

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sebagai seseorang yang lahir dan bertumbuh di Indonesia, tentunya kita memiliki banyak sekali kebiasaan yang menjadi sebuah kegiatan yang turun-temurun dan biasa dilakukan dari setiap asal daerah tempat kita dilahirkan, salah satunya adalah merantau. Merantau adalah sebuah kegiatan meninggalkan kampung halaman atas kemauan dari diri sendiri dalam jangka waktu tertentu dan memiliki tujuan untuk mencari penghidupan yang layak, menuntut ilmu, ataupun mencari pengalaman (Debora dkk, 2021). Merantau ini dilakukan oleh banyak orang untuk memperbaiki kualitas hidup ke arah yang lebih baik. Salah satu motif seseorang untuk merantau adalah menuntut ilmu, yang dimana kegiatan ini tentunya juga dilakukan oleh calon mahasiswa yang akan menduduki bangku perguruan tinggi. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Debora dkk (2021) bahwa mahasiswa yang melakukan kegiatan merantau ini biasanya memiliki tujuan untuk meraih kesuksesan dengan kualitas pendidikan yang lebih baik sesuai dengan bidang yang diminati.

Keinginan calon mahasiswa untuk merantau dengan alasan menuntut ilmu membuat dirinya sudah memikirkan untuk melanjutkan pendidikannya di mana, sehingga akan memilih perguruan tinggi yang berkualitas bagus dengan akreditasi yang bagus dan pastinya sesuai dengan keinginan. Menurut Kemenristekdikti (dalam Nari dkk, 2023) bahwa perguruan tinggi terbaik di Indonesia masih terpusat

di pulau Jawa, bahkan data yang dikeluarkan oleh Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi, tentang 100 perguruan tinggi nonvokasi dengan ranking tertinggi menunjukkan bahwa sembilan dari sepuluh perguruan terbaik di Indonesia berada di pulau Jawa. Salah satu perguruan tinggi negeri terbaik yang ada di pulau Jawa yaitu Universitas Diponegoro, yaitu tepatnya di Semarang, Jawa Tengah. Posisi Universitas Diponegoro yang berada di Semarang Jawa Tengah dengan letak di tengah-tengah Pulau Jawa mendatangkan banyak calon mahasiswa baru yang merantau dari berbagai kota, tidak hanya kota-kota kecil di pelosok Indonesia, tetapi juga kota-kota besar dan metropolitan seperti DKI Jakarta. Proses merantau pada mahasiswa tentunya tidak semudah yang dibayangkan, mereka akan menghadapi banyak hal terkait dengan identitasnya sebagai mahasiswa dan perpindahannya dari daerah asal dengan segala bentuk keberagaman budaya, kebiasaan, bahasa, nilai, dan norma yang tentunya berbeda dengan yang ada di tanah rantau.

Sejalan dengan yang dikatakan oleh Hurlock (dalam Hediati dkk, 2020), bahwa mahasiswa rantau akan menghadapi penyesuaian yang baru ketika berada di lingkungan perantauan, seperti ketidakhadiran orang tua atau keluarga, perbedaan sistem pertemanan, bentuk komunikasi yang berbeda dengan teman baru, dan penyesuaian terhadap norma dan aturan masyarakat di lingkungan tersebut. Hediati dkk (2020) juga mengungkapkan bahwa mahasiswa rantau akan mengalami permasalahan dalam kepercayaan diri, kekhawatiran terhadap nilai yang diperoleh dalam hal akademik, kesulitan menjalin hubungan sosial, kesulitan pengelolaan keuangan, dan *homesick*. Begitu juga dengan mahasiswa rantau yang berasal dari

kota metropolitan, khususnya DKI Jakarta yang dimana proses perantauan dari asal kota metropolitan ke kota Semarang yang merupakan salah satu kota besar multikultural memunculkan berbagai permasalahan seperti persaingan yang ketat dalam hal akademik dan non akademik, standar akademik yang tinggi, rasa kesepian dan keterasingan ketika berada di lingkungan sosial yang baru dan jauh dari keluarga, perbedaan budaya yang meliputi kebiasaan lokal, etika, norma sosial, dan bahasa yang tentunya berbeda, dan lain sebagainya. Berdasarkan permasalahan ini, seorang mahasiswa rantau harus menyesuaikan diri di lingkungan yang baru. Sejalan dengan yang dikatakan oleh Manery dkk (2023) bahwa mahasiswa rantau dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian diri agar dapat hidup dan bergaul secara wajar di dalam lingkungan, sehingga mahasiswa tersebut memiliki kepuasan dalam diri dan lingkungannya. Sesuai juga dengan pendapat yang dikatakan oleh Hutabarat & Nurchayati (2021) bahwa mahasiswa rantau membutuhkan penyesuaian diri di berbagai bidang kehidupan agar mereka sukses meraih apa yang mereka usahakan.

