

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Generasi zaman sekarang semakin sadar akan pentingnya pendidikan karena perkembangan zaman dan transformasi budaya yang begitu pesat. Tidak sedikit dari mereka yang berusaha untuk menempuh pendidikan hingga di perguruan tinggi. Menurut Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (2024), terdapat 8,2 juta jiwa yang menempuh pendidikan perguruan tinggi di seluruh Indonesia¹. Kata mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah mereka yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi². Para mahasiswa berusaha untuk meraih cita-cita atau impian karir yang mereka didambakan dengan studi lanjut.

Jika dilihat lebih dalam lagi tidak sedikit mahasiswa yang rela untuk menempuh berpuluh-kilometer demi mendapat pendidikan yang mereka butuhkan. Fenomena tersebut biasa disebut dengan merantau. Kata merantau dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berasal dari kata rantau yang berarti daerah yang berada di luar daerah sendiri atau daerah di luar kampung halaman³.

Individu yang merantau atau berpergian jauh dan bertempat di lingkungan yang baru cenderung merasakan kerinduan akan rumah dan

¹ PDDIKTI, "Statistik Perguruan Tinggi Di Indonesia," *Kemdiktisaintek*.

² Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, "Kamus Besar Bahasa Indonesia," *Kementerian Pendidikan Dasar Dan Menengah Republik Indonesia*, last modified 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>.

³ *Ibid.*

kampung halamannya dahulu. Kerinduan akan rumah atau *homesickness* merupakan suatu distress (stress yang bersifat negatif) atau perasaan yang tidak nyaman akibat dari individu berpisah dari lingkungan nyaman tempat tinggalnya dahulu dengan di tandai dengan emosi negatif⁴. *Homesickness* merupakan kondisi individu yang tertekan ketika meninggalkan rumah atau berada di lingkungan asing atau baru⁵. *Homesickness* juga diartikan sebagai suatu keadaan emosional individu yang memiliki keinginan yang besar untuk kembali ke rumah, memiliki pikiran yang rindu berat akan kehangatan rumah, dan cenderung memiliki emosi yang negatif⁶.

Menurut Stroebe, *homesickness* merupakan bentuk emosi negatif yang disebabkan dari adanya jarak atau perpisahan dengan rumah. Hal ini ditandai dengan kondisi individu yang kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru⁷. *Homesickness* merupakan fenomena lintas budaya dan dapat terjadi pada usia berapa pun dengan berbagai situasi⁸. *Homesickness* dapat mewakili gejala seperti ketidaknyamanan, kesepian, juga kesulitan

⁴ Linggayuni Trinanda Istanto and Agustina Engrý, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan *Homesickness* Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Pulau Jawa Di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City," *Jurnal Eksperientia* 7 (2019): 19–30.

⁵ Dyah Luthfia Kirana, Rendra Khaldun, and Aiba Fauzi Alfaizi, "Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming Penanganan Kasus *Homesickness* Melalui Cognitive Behaviour Terapi Dengan Teknik Restruktursasi Kognitif Dan Terapi Sabar Di Yayasan Peduli Anak" 15, no. 1 (2021): 69, <https://doi.org/10.20414/qawwam.v15i1.3437>.

⁶ Mahfudhotin Nur Khoirotun Nisa, Dyan Evita Santi, and Aliffia Ananta, "*Homesickness* Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama: Apakah Berhubungan Dengan Cultural Intelligence Dan Happiness?," *Jurnal Psikologi Indonesia* 1, no. 2 (2023): 304–313, <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa%0AVolume>:

⁷ Margaret Stroebe, Henk Schut, and Maaïke Nauta, "*Homesickness*: A Systematic Review of the Scientific Literature," *Review of General Psychology* 19, no. 2 (2015): 157–171.

