

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan peserta didik yang menjalani pendidikan disebuah universitas atau perguruan tinggi (Lingga & Tuapattinaja, 2012). Dalam menjalani pendidikan tinggi mahasiswa sering memilih tempat yang jauh dari daerah asalnya sehingga menuntut mahasiswa harus merantau ke tempat pendidikan tinggi yang dituju. Salah satu alasan mahasiswa merantau dikarenakan kualitas pendidikan di Indonesia belum merata, hal tersebut terjadi karena perguruan-perguruan tinggi di Indonesia yang masuk dalam kategori perguruan tinggi berkualitas masih didominasi oleh perguruan tinggi di Pulau Jawa. Sesuai dengan data Ristekdikti pada tahun 2018, diketahui 8 dari 10 perguruan tinggi terbaik di Indonesia berada di Pulau Jawa. Hal tersebut yang menjadi salah satu alasan mahasiswa memilih untuk merantau (Ahmet, 2010).

Mahasiswa perantau merupakan mahasiswa yang tinggal di luar daerah asalnya untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian jenjang perguruan tinggi (Lingga & Tuapattinaja, 2012). Mahasiswa yang datang dari luar daerah ke tempat baru sebagai perantau untuk menempuh pendidikan biasanya memiliki permasalahan-permasalahan yang akan muncul karena harus beradaptasi dengan kebudayaan yang baru, sistem pendidikan yang mungkin berbeda dan lingkungan sosial yang baru. Selain itu juga dikarenakan sulitnya penyesuaian diri pada kehidupan di perguruan tinggi, hubungan sosial, masalah

ekonomi, dan pemilihan jurusan (Dewa, 2015). Mahasiswa perantau dituntut untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan baru dan perubahan kondisi yang ada (Saputri, Rahman, & Kurniadewi, 2012).

Berada di tempat yang jauh dari orang-orang yang dinilai dekat dalam kehidupan seperti keluarga dan sahabat, memasuki lingkungan atau tempat yang baru dari lingkungan asal atau daerah asal, beradaptasi dengan pola hidup yang baru serta kebiasaan-kebiasaan yang berbeda, beradaptasi dengan tuntutan akademik yang berbeda dari jenjang akademik sebelumnya seperti dari jenjang SMA lalu memasuki jenjang kuliah, menghadapi tuntutan untuk dapat mandiri dan harus menjalin relasi kembali dengan orang-orang baru, hal tersebut dapat memunculkan fenomena *loneliness* (Miller, Perlman, & Brehm, 2017). *Loneliness* merupakan perasaan individu dikarenakan kurangnya interaksi atau hubungan sosial secara erat pada hubungan sosial pada diri seseorang. Kondisi tersebut dapat berupa keadaan sementara yang disebabkan oleh perubahan drastis dalam kehidupan sosial individu. Aspek-aspek *loneliness* yang disusun pada alat ukur R-UCLA *loneliness scale* meliputi *personality* atau kepribadian adalah suatu kesatuan dari sistem-sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan cara berpikir individu. Individu mengalami *loneliness* disebabkan oleh kepribadian mereka atau adanya pola yang lebih stabil dari perasaan *loneliness* yang terkadang berubah dalam situasi tertentu, *loneliness* akan terjadi jika individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada kehidupan di lingkungannya (Rusell, Peplau, & Cutrona, 2018).

Pada tahun 2010, *Mental Health Foundation* menemukan bahwa *loneliness* lebih banyak terjadi pada anak muda dibandingkan orang dewasa atau orang tua. Berdasarkan survei, usia 18-34 tahun lebih sering mengalami *loneliness*, cemas akan perasaan *loneliness*, dan merasa depresi karena *loneliness* dibandingkan dengan kelompok usia diatas 55 tahun (Heinrich & Gullone, 2016). Berdasarkan data *News Education and Family Correspondent* edisi tahun 2018, hampir 10% orang yang berusia 16 hingga 24 tahun selalu atau sering merasa *loneliness* dengan proporsi tertinggi dari usia yang lain. Hal ini juga menjadi peringatan bahwa jutaan orang yang mengalami *loneliness* disebabkan karena kurangnya intensitas kontak dengan orang lain (Agustin, 2017).

Fenomena *loneliness* juga terjadi di Amerika. Menurut survei nasional terkait *loneliness* yang melibatkan 20.000 orang menggunakan skala *UCLA loneliness*. Hasil dari survei tersebut menemukan bahwa skor *loneliness* rata-rata di Amerika adalah 44, yang menunjukkan bahwa kebanyakan orang Amerika dianggap *loneliness*. Amerika yang *notabene* merupakan Negara adidaya (memiliki pengaruh besar) juga tidak sedikit rakyatnya yang merasakan *loneliness* (*Public Health*, 2018).

Di Indonesia sendiri pada tahun 2015, terdapat sebuah survei yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Indonesia terkait perilaku dan persoalan yang dihadapi mahasiswa di perguruan tinggi. Dari 10.300 mahasiswa yang objek survei, 650 diantaranya terdapat indikasi adanya keinginan bunuh diri akibat *loneliness*. Dirjen Kesehatan Masyarakat Kementrian

Kesehatan menyatakan bahwa angka tersebut menunjukkan adanya *problem* besar yang dialami mahasiswa Indonesia (Balitbangkes, 2015).

