

## BAB II KAJIAN PUSTAKA

Bab ini berisikan penjelasan teori-teori dari setiap variabel yang digunakan sebagai landasan dalam penelitian.

### A. Kajian Tentang *Psychological Well-Being*

#### 1. Definisi *Psychological Well-Being*

*Psychological well-being* merupakan istilah yang biasa digunakan dalam menggambarkan kualitas kehidupan dan kesehatan mental yang dimiliki seseorang. Para ahli psikologi juga mengemukakan bahwa penelitian mengenai kebahagiaan dan ketidakbahagiaan dikenal sebagai *psychological well-being* (Ryff dalam Indira, 2021).

Ryff dan Singer (dalam Maharani, 2015) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai hasil penilaian seseorang terhadap dirinya yang didasari atas pengalaman-pengalaman hidupnya. *Psychological well-being* bukan hanya kepuasan hidup dan keseimbangan antara perasaan positif atau negatif namun melibatkan persepsi dari tantangan-tantangan sepanjang hidup individu tersebut. (Keyes, dkk, dalam Liwarti 2013).

*Psychological well-being* merupakan pencapaian penuh akan potensi psikologis individu, di mana individu tersebut bisa menerima kelebihan maupun kelemahan yang ada dalam dirinya, mampu menciptakan hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki kemampuan dalam mengambil keputusan dan mandiri, menguasai lingkungan, dan mampu menentukan tujuan (Ryff, dalam Astuti, 2019). Seorang Individu yang memiliki *psychological well-being*, dia dapat memahami dirinya sendiri dalam situasi apapun yang membuat dirinya menjadi lebih baik, baik bagi dirinya sendiri maupun untuk orang lain. (Primada dan Fadhillah, 2016)

Winefield, dkk (2012) menggambarkan bahwa orang dengan *psychological well-being* tinggi mereka akan merasa bahagia, mampu, didukung dengan baik, puas dengan kehidupan, dan sebagainya.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah suatu keadaan di mana individu mampu menerima keadaan dirinya,

mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mampu mengontrol lingkungan, memiliki kemandirian, memiliki tujuan hidup dan mampu mengembangkan bakat serta kemampuan untuk perkembangan pribadi.

## 2. Aspek *Psychological Well-Being*

Terdapat enam aspek dalam *psychological well-being* menurut Ryff (2014):

### a. Penerimaan Diri

Individu yang dikatakan memiliki penerimaan diri di mana individu tersebut memiliki sikap positif terhadap dirinya, menerima dan mengakui aspek dalam dirinya, dan merasa positif tentang kehidupannya.

### b. Pengembangan Diri

Dalam aspek pengembangan diri ini individu memiliki perasaan mampu untuk melalui tahap-tahap perkembangan, terbuka untuk pengalaman baru, mengetahui dan menyadari potensi yang ada dalam dirinya, dan melakukan perbaikan dalam hidupnya disetiap waktu. Individu merasa hidupnya telah menjadi proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang kontinyu.

### c. Tujuan dalam Hidup

Dalam aspek pengembangan diri ini, individu memiliki tujuan, memiliki arah dalam kehidupan, dan memahami makna dari pengalaman yang terjadi di kehidupan lampau. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, misi, arah, dan memegang keyakinan yang memberi tujuan hidup.

### d. Penguasaan Lingkungan

Dalam aspek penguasaan lingkungan, seorang individu memiliki kemampuan dalam mengelola lingkungan yang kompleks, mampu memilih atau menciptakan komunitas yang cocok dan sesuai dengan pribadinya. Berdasarkan penelitian empiris tentang *Psychological well-being* (Ilgam, dkk, 2015) lingkungan awal sangat memengaruhi *psychological well-being* individu.

e. Kemandirian (Autonomy)

Aspek kemandirian ini dimiliki seorang individu ketika ia mampu menentukan sendiri, independen, dan mampu mengatur secara internal dalam menahan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu, dan mampu mengevaluasi diri berdasarkan standar pribadi.