⁸ Sakinatun Hasanah, "Literatur Review : Masalah *Homesickness* Yang Dihadapi Mahasiswa Baru Di Perguruan Tinggi," *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan* 3, no. 4 (2025): 15–23, <https://doi.org/10.61132/obat.v3i4.1454>.

penyesuaian⁹. Penyesuaian di lingkungan atau budaya baru mahasiswa yang akan dihadapinya selama ia merantau, oleh sebab itu dibutuhkan *self adjustment* terhadap lingkungan barunya¹⁰.

Penyesuaian diri atau *self adjustment* sangat penting dan dibutuhkan individu-individu yang baru bertempat tinggal di lingkungan baru. *Self adjustment* merupakan proses ketika individu berupaya melakukan pengendalian diri seperti ketegangan, konflik, frustrasi, dan juga kebutuhan emosional¹¹.

Self adjustment merupakan sebuah proses yang dinamis dengan tujuan mengubah tingkah laku individu agar tercipta keselarasan antara perilaku dan lingkungan sekitar¹². *Self adjustment* merupakan proses yang dialami setiap individu ketika berinteraksi secara langsung dengan lingkungan sekitar secara terus menerus sehingga masyarakat di lingkungan individu tersebut dapat menerima diri individu dan juga membuat individu dapat mengatasi diri seperti konflik, frustrasi, dan ketegangan baik dari individu maupun dari lingkungan sekitar, serta dapat menjalankan norma yang berlaku di lingkungan sekitar agar mewujudkan

⁹ Hafizhah Winda Putri, Alpha Fabela Priyatmono, and Wisnu Setiawan, "Analisis Hubungan Antara Perasaan *Homesickness* Pada Mahasiswa Rantau Terhadap Keberadaan Fasilitas Indeks," *SIAR-IV* (2023): 964–973, <https://proceedings.ums.ac.id/siar/article/view/3086/3045>.

¹⁰ Erdinc Duru, Senel Poyrazli, and Rajat K Thukral, "International Student Race-Ethnicity, Personality and Acculturative Stress," *Journal of Psychology and Counseling* 2, no. 8 (2010): 22–32, <http://www.academicjournals.org/JPC>.

¹¹ Oppie H Lilly Octavira and Awang Wicaksono, "An Overview of Self-Adjustment in Students of the Faculty of Psychology Who Are Actively Involved in Student Organizations," *Proceeding Universitas Muhammadiyah Gresik Social Science and Humanities Internasional Conference (UMGCINMATIC)* 2, no. 1 (2023): 88–94, <https://doi.org/10.30587/umgeshic.v2i1.5126>.

¹² Barokatun Nikmah and Nurus Sa'adah, "Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan *Self adjustment* Santri Kelas VII Pondok Pesantren An-Nur Tangkit Muaro Jambi," *Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, no. 2 (November 16, 2022): 193, <https://doi.org/10.29240/jbk.v6i2.4752>.

suatu keharmonisan¹³. *Self adjustment* yang sehat atau yang berhasil dilihat dari kepribadian individu dalam kematangan sosial, seperti keakraban dalam pergaulan masyarakat, toleransi terhadap perbedaan di lingkungan sekitar, keterlibatan dalam partisipasi sosial, kemauan bekerja sama, hingga kualitas individu dalam memimpin¹⁴.

Sudah banyak peneliti yang menggunakan variabel *self adjustment* dan variable *homesickness* pada tahun-tahun sebelumnya. Penelitian terkait *homesickness* memang sudah banyak diteliti oleh beberapa orang, termasuk juga penelitian yang menghubungkan *homesickness* dengan penyesuaian diri. Penelitian yang ditulis oleh Rohamah dan Wafiq menggunakan variabel *homesickness* sebagai variabel independen dan *self adjustment* sebagai variabel dependen. Pada penelitian lain yang disusun oleh Mariska memiliki dua variable independen, mereka menambahkan *emotional maturity* sebagai variabel independen kedua sehingga variable independen yang dimiliki adalah *self adjustment* dan *emotional maturity*¹⁵. Hasil dari seluruh penelitian tersebut adalah adanya pengaruh antara *self adjustment* terhadap *homesickness*.

