

**HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF BELONGING* DENGAN
HOMESICKNESS PADA MAHASISWA RANTAU TAHUN PERTAMA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Gustiara Nafasatul Nur Aziza¹, Jati Ariati¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

gustiaranafasatul.nuraziza20@gmail.com

ABSTRAK

Transisi menuju perguruan tinggi merupakan masa yang penuh tantangan bagi mahasiswa, terutama bagi mahasiswa rantau. Mahasiswa rantau harus menyesuaikan diri dengan kehidupan akademik di universitas dan kehidupan sosial di lingkungan baru. Proses adaptasi ini sering kali menimbulkan *homesickness*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *sense of belonging* dan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelatif dengan melibatkan 194 mahasiswa rantau tahun pertama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Teknik penentuan sampel yang digunakan yaitu teknik *convenience sampling* dan analisis data yang digunakan yaitu analisis *Spearman's rho*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *sense of belonging* (20 butir, $\alpha = 0.862$) dan skala *homesickness* (23 butir, $\alpha = 0.893$). Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *sense of belonging* dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro ($r_{xy} = -0.365$, $p < 0.001$). Artinya, semakin tinggi *sense of belonging* yang dimiliki mahasiswa rantau, semakin rendah *homesickness* yang dialami, dan sebaliknya.

Kata kunci: *homesickness*; mahasiswa rantau; *sense of belonging*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SENSE OF BELONGING AND
HOMESICKNESS IN FIRST YEAR RANTAU STUDENTS IN FACULTY OF
PUBLIC HEALTH OF DIPONEGORO UNIVERSITY**

Gustiara Nafasatul Nur Aziza¹, Jati Ariati¹

¹*Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, Central Java 50275*

gustiaranafasatul.nuraziza20@gmail.com

ABSTRACT

The transition to university is a challenging period for students, especially for rantau students. Rantau students must adjust to academic life at the university and social life in a new environment. This adaptation process often leads to homesickness. This study aims to empirically examine the relationship between sense of belonging and homesickness among first-year rantau students at the Faculty of Public Health, Diponegoro University. The research method used is correlational quantitative, involving 194 first-year rantau students from the Faculty of Public Health at Diponegoro University. The sampling technique employed was convenience sampling, and data analysis was conducted using Spearman's rho correlation. The instruments used in this study were the sense of belonging scale (20 items, $\alpha = 0.862$) and the homesickness scale (23 items, $\alpha = 0.893$). The results indicate a significant negative correlation between sense of belonging and homesickness among first-year rantau students at the Faculty of Public Health, Diponegoro University ($r = -0.365$, $p < 0.001$). This means that the higher the sense of belonging experienced by rantau students, the lower the homesickness they feel, and vice versa.

Keywords: *homesicknes; rantau students; sense of belonging*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Era integrasi internasional seperti saat ini, jumlah mahasiswa di Indonesia terus mengalami peningkatan. Berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (2023), terdapat sekitar 9,8 juta mahasiswa terdaftar di perguruan tinggi. Jumlah mahasiswa tersebut meningkat sekitar 557 mahasiswa dari tahun sebelumnya. Peningkatan ini justru berbanding terbalik dengan jumlah perguruan tinggi yang mengalami penurunan. Jumlah perguruan tinggi menurun 1,88% dari tahun sebelumnya sehingga tersisa 4.437 perguruan tinggi. Dari jumlah tersebut, sebanyak 2.153 perguruan tinggi atau sekitar 48% berada di Pulau Jawa. Data tersebut menunjukkan bahwa hampir setengah dari jumlah perguruan tinggi yang ada di Indonesia terpusat di Pulau Jawa.

Persebaran perguruan tinggi yang terakreditasi unggul juga didominasi di Pulau Jawa. Berdasarkan data dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) diketahui bahwa 108 dari 145 perguruan tinggi yang terakreditasi unggul terletak di Pulau Jawa (Caesaria & Prastiwi, 2024). Persebaran kualitas perguruan tinggi yang tidak seimbang menjadi faktor pendorong banyak mahasiswa pergi meninggalkan daerah asal untuk melanjutkan pendidikan yang lebih baik di Pulau Jawa (Prasetio dkk., 2020).

Perguruan tinggi yang terakreditasi unggul dan banyak menjadi pilihan calon mahasiswa dalam melanjutkan pendidikan tinggi di Pulau Jawa adalah

Universitas Diponegoro. Pada jalur Seleksi Nasional Penerimaan Mahasiswa Baru (SNPMB) 2024, Universitas Diponegoro menempati peringkat kedua perguruan tinggi negeri akademik dengan pendaftar terbanyak. Tercatat jumlah peminat program pendidikan sarjana dan diploma Universitas Diponegoro mencapai 34.658 peminat (Humas Undip, 2024).