Menurut Schneiders (1964) Penyesuaian diri adalah upaya yang dilakukan seseorang agar dapat menyelesaikan permasalahan, rintangan juga frustrasi demi memenuhi kebutuhan dan tuntutan yang diterima oleh diri sendiri maupun lingkungan. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Lusi (2021) bahwa kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk menyesuaikan diri akan memfasilitasi individu tersebut dalam pemenuhan berbagai kebutuhan psikologis mereka, walaupun pada akhirnya individu akan tetap menemukan berbagai kesulitan dan frustrasi dalam pemuasan kebutuhan psikologis tersebut. Oleh karena itu, dapat kita pahami bahwa

penyesuaian diri adalah sebuah proses yang dilakukan oleh seseorang untuk memenuhi kebutuhan dan tuntutan yang berasal dari diri sendiri dan lingkungan dengan menyelesaikan permasalahan dan rintangan yang dihadapi dengan baik, sehat, dan produktif. Begitu juga dengan yang dikatakan Fitrianti & Cahyono (2020) bahwa penyesuaian diri di perguruan tinggi sangat penting untuk dilakukan, karena sebagai dasar untuk menghadapi berbagai peristiwa di kehidupan perkuliahan, seperti tuntutan yang berhubungan dengan aspek akademik, sosial, personal emosional, dan kelekatan institusi.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang penting untuk dilakukan oleh mahasiswa rantau, karena akan memberikan beberapa dampak positif bagi kehidupan mahasiswa selama di tanah perantauan. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Hidayati dkk (2016) bahwa penyesuaian diri akan berdampak positif dengan terciptanya kesehatan mental pada individu, memiliki kemampuan untuk menjalani kehidupan dengan lebih baik, terhindar dari berbagai permasalahan, dan lebih siap dalam menghadapi perubahan. Sejalan dengan yang dikatakan oleh Jamaluddin (2020) bahwa dampak positif dari penyesuaian diri yaitu, kesenangan, kepuasan terhadap kehidupan, dan tingginya kepercayaan diri yang dirasakan oleh individu. Namun, di sisi lainnya, penyesuaian diri juga dapat berdampak negatif terhadap kehidupan mahasiswa rantau. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Ardyles & Syafiq (2017) bahwa penyesuaian diri membuat individu dihadapkan dengan perbedaan bahasa, sehingga akan menimbulkan perasaan cemas, stress, dan berakhir pada *culture shock* atau gegar budaya, yang dimana individu mengalami keterkejutan dan tekanan saat berada di lingkungan yang baru. Sejalan dengan yang dikatakan

oleh Jamaluddin (2020) bahwa akan timbul rasa kekecewaan, rendah diri, frustrasi, tingkah laku agresif, dan berakhir pada menurunnya motivasi belajar ataupun prestasi belajar individu tersebut.

Proses penyesuaian diri yang dialami oleh mahasiswa rantau dapat berjalan dengan baik atau dikatakan berhasil atau mengalami kegagalan. Sesuai juga dengan yang dikatakan oleh Haber dan Runyon (dalam Subroto dkk, 2018) bahwa penyesuaian diri dikatakan baik, apabila individu memiliki persepsi yang akurat terhadap realita hidup yang dihadapinya, memiliki gambaran diri yang positif mengenai kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, memiliki hubungan interpersonal yang baik dan hangat, dan mampu mengatasi berbagai tekanan dan kecemasan, sehingga terampil mengolah perasaan dan emosi yang dimiliki. Begitu juga sebaliknya, penyesuaian diri yang dialami oleh mahasiswa rantau juga dapat mengalami kegagalan atau tidak berjalan dengan baik dan sesuai dengan yang diharapkan. Jamaluddin (2020) di dalam penelitiannya mengatakan bahwa kegagalan dalam penyesuaian diri adalah ketika seorang individu memberikan sebuah respon atau reaksi yang kurang tepat terkait setiap masalah yang dihadapinya, situasi dan kondisi emosi yang tidak terkontrol, dan berbagai keadaan yang kurang menguntungkan dirinya.