¹³ Aisyah Stri Nariswari et al., "Self-Adjustment Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang," *Jurnal Flourishing* 3, no. 8 (2023): 321–329, doi: 10.17977/10.17977/um070v3i82023p321-329.

¹⁴ F.A.Z Harahap, "Self-Adjustment Dynamic In Sojourner College Students," *JPAI (Journal of Psychology and Instruction)* 4, no. 3 (2021): 83–89.

¹⁵ Asti Mariska, "Pengaruh Penyesuaian Diri Dan Kematangan Emosi Terhadap *Homesickness*," *Psikoborneo* 6, no. 3 (2018): 310–316.

Terdapat satu penelitian dengan kedua variabel yang sama pada penelitian ini. Penelitian tersebut disusun oleh Nafisah dan Amin¹⁶, mereka memiliki dua variabel yang sama dengan penelitian ini, yaitu dengan variabel independen berupa *self adjustment* dan variabel dependen berupa *homesickness*. Hasil yang didapat dari penelitian tersebut adalah adanya pengaruh secara signifikan antara penyesuaian diri terhadap *homesickness*.

Meskipun demikian, fenomena yang terjadi di lapangan berdasarkan hasil observasi dan wawancara, terdapat mahasiswa rantau yang memiliki *self adjustment* yang baik tetapi masih mengalami peristiwa *homesickness* dan ada pula mahasiswa yang gagal dalam melakukan *self adjustment* dan merasakan *homesickness*. Adanya ketidaksinambungan antara teori dengan fenomena di lapangan tersebut membuat peneliti merasa topik ini penting untuk di kaji lebih lanjut

Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada teknik pengambilan sampel. Pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik *probability sampling* dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*. Sedangkan pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel secara probabilitas dengan menggunakan teknik *simple random sampling*.

¹⁶ Nur Azza Nafisah and Abdul Amin, "Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap *Homesickness* Santri Baru Di Pondok Pesantren Al Amien Jember," Vol. 2, 2023.

B. Identifikasi Masalah

Individu yang merantau atau berpergian jauh dan bertempat di lingkungan yang baru cenderung merasakan kerinduan akan rumah dan kampung halamannya dahulu. Kerinduan akan rumah atau *homesickness* merupakan suatu distress (stress yang bersifat negatif) atau perasaan yang tidak nyaman akibat dari individu berpisah dari lingkungan nyaman tempat tinggalnya dahulu dengan di tandai dengan emosi negatif¹⁷.

Selama merantau, adaptasi di lingkungan atau budaya baru mahasiswa akan dihadapinya. Oleh sebab itu dibutuhkan *self adjustment* terhadap lingkungan barunya¹⁸. Penyesuaian diri atau *self adjustment* sangat penting dan dibutuhkan individu-individu yang baru bertempat tinggal di lingkungan barunya. *Self adjustment* merupakan proses ketika individu berupaya melakukan pengendalian diri atas ketegangan, konflik, frustrasi, serta kebutuhan emosional¹⁹.

Fenomena yang terjadi dilapangan berdasarkan hasil observasi dan wawancara, terdapat mahasiswa rantau yang memiliki *self adjustment* yang baik tetapi masih mengalami peristiwa *homesickness* dan ada pula mahasiswa yang gagal dalam melakukan *self adjustment* dan merasakan *homesickness*.

¹⁷ Linggayuni Trinanda Istanto and Agustina Engrý, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan *Homesickness* Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Pulau Jawa Di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City," *Jurnal Eksperientia* 7 (2019): 19–30.

¹⁸ Duru, Poyrazli, and Thukral, "International Student Race-Ethnicity, Personality and Acculturative Stress."

¹⁹ Lilly Octavira and Wicaksono, "An Overview of Self-Adjustment in Students of the Faculty of Psychology Who Are Activelyinvolved in Student Organizations."

C. Rumusan masalah

Apakah *Self adjustment* dapat Mempengaruhi *Homesickness* pada Mahasiswa Rantau di Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

D. Tujuan penelitian

Untuk mengetahui apakah adanya pengaruh *self adjustment* terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau di Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

E. Kegunaan penelitian

E.1 Manfaat teoritis

Menambah kasanah keilmuan dalam psikologi sekaligus dapat menjadi acuan dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.

