

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Banyak individu yang harus pergi meninggalkan rumah dan keluarga dengan bermacam alasan, mulai dari ingin mencari pekerjaan, melanjutkan pendidikan, dan sebagainya. Individu yang memutuskan untuk tinggal di luar kota, luar pulau bahkan sampai hingga di luar negeri yang mana hal tersebut akan menjadi sulit karena mereka harus bisa menerima keadaan yang memaksa mereka untuk jarang pulang ke kampung halaman dan bertemu dengan keluarga tercinta, tentunya hal tersebut akan menjadi suatu masalah bagi banyak individu dimana mereka harus siap untuk menahan semua rasa kerinduan terhadap kampung halamannya. Banyak hal yang menjadi alasan untuk seseorang merindukan kampung halamannya tidak hanya berkaitan dengan rindu rumah saja, melainkan dengan orang-orang yang berada dirumah tersebut atau di sekitarnya, hingga budaya, dan aktivitas yang biasa dilakukan individu tersebut. Kerinduan pada kampung halaman ini dapat terjadi pada berbagai kondisi baik untuk kepergian meninggalkan rumah dalam jangka waktu yang lama maupun dalam janga waktu yang pendek (Biasi, Mallia., dkk, 2018).

Individu yang mendiami lingkungan baru akan merasa asing dengan lingkungan tersebut baik suasana lingkungan, orang-orang, serta rutinitas yang biasa terjaga di lingkungan baru. A. Thurber & A. Walton menjelaskan bahwa lingkungan yang baru akan membuat individu merasakan berbagai masalah yang sebagian besar disebabkan oleh perbedaan bahasa dan perbedaan budaya seperti makanan, humor, dan adat istiadat di lingkungan baru (Harijanto & Setiawan, 2017). Hal ini akan memunculkan banyak perasaan kerinduan terhadap kampung halaman dan membuat individu merasa bahwa kampung halamannya adalah lingkungan terbaik untuk mereka.

Kerinduan pada kampung halaman ini sering disebut dengan istilah *homesickness*. *Homesickness* merupakan suatu reaksi emosi yang terjadi secara

spontan yang dapat dirasakan oleh orang dewasa maupun anak-anak disebabkan karena terpisahnya individu tersebut dari rumah, orang tua, serta suatu objek tertentu, sehingga membutuhkan waktu untuk individu tersebut bisa beradaptasi dengan lingkungan yang baru ditempati (Mandareni, Pujiastuti, & Mustayah, 2014).

*Homesickness* dapat terjadi kepada semua orang tidak terbatas umur maupun pendidikan, seperti penelitian yang memeriksa universalitas *homesickness* menunjukkan bahwa kondisi ini tersebar luas di kalangan anak-anak, remaja dan mahasiswa. Penelitian untuk kalangan mahasiswa Scopelliti dan Tiberio melaporkan bahwa 74% mahasiswa yang tinggal di Roma telah mengalami *homesickness* (Scopelliti & Tiberio, 2010). Penelitian lain yang dilakukan oleh Guinagh ditemukan bahwa dari sampel 304 mahasiswa, sekitar 68% mahasiswa baru dan tahun kedua mahasiswa tingkat sarjana mengalami *homesickness*, dan tercatat sebanyak 41% mahasiswa merasakan *homesickness* untuk pertama kali (Guinagh, 1992).

Penelitian lain menyatakan bahwa terdapat 15 juta mahasiswa saat ini yang sedang menjalani kuliah di perguruan tinggi atau Universitas di Amerika Serikat yang mengalami *homesickness*, penelitian ini dilakukan pada subjek dewasa awal yang sedang menjalani S2 dan harus jauh dari rumah (A. Thurber & A. Walton, 2012).

Studi tentang *homesickness* biasanya melibatkan suatu kelompok seperti migran, mahasiswa, murid di sebuah asrama sekolah, dan turis. Studi tersebut menjelaskan bahwa antara 30% dan 75% subjek dalam penelitian menyatakan pernah mengalami *homesickness* setidaknya sekali (Scopelliti & Tiberio, 2010).

