

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini berisi pendahuluan dari penelitian yang akan dilakukan. Bab ini berisi tentang latar belakang, pertanyaan penelitian, tujuan, manfaat penelitian serta sistematika penulisan.

A. Latar Belakang

Saat ini, banyak mahasiswa yang memilih untuk melanjutkan pendidikan tinggi di luar daerah asalnya atau biasa disebut sebagai mahasiswa perantau, sehingga membuat mereka harus tinggal jauh dari rumah atau daerah asalnya dalam kurun waktu yang tidak sebentar (Halim & Dariyo, 2016). Lin dan Yi (dalam Lee, Koeske, & Sales, 2004) mengatakan bahwa mahasiswa yang berasal dari luar daerah biasanya mengalami permasalahan seperti perbedaan bahasa, perbedaan sistem pembelajaran, masalah ekonomi, serta perasaan asing mengenai gaya dan norma sosial yang baru. Saputri, Rahman, dan Kurniadewi (2012) juga mengatakan bahwa dengan adanya perubahan-perubahan tersebut maka bisa menjadi sumber stres bagi mahasiswa yang merantau.

Aprianti (2012) menyebutkan bahwa mahasiswa perantau tahun pertama cenderung mengalami permasalahan di atas lebih berat dibandingkan dengan mahasiswa perantau yang sudah lama menetap di daerah tersebut. Hal ini dikarenakan mahasiswa perantau tahun pertama sedang mengalami masa transisi dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi (Aprianti, 2012). Halim dan Dariyo (2016) juga menyebutkan ketika individu yang mengalami transisi dari remaja akhir ke dewasa awal, maka akan banyak perubahan sosial yang individu alami, seperti meninggalkan tempat tinggal asalnya, tinggal seorang diri, memasuki dunia perkuliahan atau memasuki dunia kerja. Menurut Steinberg (2002) usia remaja akhir berkisar 18-21 tahun, sehingga mahasiswa rantau

tahun pertama termasuk ke dalam usia remaja akhir. Dengan demikian, mahasiswa rantau tahun pertama yang mengalami masa transisi pindah ke tempat baru dan tinggal seorang diri cenderung mengalami perasaan asing mengenai gaya dan norma sosial yang baru di tempat tinggalnya yang baru. Hal tersebut bisa memicu munculnya perasaan kesepian.

Kesepian adalah perasaan sedih yang dirasakan oleh seseorang karena kurangnya hubungan sosial seseorang dalam beberapa aspek yang penting (Perlman & Peplau, 1984). Individu yang tidak bisa mengatasi perasaan kesepiannya dengan baik cenderung akan mengalami depresi (Van Den Eijnden, Meerkerk, Vermulst, Spijkerman & Engels, 2008). Perasaan kesepian muncul karena adanya beberapa faktor, diantaranya adalah usia, jenis kelamin, budaya, faktor situasional, dan karakteristik individu. Menurut Halim dan Dariyo (2016) mengatakan kesepian cenderung dialami oleh mahasiswa rantau karena mahasiswa rantau meninggalkan rumahnya dan berpisah dari orang tua.

Heinrich dan Gullone (dalam Goossens, Klimstra, Luyckx, Vanhalst, & Teppers, 2014) menyatakan kesepian cenderung dialami oleh remaja akhir yang baru saja memasuki universitas. Dilansir pada Klikdokter.com mahasiswa rantau yang tidak bisa mengatasi rasa kesepian cenderung akan merasakan perasaan sedih, mengalami gangguan tidur, mengalami gangguan makan, dan cenderung tidak memiliki semangat dalam melakukan kegiatan sehari-hari (Maharani, 2019). Hal tersebut mungkin saja berakibat pada berubahnya kegiatan akademik mahasiswa karena mahasiswa rantau yang mengalami kesepian juga tidak memiliki semangat dalam kegiatan sehari-hari dan mengalami gangguan psikologis seperti gangguan makan dan gangguan tidur.

Mahasiswa rantau cenderung merasakan kesepian karena perbedaan latar belakang budaya antara tempat tinggal asalnya dengan tempat tinggal yang baru (Tuncay & Ozdemir, 2008). Mahasiswa yang

memilih merantau biasanya akan dihadapkan dengan beberapa perbedaan antara tempat tinggal asalnya dan tempat tinggal yang baru (Halim dan Dariyo, 2016). Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa perubahan dan perbedaan lingkungan dapat memicu perasaan kesepian. Mahasiswa perantau cenderung merasa harus memahami budaya di tempat tinggal barunya dan berusaha hidup mandiri, sehingga dapat membuat mahasiswa rantau merasa kesepian (Pratiwi, Dahlan, & Damaianti, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Pratiwi, Dahlan, & Damaianti (2019) terhadap mahasiswa perantau di Universitas Pendidikan Indonesia kota Bandung angkatan 2016, didapatkan informasi bahwa mahasiswa tersebut mengalami kesepian ketika memasuki awal perkuliahan. Mahasiswa perantau tersebut cenderung mengalami kegelisahan dan berakhir menangis dikarenakan jauh dari orang tua dan berpisah dengan lingkungan asalnya. Selain rindu dengan lingkungan asalnya, mahasiswa perantau tersebut juga merasa bahwa teman-teman barunya belum bisa memahaminya dengan baik sehingga muncul perasaan kesepian (Pratiwi, Dahlan, & Damaianti, 2019). Sehingga, kesepian dapat memicu perasaan tidak semangat dalam melakukan kegiatan, mengalami kesedihan dan menangis, mengalami gangguan tidur, perubahan nafsu makan dan terganggunya kegiatan akademik.