f. Hubungan Positif dengan yang Lain

Individu yang memiliki hubungan yang positif dengan individu lain, memiliki hubungan yang hangat, saling percaya satu sama lain, memuaskan, memperhatikan kesejahteraan orang lain, memiliki empati yang baik, dan mampu mengasahi serta terlibat dalam hubungan yang timbal balik.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa kriteria *psychological well-being* diantaranya ialah penerimaan diri yaitu kemampuan individu dalam menerima dirinya dengan apa adanya, hubungan yang positif dengan orang lain ialah kemampuan dalam menjalin hubungan baik dengan lingkungan keluarga ataupun lingkungan sosialnya, dan mampu berempati, mandiri (*autonomy*) yaitu memiliki kemandirian dalam mengambil keputusan, penguasaan lingkungan yaitu mampu berkompetisi dengan lingkungan, tujuan hidup yaitu memiliki makna dan tujuan dalam hidup, dan perkembangan kepribadian yaitu kemampuan individu dalam mengetahui dan mengembangkan potensi yang dimiliki serta keterbukaan diri.

### 3. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi *Psychological Well-Being*

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *psychological well-being* menurut Ryff & Singer (dalam Rahama, dan Izzati, 2021) :

a. Usia

Seorang individu yang berada di usia dewasa muda, setengah baya, dan tua untuk menilai diri mereka sendiri, dan terdapat beragam perbedaan yang berkaitan dengan aspek-aspek *psychological well-being*, seperti penguasaan lingkungan dan kemandirian, aspek tersebut akan mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia. Aspek-aspek lain, seperti perkembangan pribadi dan tujuan hidup, menunjukkan pola

penurunan, terutama dari usia paruh baya hingga usia lanjut. Pada aspek hubungan positif dengan orang lain dan penerimaan diri, tidak terdapat perbedaan dari usia yang signifikan. Seiring bertambahnya usia aspek penguasaan lingkungan terus menunjukkan peningkatan, aspek tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi mengalami penurunan, dan aspek penyesuaian diri tidak menunjukkan perbedaan berdasarkan faktor usia. Sedangkan untuk aspek penilaian diri dan hubungan positif dengan orang lain, terdapat hasil yang bervariasi dari berbagai penelitian.

b. Jenis Kelamin

Jenis kelamin turut menjadi faktor yang memengaruhi *psychological well-being*. Perempuan dari segala usia cenderung memiliki nilai *psychological well-being* yang tinggi dari pada laki-laki, terutama berkaitan dengan aspek perkembangan diri.

c. Status Sosial

Status sosial ekonomi terdiri dari pendidikan, pendapatan, dan status perumahan, terkait dengan *psychological well-being*. Penelitian menunjukkan *psychological well-being* akan lebih tinggi ketika seorang individu memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi, terutama dalam aspek tujuan hidup dan pengembangan diri.

Pendidikan sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan, bahkan setelah seorang individu mampu mengendalikan variabel riwayat kehidupan sebelumnya seperti IQ sekolah menengah; pendidikan orang tua, pendapatan, dan status pekerjaan.

*Psychological well-being* juga terbukti lebih tinggi bagi mereka yang memiliki status pekerjaan yang lebih tinggi. Berdasarkan literatur ilmiah yang berkaitan dengan kedudukan kelas sosial dan kesehatan, menunjukkan bahwa individu yang memiliki kelas sosial rendah lebih rentan memiliki *psychological well-being* yang rendah.

d. Perbedaan Budaya

Banyak kajian yang melibatkan perbedaan antara budaya *individualistic* (independen) dengan budaya yang lebih *kolektive* (saling tergantung) menunjukkan bahwa aspek kesejahteraan yang lebih

berorientasi pada diri sendiri, seperti kemandirian (*autonomy*), penerimaan diri, kemungkinan memiliki arti penting yang lebih besar di budaya barat, sementara yang lain berorientasi pada Aspek yang berkaitan dengan individu lain, seperti hubungan positif dengan orang lain.