Teknologi saat ini semakin berkembang dengan banyaknya media yang memudahkan individu untuk berkomunikasi tidak terbatas jarak, namun hal ini tidak dapat sepenuhnya mengatasi *homesickness* yang dirasakan oleh individu. Seperti halnya masalah *homesickness* ini yang dikemukakan oleh seorang mahasiswi berinisial P yang berasal dari Sumatera dalam wawancara singkat yang telah dilakukan, P mengakui bahwa adanya media komunikasi saat ini memang membantu untuk dapat berkomunikasi dengan orang-orang yang berada di

kampung halaman dengan mudah, namun hal ini tidak mengurangi tingkat *homesickness* yang dirasakan, karena rasa rindu terhadap kampung halaman itu sangat besar tidak hanya kepada orang-orang yang berada di lingkungan itu saja namun semua hal yang berkaitan dengan lingkungan tersebut seperti makanan, rutinitas, cuaca, dan suasana yang jauh berbeda dengan lingkungan saat ini yang ditempati.

Permasalahan *homesickness* ini bersifat universal, namun bila rasa *homesickness* ini bersifat intens maka akan memberikan efek menyakitkan atau melemahkan untuk individu. Bergsma (Duru & Balkis, 2013) menyatakan bahwa *homesickness* dapat dibedakan menjadi normal dan patologis, hal ini *homesickness* akan menjadi normal jika perasaan tersebut dianggap sebagai suatu pengalaman yang di dapat, namun akan memberikan efek patologis jika tidak dapat diatasi dengan baik.

Perasaan *homesickness* ini memberikan dampak negatif kepada individu yaitu individu akan merasa sedih, kosong, dan terisolasi, selain itu juga memberikan pengaruh pada kondisi mental individu tersebut yang juga mempengaruhi kondisi tubuh, individu yang mengalami *homesickness* akan kehilangan nafsu makan, selalu merasa pusing, bahkan sakit perut secara tiba-tiba. Perasaan *homesickness* ini jika tidak bisa diatasi dengan baik akan menjadi pemicu depresi yang teramat sangat bagi seorang individu.

Thurber (A. Thurber & A. Walton, 2012) menyatakan dampak dari *homesickness* sangat luas dari depresi dan gangguan kecemasan yang dapat memicu kesehatan mental dan masalah kesehatan fisik, perilaku menarik diri dari lingkungan, serta kesulitan berfokus pada satu topik yang tidak terkait dengan rumah.

Kegel (Duru & Balkis, 2013) menyatakan bahwa *homesickness* berhubungan dengan banyak hal seperti karakter pribadi, interpersonal, dan faktor lingkungan. Studi Kegel menjelaskan bahwa *homesickness* terkait dengan kesepian, prestasi akademik, gejala fisik, depresi, kecemasan, kesulitan dalam ingatan, konsentrasi, interaksi dengan anggota budaya yang berbeda, tingkat kecemasan sosial yang tinggi dan rendah, tingkat dukungan sosial, adaptasi untuk

kehidupan kampus, harga diri rendah, keseimbangan emosional, kemampuan untuk mengatur emosi, tingkat kecemasan terus-menerus bersyarat dan kecemasan pemisahan, serta tingkat efikasi diri (Duru & Balkis, 2013).

Sebagian individu kuat menahan rasa rindu tersebut hingga dapat melakukan aktivitas sesuai dengan tujuan dan niat sebelum mereka berada disana namun tak banyak juga individu yang gagal dalam menyikapi *homesickness* sehingga memutuskan untuk pulang dan melupakan semua tujuan atau keinginannya hingga sampai ke lingkungan baru tersebut.

Permasalahan *homesickness* ini harus dapat diatasi secara baik dan tepat oleh individu yang mengalaminya karena dampak negatif dari *homesickness* itu sendiri sangat luas, tidak hanya mengganggu secara psikis namun juga biologis dimana individu akan mengalami gangguan kesehatan yang memperburuk kondisi individu di lingkungan yang baru.

