliki kelompok familiar dan tidak jarang mahasiswa perantau akan merasakan stereotip yang kurang nyaman dari lingkungan baru. Menurut Naim (2013) juga disebutkan bahwa seseorang yang dikatakan merantau adalah ketika seseorang pergi ke tempat yang memiliki budaya berbeda dari tempat asalnya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Marta (2014) mengemukakan bahwa merantau mengajarkan orang untuk berpikir lebih terbuka dan memandang kehidupan dari sisi luar sehingga dapat menilai secara lebih objektif tentang baik dan buruk kehidupan yang sedang dijalani mereka. Menurut Jain (2017), mengemukakan bahwa berada jauh dari orang tua membuat mahasiswa merasa kesepian dan ingin pulang. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nadlyfah & Kustanti, (2018), mengemukakan perubahan situasi dan tuntutan sosial dan akademik yang bertambah membuat mahasiswa rantau merasakan ketidaknyamanan, baik secara psikis maupun sosial.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Shafira (2015), mengemukakan bahwa hal-hal yang dirasakan oleh mahasiswa perantau ketika tinggal diperantauan antara lain yaitu, merasa sedih dan rindu dengan keluarga di kampung halaman, merasa takut karena baru pertama kali tinggal

diperantauan, merasa kesepian, tidak betah dan ketidaksiapan untuk hidup mandiri. Kondisi dimana tinggal jauh dari rumah, terpisah dari keluarga dan orang-orang yang disayang inilah yang dapat menjadi faktor munculnya kesepian. Situasi seperti ini menuntut mahasiswa rantau untuk memiliki kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial mereka yang baru dan mengembangkan diri agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan mereka (Arjanggi & Kusumaningsih, 2016).

Ryff (dalam Celis, Becerra, Saucedo, Gaytan, Rodriguez, (2016) menyatakan *psychological well being* sebagai keadaan dimana individu memiliki evaluasi positif atas diri dan masa lalu nya (*self – acceptance*), penguasaan lingkungan (*environmental inaster*), hubungan yang positif dengan individu lain (*positive relations with others*), ketetapan diri (*autonomy*), serta kepercayaan bahwa hidupnya memiliki tujuan dan makna (*purpose in life*), pertumbuhan dan perkembangan sebagai seorang pribadi (*personal growth*). Werdyaningrum (dalam Sari, 2015), *psychological well being* sebagai suatu dorongan untuk menggali potensi diri individu yang mampu menerima diri apa adanya, tidak terdapat gejala – gejala depresi, dan selalu memiliki tujuan hidup yang dipengaruhi oleh fungsi psikologi positif berupa aktualisasi diri, penguasaan lingkungan sosial dan penguasaan lingkungan.

*Psychological Well Being* mempengaruhi keberhasilan individu, Pavot dan Diener, (dalam Wening, 2016) oleh karena itu untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi pada kebahagiaan dan kepuasan hidup akan membantu individu untuk mencapai kesejahteraan secara psikologis, salah satunya yaitu dukungan sosial. Ryff (1989), mengatakan individu yang sejahtera adalah individu yang dapat membangun hubungan yang positif dengan orang lain yang didasari empati dan kasih sayang. Ryff (1989), *psychological well being* dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain, a. faktor demografis, b. dukungan sosial, c. evaluasi terhadap pengalaman hidup, d. locus of control, e. faktor religiusitas. Faktor-faktor demografis yang mempengaruhi *psychological well being* yaitu : 1) usia, 2) jenis kelamin, 3) status ekonomi, 4) budaya.

Dukungan sosial merupakan salah satu yang mempengaruhi *psychological well being*. Uchino (dalam Vania & Dewi, 2014) mengatakan dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau ketersediaan bantuan kepada seseorang dari orang lain atau suatu kelompok. Stokes (dalam Gulacti, 2010) mengatakan bahwa tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari kelompok. Individu yang memiliki dukungan sosial akan mampu mengembangkan diri, menghadapi situasi dengan positif, mampu memecahkan

masalah dan membuat individu sehat fisik. Dukungan sosial menjadi penyedia sumber daya berupa bantuan fisik dan psikologis untuk individu dalam situasi khusus, dan juga menyediakan kebutuhan sosial dasar dari individu, seperti cinta, kesetiaan, harga diri dan rasa menjadi bagian dari kelompok, Aksullu, dkk (dalam Gulacti, 2010).