Kesehatan psikologis orang Amerika jauh lebih mungkin berkaitan dengan kualitas positif dalam diri mereka daripada orang Korea. Di Barat, terlepas dari efek utama budaya, analisis dalam budaya mengungkapkan bahwa orang Korea, seperti yang diperkirakan, menunjukkan kesehatan psikologis jauh lebih mungkin berkaitan pada ukuran hubungan positif dengan orang lain, dan peringkat terendah untuk penerimaan diri dan perkembangan pribadi mendapat peringkat tertinggi, terutama untuk wanita.

e. Religiusitas

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa religiusitas dapat menjadi faktor yang memengaruhi *psychological well-being* dan kesehatan mental. Dalam penelitiannya juga ditemukan bahwa kegiatan berkaitan dengan keagamaan yang dilakukan oleh seseorang dapat berpengaruh terhadap *psychological well-being* dan kesehatan mental.

Menurut Ghufron & Risnawita (2014) religiusitas merujuk pada seberapa keterikatan seseorang terhadap agamanya, dan menunjukkan bahwa seseorang mampu menginternalisasikan dan mendalami ajaran agamanya sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap segala tindakan dan pandangan hidupnya. (Linawati & Desi Ningrum, 2017).

Salah satu bentuk religiusitas yaitu rasa syukur, kebersyukur bisa memberikan energi yang besar bagi manusia dalam memperoleh kedamaian dan ketenangan. Energi yang terdapat dalam kebersyukur dapat membuat manusia tegar dalam menghadapi semua ketentuan Tuhan (Takdir, 2017).

## **B. Kajian Tentang Kepercayaan Diri**

### **1. Definisi Kepercayaan Diri**

Menurut Lauster (dalam Sherine, 2022) *Self-confidence* (kepercayaan diri) merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan yang dimiliki sehingga individu yang bersangkutan bisa mengurangi rasa cemas di setiap tindakannya, bebas dalam melakukan hal-hal yang disukai, mampu bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, memiliki kepribadian yang hangat dan sopan dalam menjalin interaksi dengan orang lain.

Lauster (dalam Ghufon & Risnawati, 2017) mendefinisikan kepercayaan diri dapat diperoleh melalui pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan yang dimiliki seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan mampu bertindak sesuai kehendak pribadi, gembira, optimis, memiliki toleransi yang cukup, dan bertanggung jawab. Selanjutnya Lauster juga menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan individu dalam melakukan sesuatu yang baik.

Angelis (dalam Hidayat & Bashori, 2016) berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa seseorang bahwa segala tantangan yang dialami dalam kehidupan itu harus dihadapi dengan berbuat sesuatu.

### **2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri**

Menurut Lauster ada beberapa aspek dari kepercayaan diri yaitu (Ghufon & Risnawati, 2017):

#### **a. Keyakinan akan kemampuan diri**

Sikap positif yang dimiliki seorang individu dengan meyakini dirinya bahwa dia mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

#### **b. Optimis**

Sikap positif seseorang yang senantiasa berpandangan baik dalam menghadapi segala hal yang berkaitan dengan dirinya, harapan dan kemampuannya.

c. Obyektif

Seorang individu yang percaya diri memiliki kemampuan memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya bukan sebatas menurut kebenaran pribadi.

d. Bertanggung jawab

Seorang individu memiliki kesediaan untuk menanggung konsekuensi atas segala sesuatu.

e. Rasional

Kemampuan analisa seorang individu terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

### 3. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kepercayaan Diri

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi kepercayaan diri menurut Ghufron dan Risnawati (2017) antara lain:

a. Konsep Diri

Kepercayaan diri seorang individu diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dari pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang dilakukan dari pergaulannya tersebut akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif juga. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri dan penilaian diri tersebut akan memengaruhi kepercayaan dirinya.

c. Pengalaman

Pengalaman yang dialami seorang individu dapat menjadi faktor munculnya kepercayaan diri individu tersebut atau bisa juga sebaliknya pengalaman bisa menjadi faktor menurunnya kepercayaan diri. Hal itu karena pengalaman masalalu merupakan hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian yang sehat.

