

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Pendidikan menjadi hal yang sangat penting dan menjadi hal yang sering berkaitan dengan kehidupan manusia. Dengan menjalani pendidikan, manusia dapat meningkatkan kualitas diri baik dari segi intelektual maupun dari segi moral. Setiap individu pasti menginginkan pendidikan yang terbaik untuk dirinya. Karena itu, tak jarang orang mengupayakan diri untuk mendapatkan pendidikan yang terbaik. Beberapa orang bahkan rela pergi jauh meninggalkan rumah untuk melanjutkan pendidikan setinggi mungkin. Istilah ini disebut juga dengan merantau.

Menurut Naim (2013) merantau adalah pergi dari kampung halaman dalam jangka waktu tertentu, bertujuan untuk memenuhi penghidupan, mencari pengalaman, mencari ilmu, dan biasanya dengan maksud suatu saat akan kembali pulang. Adapun salah satu yang sering pergi merantau adalah mahasiswa, yaitu siswa yang sudah menamatkan sekolah menengah atas dan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Mahasiswa menimba ilmu di sekolah tinggi/universitas untuk menyiapkan diri pada keahlian tertentu. Keahlian ini meliputi beberapa jenjang pendidikan seperti sarjana, keprofesian, diploma, atau tingkat yang lebih tinggi lagi. Jika ditinjau dari proses perkembangannya, mahasiswa sedang memasuki tahap pada peralihan dari masa remaja akhir menuju dewasa awal. Tahap ini biasanya berkisar antara usia 17 tahun hingga 25 tahun (Hurlock, 2011). Sehingga bisa dikatakan bahwa yang dimaksud

dengan mahasiswa perantau adalah individu yang berada pada rentang usia 17 hingga 25 tahun yang meninggalkan daerah asalnya untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi daerah lain.

Pulau Jawa menjadi salah satu tujuan yang paling banyak diminati oleh calon mahasiswa dari luar pulau. Selain karena terdapat banyak kota maju dan bersejarah, di Pulau Jawa juga terdapat berbagai macam universitas bergengsi dengan kelengkapan jurusan serta fasilitas pendidikan yang memadai. Dilansir dari detik.com (2022), lembaga pemeringkatan perguruan tinggi dunia *Scimago Institutions Rankings* (SIR), merilis ada daftar 20 universitas terbaik di Indonesia pada tahun 2022. Adapun dalam 10 daftar teratas, 8 diantaranya terdapat di Pulau Jawa (Kristina, 2022). Banyak mahasiswa dari luar daerah yang berminat melanjutkan pendidikan di Pulau Jawa, termasuk di Kota Malang.

Sudah menjadi hal umum bahwa Kota Malang adalah salah satu yang sering dijadikan kota tujuan oleh mahasiswa luar daerah untuk merantau dan mengenyam pendidikan. Kota ini sering dipilih menjadi tempat menimba ilmu bagi mahasiswa karena tersedianya beberapa universitas, fasilitas pendidikan, serta lingkungan yang nyaman untuk ditinggali. Dilansir dari umm.ac.id menuliskan bahwa terdapat sekitar 330 ribu mahasiswa yang membanjiri Kota Malang pada tahun ajaran baru 2022/2023. Adapun calon mahasiswa ini baik dari Kota Malang sendiri maupun dari luar daerah (Humas, 2022).

Mahasiswa baru adalah status yang disandang oleh mahasiswa di tahun pertama perkuliahannya. Ketika merantau, mahasiswa baru pasti meninggalkan rumah dan terpaksa harus berjauhan dari keluarga, teman, juga hal-hal yang ada di daerah asalnya. Perpisahan ini dapat memunculkan sejumlah perasaan

meliputi rasa sedih, putus asa, cemas, termasuk juga nostalgia. Perasaan lain yang kemungkinan akan muncul adalah perasaan merindukan rumah atau *homesickness* (Azizi, 2015).

Seran (2022) melakukan penelitian dengan hasil yang menunjukkan ada beberapa permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa baru Unitri Malang selama melakukan perkuliahan semi *online*. Permasalahan itu meliputi *culture shock*, khawatir dalam perkuliahan, kebingungan dengan bahasa baru, kurang percaya diri, serta perasaan *homesick*. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Wowor & Putri (2021) juga menunjukkan hasil wawancara salah satu narasumber yang merupakan mahasiswa asal Papua yang merantau di Kota Malang. Pada awal perkuliahan narasumber mengaku merasa malu berbicara, susah beradaptasi, mengalami kesulitan karena jauh dari orang tua, *culture shock*, canggung dan bingung, serta merasa *homesick*.

