BAB 1

PENDAHULUAN

A Latar Belakang

Mahasiswa dipersiapkan untuk menjadi agen perubahan, salah satunya untuk perubahan lingkungan maupun untuk dirinya sendiri yang bertujuan meningkatkan dan merubah kualitas kehidupan menjadi lebih baik. Kualitas pendidikan sangat penting untuk mendukung peningkatan yang terjadi dalam diri mahasiswa dan menjadi sarana untuk mencapai apa yang diharapkan mahasiswa dimasa depan. Untuk itu, banyak mahasiswa yang berusaha untuk menimba ilmu tidak hanya di wilayahnya sendiri, tetapi juga berani untuk merantau ke wilayah lain yang memiliki kualitas pendidikan yang lebih baik. Prabowo (2008) menyatakan bahwa perguruan tinggi di Indonesia yang masuk kategori perguruan tinggi berkualitas masih didominasi perguruan tinggi di Pulau Jawa. Hal ini menyebabkan banyak pelajar memilih untuk meneruskan perguruan tinggi di pulau Jawa karena di Jawa lebih banyak universitas, dan lebih berkualitas dibanding dengan perguruan tinggi di luar Jawa.

Di wilayah Jawa tengah, Universitas Katolik Soegijapranata merupakan salah satu universitas swasta yang masuk ke dalam peringkat terbaik se-indonesia (Luhur, 2015), yang menjadi Universitas pilihan bagi calon mahasiswa, terbukti dari adanya peningkatan jumlah mahasiswa yang masuk setiap tahun. Bukan hanya calon mahasiswa dari daerah sendiri tapi juga calon mahasiswa yang dari luar daerah

asalmereka yang mempunyai tujuan untuk mencari ilmu, calon mahasiswa ini yang disebut dengan mahasiswa perantau.

Mahasiswa perantau dalam proses menempuh pendidikan di perguruan tinggi tentunya memiliki tantangan yang berbeda dari mahasiswa yang bukan perantau. Mahasiswa yang berasal dari luar daerah harus beradaptasi dengan kebudayaan yang baru, pendidikan yang baru dan lingkungan sosial yang baru (Lee, dkk., dalam Aprianti, 2012, h. 11), yang dapat membawa beberapa perubahan dan menimbulkan tekanan yang mengakibatkan mahasiswa mengalami kebingungan untuk berinteraksi dengan lingkungannya (Primasari, 2014, h. 27). Terlebih interaksi sosial mahasiswa perantau tidak selalu berjalan dengan baik. Tidak jarang individu merasakan tekanan sebagai akibat dari ketidakmampuan dalam berbagai hal dan tekanan dalam proses penyesuaian diri saat proses adaptasi dengan suatu hal yang baru.

Ketidakhadiran orang tua merupakan salah satu perubahan situasi yang mempengaruhi penyesuaian diri dan sosial pada mahasiswa perantau sehingga perpisahan dengan keluarga dan teman-teman di lingkungan lama dapat berkontribusi dalam perasaan kesepian yang menjadi salah satu faktor penyebab depresi yang dialami oleh mahasiswa (Aprianti, 2012, h. 10). Mahasiswa perantau akan merasa bahwa mereka berada di luar lingkup interaksi sosial dan merasa terbuang karena mereka tidak menjadi bagian dari suatu kelompok. Peplau dan Perlman (dalam Hombrados-Mendieta, dkk., 2013, h. 1014) mendefinisikannya sebagai pengalaman yang tidak menyenangkan yang terjadi ketika individu kekurangan jaringan sosial, baik secara kualitatif

maupun kuantitatif dan perasaan kesepian yang ditimbulkan telah dikaitkan dengan adanya kesejahteraan psikologis yang rendah (Mellor, dalam Hombrados-Mendieta, dkk., 2013, h. 1015).

Kesejahteraan psikologis (*psychology well-being*) individu dapat diketahui melalui penilaian seseorang terhadap kondisi mental yang dianggap sehat. *Subjective well-being* merupakan penilaian yang dilakukan seseorang terhadap kehidupan yang ditentukan oleh bagaimana cara individu mengevaluasi informasi atau kejadian yang dialami. Evaluasi tersebut bersifat kognitif dan afektif (Diener, dkk., 2009, h. 543). Evaluasi yang bersifat kognitif meliputi bagaimana individu merasakan kepuasan dalam hidupnya. Evaluasi yang bersifat afektif meliputi seberapa sering individu merasakan emosi positif dan emosi negatif. Individu dikatakan mempunyai tingkat *subjective well-being* yang tinggi jika individu tersebut merasakan kepuasan dalam hidup dan sering merasakan emosi positif serta jarang merasakan emosi negative (Diener, dkk., dalam Eid dan Larsen, 2008, h. 45).

Shimmack (dalam Eid dan Larsen 2008, h. 97) menjelaskan bahwa kepuasan hidup secara umum dapat dibedakan menjadi kepuasan dalam berbagai domain kehidupan. Afeksi yang menyenangkan dapat dibedakan menjadi kegembiraan dan penghargaan dan afeksi yang tidak menyenangkan dapat dibedakan menjadi malu dan bersalah. Lebih lanjut Shimmack menjelaskan bahwa ada lima komponen mengukur kepuasan hidup, seperti kepuasan terhadap keluarga, pendidikan, pertemanan, lingkungan tempat tinggal dan diri sendiri.

Subjective well-being merupakan salah satu prediktor kualitas hidup karena *subjective well-being* mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai *domain* kehidupan (Pavot dan Diener, dalam Kurtz & Lyubomirsky, 2014, h. 554) dan oleh karena itu, untuk memahami faktor-faktor yang mengarah pada kebahagiaan dan kepuasan hidup akan membantu individu untuk mencapai kesehatan mental. Salah satunya adalah dukungan sosial. Individu yang menciptakan dan memelihara hubungan intim dengan keluarga, teman dan komunitas akan mengalami manfaat positif dan integrasi sosial (Lin, dalam Hombrados-Mendieta, 2013, h. 1015), individu yang memiliki dukungan sosial yang akan membuat individu mampu mengembangkan diri, menghadapi situasi dengan positif, mampu memecahkan masalah dan membuat individu menjadi sehat secara fisik. Stokes (dalam Gulacti, 2010, h. 3845) mengungkapkan bahwa tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari kelompok. Ketika ada dukungan sosial bagi individu, secara efektif dapat menangani kehidupan krisis individu seperti stres, depresi, dan masalah fisik dan psikologis lainnya (Schulz dan Schwarzer, dalam Nurullah, 2012. h. 174)

Pada umumnya, dukungan sosial merupakan penyediaan sumber daya berupa bantuan fisik dan psikologis untuk individu dalam situasi khusus, dan juga menyediakan kebutuhan sosial dasar dari individu-individu seperti cinta, kesetiaan, harga diri dan rasa menjadi bagian dari kelompok (Aksullu, dkk., dalam Gulacti, 2010, h. 3845), akan tetapi, tidak semua dukungan sosial yang individu peroleh dari

lingkungan sebaya dan orang lain dapat memotivasi individu secara positif tetapi hal itu juga dapat memberikan efek negatif, dikatakan bahwa perbedaan individu dapat mempengaruhi persepsi seseorang tentang situasi, orang berbeda dalam sejauh mana mereka merasa tidak didukung, tidak dirawat, dan kesepian dalam menanggapi keadaan sosial tertentu (Stokes, dalam Gulacti, 2010, h. 3845).

Penelitian tentang dukungan sosial menunjukkan bahwa ada kecenderungan subjek menyebutkan kesan pribadi, dengan kata lain dukungan sosial yang dirasakan maupun diterima dapat dinyatakan apakah hubungan sosial pada subjek cukup atau tidak serta apakah mendukung. Oleh karena itu, ketika dukungan sosial dianggap sebagai situasi yang mempengaruhi individu merasa dirinya baik, di saat yang sama dapat mempengaruhi *subjective well-being* secara positif.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan lima mahasiswa yang berasal dari luar Semarang, yaitu dari Pontianak, Makassar, Cirebon dan Kendal. Mahasiswa Perantau mengalami permasalahan dengan lima komponen kepuasan hidup yang ada. Dijelaskan bahwa subjek mengalami ketidakpuasan terhadap keluarga, dari data yang di dapat, seperti komunikasi, pertemuan dan pemenuhan kebutuhan yang kurang, subjek A dari Makassar mengatakan bahwa komunikasi mereka dengan orang tua berkurang karena jarak dan kesibukan mereka menjadi mahasiswa bahkan terkadang tidak mengangkat telpon dari orang tua dan hal tersebut membuat mereka menyesal dan subjek G dari Cirebon menambahkan bahwa komunikasi yang dulunya bisa terjadi kapan saja, segala perhatian yang dapat

langsung diterima dan waktu bertemu yang sekarang yang minim membuat subjek merasa tidak puas.

Ketidakpuasan terhadap pendidikan, pembelajaran yang terjadi di perguruan tinggi berbeda dengan saat mereka mengenyam pendidikan saat SMA, hal itulah yang subjek rasakan seperti jadwal, cara mengajar, materi dan tugas yang diterima membuat subjek merasa lelah dan kebingungan karena tugas dan proses belajar yang berbeda dengan pendidikan subjek dulu. Subjek F dari Kendal mengatakan bahwa menjadi mahasiswa mengharuskan ia menjadi mandiri dan tugas-tugasnya sulit membuat subjek bingung dan merasa tidak puas dengan apa yang dikerjakannya hingga berpikir apakah subjek dapat mendapatkan prestasi yang sama saat subjek masih menjadi pelajar.

Ketidakpuasan terhadap pertemanan, awal menjadi mahasiswa, subjek mengatakan bahwa subjek masih belum mempunyai teman yang subjek yakini dapat diandalkan dan dengan senang hati membantu subjek. Subjek A dari Makassar mengatakan bahwa subjek mengalami kesulitan berinteraksi dan merasa canggung dengan orang lain karena di Semarang banyak menggunakan bahasa Jawa dan terkadang subjek tidak mengerti apa yang dikatakan dan membuatnya tidak nyaman dan hal tersebut berbeda dengan saat di kampung halaman.

Ketidakpuasan terhadap tempat tinggal, 2 dari 5 subjek yang diwawancara, didapat bahwa mereka merasa tidak puas dengan tempat tinggalnya, peraturan, fasilitas dan orang disekitar mereka membuat mereka tidak nyaman. Subjek W yang berasal dari Pontianak

mengatakan bahwa aturan air mandi membuat dia kesal dan hal tersebut berbeda dengan kebiasaan dia sebelumnya yang dapat mandi kapan saja.

Ketidakpuasan terhadap diri sendiri, hal ini mengacu dengan ketidakmampuan mereka beradaptasi dengan lingkungan baru dan orang-orang baru disekitar mereka. Subjek A dari Makassar mengatakan bahwa ketidakmampuan dia berinterkasi membuatnya merasa tidak percaya diri untuk mengobrol dengan lawan bicaranya dan hal itu berbeda jika dia berbicara dengan leluasa dengan teman-temannya di kampung halamannya.

Pada pertanyaan berikutnya mengenai peran dukungan sosial, hasil wawancara yang diterima, kelima mahasiswa mengatakan bahwa mereka merasa tidak kesepian, merasa tenang dan dihargai. Mahasiswa berinisial W yang berasal dari Pontianak dan AG dan G dari Cirebon mengatakan bahwa teman membuat mereka tidak kesepian baik saat di kos atau di kampus. Kemudian mahasiswa berinisial A dari Makassar menambahkan dengan adanya teman, ia merasa diterima dan di bantu dalam hal berinteraksi dengan mahasiswa lain, lalu mahasiswa F yang berasal dari Kendal mengatakan jika bersama teman, kerinduannya dengan keluarga dapat berkurang, kelima mahasiswa perantau tersebut memiliki jawaban sama tentang pendapat bahwa teman akan dapat membantu pada saat mereka membutuhkan dan hal tersebut membuat mereka merasa tenang.

Dari hasil wawancara dan juga penjelasan di atas, dapat disimpulkan dari situasi baru yang subjek alami, subjek menganggap bahwa hal tersebut bukanlah situasi yang menyenangkan dan tidak

sesuai harapan mereka, subjek merasakan perasaan tidak menyenangkan, seperti kebingungan, kesulitan beradaptasi, tidak nyaman, khawatir, menyesal, kesal dan mahasiswa merasa tidak puas dengan apa yang diharapkan ketika mereka menjadi mahasiswa tidak sesuai dengan kenyataan yang terjadi yang dimana tidak seperti bayangan awal menjadi mahasiswa. Subjek berpikir mereka dapat hidup mandiri meski jauh dengan orang tua, dapat mengatur segalanya dengan baik khususnya uang saku, dapat mendapatkan teman dekat sesuai harapan mereka, dapat mengikuti perkuliahan dengan baik tanpa kesulitan yang berarti, kemudian mampu beradaptasi dan percaya diri untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa *subjective well-being* mahasiswa perantau, secara kognitif dan afektif dapat dikatakan rendah dan dukungan sosial memiliki pengaruh pada mahasiswa perantau, dimana mahasiswa merasakan perasaan positif dari dukungan dari teman.

Berdasarkan permasalahan *subjective well-being* pada mahasiswa perantau. Peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang *subjective well-being* mengingat bahwa *subjective well-being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu, sehingga penelitian ini penting untuk dilakukan. Oleh karena itu, peneliti mengangkat masalah ini dalam penelitian dengan judul "Hubungan antara Dukungan sosial dengan *Subjective Well-being* pada Mahasiswa Perantau di Universitas Katolik Soegijapranata".

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik apakah ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada mahasiswa perantau di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Secara Teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai *subjective well-being* dan dukungan sosial dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi sosial dan psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

   Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan refrensi studi bagi mahasiswa mengenai pengaruh dukungan sosial bagi mahasiswa, sehingga dapat mengetahui *subjective well-being* mahasiswa perantau di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.