Sejalan dengan yang dikatakan oleh Candrawati (2019) bahwa individu yang gagal dalam penyesuaian diri ditandai dengan ketidakmampuan melihat konsep diri, tertekan, dan perasaan frustrasi karena tidak dapat mengatasi hambatan untuk memenuhi kebutuhan. Menempuh pendidikan di tanah perantauan memang tidak semudah di kampung halaman, sehingga menuntut seorang mahasiswa rantau

untuk menghadapi berbagai proses penyesuaian diri agar dapat hidup dengan baik dan mencapai tujuan yang diinginkan. Sejalan dengan yang dikatakan oleh Subroto dkk (2018) ketika di perantauan, mahasiswa rantau akan dihadapkan pada berbagai perubahan, perbedaan, dan tututan, yang dimana sebelumnya hidup dengan campur tangan orangtua, akan tetapi harus mandiri, mencapai keberhasilan dalam pendidikan dan aktivitas psikososial, dan sistem pembelajaran di perguruan tinggi, sehingga diperlukan adanya penyesuaian diri.

Penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Agustiani (2006) beberapa faktor penyesuaian diri diantaranya, yaitu kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, psikologis, dan budaya. Kondisi fisik berupa keturunan, kesehatan, dan bentuk tubuh. Perkembangan dan kematangan berupa perkembangan intelektual, emosional, sosial, dan moral. Faktor psikologis berupa pengalaman individu, frustrasi, dan konflik yang dialami. Faktor lingkungan berupa kondisi keluarga dan rumah. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Siregar & Kustanti (2020) di dalam penelitiannya, bahwa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu, psikologis, fisiologis, perkembangan dan kematangan, budaya, dan agama. Begitu juga dengan yang dikatakan oleh Schneiders (1964) bahwa faktor penyesuaian diri terdiri dari kondisi fisik, kepribadian, edukasi, lingkungan, agama, dan budaya. Berbeda dengan beberapa faktor lainnya adalah kepribadian. Kepribadian yang dimaksud disini adalah kemampuan dan kemauan seorang individu untuk berubah, melakukan pengaturan diri, realisasi diri, dan meningkatkan intelegensi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman penyesuaian diri mahasiswa perantauan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Mahasiswa rantau yang tertarik untuk diteliti oleh peneliti adalah yang berasal dari kota besar dan metropolitan, khususnya DKI Jakarta. Penelitian sebelumnya membahas tentang penyesuaian diri dengan desain studi kuantitatif dan bersifat satu arah, sehingga tidak dapat mengukur, menungkap pola-pola yang tidak terlihat, serta menjelajahi pengalaman subjektif yang dialami oleh individu. Selain itu, topik mengenai pengalaman penyesuaian diri ini bersifat suatu proses kehidupan yang panjang (*life long process*) yang dialami oleh setiap individu dengan beragam perbedaan, seperti kendala, waktu, strategi, hingga dampak yang dirasakan. Peneliti menganggap bahwa penelitian ini penting untuk dilakukan dengan desain studi kualitatif karena dapat menambah informasi, pengetahuan, dan gambaran yang sangat rinci secara deskriptif, sehingga peneliti dapat mengeksplorasi perasaan, motivasi, dan makna terkait pengalaman dan proses penyesuaian diri mahasiswa rantau yang berasal dari kota metropolitan, khususnya DKI Jakarta ke kota Semarang, yang dimana kedua kota ini adalah kota besar dengan perbedaan pola kehidupan yang signifikan. Perbedaan ini dapat dilihat dari kebudayaan, perbedaan bahasa yang digunakan, tradisi, nilai-nilai yang dianut, dan gaya hidup masyarakatnya. Peneliti ingin mengetahui kendala, tantangan, fenomena gegar budaya, faktor yang berperan penting dalam proses penyesuaian diri, serta cara yang ditempuh untuk mengatasi berbagai persoalan dalam proses penyesuaian diri di tanah perantauan, yaitu Kota Semarang, Jawa Tengah.

B. Rumusan Masalah

Dari pernyataan diatas, diperoleh sebuah rumusan masalah, yaitu bagaimana pengalaman penyesuaian diri mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengalaman penyesuaian diri mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberikan manfaat bagi seluruh kalangan, diantaranya :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat sebagai referensi hasil penelitian terbaru pada bidang ilmu yang berkaitan khususnya ilmu psikologi bidang Psikologi Sosial dan Perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini bermanfaat sebagai sebuah refleksi pengalaman penyesuaian diri yang dialami agar menemukan proses penyesuaian diri yang tepat saat berada di tanah perantauan.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini bermanfaat bagi mahasiswa agar mengetahui kendala, tantangan, faktor yang berpengaruh penting dalam proses penyesuaian diri dan cara mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan penyesuaian diri.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan manfaat bagi peneliti karena memberikan informasi mengenai pengalaman penyesuaian diri mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.