Mozafarinia & Sadat Tavafian (2014) berpendapat *homesickness* merupakan kondisi emosional yang cenderung negatif dan memiliki ciri-ciri antara lain selalu memikirkan rumah, merasa sangat rindu pada teman-teman lama, pemikiran untuk kembali ke lingkungan lama, serta dapat menyebabkan keluhan pada fisik. *Homesickness* ialah fenomena yang hampir mirip dengan rasa duka ketika seseorang ditinggalkan orang terkasihnya (Stroebe et al., 2002). Selain itu Thurber & Walton (2012) berpendapat bahwa *homesickness* ialah kesulitan yang dirasakan seseorang karena berpisah dengan lingkungan rumah dan orang tua. Sehingga bisa disimpulkan *homesickness* merupakan perasaan sedih yang dialami seseorang saat ia berada jauh dari lingkungan rumah serta belum terbiasa untuk menyesuaikan diri dalam lingkungan yang baru. Perasaan *homesick* ini sering dirasakan oleh mahasiswa rantau tahun pertama. Hal ini

dikarenakan menjadi tahap awal individu berada jauh dari rumah. Untuk itu dibutuhkan penyesuaian yang memakan waktu agar mahasiswa bisa berdamai dengan rasa *homesick*.

Sebuah penelitian dilakukan oleh English et al., (2017) terhadap *homesickness*, pengalaman emosional, dan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama, dengan memberikan kuisioner seminggu sekali selama 10 minggu pertama. Didapatkan hasil bahwa selama 10 minggu pertama kuliah, sebanyak 94% siswa mengalami *homesick* di beberapa titik (hanya 6% yang menilai *homesick* sebagai nol setiap minggu). Rata-rata, *homesick* sedikit menurun di semester pertama tahun pertama. Selama berminggu-minggu ketika mahasiswa merasa semakin rindu kampung halaman, mereka juga merasa kurang betah di perguruan tinggi, kurang puas dengan kehidupan sosial, dan sedikit kurang puas dengan kehidupan akademik.

Sebagai perbandingan, juga di kalangan mahasiswa, Landa et al., (2020) melaporkan bahwa sebagian besar (96%) mahasiswa dalam penelitiannya mengalami *homesick* di beberapa titik selama 12 minggu pertama kuliah (hanya 4% yang tidak sama sekali merasakan *homesick* untuk semua minggu). Selain itu, ada beberapa mahasiswa yang dilaporkan memiliki tingkat *homesickness* yang lebih ekstrim. Ada sekitar 33% mahasiswa yang mengalami *homesickness* sangat sering atau sangat ekstrim yang merupakan dua peringkat tertinggi setidaknya sekali selama semester.

Sejalan dengan itu, peneliti telah melakukan pra penelitian pada bulan Oktober 2022 terkait masalah *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama. Diketahui dari 50 orang mahasiswa rantau di Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang, 39 diantaranya merasakan *homesick*. Menurut hasil kuisisioner yang telah dibagikan, 39 dari 50 mahasiswa psikologi Universitas Merdeka Malang mengaku pernah merasakan merindukan rumah, merindukan keluarga, merindukan teman-teman di kampung halaman, serta merindukan suasana rumah. Dalam wawancara dengan 2 orang mahasiswa juga didapatkan hasil bahwa terkadang mereka sangat merindukan orang tua dan suasana rumah serta merindukan masakan ibu. Mereka mengaku pernah menangis di malam hari ketika sedang *homesick*. Keadaan ini membuat mereka menjadi sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan budaya di awal masa perkuliahan.

Perasaan *homesick* sendiri merupakan hal yang lazim pada berbagai individu termasuk pada mahasiswa. Transisi dari tinggal bersama keluarga di rumah menjadi tinggal jauh dari keluarga dan rumah merupakan transisi yang signifikan bagi mahasiswa tahun pertama perguruan tinggi atau universitas. Karena itu *homesickness* menjadi hal yang sering mahasiswa tahun pertama rasakan, mengingat butuh waktu untuk bisa menyesuaikan diri dan terlepas dari bayang-bayang tentang rumah selama masa transisi ini. Terlepas dari hal yang lazim, perasaan *homesick* yang berkepanjangan ternyata bisa menimbulkan efek yang buruk pada seseorang. Ini meliputi beberapa perasaan seperti kesepian, penarikan diri dari lingkungan sosial, perasaan tertekan/depresi, menurunnya imun tubuh, hingga menyebabkan diabetes (Thurber & Walton, 2012).

