BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang tengah berada dalam fase pendidikan tinggi di universitas atau sekolah tinggi (Lingga dan Tuapattinaja, 2012). Dalam prosesnya, banyak mahasiswa memilih untuk menempuh pendidikan di luar daerah asal, khususnya di Pulau Jawa yang masih menjadi pusat pendidikan unggulan di Indonesia. Beradasarkan data QS WUR versi Kemendikbudristek tahun 2024-2025, enam dari sepuluh perguruan tinggi terbaik di Indonesia berlokasi di Pulau Jawa. Perpindahan ini menimbulkan berbagai tantangan, salah satunya adalah kesepian yang sering dialami mahasiswa rantau. Kesepian menjadi masalah yang kerap dialami oleh mahasiswa rantau karena mereka harus beradaptasi dengan lingkungan sosial dan budaya yang baru, jauh dari keluarga dan teman lama. Kesepian adalah kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan terasing dan kurangnya kepuasan terhadap hubungan sosial yang dimiliki Brehm dan Kassin (dalam Dayakisni, 2009). Kesepian menjadi alasan utama yang melatarbelakangi penulis memilih variabel terikat ini, karena kesepian tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis individu, tetapi juga mempengaruhi kemampuan mereka dalam beradaptasi, berinteraksi sosial, hingga menjalani kehidupan akademik di perantauan.

Urgensi penelitian mengenai kesepian pada mahasiswa rantau sangat penting karena kondisi ini memiliki berbagai dampak negatif. Mahasiswa yang kesepian sering mengalami kesulitan memperkenalkan diri, menjalin komunikasi dengan teman sebaya, hingga kesulitan beradaptasi dalam kelompok Nurmi (dalam Myers, 2012). Dampak lainnya seperti menarik diri dari lingkungan sosial Wong (2012),

kecenderungan mengalami depresi Wei (dalam Dariyo, 2013), tidur berlebihan, dan menangis tanpa sebab jelas Lambert (dalam Triani, 2012). Jika kondisi ini dibiarkan tanpa solusi, maka akan berdampak pada Kesehatan mental, kesejahteraan psikologis, bahkan prestasi akademik mahasiswa itu sendiri. Berdasarkan wawancara yang penulis lakukan pada mahasiswa asal Maluku, Papua, dan Kalimantan di Universitas Merdeka Malang pada April 2025, diketahui bahwa kesepian masih menjadi keluhan yang nyata dialami oleh mahasiswa dari luar Pulau Jawa, ini memperkuat pentingnya dilakukan penelitian lebih lanjut agar ditemukan solusi yang efektif mengatasi kesepian mahasiswa rantau.

Kesepian pada mahasiswa rantau dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Menurut Miller (2007), (dalam Pramitha, 2018), faktor-faktor tersebut meliputi perilaku interpersonal seperti rendahnya rasa percaya diri, sikap negatif terhadap orang lain, keterbatasan dalam keterampilan sosial, ketidakharmonisan dalam hubungan, dan cara individu menafsirkan situasi sosial yang dialami. Selain itu, Lin dan Ti (dalam Brandan, 2017) juga menyebutkan perubahan sistem dukungan sosial sebagai salah satu penyebab mahasiswa rantau mengalami kesepian. Dalam penelitian ini, penulis memilih dukungan sosial sebagai salah satu faktor penting yang mempengaruhi kesepian, karena ketidakhadiran orang tua, keluarga, dan sahabat di lingkungan baru menyebabkan mahasiswa kekurangan sumber dukungan emosional maupun sosial.

Pemilihan dukungan sosial sebagai variabel bebas dalam penelitian ini didasarkan pada berbagai teori dan hasil penelitian terdahulu. Russel, Peplau, dan Cutrona (1980) menyatakan bahwa kesepian berkaitan erat dengan kurangnya hubungan sosial yang bermakna. Dukungan sosial membantu individu merasa diterima, dihargai, dan dicintai, sehingga mampu mengurangi rasa kesepian.

