

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan mungkin dapat meningkatkan kualitas hidup suatu negara, antara lain dengan memberi peningkatan bakat beserta mutu SDM yang tersedia. Melalui UU No. 20 tahun 2003 (Depdiknas, 2003) dalam kaitannya dengan sistem pendidikan di tingkat nasional, Satuan Pendidikan Indonesia bertugas memberikan pelayanan pada tiga bagian yang berbeda. Ada tiga jenis saluran pendidikan yang berbeda: resmi, non-formal, dan informal. Pendidikan menengah, dasar, hingga tinggi ialah tiga jenjang yang membentuk hierarki sistem pendidikan formal.

Mengejar pendidikan tinggi mungkin dimotivasi oleh sejumlah faktor; beberapa individu termotivasi oleh keinginan pribadinya, sementara yang lain termotivasi oleh tuntutan orang tuanya atau faktor eksternal lainnya. Tentu saja, setiap orang mempunyai tujuan dan sasarannya masing-masing. Mengacu pada UU No 20 tahun 2003 (Depdiknas, 2003) Pendidikan tinggi menurut definisinya adalah jenjang pendidikan di luar jenjang sekolah menengah dan mencakup program-program yang mengarah pada gelar seperti sarjana, magister, spesialis, dan doktoral.

Seseorang yang mengejar lebih banyak gelar di bidang akademik disebut sebagai mahasiswa. Berlandaskan KBBI (2021), dijelaskan yakni Mahasiswa merupakan seseorang yang belajar pada suatu perguruan tinggi. Pada umumnya, mahasiswa Strata 1 berkisar usia antara 18-25 tahun yang tergolong sebagai remaja akhir dan memasuki dewasa awal. Saat ini, individu masih sering menandakan sikap tidakdewasa, masih terombang-ambing, dan masih bergantung kepada orang lain (Nurhayati, 2011).

Mahasiswa yang memutuskan untuk kuliah di suatu universitas tidak hanya berasal dari daerah dimana universitas yang dituju berada, tetapi sejumlah besar orang datang dari tempat yang jauh. Mahasiswa migran dalam jangka waktu tertentu adalah seseorang yang rela memutuskan untuk kuliah di perguruan tinggi yang letaknya berbeda dengan daerah asalnya definisi ini diberikan oleh Naim (2013). Mahasiswa migran menghadapi berbagai perubahan dan perbedaan

kehidupan untuk tinggal di suatu dengan komunitas sosial dan budaya yang berbeda. Tinggal atau kuliah ditempat masyarakat yang berbeda secara sosial dan budaya mempunyai efek fisik dan emosional tertentu sebagai reaksi perpindahan ke lingkungan baru. Ketidakmampuan untuk cepat beradaptasi kepada perbedaan bahasa, nilai-nilai, tata krama, adat istiadat dapat menjadi masalah, selain perbedaan iklim dan geografi (Devinta, dkk., 2015).

Sebagaimana dikutip dalam sebuah artikel, seorang mahasiswa (TSR) dari salah satu Universitas di Yogyakarta asal Jakarta, ditemukan tewas setelah terjatuh dari lantai 11 Hotel Porta, Depok, Sleman. Dalam keterangannya, Kapolsek Bulaksumur Kompol Sumanto mengatakan bahwa pihak karyawan hotel sudah memberi peringatan agar tidak melompat ketika terlihat korban mendekat pagar pembatas. Ia juga menjelaskan bahwa penyebab korban bunuh diri diduga karena ada masalah psikologis. Hal ini diperkuat dengan adanya surat dari dokter yang pernah merawatnya, bahwa korban TSR sulit beradaptasi dengan lingkungan barunya, ia juga mengalami stress hingga mempengaruhi kondisi fisik dan psikis ([www.detik.com](http://www.detik.com)). Kesulitan dalam beradaptasi juga dialami oleh beberapa mahasiswa perantauan Fakultas Farmasi di Universitas Sari Mutiara Medan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa mereka sulit beradaptasi dengan lingkungan sekitar, sulitnya membenahi kebutuhan sehari-hari akibat hidup jauh dari keluarga, belum terbiasa dengan peraturan yang berlaku di lingkungan setempat, makanan khas di tempat baru, terutama kendala komunikasi karena faktor perbedaan bahasa, serta ketidakmampuan beradaptasi dengan teman baru yang berbeda latar belakang. Salah satu upaya mereka untuk menghadapi atau bertahan di saat jauh dari keluarga yaitu diri kita sendiri harus mampu beradaptasi di lingkungan sekitar.

Berbagai kondisi serta situasi yang sulit, mahasiswa memerlukan kemampuan untuk dapat bertahan, bangkit bahkan beradaptasi kepada lingkungan/ kondisinya yang sulit atau dikenal dengan istilah resiliensi. Menurut Connor dan Davidson (2003), kemampuan individu untuk mengatasi kesulitan, baik itu stres, tekanan, kecemasan, atau depresi, merupakan salah satu definisi resiliensi. Selain itu, seperti yang diungkapkan oleh Connor dan Davidson (dalam Wahyudi dkk., 2020) terdapat lima elemen yang mempunyai pengaruh kepada resiliensi, yakni (a) Kompetensi