Pada tahun 2024, Universitas Diponegoro menerima 11.196 mahasiswa baru program sarjana (Humas Undip, 2024). Dari jumlah tersebut, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro menerima sebanyak 458 mahasiswa baru. Mahasiswa baru Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro tidak hanya berasal dari Semarang, melainkan dari berbagai daerah. Menurut data Biro Akademik Universitas Diponegoro, jumlah mahasiswa angkatan 2024 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro yang berasal dari luar Kabupaten/Kota Semarang adalah 388 mahasiswa. Data tersebut menunjukkan tingginya jumlah mahasiswa rantau di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro.

Mahasiswa rantau yaitu mahasiswa yang menempuh pendidikan di tingkat perguruan tinggi yang berbeda dari daerah asalnya (Halim & Dariyo, 2016). Kondisi ini mengharuskan mahasiswa untuk meninggalkan rumah dalam jangka waktu tertentu selama menjalani masa pendidikan. Permata dan Listiyandini (2015) menjelaskan bahwa mahasiswa merantau biasanya bertujuan untuk mencapai kesuksesan melalui pendidikan yang lebih berkualitas di perguruan tinggi yang diinginkan. Selain itu, merantau juga dianggap sebagai upaya pembuktian kualitas

diri dalam proses menuju dewasa yang dapat bertanggung jawab dan mandiri (Subroto dkk., 2018).

Berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (2023), mahasiswa program sarjana berada pada kisaran usia 18-24 tahun. Menurut Arnett (2015), seseorang dengan rentang usia 18-25 tahun berada pada masa *emerging adulthood*. Masa *emerging adulthood* adalah transisi dari masa remaja menuju masa dewasa. Masa ini dialami sebagai masa tanggung jawab baru, masa penuh kemandirian, dan masa eksplorasi. Istanto dan Engry (2019) menjelaskan bahwa pada masa *emerging adulthood*, seseorang akan mengeksplorasi berbagai kemungkinan dalam hidup seperti pekerjaan, cinta, dan pendidikan. Hal ini termasuk dalam menempuh pendidikan yang jauh dari keluarga dan tempat tinggalnya atau menjadi mahasiswa rantau.

Ketika mahasiswa memutuskan untuk menempuh pendidikan di luar daerah asalnya, mahasiswa akan dihadapkan dengan perubahan, tantangan, dan perbedaan yang menuntut penyesuaian (Subroto dkk., 2018). Mahasiswa yang sebelumnya tinggal bersama orang tua diharuskan untuk menjalani kehidupan secara mandiri, memenuhi berbagai tuntutan sosial terkait keberhasilan akademik dan aktivitas psikososial, memikul tanggung jawab pribadi, serta menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran yang berlaku di perguruan tinggi. Mahasiswa rantau juga harus menghadapi tantangan penyesuaian sosial untuk mengelola hubungan dengan orang-orang dari daerah asal dan menjalin relasi baru dengan orang-orang di perguruan tinggi (Booker dkk., 2022). Selain itu, mahasiswa rantau juga menghadapi berbagai perbedaan antara daerah asal dan perantauan. Perbedaan tersebut meliputi

perbedaan lingkungan sosial, bahasa, kebiasaan sehari-hari, karakter, norma yang berlaku, dan makanan (Septiawan dkk., 2024). Perbedaan budaya, bahasa, adat istiadat, hingga gaya komunikasi dapat menjadi penyebab munculnya kesulitan adaptasi bagi mahasiswa rantau (Putri dkk., 2024). Mahasiswa rantau kerap merasa kesulitan memahami bahasa daerah dan menyesuaikan diri dengan kebiasaan lokal, sehingga proses adaptasi bisa berjalan lambat dan berpotensi menimbulkan tekanan emosional serta perasaan terasing. Apabila mahasiswa rantau tidak bisa menyesuaikan diri, perbedaan dan tantangan yang dihadapi seringkali menyebabkan *homesickness* (Istanto & Engry, 2019).

Homesickness didefinisikan sebagai *mini grief* atau duka mini, suatu kondisi emosi negatif yang disebabkan oleh perpisahan dari rumah dan figur lekat (Stroebe dkk., 2015). Hal ini ditandai dengan kerinduan yang mendalam pada rumah, pikiran yang terfokus pada rumah, serta seringkali membuat seseorang kesulitan menyesuaikan diri di lingkungan baru. Croom dkk. (2022) turut memaknai *homesickness* sebagai pengalaman emosional yang mengganggu akibat perpisahan dari rumah, keluarga, orang-orang yang dikenal, dan lingkungan yang sudah terbiasa.

