

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Banyak orang harus meninggalkan rumah dan keluarga mereka karena berbagai alasan, seperti ingin mencari pekerjaan, melanjutkan pendidikan, dan lain-lain. Orang-orang yang memutuskan untuk tinggal di luar kampung halamannya harus menerima kenyataan bahwa mereka harus jarang pulang ke rumah dan bertemu dengan keluarga. Hal ini pasti akan menjadi masalah bagi banyak orang karena mereka harus menahan semua kerinduan mereka terhadap kampung halaman mereka. Kerinduan ini bukan hanya tentang rumah, tetapi juga tentang orang-orang terkasih yang tinggal di sana, serta budaya dan aktivitas yang biasa mereka nikmati bersama. Bagi banyak orang, kampung halaman adalah tempat yang penuh kenangan dan identitas, yang tidak mudah digantikan meskipun mereka berada di tempat yang baru.

Mahasiswa adalah salah satu kelompok yang seringkali perlu merantau. Ketika seseorang memutuskan ingin melanjutkan pendidikannya jauh dari rumah, maka ia akan menghadapi berbagai tantangan yang mungkin ditemui di daerah baru. Salah satu masalah yang paling umum adalah kerinduan terhadap kampung halaman, atau *homesickness*. Thurber et al. (2007) "*homesickness* merupakan suatu kondisi stres yang disebabkan oleh orang yang meninggalkan tempat tinggalnya. *Homesickness* ditandai dengan kognisi yang kuat tentang rumah dan hal-hal yang berkaitan dengan kelekatan tertentu." Menurut Van Tilburg (2005), "*homesickness* merupakan perasaan

yang dialami setelah meninggalkan rumah, ditandai dengan emosi negatif, kesadaran tentang rumah, dan gejala somatik”.

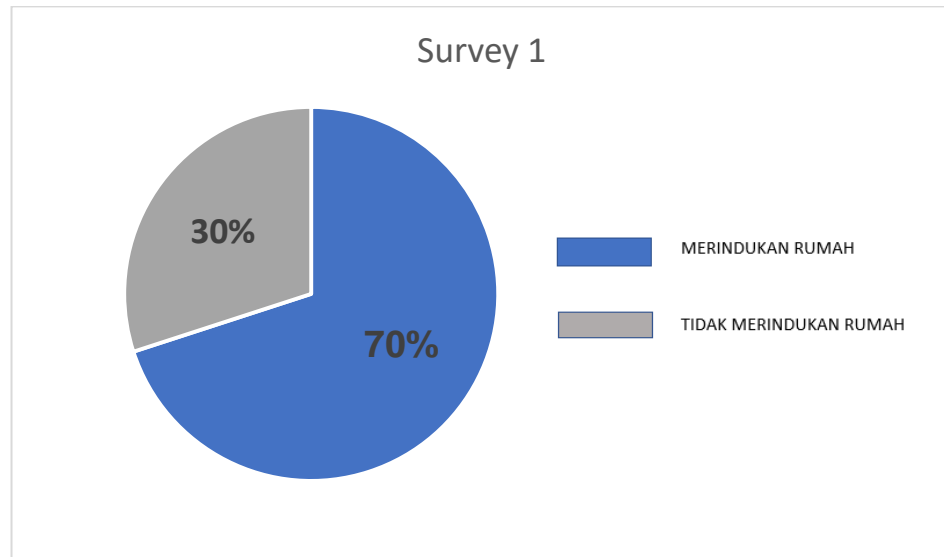
Thurber & Walton (2012) menyatakan “dampak dari *homesickness* sangat luas depresi dan gangguan kecemasan yang dapat memicu masalah kesehatan fisik dan mental, perilaku menarik diri dari lingkungan, dan kesulitan berkonsentrasi pada satu masalah yang tidak terkait rumah”. “*Homesickness* merupakan reaksi psikologis dari tidak adanya kehadiran *significant others* dan lingkungan yang dikenalnya secara akrab”. Oleh karena itu, berdasarkan penjelasan ini, seseorang dapat mengalami gejala ini sebagai akibat dari dipisahkan untuk bersama orang-orang di sekitarnya, seperti sahabat, keluarga dan lingkungan yang dekat dengannya, Archer et al. (1998)

Mereka yang mengalami *homesickness* ini sendiri biasanya mengalami beberapa gejala, seperti yang disebutkan oleh Archer et al. (1998) "gejala *homesickness* pada individu dampaknya mulai dari ringan hingga berat", dan Thurber et al. (2007) menunjukkan bahwa gejala *homesickness*, termasuk kecemasan dan depresi, serta tekanan yang mereka alami saat berada di luar rumah.