Jika *homesickness* tidak ditangani dengan benar, akan menimbulkan dampak yang meluas pada kehidupan mahasiswa tahun pertama. *Homesickness* bahkan dapat berdampak pada fungsi sosial, somatik, emosional, kognitif, serta perasaan cemas hingga depresi (Thurber & Walton, 2012). Depresi pada mahasiswa ini bisa menimbulkan dampak yang buruk pada kehidupan mereka.

Dampak buruk ini bisa meliputi kehidupan perkuliahan, kehidupan sosial, hingga kehidupan pribadi. Seperti dilansir dari detik.news (2021) ada seorang mahasiswa di Kota Malang yang melakukan percobaan bunuh diri yang disebabkan karena depresi. Percobaan ini dilakukan dengan melompatkan diri dari atas jembatan (Aminudin, 2021).

Istanto & Engry (2019) menemukan hasil dimana perasaan *homesickness* mahasiswa nyatanya bisa berdampak negatif seperti rasa menyesal karena telah memilih untuk melanjutkan pendidikan dengan merantau. Selain itu *homesickness* juga berdampak negatif terhadap kemampuan adaptasi individu (Mariska, 2018). Thurber juga menemukan hasil yaitu mahasiswa dengan *homesick* mempunyai peluang 3 kali lebih besar untuk *drop out* dari perguruan tinggi daripada mahasiswa yang tidak mengalami *homesick* Thurber & Walton (2012). Selain itu mahasiswa yang mengalami *homesick* juga rentan terhadap gangguan psikologis dan kurangnya konsentrasi (Hood, 1987).

Homesickness sendiri dapat disebabkan oleh beberapa hal. Ada empat faktor yang bisa menyebabkan *homesickness*, antara lain faktor interpersonal, faktor intrapersonal, faktor lingkungan, dan faktor budaya (Kegel, 2015). Kematangan emosi sendiri merupakan salah satu yang mencakup faktor intrapersonal. Yusuf dan Sugandhi (2013) menyatakan kematangan emosi ialah bagaimana seseorang dalam bersikap toleransi, dapat mengontrol diri dengan baik, memahami dan menerima dirinya sendiri dan orang lain, serta dapat mengungkapkan emosinya dengan baik dan tepat. Selain itu Sinha (dalam Sharma, 2012) mendefinisikan kematangan emosi dengan kemampuan seseorang untuk merespon keadaan, pengendalian emosi yang lebih stabil, dan bertingkah laku dengan bijak ketika menghadapi masalah.

Hurlock (2011) mengatakan bahwa seseorang dengan emosi yang baik dapat meluapkan emosinya dengan porsi tepat menyesuaikan pada situasi yang dihadapi, sehingga individu ini lebih mampu beradaptasi dikarenakan bisa menerima situasi dan orang yang beragam, serta mampu menunjukkan reaksi yang sesuai dengan situasi yang sedang dihadapi. Sinha (dalam Sharma, 2012) mengungkapkan hasil bahwa mahasiswa dapat lebih mengontrol emosi, cenderung membatasi emosi negatif serta lebih condong untuk menambah emosi positif ketika kematangan emosi mereka berkembang. Dengan perkembangan kematangan emosi ini memungkinkan mahasiswa rantau memiliki emosi-emosi positif yang dapat membantu mereka menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan baru dan meminimalisir terjadinya *homesick* berkepanjangan.

Sharma (2012) menemukan hasil bahwa mahasiswa tingkat akhir cenderung memiliki tingkat kematangan emosi yang lebih stabil daripada mahasiswa tahun pertama. Perbedaan ini dikarenakan mahasiswa tahun pertama masih memiliki ketergantungan yang kuat terhadap orang lain sehingga kurangnya kemandirian, kemampuan adaptasi sosial yang buruk, tekanan, hingga kurang mampu untuk mengambil keputusan secara bijak (Sharma, 2012). Dengan keadaan ini, mahasiswa tahun pertama rentan terhadap rasa *stress* dan berdampak terhadap kematangan emosional yang kurang stabil. Selain itu Mariska (2018) juga menemukan hasil terkait adanya pengaruh antara kematangan emosi dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama. Hasil ini menyatakan bahwa mahasiswa dengan kematangan emosi yang baik dapat meminimalisir perasaan *homesick* berkepanjangan. Sebaliknya, mahasiswa dengan kematangan emosi yang kurang ternyata mendukung semakin besarnya perasaan *homesick* yang mereka rasakan.