#### d. Pendidikan

Selanjutnya, tingkat kepercayaan diri seorang individu dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan individu tersebut. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah cenderung menjadi seseorang yang bergantung dan berada dibawah kekuasaan orang yang lebih pandai darinya. Begitupun sebaliknya, orang yang mempunyai tingkat pendidikan yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi.

### C. Kajian Tentang Perilaku Prososial

#### 1. Definisi Perilaku Prososial

Menurut Eisenberg (dalam Zahirah, 2019) perilaku prososial adalah tindakan sukarela yang dilakukan seseorang dengan tujuan memberikan manfaat kepada orang lain. Beberapa bentuk perilaku prososial diantaranya memberi bantuan, menunjukkan kepedulian, membela sesuai kebenaran, dan memberikan kenyamanan bagi orang lain. Perilaku prososial ini dilakukan seorang individu secara sadar dan sengaja untuk memberikan manfaat kepada individu lain atau kelompok (Megawati dan Herdiyanto, 2016).

Menurut Caprara, Alessandri, & Eisenberg (2012) perilaku prososial mengacu pada tindakan sukarela yang dilakukan untuk menguntungkan orang lain, seperti berbagi, menyumbangkan, merawat, menghibur, dan membantu.

Dalam khasanah psikologi, istilah perilaku prososial bukanlah hal yang baru. Menurut Caprara, dkk (2014) perilaku prososial mampu meningkatkan penyesuaian sosial remaja, dengan mengurangi tendensi munculnya perilaku agresif, baik itu agresif fisik maupun verbal.

Menurut Santrock (dalam Susanto, 2018) menyebutkan perilaku prososial adalah tindakan membantu orang lain dengan tidak mementingkan diri sendiri, dan menunjukkan empati. Perilaku prososial mencakup tindakan membantu teman sekelas, termasuk orang lain untuk bergabung dalam kelompok, mendukung teman sekelas yang dikucilkan dan menunjukkan rasa hormat terhadap orang lain, saling menghibur, menjalin

persahabatan, penyelamatan, pengorbanan, kemurahan hati, dan rasa saling membagi (Hilmy, dkk, 2019) sehingga perilaku prososial merupakan tanda-tanda penyesuaian yang positif. Perilaku prososial juga dimaknai dengan kemampuan seseorang dalam menyadari posisi orang lain, mampu menafsirkan kebutuhan orang lain, dan mampu menyadari orang lain yang membutuhkan bantuan.

Perilaku prososial dapat memicu efek timbal-balik dari orang sekitar yang merasakan, diantaranya terjadinya penerimaan sosial bagi individu yang melakukan perilaku prososial. Ketika seorang individu diterima oleh lingkungan sosialnya ia akan merasa bahwa dirinya jauh lebih berharga, dicintai dan diinginkan sehingga bisa membuat ia lebih mudah dalam menerima diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan perilaku prososial yaitu suatu tindakan sukarela yang dilakukan seorang individu dengan tujuan memberi bantuan atau manfaat bagi orang lain.

## 2. Aspek-Aspek Perilaku Prososial

Menurut Caprara (dalam Zahirah, 2019) perilaku prososial memiliki empat dimensi, yaitu:

### a. *Sharing*

*Sharing* merupakan salah satu tindakan prososial yang dilakukan dengan membagi sesuatu yang dimiliki oleh seseorang kepada orang lain. Lingkup *sharing* dapat juga dalam bentuk kesediaan berbagi perasaan dengan orang lain baik dalam suasana suka maupun duka.

### b. *Helping*

*Helping* merupakan tindakan berupa memberikan pertolongan kepada orang lain tanpa berharap akan imbalan.

