

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kualitas pendidikan yang rendah di Indonesia mengakibatkan terhambatnya kemajuan negara untuk bersaing di dunia. Di Indonesia sendiri masih memiliki banyak daerah yang tertinggal, salah satunya dalam hal pendidikan. Banyak mahasiswa Indonesia yang berasal dari luar pulau Jawa memilih untuk pergi ke perguruan tinggi di pulau Jawa. Ini disebabkan oleh beberapa pendapat bahwa pendidikan di pulau Jawa lebih baik dalam hal kualitas dan kuantitas. Oleh karena itu, dianggap bahwa orang yang merantau untuk melanjutkan pendidikan di pulau Jawa memperoleh perspektif atau nilai yang lebih baik di mata masyarakat daerah asalnya dan memiliki harapan yang lebih besar saat kembali ke kampung halamannya (Murti *et al.*, 2023)

Menurut Naim (dalam Sitanggang, 2023) merantau adalah meninggalkan rumahnya berdasarkan kemauan sendiri, dengan waktu yang cenderung lama dan dengan tujuan tertentu seperti menuntut ilmu, menambah pengalaman, dan memperbaiki ekonomi namun suatu saat akan kembali lagi ke daerah asalnya. Mahasiswa rantau adalah mereka yang meninggalkan tempat tinggal asal mereka untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi dan menetap di tempat baru tersebut untuk waktu yang cukup lama atau hingga mereka menyelesaikan pendidikan mereka (Prasetyo *et al.*, 2020).

Fenomena mahasiswa rantau ini cukup umum di Indonesia. Universitas dengan akreditasi tinggi sebagian besar berada di Pulau Jawa, seperti Institut Teknologi Bandung, Universitas Gadjah Mada, Institut Pertanian Bogor, Institut Teknologi Sepuluh November, dan Universitas Indonesia (Bakrie, 2019). Hal ini sesuai dengan informasi dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT), yang menunjukkan bahwa 95 universitas dan institusi terakreditasi A pada tahun 2020, kebanyakan di pulau Jawa (Adit, 2020). Selain itu, Provinsi Jawa Timur sendiri memiliki banyak perguruan tinggi yang terakreditasi “Baik” menurut BAN-PT sebanyak 80 perguruan tinggi baik negeri maupun swasta (Quipper Campus, 2023). Berdasarkan data di atas tidak mengherankan jika mahasiswa lebih memilih untuk meninggalkan daerah tempat tinggalnya untuk mendapatkan pendidikan yang lebih baik lagi (Damarhadi *et al.*, 2020).

Salah satu universitas yang menjadi tujuan dari mahasiswa luar pulau Jawa adalah UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Hal ini dibuktikan oleh data dari BAAK (Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan) UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yaitu jumlah mahasiswa baru tahun ajaran 2023/2024 berjumlah 4545 mahasiswa.

Data tersebut meliputi kepulauan Sumatera (Sumatera Selatan, Lampung, Riau, Kepulauan Riau, Jambi, Bangka Belitung dan Bengkulu) sejumlah 87 mahasiswa, 32 mahasiswa berasal dari Kalimantan (Kalimantan Tengah, Kalimantan Selatan, Kalimantan Barat, dan Kalimantan Timur), 10 mahasiswa dari Sulawesi (Sulawesi Selatan, Sulawesi Barat, Sulawesi Tengah, dan Sulawesi Tenggara), 2 mahasiswa berasal dari Maluku (Maluku dan Kepulauan Maluku), 4 mahasiswa dari Papua (Papua dan Papua Barat), 3

mahasiswa dari Bali, 2 Mahasiswa dari Nusa Tenggara Timur, sejumlah 4353 mahasiswa dari Jawa Timur, 21 mahasiswa dari Jawa Tengah, 23 mahasiswa dari Jawa Barat, DKI Yogyakarta dan Yogyakarta sejumlah 5 mahasiswa, dan yang berasal dari Banten sejumlah 2 mahasiswa.