Selain itu, survei yang dilakukan oleh *Mental Health Foundation* pada tahun 2010 menyatakan bahwa kesepian lebih banyak terjadi pada orang dengan usia muda dibandingkan dengan orang yang lebih tua (Halim & Dariyo, 2016). Hasil data dari survei tersebut menunjukkan bahwa orang dengan rentang usia 18-34 tahun lebih cenderung mengalami kesepian, cemas akan perasaan kesepian dan merasa depresi karena perasaan kesepian dibandingkan dengan kelompok usia diatas 55 tahun (Gil, 2014). Hal ini mendorong pernyataan sebelumnya yang menyatakan bahwa mahasiswa rantau sebagai remaja akhir yang

merantau akan mengalami perubahan-perubahan di keadaan lingkungannya yang baru sehingga cenderung merasakan kesepian.

Perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan baru biasanya menuntut mahasiswa rantau untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan keadaan yang berbeda (Saputri, Rahman, & Kurniadewi, 2012). Lazarus (1976) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses mental seseorang yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan, dorongan, dan cara individu untuk mengatasi tekanan serta tuntutan yang berbeda-beda dari lingkungan. Kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri dapat membuat individu mendapatkan kesejahteraan, serta relasi yang baik dari kehidupan sosialnya (Kartono, 2000). Mahasiswa perantau diharapkan mampu melakukan interaksi dengan lingkungan barunya, namun tidak semua mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan baik, sehingga dapat memicu berbagai masalah baru seperti terhambatnya kegiatan akademik (Resmadewi, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Karmiana (2016) yang membahas mengenai penyesuaian diri mahasiswa rantau menunjukkan hasil 45% mahasiswa rantau merasa sedih dan rindu dengan keluarga yang ada di daerah asalnya, 30% mengatakan perbedaan bahasa menjadi kendala dalam proses adaptasi, 17,5% mengatakan perbedaan jenis makanan dengan lingkungan barunya, dan 7,5% mengatakan bahwa tidak merasa senang karena belum memiliki teman dekat di perantauan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi mahasiswa perantau dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan barunya, salah satunya adalah perasaan sedih dan rindu dengan keluarga yang bisa memunculkan perasan kesepian.

Mahasiswa perantau yang merasakan kesepian biasanya melakukan interaksi sosial untuk mengurangi rasa kesepiannya (Peplau & Perlman, dalam Serra, 2015). Keinginan untuk melakukan interaksi sosial merupakan salah satu kebutuhan untuk melakukan afiliasi. Kebutuhan afiliasi adalah kebutuhan untuk membangun dan

mempertahankan sebuah relasi dengan akrab dan hangat dengan orang lain (McClelland, 1987). Sedangkan menurut Pribadi, Margaretha dan Restamadji (2011) kebutuhan afiliasi merupakan sesuatu yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan dalam menjalin hubungan dengan hangat. Mahasiswa sebagai remaja akhir terkesan senang dalam menghabiskan waktu bersama teman-teman sepermainannya dan membentuk relasi sosial (Santrock, 2017).

Murray mengatakan bahwa ada indikator yang memenuhi kebutuhan afiliasi, diantaranya adalah bertemu dan berkenalan dengan orang lain, membentuk serta memelihara keterkaitan dengan orang lain, menunjukkan perbuatan baik dan cinta, mendekati diri dengan orang lain, melambai, berjabat tangan, memeluk, melakukan pendekatan, menyentuh, menemani, tinggal dekat kerabat, dan lain sebagainya (Aulia, 2010). Melalui beberapa bentuk afiliasi tersebut diharapkan akan muncul rasa empati satu sama lain (Takahashi, Takeuchi & Katagiri, 2000). Hasil penelitian yang dilakukan Yola (2011) menunjukkan afiliasi pada setiap manusia akan menumbuhkan rasa kebersamaan yang kuat, sehingga dapat saling memberikan kepuasan satu sama lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Ekasari dan Hartati (2014) mengungkapkan bahwa individu yang lebih tinggi kebutuhan afiliasinya akan memiliki rasa kesepian yang rendah, begitu pula sebaliknya, individu yang kebutuhan afiliasinya rendah maka cenderung memiliki rasa kesepian yang tinggi. Menurut Astari (2001) faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat dalam kebutuhan afiliasi adalah adanya kondisi yang *stressful* atau *unstressful*, kebutuhan untuk mengurangi rasa takut, keinginan untuk mendapatkan perlindungan, keinginan untuk mengurangi rasa bosan, memiliki masalah dan peristiwa khusus, meliputi situasi yang membawa perubahan atau situasi yang memancing perasaan senang. Sehingga, mahasiswa rantau yang mengalami banyak perubahan akibat perpindahan tempat tinggal cenderung akan melakukan interaksi sosial untuk memenuhi rasa kesepiannya.