Homesickness dapat dialami oleh semua orang dari segala budaya dan usia, serta dalam berbagai situasi ketika meninggalkan rumah (Stroebe dkk., 2015). *Homesickness* dapat terjadi ketika seseorang bepergian dalam rentang waktu yang lama seperti imigran maupun dalam rentang waktu yang pendek seperti mahasiswa. Dalam konteks mahasiswa, Biasi dkk. (2018) menjelaskan bahwa transisi ke perguruan tinggi sering kali dianggap sebagai peristiwa penting dalam hidup yang

menarik tetapi juga dapat berdampak negatif pada fungsi psikologis. Hal ini sejalan dengan Thurber dan Walton (2012) yang mengemukakan bahwa perpindahan dari tinggal bersama keluarga di rumah menjadi tinggal di perantauan saat memasuki perguruan tinggi merupakan transisi yang signifikan bagi mahasiswa rantau. Bagi sebagian mahasiswa rantau menganggap transisi ini merupakan pengalaman yang menyenangkan dan menantang sekaligus menstimulasi perkembangan sosial dan intelektual. Namun, bagi mahasiswa lainnya, transisi ini dapat terasa sangat berat dan menimbulkan stres atau tekanan emosional. Lebih lanjut, perubahan pada rutinitas baru, lingkungan sosial, dan tuntutan yang dirasakan dapat menyebabkan *homesickness* yang intens.

Mahasiswa rantau yang berada pada masa *emerging adulthood* seharusnya sudah dapat bertanggung jawab atas keputusan yang telah diambil termasuk keputusan untuk menempuh pendidikan yang jauh dari daerah asal (Istanto & Engry, 2019). Selain itu, mahasiswa rantau yang telah memasuki masa dewasa awal seharusnya mempunyai kemandirian untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru sehingga tidak terlalu rentan mengalami *homesickness*. Hal ini selaras dengan Baier dan Welch (1992) yang mengemukakan bahwa *homesickness* lebih sering dialami oleh anak-anak dibandingkan dengan orang dewasa.

Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa masih ditemukan mahasiswa rantau yang mengalami indikasi *homesickness*. Studi pendahuluan tersebut dilakukan terhadap enam mahasiswa rantau tahun pertama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro melalui wawancara pada tanggal 5-12 Desember 2024. Berdasarkan wawancara tersebut, dua mahasiswa mengaku tidak

merasakan *homesickness* sejak awal kuliah. Hal ini karena menurut penilaian mahasiswa tersebut, mahasiswa merasa sudah terbiasa hidup mandiri dan mempunyai kemampuan adaptasi yang baik. Sementara itu, empat mahasiswa yang berinisial S, N, R, dan I mengalami indikasi *homesickness*. Indikasi *homesickness* yang dirasakan subjek S, N, R, dan I adalah kangen keluarga dan suasana rumah, sedih dan menangis ketika mengingat rumah, nafsu makan berkurang, kesepian, merasa kehilangan dukungan, dan merasa terasing seperti tidak punya teman padahal mempunyai banyak teman. Selain itu, keinginan pulang ke rumah terkadang membuat subjek N tidak mengikuti kegiatan mahasiswa karena memilih pulang ke rumah.

Penelitian mengenai *homesickness* pada mahasiswa rantau di Indonesia juga menemukan bahwa *homesickness* masih menjadi permasalahan bagi mahasiswa rantau di berbagai wilayah dan institusi pendidikan. Penelitian Nusi dkk. (2022) yang melibatkan 105 mahasiswa rantau di Kota Makassar menemukan bahwa mayoritas mahasiswa (85%) mengalami *homesickness* tinggi. Persebaran lainnya 15% mengalami *homesickness* rendah. Selanjutnya, penelitian Kamilah dkk. (2024) yang melibatkan 100 mahasiswa rantau tahun pertama di Kota Malang menemukan bahwa mayoritas mahasiswa rantau mengalami *homesickness* pada kategori sedang sebesar 72%. Persebaran lainnya yaitu 12% tergolong rendah dan 16% tergolong tinggi. Lebih lanjut, penelitian Rohmatun (2024) terhadap 116 mahasiswa rantau tahun pertama di Departemen Teknologi Industri Sekolah Vokasi Universitas Diponegoro. Hasil yang diperoleh melalui penelitian tersebut menunjukkan bahwa 11 mahasiswa mengalami *homesickness* yang tergolong tinggi, 44 mahasiswa

tergolong sedang, 57 mahasiswa tergolong rendah, dan 4 mahasiswa tergolong sangat rendah.