Dari latar belakang yang telah dipaparkan dan berdasarkan data beberapa penelitian, ternyata fenomena *homesickness* rentan terjadi pada mahasiswa rantau tahun pertama. *Homesickness* yang berkepanjangan ini tentunya dikhawatirkan akan berdampak buruk pada kemampuan adaptasi dan akademik mahasiswa. Sulitnya penyesuaian diri dan pikiran menjadi tertekan merupakan beberapa contoh akibat *homesickness* yang dibiarkan terlalu lama tanpa penanganan yang tepat. Sehingga, peneliti mencoba untuk meneliti dan fenomena *homesickness* yang sering dirasakan pada mahasiswa rantau di tahun pertama perkuliahan.

B. Rumusan Masalah

Dari apa yang sudah dijabarkan, maka peneliti menentukan rumusan masalah. Adapun rumusan masalahnya yaitu apakah terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama di Kota Malang?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh kematangan emosi terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama di Kota Malang. Adapun manfaat yang ingin diberikan dari penelitian ini :

1. Manfaat teoritis

Keterkaitan hasil penelitian ini dengan ilmu psikologi ialah hasil yang akan didapat oleh peneliti nantinya bisa menambah pengetahuan pembaca tentang pengaruh kematangan emosi terhadap *homesickness* yang dirasakan mahasiswa rantau tahun pertama.

2. Manfaat praktis

Isi penelitian nantinya dapat menjelaskan pengaruh kematangan emosi terhadap *homesickness* yang dirasakan mahasiswa pada tahun pertama. Dengan begitu, dapat membantu mahasiswa untuk menangani rasa *homesick* dan menyesuaikan diri dalam situasi di kota rantau.

D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian yang dilakukan oleh Mariska (2018) dengan judul *Pengaruh Penyesuaian Diri dan Kematangan Emosi Terhadap Homesickness* menunjukkan hasil yang signifikan antara ketiga variabel. Rendahnya tingkat kematangan emosi mempengaruhi tingginya *homesickness*. Mariska juga menemukan bahwa perasaan *homesick* menjadi salah satu pemicu munculnya depresi pada mahasiswa. Dengan kata lain, terlepas dari kestabilan emosi, *homesickness* bisa menjadi salah satu penyebab depresi.

Selain itu, pada penelitian Tuasikal & Retnowati (2019) yang menggunakan variabel kematangan emosi, *problem-focused* dan *emotional-focused coping*, serta kecenderungan depresi pada mahasiswa di tahun pertama, menemui titik hasil keterkaitan antara kematangan emosi terhadap depresi mahasiswa. Hasil analisisnya menjelaskan terdapat hubungan antara

variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian sebesar 19% pada kecenderungan rasa depresi yang dialami mahasiswa, dan 81% sisanya adalah faktor lain yang tidak difokuskan dalam penelitian. Dengan itu dapat dikatakan bahwa selain *homesickness* dan beberapa variabel dalam penelitian, masih banyak faktor lainnya yang kemungkinan dapat menjadi pemicu rasa depresi mahasiswa rantau tahun pertama.

Yang menjadi pembeda antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya ialah penelitian ini dilakukan setelah pandemi. Setelah dilanda pandemi selama lebih dari dua tahun, mahasiswa akhirnya bisa mengikuti perkuliahan *offline* secara normal. Dengan perubahan *new normal* yang mengubah pembelajaran dan aktivitas dari *online* menjadi *offline*, maka patut untuk diteliti lebih lanjut bagaimana kehidupan mahasiswa yang merantau jauh dari rumah, apalagi dengan keadaan sebelumnya yang membuat mereka harus beraktivitas di dalam rumah selama lebih dari dua tahun. Transisi antara saat pandemi dan setelah pandemi ini dilalui mahasiswa di tahun pertama perkuliahannya sebagai anak rantau. Hal ini mungkin saja membuat mereka jauh lebih merindukan rumah ketika merantau karena sudah terbiasa melakukan segala aktivitas di rumah bersama keluarga selama 2 tahun lebih. Dengan keadaan itu, maka penelitian ini mencoba untuk meneliti mahasiswa rantau yang mengalami *homesickness* di kota rantauan, dan apakah terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama di Kota Malang.