Fenomena *homesickness* ini kerap sekali terjadi dan tidak dapat dipungkiri seperti yang terjadi pada responden berinisial N, N saat ini sedang menjalani di bangku sekolah kelas 1 SMA sebuah Pondok Pesantren namun hanya bertahan selama 3 bulan untuk jauh dari rumah dan kemudian meminta kepada orang tuanya untuk pulang kerumah, seperti yang ter kutip pengakuan responden di dalam wawancara yang telah dilakukan

*“iya kangen sekali karena apa-apa selalu sama ibu bapa, jadi pas gak bareng-bareng kaget juga, nangis terus kalau lagi kangen. Inget bawaanya pengen pulang kerumah aja. Jadi aku bilanganya sama ibu ya karena ibu lebih peka ketimbang bapak kalau mau pulang”*(N,2018)

Individu yang dituntut untuk jauh dari rumah dengan banyak alasan seperti mencari ilmu, mengejar cita-cita, hingga mencari pekerjaan tidak dapat dihindari kemungkinan akan mengalami *homesickness* dimana fase ini akan menjadi fase yang berat untuk dikendalikan oleh individu, *homesickness* dapat mengganggu proses mereka dalam meraih tujuan yang ingin dicapai di tempat yang baru bahkan dapat menggagalkan proses tersebut sehingga membuat individu tersebut berpikir untuk lebih baik mundur pulang ke kampung halaman.

Lingkungan kampus merupakan lingkungan dimana banyak individu yang merantau demi melanjutkan pendidikan dan memilih meninggalkan kampung halaman serta tinggal di sebuah rumah kontrakan atau kosan seorang diri. Hampir sebagian besar mahasiswa merupakan pendatang baru atau anak rantauan. Tidak dipungkiri mahasiswa pun kerap merasakan *homesickness*, hingga sampai menangis karena menahan semua rasa kerinduan terhadap rumah, orang tua, dan semua yang berkaitan dengan kampung halamannya.

Transisi dari tinggal di rumah untuk jauh dari rumah merupakan masa transisi yang signifikan terutama pada mahasiswa tahun pertama kuliah. Pada mahasiswa tahun pertama kuliah akan mengalami masa dimana sebelumnya mereka terbiasa berada di rumah hingga saat ini mereka diharuskan untuk meninggalkan rumah dan hidup di daerah orang lain dengan seorang diri akan membuat mereka merasa tertekan karena rasa kerinduan yang kuat didukung oleh kebiasaan yang dahulu mereka lakukan saat berada di rumah.

Survei pendahuluan dilakukan terhadap 2 mahasiswa yang sedang menduduki semester awal dan semester akhir. Seperti pengakuan oleh mahasiswa saat dilakukan wawancara. Pada responden 1 berinisial I, saat ini responden sedang menjalani semester 2 atau tahun pertama dimana ia harus jauh dari kedua orang tua dan responden mengaku bahwa ia kerap sekali merasakan *homesickness*

*“kalo lagi homesick tu sampe nangis bahkan sehari tu pernah 2 sampe 3x nangis. Liat suatu benda aja jadi inget kemana-mana nangis. Lagi di kamar sendirian nangis di jalan sendirian nangis bener-bener rasanya berat tapi gimana bisa mengendalikan tapi suatu titik ada rasa capeknya itu nah” (I,2018)*

Responden ke2 berinisial AGRP yang saat ini sedang menjalani semester 6 atau semester akhir, pada responden ini mengaku hingga sekarang ia kerap merasakan *homesickness* meskipun ini sudah menjadi tahun ke tiga ia berpisah dari kedua orang tua.