Homesickness dapat menimbulkan dampak negatif bagi mahasiswa rantau. *Homesickness* yang intens dapat menurunkan konsentrasi dan kemampuan untuk berprestasi (Stroebe, 2002). English dkk. (2017) juga memaparkan bahwa mahasiswa tahun pertama dengan *homesickness* yang tinggi mengalami penyesuaian diri yang buruk dan kesulitan menjalin interaksi sosial di perguruan tinggi. Selain itu, mahasiswa rantau yang mengalami *homesickness* cenderung melaporkan masalah tekanan psikologis dan kesulitan tidur (Biasi dkk., 2018), masalah kesehatan mental seperti kesepian, cemas, masalah penurunan motivasi akademik (Afrilia & Siregar, 2024), masalah keterlibatan akademik (Almocera dkk., 2020), masalah performa akademik dan kecenderungan meninggalkan universitas (Sun dkk., 2016).

Adanya berbagai dampak negatif dari *homesickness* di atas menunjukkan perlunya pengetahuan lebih lanjut terkait faktor-faktor yang dapat memicu *homesickness* pada mahasiswa rantau. Menurut Watt dan Badger (2009) *homesickness* dapat dipengaruhi oleh *sense of belonging*. *Sense of belonging* merupakan keterikatan dan keterlibatan mahasiswa dalam lingkungan universitas yang memunculkan perasaan diterima dan menjadi bagian di dalamnya (Lestari & Dewi, 2020).

Riset yang dilakukan oleh Lestari (2021) menyatakan bahwa *sense of belonging* berhubungan negatif dan signifikan dengan *homesickness*. Hal ini berarti bahwa ketika *sense of belonging* pada santri tinggi, maka *homesickness* yang

mereka alami akan semakin rendah, begitu juga sebaliknya. Sejalan dengan riset tersebut, Isnain dan Ahmad (2023) juga menemukan bahwa *sense of belonging* berhubungan negatif dan signifikan dengan *homesickness* pada kalangan siswa kelas X SMA yang tinggal di asrama.

Homesickness masih menjadi masalah dalam dunia pendidikan yang relevan untuk diteliti. *Homesickness* yang tidak diatasi dapat berdampak pada kesejahteraan emosional, keberhasilan akademik, dan adaptasi sosial di lingkungan yang baru (Afrilia & Siregar, 2024). Oleh karena itu, penelitian pada populasi berbeda diperlukan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab *homesickness* dan cara mengatasinya. Adanya gap penelitian berupa gap populasi menyebabkan peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *sense of belonging* dan *homesickness*. Penelitian sebelumnya oleh Lestari (2021) berfokus pada populasi santri SMP kelas tujuh di pondok pesantren dan penelitian Isnain dan Ahmad (2023) berfokus pada populasi siswa SMA kelas sepuluh di *boarding school*. Peneliti belum menemukan peneliti lain yang spesifik menggambarkan hubungan antara *sense of belonging* dan *homesickness* pada populasi mahasiswa rantau tahun pertama.

Penjelasan di atas menjadikan peneliti tertarik meneliti secara lebih lanjut hubungan antara *sense of belonging* dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Peneliti memiliki dua alasan untuk melakukan penelitian ini. Pertama, peneliti ingin mendapatkan data terkait hubungan antara *sense of belonging* dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama. Kedua, penelitian terkait *sense of belonging*

dengan *homesickness* pada populasi mahasiswa rantau tahun pertama masih terbatas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang terkait hubungan antara *sense of belonging* dan *homesickness*, permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara *sense of belonging* dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *sense of belonging* dan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan acuan serta memberikan sumbangsih terhadap pengembangan literatur di bidang Psikologi, khususnya mengenai *sense of belonging* dan *homesickness*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat kesadaran mahasiswa rantau tentang pentingnya membangun *sense of belonging* dengan lingkungan kampus

untuk mengatasi *homesickness* dan membantu penyesuaian diri saat berada di perantauan.

b. Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi dalam merancang kebijakan dan program yang mendukung *sense of belonging* mahasiswa rantau guna meningkatkan kesejahteraan dan penyesuaian diri mahasiswa di lingkungan kampus.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya literatur dan menjadi acuan yang relevan dengan topik penelitian serupa.