E.2 Manfaat praktis

- a. Bagi mahasiswa rantau, hasil penelitian dapat menjadi referensi bahwa penyesuaian diri dapat mempengaruhi kerinduan akan rumah. Selain itu mahasiswa rantau dapat mengetahui faktor lain yang menyebabkan mereka merasakan kerinduan akan rumah.
- b. Bagi Dosen Psikologi, hasil penelitian ini dapat memberikan kerangka konseptual tentang pengaruh *self-adjustment* terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau yang dapat dijadikan sebagai salah satu referensi untuk para dosen mengulurkan tangan untuk menjadi *support system* mahasiswa rantau yang mengalami *homesickness*.

- c. Bagi lembaga tempat penelitian, yaitu dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai salah satu referensi untuk mengembangkan program-program dan juga komunitas-komunitas daerah di lingkungan Universitas yang dapat menjadi dukungan sosial bagi mahasiswa rantau.

F. Ruang Lingkup

Penelitian ini menerapkan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif ialah penelitian yang memunculkan variabel secara apa adanya dengan didukung data-data berupa angka yang mana dihasilkan dari keadaan sebenarnya²⁰. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner. Pemberian kuesioner merupakan teknik mengumpulkan data dengan memberi responden serangkaian pertanyaan atau tanggapan tertulis untuk ditanggapi. Subjek penelitian ini merupakan mahasiswa rantau Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah di Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung dengan jumlah populasi 797 mahasiswa. Kriteria mahasiswa rantau yaitu memiliki jarak antara kampus dengan daerah asal/domisili asal sejauh 120Km. Penelitian ini berfokus pada *self adjustment* mahasiswa rantau yang mengalami *homesickness*.

²⁰ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian Psikologi*, 2nd ed. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2022).

G. Penegasan Variabel

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Variabel bebas (independent) dalam penelitian ini adalah *homesickness*, dengan variabel terikat (dependent) *self adjustment*.

1. *Self adjustment*

Self adjustment merupakan suatu proses individu dalam menghadapi atau merespon lingkungan tempat tinggal barunya. Scheiders menyatakan penyesuaian diri atau *self adjustment* merupakan suatu proses yang memiliki tujuan mengubah perilaku atau sikap seseorang agar hubungannya dengan lingkungannya lebih sesuai²¹.

2. *Homesickness*

Homesickness merupakan sebuah emosi negatif ketika individu merindukan rumah. Emosi ini membuat individu memiliki keinginan yang besar untuk meninggalkan lingkungannya dan kembali ke rumah asalnya. *Homesickness* merupakan tekanan atau gangguan yang terjadi karena pemisahan atau adanya jarak antara diri dan rumah²².

H. Sistematika Penulisan

BAB I : Bab ini berisi mengenai latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan penelitian, rumusan masalah, tujuan

²¹ Schneiders Alexander A, *Personal Adjustment and Mental Health, Library of Congress Catalog Card* (America, 1960).

²² Christopher A. Thurber et al., "Preventing and Treating *Homesickness*," *Pediatrics* 119, no. 1 (2007): 192–201, <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2781>.

penelitian, kegunaan penelitian, ruang lingkup, penegasan variabel, dan sistematika penulisan.

BAB II : Bab ini berisi tentang grand theory, penelitian terdahulu, kerangka teori, hipotesis penelitian,

BAB III : Bab ini berisi mengenai pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel dan pengukuran, populasi, sampling, dan sample penelitian, instrument penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, dan terakhir tahapan penelitian.

BAB IV : Bab ini berisi deskripsi data hasil penelitian dan pengujian hipotesis.

BAB V : Bab ini berisi penjelasan serta penguatan atas temuan penelitian.

BAB VI : Bab ini berisi tentang kesimpulan dari penelitian dan saran berdasarkan hasil temuan dan pertimbangan peneliti.