

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada masa akhir remaja, peran siswa akan berakhir menjadi seorang mahasiswa (Vivianti et al., 2019). Menurut KBBI mahasiswa merupakan seorang yang menimba ilmu di suatu universitas atau perguruan tinggi. Pada umumnya berbagai universitas akan memiliki mahasiswa dari berbagai lokasi yang berbeda dari daerah atau tempat universitas tersebut berada, yang mana biasanya disebut dengan mahasiswa rantau (Hardiyana et al., 2020). Mahasiswa perantauan dapat didefinisikan sebagai seseorang yang memilih menjalani perkuliahan di kota perantauan, sehingga mengharuskan mahasiswa untuk tidak tinggal di rumah selama ia menyelesaikan proses perkuliahan (Halim, 2016). Banyak mahasiswa yang rela melanjutkan pendidikan di luar daerah asal tempat tinggalnya dengan tujuan memperoleh kualitas Pendidikan yang lebih baik. Perguruan tinggi di perkotaan dianggap masyarakat memiliki kualitas yang lebih baik daripada perguruan tinggi di kota asal (Handayani, 2018).

Mahasiswa adalah individu yang sedang dalam proses menjadi orang dewasa. Di Indonesia mahasiswa berusia 18 hingga 25 tahun. Dalam kajian psikologi, mahasiswa termasuk dalam periode *emerging adulthood*, yang merupakan periode transisi antara remaja dan dewasa (Eva et al., 2020). Adapun karakteristik yang paling menonjol dari periode *emerging adulthood*

adalah ketidakstabilan (Moin, 2015). Hal ini disebabkan eksplorasi yang dilakukan mahasiswa pada semua bidang kehidupan membuat mahasiswa menghadapi banyak masalah seperti: masalah akademik, keuangan, romantisme, dan hubungan pertemanan.

Mahasiswa rantau dalam proses mencari ilmu atau menempuh pendidikannya di perguruan tinggi pasti memiliki berbagai permasalahan yang berbeda dengan mahasiswa yang bukan rantau (Shaputra, 2022). Mahasiswa rantau akan menghadapi masalah dimana masalah tersebut akan menjadi lebih berat pada saat menjadi mahasiswa di tahun pertama. Mereka akan mengalami peralihan dari jenjang sekolah yang sebelumnya menuju perguruan tinggi atau universitas. Hal tersebut dikarenakan selain terpisah dari orang tua, mereka juga perlu membiasakan diri terhadap budaya dan lingkungan sosial yang baru serta sistem pendidikan yang berbeda (Geofany et al., 2022). Mahasiswa rantau akan bertahan hidup di lingkungan baru yang berbeda dengan lingkungan atau daerah asalnya. Sehingga, perubahan maupun perbedaan akan mereka hadapi dalam berbagai aspek kehidupan, seperti gaya hidup serta interaksi sosial yang akan mereka hadapi di lingkungan yang baru.

Permasalahan lain yang timbul ketika mahasiswa merantau yaitu kesulitan dalam penyesuaian bahasa, mengartikan ekspresi orang-orang di tempat perantauan akibat adanya perbedaan bahasa dan norma yang berbeda yang biasa digunakan di tempat asal mahasiswa rantau (Jayusman, 2018). Tantangan lain yang dihadapi mahasiswa rantau yaitu kesulitan menyesuaikan diri baik di lingkungan kampus maupun tempat tinggal. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan budaya dan bahasa, kesulitan komunikasi karena bahasa yang digunakan adalah bahasa daerah, merasa sedih karena jauh dari orang tua dan *homesick* (Nadlyfah, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Aulia, (2018) menyebutkan bahwa masalah yang dihadapi oleh mahasiswa rantau adalah masalah kepercayaan diri dan kekhawatiran

terhadap nilai yang akan diperoleh selama proses perkuliahan, kesulitan menjalin hubungan dengan orang lain sehingga mengakibatkan mahasiswa menutup diri, kesulitan mengatur keuangan, homesick. Berada jauh terpisah dari orang tua ditambah dengan hidup sendiri di kota perantauan membuat mahasiswa rantau kerap kali merasakan rindu yang amat sangat dengan keluarga di kota asal dan hal ini mengakibatkan mahasiswa sering merasa sedih berkepanjangan.

