

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam masyarakat globalisasi saat ini, banyak pelajar ingin melanjutkan pendidikan tinggi. Akibatnya, mereka harus menempuh jarak yang jauh untuk belajar, atau bahkan merantau ke kota lain untuk melanjutkan studi ke Universitas yang biasanya disebut sebagai mahasiswa perantau. Mahasiswa adalah pelajar yang berumur 18 sampai 25 tahun yang terdaftar dan melanjutkan studi pada suatu lembaga pendidikan tinggi, baik politeknik, akademi, atau universitas. Banyak mahasiswa perantau yang datang untuk melanjutkan studinya di Medan, salah satunya adalah Universitas Prima Indonesia.

Memasuki dunia akademis merupakan perubahan besar dalam kehidupan seseorang (Santrock, 2007) Mahasiswa baru perlu beradaptasi dengan lingkungan baru. Namun kenyataannya, untuk memenuhi kebutuhan perkembangan masa dewasa dan menjadi mahasiswa baru, mahasiswa dapat menghadapi banyak kesulitan.

Menurut Sari (2021), mahasiswa perantau memiliki kecenderungan mengisolasi diri dari lingkungannya dan hanya berkenalan dengan teman yang berasal dari wilayah yang sama. Pada tahap pertama masuk universitas, salah satu hal yang pasti dialami oleh mahasiswa adalah kesepian yang tentunya akan mempengaruhi psikologi mahasiswa.

Menurut Graham (2005), kesepian dapat terjadi kapan saja dan tanpa memandang lokasi atau keadaan tertentu. Bahkan ketika ada banyak orang di sekitar mereka, individu dapat merasa kesepian di tengah keramaian karena mereka merasa sendiri dan seolah-olah kebutuhan sosial mereka tidak terpenuhi.

Pada era digital ini, media online seringkali menjadi saluran utama untuk menggambarkan realitas kehidupan mahasiswa. Salah satu isu yang mencuat adalah di kalangan mahasiswa baru. Menurut mojok.co, media internet. Tentang Mawar, seorang mahasiswi yang menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Daerah Istimewa Yogyakarta. Mawar mengalami kesepian yang amat sangat dan sering menangis ketika mengalami kesulitan dengan tugas sekolah atau mencari teman di kampus. Mawar mengaku bahwa ketika ia sendiri di kos dan tidak melakukan apa pun di malam hari, kesepiannya itu sering kali muncul (www.mojok.co).

Adapun contoh kasus lainnya dari detik.com, Hasanuddin merupakan seorang perantau yang merantau ke Jepang. Hampir sepuluh tahun dia tinggal di Jepang. Uniknya,

meski tinggal jauh dari kampung halamannya cukup lama, dia tidak pernah berniat tinggal menetap di Jepang secara permanen. Sesekali dia merasa kesepian. Kesepian itu dia jawab dengan keyakinan bahwa ketika nanti dia pulang, semua ini akan berakhir. Namun kenyataannya, untuk memenuhi kebutuhan perkembangan masa dewasa dan menjadi mahasiswa baru, mahasiswa dapat menghadapi banyak kesulitan.

Berdasarkan pengalaman yang dialami oleh Risa, seorang mahasiswi yang sekarang sudah memasuki semester 5 di Universitas Prima Indonesia. Pada masa awal kedatangannya ke kota Medan, Risa merasa sangat kesepian karena ini adalah pengalaman pertamanya merantau dan jauh dari orang tua. Risa tinggal bersama dengan keluarga jauhnya yang tidak ia kenal sama sekali. Beberapa kali Risa mencoba mengakrabkan diri dengan mereka, namun mereka terlihat mengabaikannya. Selain di rumah, Risa juga mencoba untuk mengakrabkan dirinya dengan teman-teman di kampusnya, namun mereka sudah memiliki kelompok masing-masing. Oleh karena itu Risa merasa kesepian dan mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan teori Bruno (2000), Perasaan terasing dan kurangnya interaksi yang bermakna dengan orang lain merupakan ciri utama *loneliness*, Menurut Perlman (2019) *loneliness* adalah pengalaman tidak menyenangkan yang bersifat subjektif dan dialami oleh individu ketika harapannya mengenai suatu hubungan interpersonal tidak sebanding dengan apa yang dialaminya secara nyata. Sedangkan Archibald, dkk (dalam Baron & Byrne, 2005) menyatakan bahwa, *loneliness* merupakan suatu reaksi emosional dan kognitif terhadap dimilikinya hubungan yang lebih sedikit dan tidak memuaskan daripada yang diinginkan individu.