*“aku kalau homesick kalau bener-bener lagi kesepian gak ada temen, kangen sama mama papa kangen masakan rumah, kalau kangen banget sampe nangis si, kayak misal ni aku lagi sakit, terus pengen ada sama mama papa ya aku nangis nelpon kayak anak kecil gitu hihi” (AGRP, 2018).*

*Homesickness* merupakan fenomena yang sering dikaitkan dengan masalah kesulitan penyesuaian dan masalah kesehatan, serta gangguan klinis (Uchenna, Opeyemi, & Janet, 2013). Individu yang mengalami *homesickness* akan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru dikarenakan rasa ingin tetap berada di lingkungan yang lama, kesehatan individu yang mengalami *homesickness* juga akan terpengaruh karena *homesickness* menekan psikis individu secara tidak langsung hal ini berkaitan dengan kesehatan individu, serta gangguan klinis pun mungkin dapat terjadi oleh individu yang mengalami *homesickness*.

*Homesickness* terjadi disemua kalangan anak-anak, remaja, hingga dewasa. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *homesickness* pada individu salah satunya yaitu kesulitan dalam penyesuaian diri. Seperti yang dikutip dalam penelitian Tartakovsky (2007) bahwa *homesickness* pada mahasiswa akan berkurang seiring waktu, namun berbeda pada karyawan *homesickness* yang dirasa karyawan akan semakin bertambah atau kuat dengan seiring waktu dia berada di lingkungan baru. Studi yang dilakukan pada mahasiswa dan karyawan ini menunjukkan adanya inkonsistensi yang menjelaskan bahwa *homesickness* dipengaruhi oleh penyesuaian diri pada individu tersebut yang berada di lingkungan baru.

Gerungan (Yunizon, 2016) menyatakan bahwa terdapat empat jenis hubungan antara lingkungan dengan individu, yaitu individu tidak dapat selaras atau bertentangan dengan lingkungan, individu dapat mempergunakan lingkungan, individu dapat terlibat dengan lingkungan, dan individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Lingkungan disini ialah lingkungan fisik seperti alam dan benda-benda yang kongkret, maupun lingkungan psikis seperti jiwa raga manusia dalam lingkungan, ataupun lingkungan rohaniah seperti *objective Geist* berarti keyakinan-keyakinan, ide-ide, dan filsafat-filsafat yang terdapat di lingkungan individu. Berdasarkan pendapat di atas menjelaskan bahwa penyesuaian individu dengan lingkungannya terbagi kedalam empat jenis.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Aprianti menjelaskan bahwa perantau sangat sulit untuk melakukan penyesuaian diri di lingkungan baru karena

kebudayaan yang berada di lingkungan baru berbeda dengan kebudayaan dari daerah asal (Aprianti, 2012).

Davidoff (Wijaya & Pratitis, 2012) penyesuaian diri merupakan suatu respon individu yang mencari jalan tengah agar kondisi yang ada di dalam diri dan tuntutan dari lingkungan luar terpenuhi, namun didalam penyesuaian diri ini setiap individu akan menghasilkan respon yang berbeda-beda, sebagian individu dapat berhasil dalam memberikan respon yang sesuai dengan lingkungan dan yang ada di dalam diri sehingga individu tersebut dapat dikatakan berhasil dalam penyesuaian diri. Akan tetapi tidak sedikit juga individu mengalami kesulitan dalam mencari titik temu antara apa yang ada di dalam diri dan tuntutan dari lingkungan, individu yang seperti ini seringkali disebut dengan *maladjustment*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aprianti menunjukkan bahwa perantau mengalami hambatan atau kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kebudayaan di tempat yang baru karena berbeda dari daerah asal mereka sebelumnya. Mahasiswa yang merantau akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru karena mereka dituntut harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, lingkungan sosial, dan kebudayaan yang baru (Aprianti, 2012).

Mahasiswa perantau biasanya akan menghadapi perubahan-perubahan dari berbagai aspek kehidupan, yaitu seperti perubahan peran, perilaku, dan harapan sosial, sehingga diperlukan untuk dapat menyesuaikan diri agar dapat menghadapi situasi tersebut dengan berhasil (Nadlyfah & Kustanti, 2018).