Mahasiswa rantau juga dihadapkan pada berbagai perubahan dan perbedaan di berbagai aspek kehidupan, seperti pola hidup, interaksi sosial serta tanggung jawab terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, sehingga dituntut untuk mampu menyesuaikan diri. Masa transisi yang disebut sebagai *culture shock* yang melibatkan pembelajaran kembali terhadap masalah sosial dan psikologis dan menghadapi hal baru, pengajar dan teman baru dengan nilai dan berbagai keyakinan, kebebasan dan peluang baru, dan tuntutan akademik, personal dan sosial yang baru (Rufaida, 2017).

Mahasiswa perantau dan yang tidak merantau akan mengalami perbedaan dalam tugasnya, mahasiswa yang merantau akan mengalami penyesuaian diri hal tersebut akan menjadi tugas tambahan sehingga menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa yang merantau, sedangkan mahasiswa yang tidak merantau, mahasiswa tersebut sudah tinggal di lingkungan yang sudah mereka kenal sehingga memudahkan mahasiswa yang tidak merantau dalam proses studinya, mahasiswa yang merantau akan berusaha lebih dibandingkan mahasiswa yang tidak merantau (Sudarji, 2020).

Mahasiswa rantau akan mengalami permasalahan yang unik, terutama pada hubungan psikososialnya dengan tempat yang tidak diketahui sebelumnya serta dengan norma sosial, yang baru, adanya perubahan pada aturan, masalah interpersonal dan intrapersonal karena adanya proses penyesuaian diri. Pada proses pembelajaran di

perguruan tinggi mahasiswa rantau mendapatkan tantangan yang berbeda dari mahasiswa yang tidak merantau (Eliza, 2018).

Kesejahteraan psikologis merupakan keadaan tidak adanya tekanan mental, sikap terhadap kehidupan yang positif, mempunyai tujuan hidup dan kemampuan untuk menjalin hubungan positif dengan orang lain serta perilaku konsisten terhadap tujuan hidup (Ryff, 1989 dalam (Asmarani, 2020)). Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi merasa mampu dalam menjalani hidup, mendapatkan dukungan, puas dengan kehidupan dan mempunyai perasaan yang bahagia (Sari, 2015).

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi mental yang penting untuk dikembangkan dalam layanan bimbingan dan konseling pada mahasiswa. Hal ini berfungsi untuk mendukung pencapaian tugas-tugas perkembangan mahasiswa pada aspek pribadi, sosial, akademis, dan karier, karena tujuan khusus dari layanan bimbingan dan konseling adalah membantu peserta didik untuk mencapai tugas-tugas perkembangannya pada aspek pribadi, sosial, akademis, dan karier (Wardati, 2011).

Berbagai masalah yang dihadapi mahasiswa rantau menyebabkan munculnya masalah psikologis yaitu kecemasan, stress dan depresi. Stres dapat menyebabkan kecemasan, kualitas tidur yang buruk, kinerja akademik yang buruk, penggunaan alkohol dan penyalahgunaan zat, mengurangi kepuasan dan kualitas hidup, kehilangan kepercayaan diri, depresi dan resiko gangguan kejiwaan bahkan ide serta upaya bunuh diri (Fawzy, 2017). Survei menunjukkan dari 1704 mahasiswa sarjana, 24% diindikasikan memiliki resiko bunuh diri, 41,4% melaporkan pernah mempertimbangkan secara serius untuk bunuh diri dan 4% melaporkan setidaknya sekali mencoba untuk bunuh diri (Becker et al., 2018).

Di Universitas Andalas sendiri dari tahun 2015-2019 setidaknya ditemukan 3 kasus mahasiswa rantau yang meninggal dunia di kamar kost karena bunuh diri (Azzahra, 2020).

Pada bulan Oktober 2023 setidaknya ada 3 kasus bunuh diri yang dilakukan oleh 2 mahasiswa di Semarang (Tim detik jateng, 2023) dan 1 orang mahasiswa UMY yang mana merupakan mahasiswa rantau asal Lampung (Fernan, 2023). Dukungan sosial merupakan komponen utama pemicu pikiran atau ide bunuh diri. Faktor resiko pikiran atau ide bunuh diri ini terkait dengan kehidupan mahasiswa akibat kurangnya dukungan sosial selama tahap formatif (Putra et al., 2023).