Menurut hasil peninjauan pra penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa Universitas Merdeka Malang dengan berlandaskan teori J. Fisher (1989) mengartikan “*homesickness* sebagai perasaan yang kompleks yang disertai dengan perasaan depresi dan psikomatis”. Terdapat 70% atau sebanyak 56 dari 80 mahasiswa menjawab merindukan rumah sebagaimana data berikut

Gambar 1.

Survey Mahasiswa yang merindukan rumah



Hasil dari wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa mahasiswa semester lima di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang memperkuat hal ini. Dan berdasarkan hasil *survey*, individu hanya pernah sekali pulang ke kampung halamannya. Wawancara dilaksanakan pada tanggal 3 November 2023. Berikut penjelasan dari mahasiswa (FS) kepada peneliti :

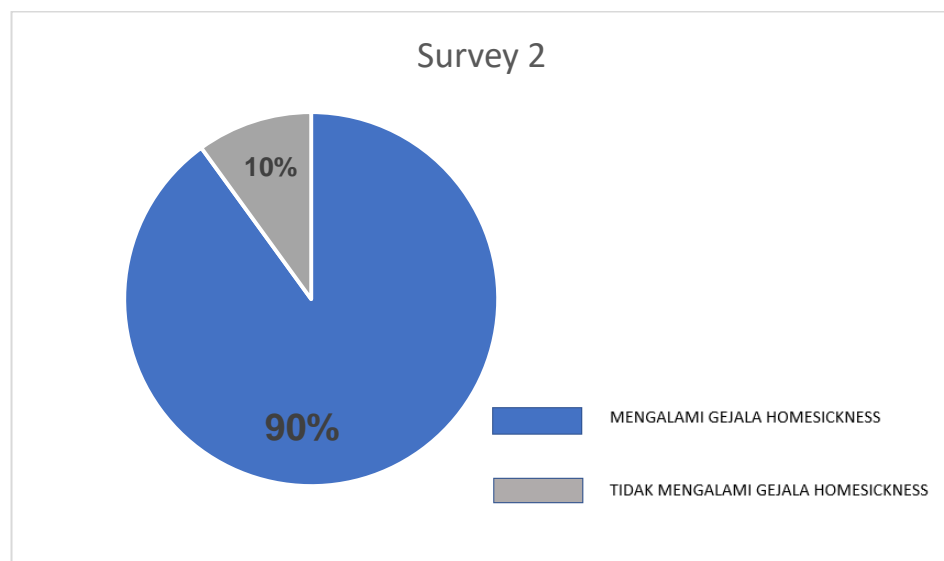
“Hmm.. homesickness pasti iya kak. Saya selama kuliah cuma pernah pulang sekali aja. Kangen banget sama rumah tapi ada satu dan lain hal yang gabisa saya sebutin yang buat saya gak bisa pulang kerumah walaupun pengen.. Paling sedih kalo liburan, temen-temen yang lain balik sedangkan saya diem sendiri dikos gabisa pulang.”

Setelah mengetahui bahwa 70% atau sebanyak 56 dari 80 siswa tidak tinggal di rumah, peneliti melakukan penelitian pra-penelitian untuk mengetahui apakah dari 56 siswa tersebut mengalami gejala *homesickness*.

Gejala *homesickness*, seperti yang dijelaskan oleh Thurber dan Walton (2012), meliputi kesulitan menjalani hari-hari, merasa sedih, penurunan aktivitas, masalah tidur, dan kehilangan minat atau dorongan untuk belajar.

Gambar 2.

Mahasiswa yang mengalami gejala homesickness



Survey kedua ini kemudian diperkuat oleh wawancara pada 2 mahasiswa Universitas Merdeka Malang, pada tanggal 6 November 2023 terhadap partisipan SYA, dan KK dua partisipan yang diduga mengalami gejala *homesickness*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan SYA salah satu mahasiswi semester 7 Universitas Merdeka Malang yang mengalami energi rendah dan mudah lelah, serta kehilangan minat untuk beraktifitas yang mana hal tersebut adalah gejala *homesickness* sesuai dengan yang dijabarkan oleh Thurber dan Walton (2012). Hasil wawancara adalah sebagai berikut :

"Saya selalu kefikiran tentang rumah kak.. disini tuh kalo pas lagi ke kampus padahal cuma dateng duduk dengerin dosen ngejelasin aja tu rasanya energinya kaya kebuang habis gitu loh kak.. terus ga ngapa-

ngapain tapi rasanya kaya capee aja gitu kak. Terus kalo udah ngerasa cape gitu dah males banget mau ngerjain apapun itu bawaannya pengen pulang kerumah terus diem aja nenangin diri sambil rebahan.”