Data di atas menjadi bukti bahwa terdapat banyak mahasiswa dari luar pulau Jawa yang memilih kuliah di pulau Jawa, salah satunya di Tulungagung itu sendiri. Perpindahan tersebut mengakibatkan beberapa permasalahan dalam lingkungan sosial dalam menghadapi kesulitan seperti *culture shock*, ekonomi, tuntutan masa depan dan keluarga, *homesick*, akademik, dan asmara (Syisillia, 2023). Pada survey awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap mahasiswa yang berasal dari Sumatera yang tergabung dalam Komunitas Silaturahmi Mahasiswa Sumatera (FORMASTA) ditemukan bahwa terdapat berbagai macam permasalahan seperti *homesickness*, *culture shock*, permasalahan dalam hal finansial dan *management* waktu.

Seorang yang merantau dan jauh dari orang tua dalam waktu yang cukup lama akan merasakan kesulitan dalam beradaptasi dan mengakibatkan gejala psikologi seperti stres bahkan depresi (Jamaluddin, 2020). Terlebih mahasiswa yang baru pertama kali jauh dari keluarga dan tinggal sendiri di lingkungan baru. Padahal seharusnya seorang tersebut dituntut untuk mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan barunya untuk mengurangi perasaan rindu dengan rumah. *Homesickness* dapat terjadi pada kalangan siapapun, dan dari *setting* manapun, salah satunya adalah pada mahasiswa rantau tahun pertama.

Menurut Tillburg (2007), *Homesickness* merupakan suatu keadaan yang dirasakan seseorang setelah meninggalkan rumah dan kampung halaman seperti adanya

emosi negatif, kognisi ruminatif tentang rumah, dan gejala somatik. *Homesickness* ditandai dengan perasaan kuat tentang rumah dan hal-hal yang berkaitan dengan tempat tinggal asalnya. Seorang yang mengalami *homesick* akan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, tidak banyak bersosialisasi dengan lingkungan barunya, bahkan hingga menangis (Nafisah & Amin, 2023). Pada mahasiswa yang tergabung dalam komunitas FORMASTA yang mengalami *homesickness* cenderung merindukan segala hal yang berkaitan dengan rumah, merasa kesepian, kesulitan mencari teman, memiliki keinginan untuk pulang secara terus menerus dan perasaan tidak nyaman dengan lingkungan barunya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut mahasiswa memerlukan berbagai macam strategi *coping* guna meminimalisir rasa stres di perantauan (Julia Savira, 2023).

Coping menurut Sarafino (2011) didefinisikan sebagai upaya yang dilakukan seseorang untuk mengurangi rasa stres. Pengertian lain dari *coping* adalah sebuah tindakan seseorang dengan melakukan interaksi di lingkungan sekitar untuk mengatasi masalah atau menyelesaikan tugasnya. Menurut Haber & Runyon (dalam Musafiri et al., 2021), *coping* adalah semua jenis perilaku dan pikiran seseorang baik negatif maupun positif yang dapat membantu mengurangi situasi yang membebani seseorang agar mereka tidak menjadi stres. Istilah stres mengacu pada reaksi seseorang terhadap peristiwa yang membuatnya tertekan dan dapat berdampak negatif pada mereka yang mengalaminya.

Pengertian lain menurut Lazarus dan Folkman (1984) strategi *coping* mencakup upaya perilaku dan kognitif seseorang untuk mengatasi dan mengurangi tekanan yang dapat menimbulkan stres. Lazarus dan Folkman (1989), membagi strategi *coping* menjadi dua yaitu, *Emotional*

Focused Coping, dan *Problem Focused Coping*. Lazarus dan Folkman juga mengemukakan bahwa terdapat enam faktor yang mempengaruhi strategi *coping* yaitu, : a) Jenis kelamin, b) kepribadian, c) status sosial, d) dukungan sosial, e) tingkat pendidikan, dan f) konteks lingkungan (Sadewo, 2023).