Sebuah penelitian yang melibatkan mahasiswa rantau di beberapa universitas di Jerman sebagai subyek pada akhir tahun 2014 menunjukkan bahwa 32,4% mahasiswa merasakan *loneliness* pada tingkat sedang dan 3,2% mahasiswa merasakan *loneliness* pada tingkat tinggi dan sisanya (64,4%) tidak merasakan *loneliness* (Diehl, *et al.*, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Rahman, *et al.* (2012) yang melibatkan mahasiswa rantau Universitas Chittagong Bangladesh, menunjukkan hasil bahwa secara keseluruhan mahasiswa di Universitas tersebut mengalami *loneliness*. Tingkat *loneliness* pada Universitas Chittagong tersebut setelah diuji korelasi dengan tempat baru menunjukkan hasil yang signifikan. Penelitian ini memperkuat asumsi bahwa *loneliness* rentan terjadi pada mahasiswa yang melanjutkan pendidikan di tempat baru. Sejalan dengan penelitian Indi (2016), yang menyatakan bahwa *loneliness* terjadi pada orang-orang yang mengalami perubahan kehidupan seperti meninggalkan rumah yang cenderung terjadi pada mahasiswa rantau.

Salah satu faktor yang dapat menurunkan *loneliness* yaitu kepribadian seseorang. *Psychological well-being* merupakan salah satu dari beberapa aspek kepribadian yang meliputi *openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness dan neuroticism*. *Psychological well-being* terkait dengan bagaimana seseorang dapat merasa bahagia dan bekerja secara efektif, serta dapat menerima keadaan buruk (kecewa, gagal, berduka) sebagai bagian dari kehidupan. *Psychological well-being* menjadi

kemampuan dari diri seseorang serta wujud nyata dari potensi yang dimiliki individu tersebut yang bersifat jangka panjang (Nirmala, 2011).

Penelitian Halim dan Dariyo (2016) menyatakan ada hubungan negatif antara *psychological well-being* dengan *loneliness* pada mahasiswa perantau yang menempuh pendidikan di Jakarta. Hal ini membuktikan bahwa *psychological well-being* dapat membuat mahasiswa terhindar dari rasa kesepian. Selanjutnya penelitian Bhagchandani (2017) menyatakan bahwa ada hubungan yang negatif antara *psychological well-being* dengan kesepian pada mahasiswa di India didukung penelitian Kua dan Lim (2011) juga menemukan bahwa adanya hubungan negatif antara *psychological well-being* dengan kesepian.

Mahasiswa perantau membutuhkan perhatian dari orang lain, misalkan teman dekat. Pada mahasiswa perantau yang jauh dari orang tua perhatian teman dekat sangat dibutuhkan, untuk itu mahasiswa memerlukan adaptasi yang baik terhadap lingkungan barunya untuk mendapatkan teman yang bisa mengerti dan menerima dirinya dengan baik. Mahasiswa perantau yang berhasil dalam melakukan interaksi sosial akan mudah untuk beradaptasi dengan hal yang baru. Ketika individu memiliki cukup jaringan sosial maka akan menjadi pengalaman yang menyenangkan dan perasaan kesepian akan berkurang yang dikaitkan dengan adanya *psychological well-being* yang tinggi. Semakin baik *psychological well-being* seseorang dapat membantu menurunkan *loneliness* dari individu tersebut (Wening, 2016).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa jurusan keperawatan didapatkan, 10 mahasiswa yang diwawancarai menyatakan bahwa sering merasakan rindu kampung halaman dan lebih memilih berada bersama keluarga di kampung halaman. 5 dari 10 menyatakan tidak memiliki banyak teman dekat sehingga merasa kesepian. 3 dari 10 menyatakan sering merasa dikucilkan dalam pertemanan sehingga lebih senang menyendiri. Sementara 2 dari 10 menyatakan kurang memiliki hubungan yang akrab dengan teman-teman kelasnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan *Psychological Well-Being* Dengan *Loneliness* Pada Mahasiswa Yang Merantau Di Universitas Negeri Gorontalo”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat di identifikasikan masalah antara lain, sebagai berikut:

1. Data *Mental Health Foundation* tahun 2010, *loneliness* lebih banyak terjadi pada rentang usia 18-34 tahun dibandingkan usia diatas 55 tahun.
2. Menurut survei Balitbangkes tahun 2015, dari 10.300 mahasiswa yang menjadi objek survei, 650 diantaranya terdapat indikasi adanya keinginan bunuh diri akibat *loneliness*.
3. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa jurusan keperawatan didapatkan, 10 mahasiswa yang diwawancarai menyatakan bahwa sering merasakan rindu kampung halaman, 5 dari 10 menyatakan tidak memiliki banyak teman sehingga merasa kesepian. 3 dari 10

menyatakan sering merasa dikucilkan dalam pertemanan sehingga lebih senang menyendiri. Sementara 2 dari 10 menyatakan kurang memiliki hubungan yang akrab dengan teman-teman kelasnya.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan diatas maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu : “Bagaimana hubungan *psychological well-being* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang merantau di Universitas Negeri Gorontalo?”.

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *psychological well-being* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang merantau di Universitas Negeri Gorontalo.

1.4.2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini yaitu :

1. Mengidentifikasi *psychological well-being* pada mahasiswa yang merantau di Universitas Negeri Gorontalo.
2. Mengidentifikasi *loneliness* pada mahasiswa yang merantau di Universitas Negeri Gorontalo.
3. Menganalisis hubungan *psychological well-being* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang merantau di Universitas Negeri Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat menambah wawasan dan mengembangkan ilmu pengetahuan kesehatan dibidang asuhan keperawatan tentang hubungan *psychological well-being* dengan *loneliness* pada mahasiswa yang merantau.

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa Perantau

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa perantau tentang *psychological well-being* dan *loneliness*, sehingga mahasiswa perantau dapat meningkatkan *psychological well-being* agar terhindar dari *loneliness* atau *loneliness*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi untuk peneliti lain yang akan meneliti variabel yang serupa, kemudian dapat melengkapi kekurangan yang nantinya terdapat pada penelitian ini.