Selanjutnya *survey* diperkuat dengan hasil wawancara dengan KK salah satu mahasiswa semester 9 Unmer Malang yang mengalami gejala sulit tidur dan susah berkonsentrasi. Hasil wawancara adalah sebagai berikut :

”Saya tu ngerasain susah tidur dan susah konsentrasi lif, karna kangen rumah.. apalagi setelah skripsian ini jadi lebih susah tidur dan jadi lebih kangen rumah.. jadinya susah buat konsentrasi, susah buat produktif, akhirnya skripsi agak terbengkalai. Jadi rasanya pengen pulang ke rumah gitu..”

Dukungan sosial merupakan satu dari banyaknya penyebab *homesickness*. Masyarakat yang merasa rindu kampung halaman membutuhkan dukungan sosial secara langsung maupun tidak langsung. Istanto dan Engry (2019) menemukan bahwa kemungkinan mengalami *homesickness* lebih besar jika mereka menerima kurang dukungan sosial Istanto (2018). Goetlieb menjelaskan bahwa ada dua jenis hubungan dukungan sosial: profesional (pengacara, dokter, dan psikolog) dan dari non-profesional (dari teman, keluarga, dan hubungan pribadi lainnya).

Setiap orang berhak mendapatkan dukungan sosial, baik dari masyarakat sosial, guru, atau orang yang tidak memiliki hubungan atau ikatan dengan seseorang. Selama dukungan yang diberikan berasal dari kualitas hubungan atau keakraban dalam lingkungan sosialnya. Keluarga, teman dekat, kelompok komunitas, dan teman kerja adalah beberapa sumber dukungan yang akan disebutkan di bawah ini.

Teman sebaya menghadirkan dukungan sosial yang penting bagi remaja. Hal ini membantu remaja dalam memahami cara bersosialisasi dengan daerah sekitar, memberikan peluang untuk mencoba banyak peran dalam menghadapi krisis dan mengembangkan citra diri yang ideal, serta umpan balik atas tindakan mereka dalam kelompok masyarakat. Sarafino (dalam Sasmita & Rustika, 2015), teman yang seangkatan adalah bagian penting dukungan emosional selama masa peralihan remaja. Remaja merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai sebagai bagian masyarakat melalui dukungan sosial teman sebaya.

Oktaviana (dalam Mulia, 2014), dukungan sosial datang dari orang-orang yang mempunyai hubungan bermakna dengan orang lain. Hubungan ini mencakup teman dekat, tetangga, rekan kerja, pasangan, keluarga, dan sahabat. Remaja menjadikan teman dekat sebagai sumber utama dukungan sosialnya dikarenakan bisa memberikan dukungan emosional dan kebahagiaan ketika menghadapi berbagai pengalaman. Berdasarkan hal tersebut, dukungan sosial teman sebaya merupakan dukungan yang diperoleh dari teman diimana meliputi rasa empati, rasa kasih sayang dan perhatian. Teman dekat dapat memberikan nasehat bagaimana bersosialisasi dengan baik di daerahnya, sehingga membantu remaja menjalani kehidupan sosialnya dengan lebih baik.

Thurber dan Walton (2012), mahasiswa yang mempunyai teman baik untuk berbagi perasaan cenderung merasa rindu kampung halaman pada tingkat bawah. Penelitian ini juga menemukan adanya korelasi antara tingkat kerinduan yang dirasakan mahasiswa dengan tingkat dukungan sosial yang diterimanya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Trinanda Linggayuni Istanto dan Agustina Engry berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan *Homesickness* Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Pulau Jawa Di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City“ menunjukkan koefisien korelasi (r) = -0,381 dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kerinduan pada mahasiswa semester 1 yang berasal dari luar pulau Jawa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Pakuwon Kampus Kota.

Maka dari itu peneliti akan melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau. Peneliti akan melakukan penelitian terhadap mahasiswa dengan kriteria mahasiswa asing dan sudah berada pada semester ketiga ke atas, tanpa batasan gender atau jurusan, untuk meyakinkan lebih banyak partisipan agar memvalidasi hasil penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: apakah terdapat pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya terhadap *homesickness* pada mahasiswa?

C. Tujuan dan Manfaat penelitian

1. Tujuan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari dukungan sosial teman sebaya terhadap *homesickness*.

2. Manfaat Penelitian

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

- a. Pembaca, untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai apa itu *homesick* dan dukungan teman sebaya agar dapat terhindar dari *homesickness* itu sendiri.
- b. Peneliti, sebagai pengetahuan tambahan bagi peneliti mengenai *homesick* dan dukungan teman sebaya.
- c. Peneliti Selanjutnya, sebagai bahan acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya.