

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah agen yang membawa perubahan bagi lingkungan dan terutama membawa perubahan bagi kualitas hidupnya sendiri. Dengan adanya pendidikan, mahasiswa mendapat dukungan untuk dapat meningkatkan kualitas kehidupannya agar lebih bahagia dan lebih baik. Mahasiswa merupakan peserta didik yang nantinya akan menjadi harapan bangsa untuk memperbaiki masalah yang ada. Oleh karena itu, mahasiswa ingin menempuh pendidikan di perguruan tinggi dengan fasilitas terbaik (Harijanto & Setiawan, 2017). Banyak mahasiswa yang tertarik untuk menempuh pendidikan di luar kota asalnya dan biasa sering disebut dengan mahasiswa perantau.

Pulau Jawa merupakan salah satu pulau yang banyak memiliki mahasiswa perantau. Hal ini dikarenakan Pulau Jawa sendiri memiliki banyak sekali perguruan tinggi dengan kualitas yang baik jika dibandingkan dengan perguruan tinggi yang lain di luar Pulau Jawa (Tyas & Savira, 2017). Khususnya Provinsi Jawa Tengah di Kota Semarang banyak terdapat perguruan tinggi swasta, salah satunya adalah Universitas Katolik Soegijapranata. Mahasiswa yang menempuh pendidikan di Universitas Katolik Soegijapranata tidak hanya terdiri dari mahasiswa asal Semarang saja, melainkan juga banyak terdapat mahasiswa perantau yang berasal dari luar Semarang maupun luar Pulau Jawa.

Dalam ilmu psikologi, kebahagiaan yang bersifat subjektif sering disebut dengan *subjective well-being* (SWB). Menurut Lent *well-being* adalah suatu konstruksi yang luas tetapi sering disebut dalam literatur sebagai SWB yang didefinisikan sebagai kepuasan hidup, pengaruh positif dan pengaruh negatif.

Diener, Emmons, Larsen dan Griffin mengatakan bahwa kepuasan hidup adalah suatu komponen kognitif dari SWB sebagai penilaian subjektif dari kualitas keseluruhan kehidupan seseorang (Vacek, Coyle, & Vera, 2010).

SWB mengacu pada bagaimana seseorang mengevaluasi kehidupan mereka, baik secara umum dan domain tertentu seperti keluarga, teman, dan waktu luang (Mònica dkk, 2017). SWB didefinisikan sebagai evaluasi keseluruhan tentang kehidupan individu dan pengalaman emosional yang mencakup penilaian luas, seperti penilaian kepuasan hidup, kesehatan dan perasaan yang khusus. Perasaan khusus ini mencerminkan bagaimana individu bereaksi terhadap peristiwa yang ada di dalam kehidupan (Diener dkk, 2017). Seseorang dikatakan memiliki SWB yang baik ketika merasakan puas dengan kehidupan yang dijalani secara kognitif dan bahagia secara afektif (Nayana, 2013). Setiap individu dengan SWB yang tinggi dapat menilai kualitas hidupnya secara positif dan dapat merasakan kegembiraan serta kebahagiaan. Sedangkan individu yang memiliki tingkat SWB yang rendah sedikit merasakan kesenangan dan lebih sering merasakan emosi yang bersifat negatif (Ariati, 2017).

Mahasiswa perantau banyak menghadapi tantangan dan kesulitan yang terdiri dari kesulitan beradaptasi, dituntut mengurus kehidupan sehari-hari secara mandiri, hingga bersosialisasi dengan teman-teman dari latar belakang budaya yang berbeda. Selain itu, biasanya mahasiswa perantau juga kesulitan untuk mengatur finansialnya. Menurut pengalaman peneliti yang merupakan mahasiswa perantau yang berasal dari luar Pulau Jawa, selama menempuh pendidikan di Kota Semarang, peneliti tidak mengalami masalah yang signifikan terkait dengan kesejahteraan subjektif. Hal ini dikarenakan, merantau adalah keputusan yang berasal dari dalam diri peneliti, jadi peneliti *enjoy* menjalani

kehidupannya sebagai mahasiswa perantau. Walaupun terkadang mengalami masalah, tidak menyebabkan kesejahteraan subjektif peneliti menurun tetapi pada kenyataan di lapangan, masih terdapat mahasiswa perantau yang mengalami masalah sehingga membuat kesejahteraan subjektifnya menurun. Hal ini didukung oleh hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 23 September 2019 dengan subjek V yang merupakan mahasiswa perantau di Universitas Katolik Soegijapranata. Subjek V adalah angkatan 2017 dan berasal dari Kalimantan.