pribadi, standar yang tinggi, dan ketekunan. Bagian ini menandakan yakni orang mampu mencapai tujuan mereka bahkan ketika dihadapkan pada situasi yang paling sulit; (b) Menaruh keyakinan pada naluri, kemampuan bertahan dalam kegagalan, dan kesadaran yakni stres dapat membuat Anda lebih kuat. Hal ini berlaku dalam sikap damai dan menghadapi stres, serta waspada dan fokus ketika menghadapi masalah; (c) Menerima perubahan dengan cara yang baik dan menjalin korelasi yang kuat bersama individu lainnya. Komponen tersebut antara lain memiliki sikap positif dalam menghadapi tantangan dan memiliki rasa percaya diri saat berkomunikasi bersama individu lainnya; (d) Kontrol. Ini mengacu pada kemampuan agar mengendalikan diri dan mencapai tujuan; (e) Pengaruh spiritual; ini berkaitan dengan kapasitas disiplin diri dan kemampuan untuk mencapai tujuan. Yang diperlukan hanyalah keyakinan pada Tuhan dan takdir, yang memungkinkan seseorang untuk terus berjuang meski ada banyak rintangan.

Menurut temuan Reivich dkk. (dalam Helton & Smith, 2004), kemampuan resiliensi individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor internal (seperti jenis kelamin seseorang, bakat kognitif, dan hubungan budaya) dan faktor eksternal (seperti kualitas hidup mereka), keluarga dan masyarakat sekitar. Hal ini juga dialami oleh mahasiswa. Tekanan-tekanan dalam sistem akademik maupun kehidupan sosial yang jauh dari keluarga menyebabkan mahasiswa mengalami stres dan tidak dapat beradaptasi dengan permasalahan tersebut. Menurut Reivich dan Shatte (dalam Asriandari, 2015) orang yang tangguh memahami bahwa hambatan dan rintangan bukanlah akhir dari segalanya.

Lebih lanjut, Reivich dan Shatte (2002) melalui tulisannya "*The Resiliency Factor*" memaparkan tujuh variabel dari resiliensi, mencakup yaitu regulasi emosi yakni suatu kesanggupan seseorang dalam mengatur emosi disaat situasi penuh tekanan. Orang yang bisa mengendalikan emosinya cenderung Tangguh ketika menghadapi kesulitan.

Regulasi emosi ialah kemampuan seseorang dalam mengontrol pikiran serta perilakunya baik emosi yang positif maupun negatif (Gross & Jhon, 2003) serta mampu mengelola dan mengeskpresikan emosi tersebut dalam perilaku selanjutnya yang bermakna (Gross, 2014). Regulasi emosi juga mengacu pada pengendalian

emosi, emosi yang dirasakan dan dialami seseorang, serta bagaimana cara seseorang mengekspresikan emosinya (Gross, dalam Mirza, dkk., 2022). Selanjutnya, Setyawan (dalam Mirza & Sulistyaningsih, 2013) menyatakan ketika seseorang mempunyai permasalahan emosi maka sulit untuk mengendalikannya sehingga dapat menimbulkan ketegangan emosi.

Seseorang mengelola emosinya dengan memakai dua strategi, yakni (1) strategi *cognitive reappraisal*, yaitu suatu cara yang membutuhkan upaya mental, dimana individu mengelola emosinya dengan berhenti sejenak untuk memeriksa tanggapannya, dan (2) strategi *expressive suppression*, yaitu strategi menekankan pada ekspresi individu untuk mengatasi emosi yang dirasakan (Gross, dalam Radde, dkk., 2021).

Dengan nilai korelasi  $r = +0.385$ , temuan penelitian sebelumnya yang dilakukan Sekarini (2021) pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Kepanjen menandakan adanya korelasi positif yang tinggi antara regulasi emosi dan resiliensi. Hal ini menandakan yakni kemampuan regulasi emosi mahasiswa berhubungan positif dengan resiliensinya, begitu pula sebaliknya.

Berlandaskan uraian di atas dan peristiwa-peristiwa yang terkait dengannya, para peneliti tertarik untuk menyelidiki “Hubungan diantara regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa perantauan tingkat 1 Fakultas Farmasi di Universitas Sari Mutiara Medan.

Penelitian ini memiliki hipotesa yaitu terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan resiliensi pada mahasiswa perantauan tingkat 1 Fakultas Farmasi di Universitas Sari Mutiara Medan. Dimana resiliensi meningkat seiring dengan tumbuhnya regulasi emosi, dan resiliensi menurun seiring dengan berkurangnya regulasi emosi. Rumusan penelitian yaitu “Apakah hubungan regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa perantauan?”. Tujuan penelitian ialah untuk mengeksplorasi kapasitas pelajar migran dalam mengendalikan emosi dan pulih dari dampak kesulitan. Studi ini mempunyai fitur teoretis dan praktis yang bermanfaat bagi keseluruhan penyelidikan. Makna dan Pentingnya Teori: Sebagai konsekuensi dari studi ini, diinginkan pembaca bisa berpengetahuan lebih bagus tentang hubungan diantara regulasi emosi dan resiliensi mahasiswa perantauan yang mengambil kuliah di Universitas Sari Mutiara. Manfaat Praktis adalah sebagai

bahan introspeksi diri dan juga sebagai motivasi yang dapat diterapkan oleh mahasiswa perantauan agar dapat meregulasi emosinya ketika mengalami berbagai masalah dan mampu bangkit kembali dari kondisi keterpurukan.