Berdasarkan penjelasan diatas, perasaan kesepian bisa terjadi apabila mahasiswa memutuskan untuk merantau dan tinggal ditempat yang baru. Tempat tinggal yang baru menuntut mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri dengan keadaan yang berbeda. Apabila mahasiswa rantau mampu menyesuaikan diri, maka mahasiswa rantau bisa mencapai kesejahteraan dari lingkungannya, namun begitu juga sebaliknya. Namun, perasaan kesepian yang dialami oleh mahasiswa rantau juga bisa diatasi dengan memenuhi kebutuhan afiliasi dari diri mahasiswa rantau tersebut. Dengan demikian, peneliti berasumsi bahwa kebutuhan afiliasi mungkin dapat mengubah tingkat penyesuaian diri terhadap kesepian, sehingga kebutuhan afiliasi dapat menjadi variabel yang memoderasi pengaruh penyesuaian diri terhadap kesepian pada mahasiswa rantau di Kota Bandung.

Oleh karena itu, peneliti ingin melihat mengenai peran kebutuhan afiliasi dalam memoderasi pengaruh penyesuaian diri dan kesepian pada mahasiswa rantau di Kota Bandung. Alasan peneliti memilih Kota Bandung disebabkan oleh banyaknya perguruan tinggi, yaitu 10 perguruan tinggi negeri dan 115 perguruan tinggi swasta di Kota Bandung. Dalam penelitian yang dilakukan Pratiwi, Dahlan, dan Damaianti (2019) disebutkan bahwa pada periode 2015/2016, terdapat 1.254.966 mahasiswa menempuh pendidikan di Bandung. Sehingga, Kota Bandung cenderung banyak dipilih oleh mahasiswa untuk melanjutkan pendidikannya

Penelitian ini dilakukan karena melihat betapa pentingnya penyesuaian diri mahasiswa perantau agar terpenuhi sehingga tidak menimbulkan perasaan kesepian dan terpenuhinya kebutuhan afiliasi mahasiswa rantau untuk memenuhi perasaan kesepian. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru yang dapat bermanfaat untuk penelitian selanjutnya. Maka dari itu, peneliti ingin mengetahui pengaruh penyesuaian diri terhadap kesepian yang dimoderasi oleh penyesuaian diri pada mahasiswa rantau tahun pertama di Kota Bandung.

B. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh penyesuaian diri terhadap kesepian yang dimoderasi oleh kebutuhan afiliasi pada mahasiswa rantau tahun pertama di Kota Bandung.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji mengenai ada tidaknya pengaruh penyesuaian diri terhadap kesepian yang dimoderasi oleh kebutuhan afiliasi pada mahasiswa rantau tahun pertama di Kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis diharapkan mampu memperkaya literatur pada bidang psikologi sosial mengenai pengaruh penyesuaian diri terhadap kesepian yang dimoderasi oleh kebutuhan afiliasi pada mahasiswa rantau tahun pertama di Kota Bandung. .

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu sumber informasi untuk melakukan penelitian mengenai penyesuaian diri, kesepian dan kebutuhan afiliasi.
- b. Penelitian ini dapat dipergunakan oleh pembaca, khususnya mahasiswa rantau agar dapat penyesuaian diri dengan baik sehingga terhindar dari perasaan kesepian dan memenuhi kebutuhan afiliasinya.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan proposal ini adalah sebagai berikut:

1. BAB I PENDAHULUAN

Bab I berisi pendahuluan yang menjelaskan mengenai latar belakang, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian serta sistematika penulisan proposal.

2. BAB II KAJIAN PUSTAKA

Bab II berisi penjelasan landasan teoritis yang digunakan dalam penelitian. Bab ini menjelaskan konsep mengenai penyesuaian diri, kesepian dan kebutuhan afiliasi. Bab ini juga berisi kerangka berpikir, asumsi, serta hipotesis penelitian.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Bab III berisi penjelasan mengenai metode yang digunakan dalam penelitian ini. Bab ini menjelaskan tentang desain penelitian, populasi dan sampel, variabel penelitian dan definisi operasional, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, analisis data, dan prosedur pelaksanaan penelitian.

4. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab IV berisi penjelasan hasil penelitian yang didapat dan pembahasan mengenai hasil data yang sudah dianalisis. Data yang sudah dianalisis akan menunjukkan hasil sesuai dengan hipotesis.

5. BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab V berisi kesimpulan dari keseluruhan hasil penelitian yang sudah dijelaskan dan rekomendasi kepada pembaca penelitian ini.