Permasalahan psikologis yang dialami oleh mahasiswa rantau berdampak pada penurunan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dengan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dapat membantu proses adaptasi dan dapat membantu mahasiswa rantau dalam menghadapi berbagai tuntutan (S. Aulia, 2019). Kesejahteraan psikologis sangat penting bagi mahasiswa agar tumbuh menjadi pribadi yang produktif baik dalam bidang akademik maupun berbagai bidang kehidupan. Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa menjadi prediktor : prestasi akademik (Iosua et al., 2014), Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa juga menjadi prediktor pengendalian diri atau kontrol diri (P. Udhayakumar, 2018), kepuasan hidup, rasa syukur, optimis, harapan (Kardas et al., 2019) dan kebahagiaan (Ghasempour et al., 2020). Kesejahteraan psikologis menjadi prediktor berbagai aspek kehidupan mahasiswa seperti aspek pribadi, sosial, akademis, dan karier.

Kesejahteraan psikologis menurut Ryff adalah keadaan dimana seseorang bisa berfungsi secara positif dalam kehidupan sehari-hari, mengarah ke aktualisasi dan kedewasaan (Kurniawan, 2020). Kesejahteraan psikologis ini memiliki berbagai dimensi. Ada 6 dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff 2014 dalam (Dityo, 2023). Keenam dimensi tersebut terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Keenam dimensi tersebut juga menjadi tolak ukur tingkat kesejahteraan psikologis pada manusia.

Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan, (2020) ditemukannya rendahnya kesejahteraan psikologis pada dimensi kemandirian, hal ini dikarenakan kurangnya manajemen uang dan manajemen waktu ketika mahasiswa rantau berpisah dari keluarga. Dimensi lain yang juga terganggu ketika mahasiswa merantau yaitu dimensi penguasaan lingkungan, hal ini disebabkan karena adanya perbedaan budaya dari tempat asal. Dimensi lain yang terganggu akibat proses merantau pada mahasiswa adalah dimensi hubungan positif dengan orang lain yang disebabkan karena adanya perbedaan bahasa ketika berkomunikasi sehingga menyulitkan mereka dalam berinteraksi.

Faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Riff & Singer (2008) adalah faktor psikososial yang merupakan identitas dari pengalaman hidup individu, faktor sosiodemografi yang mencakup data demografis individu (jenis kelamin, usia), faktor resiliensi yaitu ketahanan individu terhadap lingkungan meskipun berada dalam kondisi yang sulit, faktor dukungan sosial yang merupakan persepsi bahwa orang akan memberikan bantuan pertolongan jika dibutuhkan, dan terakhir ada faktor teknik koping seseorang yaitu merubah fungsi kognitif dan perilaku untuk tuntutan eksternal yang menekan.

Penelitian yang dilakukan oleh Mahendika, (2023) menyebutkan bahwa dukungan sosial, strategi koping, resiliensi dan harga diri berkorelasi positif terhadap kesejahteraan psikologis. Dimana interaksi antara dukungan sosial dengan resiliensi ditemukan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa.

Kesejahteraan psikologis mahasiswa dapat diperbaiki dengan meningkatkan dukungan sosial. Dukungan sosial dapat diperoleh mahasiswa dari keluarga, teman, dan orang lain yang berpengaruh terhadap mahasiswa, seperti, dosen, kekasih, atau orang di lingkungannya (Eva et al., 2020). Seseorang yang memiliki dukungan sosial yang tinggi akan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologisnya. Kesejahteraan psikologis penting

untuk membentuk kepribadian yang lebih positif dalam menjalani hidup, menumbuhkan sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain sehingga memiliki tujuan hidup yang lebih bermakna (Setyawati et al., 2022).

Ketika mahasiswa rantau mengalami berbagai perubahan maupun perbedaan, baik dalam masyarakat, budaya dan lingkungan kampus, maka mereka membutuhkan sebuah dukungan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau yaitu dukungan sosial yang berfungsi sebagai penengah antara individu dengan stressor (Cohen, 1985). Dukungan sosial adalah perilaku yang ditunjukkan orang lain agar seseorang merasakan atau memiliki persepsi bahwa rasa nyaman, kepedulian, dan pertolongan akan selalu ada jika dibutuhkan.