### c. *Taking Care of*

*Taking care of* merupakan tindakan perilaku prososial yang dapat didefinisikan sebagai tindakan yang berupa memberikan bantuan untuk orang lain dalam mengurung kebutuhan orang tersebut, perilaku untuk merawat orang lain yang sedang berada dalam kesusahan. Selain itu

dimensi ini juga bisa berbentuk kepedulian terhadap orang lain dengan memedulikan kebutuhan orang.

d. *Empathizing with their feeling*

Perilaku prososial erat kaitannya dengan perasaan empati dari seorang individu. Empati itu sendiri adalah sebuah bentuk respon emosi yang berasal dari kepedulian atau perhatian terhadap situasi atau kondisi emosi seseorang yang membuat seseorang ikut merasakan perasaan yang sama dengan orang lain. Hal ini dapat dilihat dari cara seseorang memposisikan dirinya pada diri orang lain dengan memberikan reaksi yang sesuai.

### 3. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Prososial

Menurut Staub (dalam Dayaksini dan Hudaniah, 2012) terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi perilaku prososial, yaitu:

a. *Self-gain*

Harapan seseorang untuk memperoleh atau menghindari kehilangan sesuatu, misalnya ingin mendapatkan pengakuan, pujian atau takut dikucilkan. Studi empiris menunjukkan bahwa perilaku prososial dipengaruhi oleh jarak sosial (yaitu, jarak yang dirasakan atau dialami dari individu lain) (Hasty dan Maner, 2019). Secara khusus, orang cenderung memiliki perilaku prososial yang lebih tinggi terhadap orang terdekat seperti kerabat atau teman (Anderson, dan Krathwohl, 2015). Hal ini bisa dilakukan dengan motif mempertahankan hubungan yang sama-sama telah mereka jalin.

b. *Personal values and norms*

Penerapan nilai-nilai dan norma sosial dalam tindakan perilaku prososial ketika bersosialisasi seperti kewajiban dalam menegakkan kebenaran dan keadilan serta norma timbal-balik.

c. *Empathy*

Kemampuan individu untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain dan memberikan respon yang sesuai. Kemampuan empati ini berkaitan dengan pengambilan peran. Jadi, memiliki kemampuan untuk

melakukan pengambilan peran merupakan prasyarat untuk seorang individu mampu melakukan empati.

Myer (2012) juga menjelaskan ada beberapa hal yang mempengaruhi seseorang dalam melakukan perilaku prososial berdasarkan sifat dari individu yang melakukan perilaku prososial tersebut, yaitu:

a. Sifat-sifat kepribadian

Para peneliti kepribadian menyatakan bahwa terdapat perbedaan individu dalam berperilaku prososial dan perbedaan tersebut bertahan sepanjang waktu. Ditemukan juga petunjuk tentang jaringan sifat yang menentukan tingkat kesediaan individu untuk menolong dan kepribadian mempengaruhi kemampuan individu dalam memberikan reaksi terhadap situasi-situasi tertentu.

b. Gender

Para pria cenderung memberikan pertolongan ketika dihadapkan pada situasi-situasi yang berpotensi menimbulkan bahaya. Sedangkan perempuan, cenderung memberikan pertolongan pada situasi-situasi yang terlihat aman seperti menjadi sukarelawan.

c. Kepercayaan religius

Orang yang memiliki kepercayaan religius akan cenderung memiliki sifat untuk menolong dalam jangka panjang.

## **D. Kajian Tentang Mahasiswa Rantau**

### **1. Definisi Mahasiswa Rantau**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah orang yang sedang belajar di perguruan tinggi, termasuk dalam suatu struktur pendidikan tertentu dan merupakan tingkatan pendidikan tertinggi dibandingkan yang lainnya. Sedangkan menurut Hartaji (2012) mahasiswa adalah seseorang yang sedang menjalani proses menimba ilmu maupun sedang belajar dan terdaftar di suatu lembaga pendidikan seperti institusi seperti universitas, politeknik maupun institusi pendidikan lainnya. Menurut Naim (2013), merantau adalah meninggalkan kampung halaman, dengan kemauan sendiri, memiliki jangka waktu lama, dengan tujuan tertentu,

menuntut ilmu dan mencari pengalaman, namun suatu saat akan kembali pulang.

Dari beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan mahasiswa rantau merupakan seseorang yang sedang menempuh pendidikan di suatu lembaga resmi di luar dari daerah asalnya.

Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan remaja akhir sampai dengan dewasa awal, dimana usia mereka diantara 17 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012).

## **2. Masalah yang Dialami Mahasiswa Rantau**

Pada awal perkuliahan mahasiswa rantau akan menghadapi berbagai perbedaan baik dari segi sosial atau budaya, ia akan mengalami kondisi yang berbeda dari sebelumnya antara lingkungan baru dengan lingkungan asal dirinya.

Karena didalam perkembangan selama hidupnya, manusia dihadapkan pada dua peran yaitu sebagai salah satunya sebagai makhluk sosial, sebagai makhluk sosial mahasiswa rantau dituntut untuk mampu beradaptasi dengan situasi dan tuntutan yang ada di lingkungan baru.

Menurut Gerungan, (dalam Nur, 2013) penyesuaian diri merupakan kebutuhan untuk mempertahankan hidup sebagai manusia. Penyesuaian diri di perkuliahan merupakan proses psikososial yang dialami oleh mahasiswa, yang bisa menjadi salah satu sumber stres bagi mereka dan membutuhkan keterampilan, sehingga berdasarkan keterampilan tersebut bisa menghasilkan penyesuaian yang baik atau justru sebaliknya (Akmal, 2017).

Sebagai makhluk sosial, manusia takkan bisa lepas dari peran orang lain untuk melakukan interaksi. Apabila mahasiswa rantau mengalami penyesuaian di kehidupan perkuliahan yang buruk itu akan menjadi tekanan bagi dirinya, bahkan jika terus berlanjut itu bisa jadi ancaman dan mungkin akan mengakibatkan mahasiswa tersebut berhenti untuk melanjutkan kuliah (Mudhovozi, 2012). Kegagalan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian

diri di lingkungan perguruan tinggi banyak dialami oleh mahasiswa baru dan mahasiswa rantau (Zubir, 2012).

### **E. Kerangka Pemikiran**

Mahasiswa rantau adalah seseorang yang memutuskan untuk berpindah ke luar dari daerah asalnya dengan tujuan menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Ketika seorang mahasiswa menempuh pendidikan di luar daerah asalnya, pada tahap awal ia akan keluar dari zona nyaman dan masuk ke lingkungan yang berbeda di mana mereka dituntut harus beradaptasi dengan perbedaan-perbedaan yang mereka rasakan di lingkungan baru tersebut, baik itu perbedaan dalam segi kebiasaan, makanan, bahasa, atau intonasi bicara.

Pada Kenyataannya ketika memasuki lingkungan baru mahasiswa rantau akan merasa kurang memiliki kelompok familiar, mereka akan merasakan perbedaan dalam segi kebiasaan, makanan, bahasa, atau intonasi bicara dan tidak jarang mahasiswa rantau akan merasakan *stereotype* yang kurang nyaman dari lingkungan baru. Adanya perbedaan budaya seringkali membuat mahasiswa rantau mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru, hal ini dinamakan *culture shock*.

*Culture shock* merupakan perasaan dimana seseorang merasa tertekan dan terkejut ketika berhadapan dengan suatu budaya yang berbeda di lingkungan baru. Budaya yang baru berpotensi menimbulkan tekanan, karena memahami dan menerima nilai-nilai budaya lain bukanlah hal yang instan serta menjadi suatu hal yang tidak dapat dengan mudah diterapkan sepenuhnya (Devinta, 2015), sehingga menyulitkan mahasiswa rantau dalam menunjukkan identitas dirinya, menunjukkan potensi yang ada dalam dirinya dan mengaktualisasikan diri yang mengakibatkan *psychological well-being* dirinya rendah. Ketika mahasiswa rantau memiliki *psychological well-being* yang rendah itu cenderung membuat perilaku prososialnya menurun. Hal ini dikarenakan mahasiswa rantau yang memiliki *psychological well-being* yang rendah cenderung kesulitan dalam menjalin hubungan interpersonal di daerah baru mereka, tekanan yang mereka alami di lingkungan baru membuat mereka lebih memilih melakukan kegiatan yang bersifat individu yang membuat mereka