Penyesuaian diri menjadi permasalahan yang umum terjadi di kalangan mahasiswa perantau terlebih lagi di kalangan mahasiswa yang baru mulai merantau dan baru menjalani masa perkuliahan di tahun pertama. Mahasiswa yang baru merantau akan mengalami masa transisi memasuki perguruan tinggi dan tidak dapat dipungkiri akan menghadapi sejumlah permasalahan, berbagai permasalahan dan tekanan yang dihadapi akan menuntut mahasiswa perantau untuk dapat memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik terhadap lingkungan baru.

Individu yang mengalami *homesickness* dapat disebabkan oleh sulitnya dalam melakukan penyesuaian diri. Vingerhoets mengatakan bahwa *homesickness*

hampir identik dengan kegagalan individu dalam menyesuaikan diri terhadap situasi yang baru (Vingerhoets, 1997).

Penelitian ini dilakukan dengan harapan kelak dapat memberikan kontribusi bagi banyak mahasiswa untuk dapat melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang baru dengan baik sehingga disaat mahasiswa kerap merasakan *homesickness* dapat bertahan dalam melakukan tugas-tugasnya di tempat baru tersebut tanpa hambatan dari rasa rindu yang dirasa saat itu, semoga tidak ada mahasiswa yang tidak dapat menahan rasa *homesickness* yang akhirnya memutuskan untuk pulang ke kampung halaman dan tidak kembali lagi ke wilayah dimana mereka masih mempunyai tugas yaitu menyelesaikan kuliahnya, atau setidaknya mahasiswa dapat mengurangi atau menimalisir perasaan *homesickness* tersebut yang mempunyai banyak dampak negatif pada individu yang merasakannya.

Penelitian sebelumnya tentang *homesickness* dengan judul “*Homesickness in University Students: The Role of Multiple Place Attachment*” dengan hasil “ikatan yang positif terhadap tempat tinggal baru dapat mengurangi kerinduan” (Scopelliti & Tiberio, 2010). Penelitian yang serupa tentang *homesickness* dengan judul “*Self Efficacy, Self Esteem, and Gender As Factors Predicting Homesickness of Freshmen*” disimpulkan bahwasanya *self efficacy* dan *self esteem* menjadi faktor yang signifikan dalam *homesickness* pada mahasiswa baru (Uchenna, Opeyemi, & Janet, 2013).

Penelitian yang serupa tentang *homesickness* dengan judul “*Homesickness and Adjustment in University Students*” disimpulkan bahwasanya penting adanya penyesuaian yang positif sebagai strategi dalam mengatasi pemisahan dari keluarga yang menyebabkan *homesickness* pada mahasiswa, penyesuaian positif untuk pemisahan dari rumah dapat meningkatkan pengalaman, membentuk hubungan yang baru, meningkatkan resiliensi, dan mempersiapkan mahasiswa untuk menjadi orang yang sukses di masa depan (A. Thurber & A. Walton, 2012).

Penelitian kali ini, peneliti mencoba untuk meneliti tentang penyesuaian diri dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penelitian ini termasuk orisinal karena meskipun

ada beberapa penelitian yang meneliti tentang *homesickness* dan penyesuaian diri pada mahasiswa namun penelitian tersebut dilakukan di negara lain, sedangkan pengambilan data pada penelitian ini akan dilakukan pada mahasiswa rantau (luar pulau Jawa) tahun pertama di Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang termasuk baru.

Berdasarkan berbagai tinjauan diatas mengenai penyesuaian diri dengan *homesickness* mahasiswa rantau tahun pertama, membuat peneliti tertarik dan ingin mengetahui lebih dalam lagi mengenai hal tersebut

## **B. Perumusan Masalah**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan *Homesickness* pada Anak Rantau Tahun Pertama di Unissula?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan antara penyesuaian diri dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan atau tambahan literatur dalam bidang kesehatan mental dan psikologi abnormal terkait penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap *homesickness* pada mahasiswa rantau di tahun pertama.

## 2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada mahasiswa, dosen, serta institusi pendidikan, khususnya mahasiswa rantau di tahun pertama sebagai salah satu pertimbangan intervensi terhadap penyesuaian diri di perguruan tinggi untuk mengurangi perasaan *homesickness*.