Dukungan sosial memiliki tiga dimensi yaitu dimensi keluarga, dimensi teman, dan dimensi orang yang penting (*significant*). Dimensi keluarga adalah dukungan yang berasal dari keluarga yang bertujuan membantu individu menemukan solusi permasalahan. Keluarga dapat memenuhi kebutuhan emosional individu, membantu dalam mengambil keputusan dan membantu dalam permasalahan dalam bentuk materi. Dimensi teman adalah dukungan yang diberikan oleh teman sebaya yang dapat menyediakan informasi yang berguna, memberikan hiburan dan menolong kegiatan sehari-hari. Dimensi orang tertentu yang dianggap penting (*significant*) yaitu orang yang dianggap penting bagi individu yang dapat memberikan kebersamaan yang menyediakan rasa nyaman tempat berbagi suka dan rasa menghargai (Zimet et al., 1988).

Dukungan sosial Dukungan sosial merupakan sumber daya yang penting bagi mahasiswa. Dengan adanya dukungan sosial mahasiswa akan memiliki harga diri dan *self efficacy* yang dapat menjadikan mahasiswa lebih yakin pada nilai kompetensi dan juga potensi yang ada dalam dirinya selama menghadapi tantangan. Dukungan sosial dapat memberikan manfaat seperti meningkatkan harga diri, kepercayaan diri, mengurangi dan

mengelola kondisi stress sehingga meningkatkan produktifitas sehingga berdampak pada kesejahteraan psikologis (Batubara et al., 2022).

Dukungan sosial didefinisikan sebagai bantuan aktual atau potensial dari sumber daya pribadi dan individu, kelompok, komunitas, dan sistem yang terkait dengan orang tersebut. Dukungan sosial adalah tingkat perhatian, kasih sayang, dan bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga, teman dan orang lain (Mohebi et al., 2018). Dukungan sosial berfungsi sebagai strategi pemecahan untuk mengurangi stress dan akibat negatifnya (Nitami et al., 2019). Dukungan sosial adalah bantuan yang bermanfaat baik bantuan berupa materi maupun bantuan emosional kepada seseorang yang berasal dari teman sebaya, keluarga, dosen, atau komunitas yang lebih besar. Dimana jika kurangnya salah satu komponen diatas maka dapat menyebabkan kenaikan resiko dari kesehatan mental yang buruk (Alshammari et al., 2021).

Dukungan sosial telah diakui sebagai penentu penting dalam bidang kesehatan dan kualitas hidup seseorang, karena dukungan sosial dapat membantu individu dalam mencapai kebutuhan fisik dan emosional dan mengurangi efek dari peristiwa yang menyebabkan stress (Mandias, 2023). Dukungan sosial juga merupakan faktor yang turut menentukan kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dirasakan, sebaliknya rendahnya dukungan sosial mengindikasikan tingginya tekanan psikologis (Sari, 2015).

Dukungan sosial pada mahasiswa memiliki fungsi tersendiri seperti membantu mahasiswa saat dalam situasi tidak menyenangkan, menambah kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri, dan bisa menjadi penopang ketika mahasiswa menghadapi masalah (Eva et al., 2020). Dukungan sosial merupakan prediktor bagi mahasiswa antar negara bagian. Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial akan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik (Adyani et al., 2019).



Fenomena rendahnya kesejahteraan psikologis dikalangan mahasiswa ditemukan di berbagai negara (Eva et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Kurniawan, (2020) bahwa adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis dimana sebanyak 50.13% atau 188 mahasiswa rantau memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Adyani et al., (2019) juga menunjukkan adanya korelasi yang positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dityo et al., (2023) menemukan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa perantauan. Sebanyak 38% dari mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah (Kurniasari et al., 2019). Penelitian menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental lebih tinggi pada mahasiswa sarjana keperawatan jika dibandingkan disiplin ilmu kesehatan lainnya (Aslan, 2018).