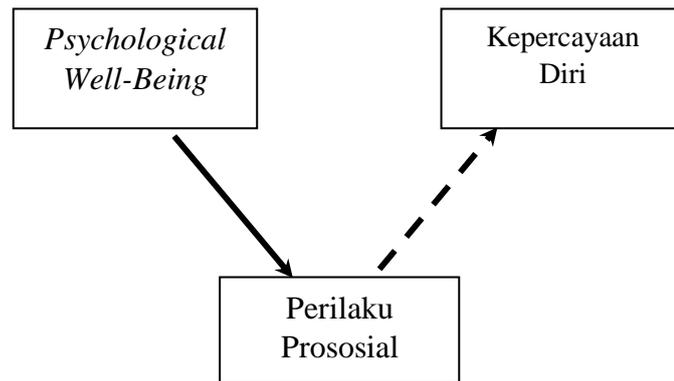
menarik diri dari lingkungan sosialnya. Permasalahan tersebut dapat memengaruhi perilaku prososial mahasiswa rantau.

Sebagai makhluk sosial, mahasiswa rantau akan selalu membutuhkan lingkungan sosialnya, dan ketika mahasiswa rantau memiliki hubungan yang positif dengan lingkungannya, mereka akan merasa lebih mudah menjalani kehidupan di daerah lain. Mahasiswa rantau dapat mengembangkan hubungan positif dan penguasaan dengan lingkungannya dengan cara mengoptimalkan perilaku prososial mereka.

Mahasiswa rantau yang sering melakukan perilaku prososial akan merasa bahwa hidup mereka lebih berguna dan memiliki pemaknaan hidup yang lebih baik. Hal-hal tersebut tentunya memengaruhi keyakinan pada individu. Individu dengan perilaku prososial yang tinggi cenderung memiliki hubungan sosial yang baik dengan orang-orang di sekitarnya yang dapat membuat mereka merasa lebih diakui dan yakin pada dirinya. Sementara, individu yang jarang terlibat dalam perilaku prososial lebih rentan mengalami ketidakpuasan hidup, merasa hampa dan tidak berharga. Dampak dari perilaku prososial ini dapat mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa rantau.

Kepercayaan diri mahasiswa rantau akan meningkat ketika ia mampu menunjukkan perilaku prososial yang tinggi. Menurut Mintarsih (2015), perilaku prososial memberikan perasaan berharga, kebanggaan dan kepuasan terhadap hidup. Perasaan berharga, bangga, dan puas itu akan membuat dirinya merasa lebih berguna dan dapat membuatnya merasa diterima oleh lingkungannya dan meningkatkan kepercayaan dirinya.

Dari pemaparan di atas, variabel perilaku prososial di sini dapat menghubungkan atau menjadi variabel mediasi antara *psychological well-being* dan kepercayaan diri mahasiswa rantau di Kota Bandung. Pada penelitian ini peneliti hendak membuktikan apakah terdapat pengaruh *psychological well-being* terhadap kepercayaan diri yang di mediasi perilaku prososial mahasiswa rantau di Kota Bandung.



Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran

## F. Hipotesis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dalam penelitian ini terdapat hipotesis penelitian yang ingin diuji oleh peneliti.

### 1. Sub Hipotesis

H1 : Terdapat pengaruh *psychological well-being* (X) terhadap kepercayaan diri (Y) mahasiswa rantau di Kota Bandung.

H2 : Terdapat pengaruh *psychological well-being* (X) terhadap perilaku prososial (Z) mahasiswa rantau di Kota Bandung.

H3 : Terdapat pengaruh perilaku prososial (Z) terhadap kepercayaan diri (Y) mahasiswa rantau di Kota Bandung.

### 2. Hipotesis Utama

H4 : Terdapat pengaruh *psychological well-being* (X) terhadap kepercayaan diri (Y) yang dimediasi oleh perilaku prososial (Z) mahasiswa rantau di Kota Bandung.