Sebagai mahasiswa perantau, subjek V merasakan kesulitan dalam mengatur finansialnya dikarenakan V tidak pernah sebelumnya mengatur uangnya sendiri. Subjek V mengatakan sangat boros dalam menggunakan uangnya. Subjek V belum bisa mengatur finansialnya dengan baik Sebelum merantau, masalah finansialnya diatur oleh orangtuanya. Selain itu, subjek V masih merasakan adanya penyesalan karena memilih untuk merantau membuatnya harus jauh dari keluarga dan mengurus kebutuhannya sendiri. Subjek V masih bertahan dikarenakan adanya dukungan dari teman-temannya. Dukungan dari teman-temannya ini menimbulkan emosi positif, namun emosi positif yang dirasakan masih sedikit sehingga subjek V masih berlarut dalam masalah yang sedang dihadapinya. Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang dialami subjek V merupakan permasalahan yang berkaitan dengan kesejahteraan subjektif. Hal ini ditunjukkan dengan adanya masalah pada aspek finansial yang merupakan salah satu bagian dari komponen kognitif SWB. Selain itu subjek V masih sedikit merasakan afeksi positif terhadap pilihan hidupnya. Permasalahan ini menyebabkan subjek

mudah merasa cemas, stres bahkan tidak bersemangat untuk melakukan suatu aktivitas.

Furnham dan Bochmer (dalam Tyas & Savira, 2017) mengatakan bahwa permasalahan yang mengganggu SWB mahasiswa perantau dapat menimbulkan kecemasan serta ketakutan pada mahasiswa perantau. Menurut Eddington dan Shuman (dalam Wicaksana & Shaleh, 2017), SWB dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kepribadian, harga diri, gender, hubungan sosial dan usia. Salah satu faktor yang mempengaruhi SWB adalah optimisme. Chang (Sari & Maryatmi, 2019) mengungkapkan bahwa optimisme adalah suatu konstruk kognitif yang terdiri dari keyakinan umum atas hasil positif berdasarkan perkiraan rasional yang berasal dari kecenderungan individu untuk mencapai kesuksesan dan sebuah keyakinan akan kemampuan individu untuk mencapainya. Penelitian yang dilakukan Aspinwall dan Taylor (Cha, 2003) menemukan bahwa mahasiswa yang menunjukkan skor yang tinggi pada optimisme pada awal semester pertama menunjukkan tingkat SWB lebih tinggi serta *psycho distress* yang rendah selama tiga bulan selanjutnya.

Menurut Scheier dan Carver (dalam Tomlinson, Cousins, Mcmurtry, & Cohen, 2016) optimisme adalah sejauh mana seorang individu mempertahankan harapan yang positif bagi masa depan. Optimisme juga mencakup motivasi dan emosi yang positif. Individu yang memiliki optimisme yang tinggi di dalam dirinya akan mampu menghadapi masalah yang sedang dihadapinya karena selalu berpikir secara positif. Hal ini akan berdampak pada kesejahteraan subjektif individu. Ini didukung oleh Carver, Scheier dan Segerstrom (dalam Nufus & Tatar, 2017) yang memaparkan bahwa optimisme yang memiliki tingkat yang tinggi berhubungan baik dengan SWB ketika menghadapi kesulitan. Selain itu,

Finch dan Graziano (dalam Wani & Khan, 2015) mengungkapkan bahwa optimisme merupakan salah satu prediktor penting dari kesejahteraan.

Beberapa penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara optimisme dengan SWB. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Safarina (2016) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara optimisme dengan SWB yang dilakukan pada mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area. Nilai positif dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi optimisme yang dimiliki maka semakin tinggi pula SWBnya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hanssen (2015) membuktikan bahwa optimisme terkait dan memberikan efek secara langsung pada SWB. Selain itu optimisme juga dapat dijadikan sebagai *coping motivation*.

Di dalam penelitian ini terdapat perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Safarina (2016). Penelitian sebelumnya diadakan di Kota Medan dengan menggunakan alat ukur skala penelitian lain yang dimodifikasi kembali oleh peneliti dan subjek penelitian adalah seluruh mahasiswa Magister Psikologi, sedangkan penelitian sekarang diadakan di Kota Semarang dengan subjek penelitian adalah mahasiswa S1 yang merupakan perantau yang berasal dari luar Pulau Jawa dan skala yang digunakan adalah skala yang dibuat sendiri oleh peneliti sehingga belum ada penelitian yang meneliti adanya hubungan antara optimisme dengan SWB pada mahasiswa perantau. Maka dari itu, peneliti ingin meneliti “ Apakah ada hubungan antara optimisme dengan *subjective well-being* pada mahasiswa perantau di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang? “

## **1.2 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan *subjective well-being* pada mahasiswa perantau Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

## **1.3 Manfaat Penelitian**

### **1.3.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan dan psikologi positif.

### **1.3.2 Manfaat Praktis**

Penelitian diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengurangi masalah SWB yang rendah serta mencari cara untuk meningkatkan SWB pada mahasiswa perantau.