Studi Pendahuluan yang dilakukan kepada 10 mahasiswa rantau Fakultas keperawatan Universitas Andalas, dilihat dari aspek kesejahteraan psikologis pada responden didapatkan data 5 orang mahasiswa rantau mengatakan bahwa mereka merasa kecewa terhadap pencapaian dalam hidup, 8 orang mahasiswa rantau mengatakan sedih terhadap tuntutan kehidupan sehari-hari, 5 orang mahasiswa rantau mengatakan bahwa biasanya keputusan yang dibuat dipengaruhi oleh apa yang orang lain lakukan, 9 orang mahasiswa rantau mengatakan bahwa mereka biasanya khawatir terhadap apa yang orang lain pikirkan tentang diri mereka, 4 orang mahasiswa rantau mengatakan bahwa mereka merasa kesepian karena teman dekat untuk curhat sangatlah sedikit.

Dilihat dari aspek dukungan sosial pada responden didapatkan data bahwa 6 orang mahasiswa rantau mengatakan bahwa tidak dapat mempercayai teman-temannya ketika terjadi masalah, 6 orang mahasiswa rantau mengatakan tidak dapat menceritakan

masalahnya kepada keluarganya, 5 orang mahasiswa rantau mengatakan bahwa mereka tidak memiliki seseorang yang spesial disekeliling ketika mereka membutuhkan.

Dampak dari dukungan sosial yang rendah akan menyebabkan kesejahteraan psikologis yang rendah juga. Dukungan sosial diperlukan guna memperbaiki kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau agar memiliki harga diri dan *self efficacy* sehingga menjadi pribadi yang produktif baik di bidang akademik maupun berbagai bidang kehidupan.

Berdasarkan data diatas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh mengenai “ Hubungan dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau fakultas keperawatan Universitas Andalas Tahun 2023“.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini adalah Sejauh mana hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau fakultas keperawatan Universitas Andalas ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk menentukan hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.



## 2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengidentifikasi rerata skor dukungan sosial mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan.
- b. Untuk mengidentifikasi rerata skor kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan.
- c. Untuk mengidentifikasi hubungan, arah dan kekuatan hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Bagi responden

Dengan adanya penelitian ini, mahasiswa mengetahui tentang pentingnya dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis terutama bagi mahasiswa rantau.

### 2. Bagi peneliti

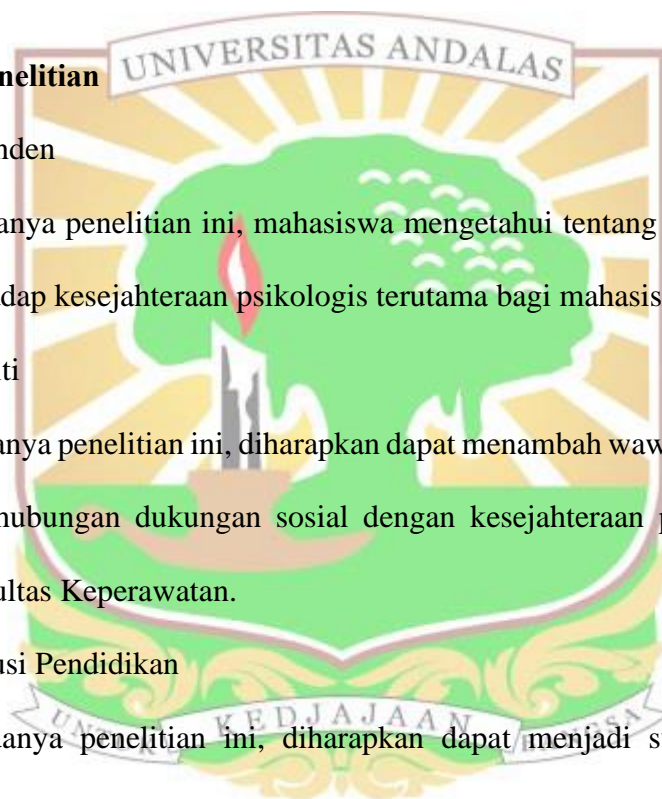
Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan masukan mengenai pentingnya dukungan sosial dan hubungannya dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan.

### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan pembanding bagi penelitian selanjutnya mengenai hubungan dukungan sosial dengan



kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas  
Andalas.