Hidayati (dalam Nurayni dan Supradewi, 2017) juga menegaskan bahwa jauh dari rumah dan tidak adanya orang yang disayangi meningkatkan risiko kesepian. Dengan demikian, dukungan sosial yang baik di lingkungan baru, baik dari teman, komunitas, maupun lembaga kampus, dapat menjadi pelindung terhadap perasaan kesepian. Selain itu, studi Lin dan Kingminghae (2014) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat adaptasi dan dukungan sosial yang rendah lebih rentan mengalami kesepian. Oleh karena itu, penulis memilih untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada mahasiswa rantau dari luar Pulau Jawa di Universitas Merdeka Malang.

Berbagai penelitian sebelumnya telah membahas kesepian pada mahasiswa rantau. Misalnya, penelitian Basir, Dewi, dan Andriany (2025) dalam penelitiannya menemukan bahwa kesepian pada mahasiswa yang menempuh pendidikan di luar daerah atau luar negeri dipengaruhi oleh perbedaan budaya, isolasi sosial, kurangnya dukungan sosial, diskriminasi, jarak geografis, dan kemampuan adaptasi yang rendah, penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa rantau mengatasi kesepian. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Renata dan Eva, (2023) juga menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis mempengaruhi tingkat kesepian pada mahasiswa rantau. Dalam penelitiannya, mereka menemukan bahwa 61% variasi kesepian pada mahasisiwa perantau di Universitas Negeri Malang dipengaruhi oleh kondisi psychological well-being yang rendah. Sementara itu, Qirtas (2024) melakukan penelitian menggunakan pendekatan digital untuk mengidentifikasi kesepian sosial dan emosional pada mahasiswa melalui data penggunaan smartphone dan mobilitas, mereka berhasil mengungkapkan kesepian sosial dan emosional memiliki indikator perilaku yang berbeda, namun

penelitian ini tidak secara spesifik mengkaji mahasiswa rantau di Indonesia. Ketiga penelitian tersebut memiliki keterbatasan, seperti fokus pada mahasiswa luar negeri atau belum secara spesifik meneliti peran dukungan sosial pada mahasiswa rantau dalam negeri, khususnya mahasiswa dari luar Pulau Jawa yang kuliah di Malang. Oleh karena itu penelitian ini dilakukan untuk memperbarui dan memperluas temuan sebelumnya dengan konteks yang lebih spesifik, yaitu mahasiswa rantau dari luar Pulau Jawa di Universitas Merdeka Malang, dengan mengangkat variabel dukungan sosial sebagai prediktor kesepian yang dialami oleh mahasiswa tersebut.

Berdasrkan uraian di atas, penting bagi peneliti untuk mengkaji lebih dalam mengenai hubungan antara “Dukungan Sosial dan Kesepian pada mahasiswa rantau dari luar Pulau Jawa di Universitas Merdeka Malang.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang tersebut, dapat dirumuskan permasalah utama dalam penelitian ini sebeagai berikut “Apakah terdapat hubungan antara Dukungan Sosial dan Kesepian pada mahasiswa rantau dari luar Pulau Jawa di Universitas Merdeka Malang?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan kesepian yang dialami oleh mahasiswa rantau dari luar Pulau Jawa di Universitas Merdeka Malang.

D. Manfaat Teoritis

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini ingin memberi bantuan ilmu untuk tahu perkembangan perasaan, dukungan teman, dan rasa sepi pada mahasiswa yang merantau dari

luar Pulau Jawa di Universitas Merdeka Malang, dan bisa jadi dasar untuk penelitian lagi tentang kesehatan perasaan mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah.

2. Manfaat Praktis
   a. Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberi bantuan untuk membantu kampus di Kota Malang supaya membuat program dukungan untuk mahasiswa yang datang dari luar kota.
   b. Melalui penelitian ini, diharapkan tercipta pemahaman yang lebih baik mengenai urgensi dukungan sosial serta memotivasi mahasiswa luar kota untuk aktif mencari bantuan ketika mereka membutuhkan.