Strategi *coping* terhadap permasalahan *homesickness* telah banyak dikaji oleh para peneliti sebelumnya, diantaranya penelitian yang menggunakan pendekatan fenomenologi yaitu Wowor & Putri (2021) yang berfokus pada peran komunikasi sebagai penunjang kesehatan mental, selanjutnya penelitian dari Hack-Polay & Mahmoud (2021) yang berfokus pada *coping stress* pada *expatriate* yang dipekerjakan di Negara-negara Barat, kemudian penelitian dari Julia Savira (2023) yang berfokus pada strategi *coping* pada mahasiswa yang mengikuti program Pertukaran Mahasiswa Merdeka (PPM) di Aceh yang mengalami *homesickness*.

Penelitian lain yang menggunakan pendekatan studi kasus oleh Kelly & Cheng (2021) yang berfokus pada peran teknologi untuk mengatasi rasa rindu akan rumah dan penelitian dari Zuhriah *et al.* (2023) yang berfokus pada penyebab stres serta strategi *coping* untuk menghadapinya pada mahasiswa baru yang tinggal di asrama. Selain penelitian yang menggunakan pendekatan fenomenologi terdapat penelitian lain yang menggunakan metode *mix method* oleh Ali *et al.* (2021) yang berfokus pada tantangan khusus pada mahasiswa serta penanganannya.

Dari beberapa penelitian di atas terdapat kesamaan dari pemilihan pendekatan yaitu pendekatan studi kasus, namun pada penelitian Zuhriyah *et al.* (2023) masih menjelaskan strategi *coping* dari berbagai macam sumber stres yang ditemukan pada penelitiannya. Pada penelitian ini akan menspesifikkan permasalahan yang digunakan yaitu

homesickness yang terjadi pada mahasiswa rantau tahun pertama.

Studi fenomena *homesickness* sangat penting untuk diteliti karena akan berdampak pada stres mahasiswa dan kondisi psikologis mereka. Mengingat banyaknya mahasiswa rantau yang mengalami *homesickness* yang dapat berdampak pada kehidupan sehari-harinya, oleh karena itu penelitian ini ingin menggali bagaimana strategi *coping* yang digunakan mahasiswa rantau untuk mengatasi permasalahan tersebut sehingga tidak mengganggu kehidupan sehari-harinya bahkan hingga proses studinya. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti mengambil kesimpulan bahwa judul pada penelitian yang akan dilakukan yaitu “Strategi *Coping* Mahasiswa Rantau Tahun Pertama di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang Mengalami *Homesickness* (Studi Kasus Pada Forum Komunitas Silaturahmi Mahasiswa Sumatera (FORMASTA))”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah akibat banyaknya perbedaan dari daerah asalnya serta jarak tempuh yang cukup jauh membuat mahasiswa rantau tahun pertama mengalami permasalahan *homesickness*, sehingga mahasiswa membutuhkan strategi *coping* untuk mengatasi permasalahan tersebut.

C. Rumusan Masalah

Latar belakang masalah yang dijelaskan di atas menghasilkan rumusan masalah berupa “bagaimana gambaran kondisi *homesickness* yang dialami, serta bentuk strategi *coping* yang dilakukan mahasiswa rantau yang berasal dari Sumatera?”

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab dari rumusan masalah yang telah dibuat, yaitu untuk mengetahui gambaran *homesickness* yang terjadi, serta bentuk strategi *coping* yang dilakukan oleh mahasiswa rantau terutama yang berasal dari Sumatera.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi keilmuan dalam bidang psikologi klinis karena penelitian ini mengacu pada kondisi stres mahasiswa dan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang mengejar pendidikan.

2. Manfaat Praktis

Dari adanya penelitian ini diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan rujukan penelitian selanjutnya yang dapat digabungkan dengan berbagai variabel baru dalam penelitiannya.