Loneliness terbagi 2 yakni *emotional loneliness* yaitu keadaan yang terjadi saat individu merasakan kehilangan sosok penting, misalnya pada anak dengan orang tuanya. Dan, *social loneliness* yakni individu merasa kurangnya interaksi sosial dari teman ataupun rekan kerja di lingkungan baru, Menurut Weiss (dalam Perlman & Peplau, 1998 ; Tassin, 1999 dan Bednar, 2000). Miller, Pelpman, dan Brehm (2007) mengidentifikasi empat faktor yang berkontribusi terhadap kesepian, yaitu: perilaku interpersonal, kausalitas, perubahan hubungan yang diinginkan, dan ketidakcocokan dalam koneksi seseorang.

Menurut Bruno (2000) Faktor-faktor yang mempengaruhi *loneliness* yaitu aspek isolasi, penolakan, merasa disalah mengerti, malas membuka diri dan gelisah lalu faktor

yang menyebabkan terjadinya *loneliness*, yaitu: ketidakmampuan pribadi, masalah perkembangan, hubungan interpersonal yang tidak terpenuhi, relokasi atau perpisahan, dan marginalisasi sosial (Wright & Silard, 2021). Gejala - gejala penyebab *loneliness* antara lain perasaan frustrasi, kesal, mudah tersinggung, tertekan, menjauhkan diri, bosan, merasa di jauhi dan menurunnya fungsi berpikir jernih (Pramasella, 2019).

Mahasiswa yang mengalami *loneliness* dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya, di mana Huppert (2009) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis berarti kemampuan untuk berkompromi dalam menghadapi emosi negatif yang ekstrim atau berkelanjutan yang dapat mempengaruhi kemampuan individu yang berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Ryff, *psychological well being* adalah kata yang dipakai untuk menggambarkan kesehatan psikologis seseorang yang berdasarkan kriteria psikologi positif. Sedangkan Tanujaya (2014) menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kondisi di mana seseorang yang hidupnya tentram dengan mengisi kegiatan di dalam kehidupannya secara bermakna, sehingga berfungsi dengan baik dan di nilai positif dalam kehidupannya .

Ryff (1989) mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis, yaitu: *locus of control* (LOC), dukungan sosial, penilaian peristiwa-peristiwa dalam hidup (demografi), dan faktor-faktor penentu demografi. Ryff mengembangkan enam jenis dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu: penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, dan memiliki tujuan hidup.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu Tranggono dkk. (2022), skala *psychological well being* dengan nilai reliabilitas 0,803 dan skala *loneliness* dengan nilai reliabilitas 0,855. Analisis data menggunakan IBM SPSS 20. Hasilnya membuktikan jika ada hubungan negatif antara kesejahteraan psikologis dengan *loneliness* pada mahasiswa luar kota Makassar dengan nilai sejumlah 0,313 (31,3%). Data yang dikumpulkan dalam penelitian sebelumnya yaitu Simanjuntak dkk. (2021) adalah skala *loneliness* UCLA yang direvisi dengan nilai reliabilitas 0,918 dan skala kesejahteraan psikologis enam dimensi dengan nilai reliabilitas 0,930. IBM SPSS *Statistics* versi 27 untuk *Windows* digunakan untuk analisis data. Temuan analisis menunjukkan korelasi negatif antara kesepian dan kesejahteraan. Aspek otonomi, penerimaan diri, penguasaan lingkungan, dan koneksi

yang baik merupakan prediktor terbaik tingkat kesepian, yang mencakup 74,7% variasi, menurut analisis regresi bertahap.

Hipotesis penelitian ini yaitu adanya hubungan negatif antara kesejahteraan psikologis mahasiswa baru perantau dengan *loneliness* di Universitas Prima Indonesia, semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka semakin rendah *loneliness* dan sebaliknya semakin rendah kesejahteraan psikologis maka semakin tinggi *loneliness* pada individu tersebut.

Berdasarkan uraian diatas yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis mempengaruhi tinggi dan rendahnya *loneliness* pada mahasiswa, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Baru Perantau dengan *Loneliness* di Universitas Prima Indonesia”.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru perantau dengan *loneliness* di Universitas Prima Indonesia?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan psikologis mahasiswa baru perantau dengan *loneliness* di Universitas Prima Indonesia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi dasar untuk peneliti selanjutnya dan dapat menambah wawasan untuk peneliti lain dalam bidang psikologi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Agar mahasiswa baru perantau mencoba lebih aktif beraktivitas didalam organisasi perkuliahan maupun diluar perkuliahan agar memberikan dorongan yang positif bagi individu tersebut.

b. Bagi Peneliti

Agar bisa melaksanakan studi lebih lanjut tentang hubungan antara kesejahteraan psikologis mahasiswa baru perantau dengan *loneliness* dengan faktor/variabel lain yang belum diteliti pada studi ini.