Menurut Layous (2013) “ dengan memperhatikan motivasi, aktivitas positif dan dengan adanya dukungan sosial dari teman sebaya maupun dari masyarakat di dalam lingkungan hidupnya dapat meningkatkan *Psychological well being* pada diri individu. Menurut beberapa ahli (dalam Shinta, 1995) dukungan sosial adalah adanya pemberian informasi baik secara verbal maupun non verbal, pemberian bantuan tingkah laku atau materi yang didapat dari hubungan sosial yang akrab atau hanya disimpulkan dari keberadaan mereka yang membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai sehingga lebih lanjut bertujuan atau menguntungkan bagi individu yang menerima.

Dukungan sosial menjadi kebutuhan yang semakin diperlukan bagi mahasiswa perantau untuk mendapatkan kasih sayang, semangat kuliah hingga sukses dari orang tua atau teman dekat. Mahasiswa yang tinggal diperantauan dapat bertahan hidup dilingkungan baru yang berbeda dengan daerah asalnya dalam hal ini individu mendapatkan dukungan dari keluarganya. Mahasiswa rantau juga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

Menurut Sarason & Pierce ( dalam Baron & Byrne, 2000) mendefinisikan dukungan sosial sebagai bentuk kenyamanan fisik maupun psikologis yang berasal dari orang yang memiliki hubungan sosial dekat, seperti orang tua, saudara dan sahabat. Dukungan sosial diartikan sebagai tindakan menolong yang diperoleh dari hubungan sosial dengan orang lain (Norris dalam Budiyani dan Astuti, 2010). Adanya dukungan sosial akan memberi pengalaman pada individu bahwa dirinya dicintai, dihargai, dan diperhatikan. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial akan membuat individu merasa tidak berharga (Pearson dalam Budiyani dan Astuti, 2010).

Siegel (dalam Ristiani, 2008) mengemukakan dukungan sosial sebagai informasi dari individu lain yang menunjukkan adanya rasa di perhatikan, di cintai dan di hargai serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama. Menurut House (dalam Bukhori, 2012) dukungan sosial sendiri terdiri dari perhatian emosional, bantuan instrumental, pemberian informasi dan penilaian. Adanya dukungan sosial dari orang-orang sekitar seperti keluarga, pasangan, teman baik teman sesama.

Mahasiswa perantau yang memiliki *Psychological well being* yang baik akan memiliki kemampuan dalam melakukan kegiatan yang positif salah

satunya faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memperoleh *Psychological well being* adalah dukungan sosial. Individu yang melakukan kegiatan positif contohnya memiliki semangat belajar yang tinggi, tidak mudah putus asa walaupun di tengah pandemi covid 19, hal ini dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya juga lingkungan sekitarnya sangat dibutuhkan.

Dukungan sosial memiliki pengaruh yang sangat penting untuk *Psychological well being* dalam mencapai kesejahteraan dalam proses kehidupan individu psikologis. Melihat masalah yang dihadapi oleh mahasiswa perantau khususnya di tengah pandemi covid 19, peneliti tertarik untuk mengetahui *Psychological well being* mahasiswa rantau di tengah pandemi covid 19, mengingat cukup banyak mahasiswa perantau yang melanjutkan study di Universitas tersebut di berbagai fakultas, oleh sebab itu peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *Psychological well being* pada mahasiswa rantau di tengah pandemi covid 19?

## **B. Rumusan Masalah**

Peneliti mencoba merumuskan masalah penelitian dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut, yaitu “ Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well being* pada Mahasiswa rantau di tengah pandemi Covid 19 ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan *psychological well being* pada Mahasiswa rantau di tengah pandemi covid 19.

## **D. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan memperoleh manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk perkembangan ilmu psikologis, pada bidang sosial khususnya dalam dukungan sosial dan *psychological well being*.

### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini dapat memberikan masukan terhadap mahasiswa dan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya tentang dukungan sosial dan *psychological well being* pada mahasiswa perantau di tengah pandemi covid-19.