

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara yang memiliki kekayaan ragam budaya, agama, suku, dan adat istiadat. Hal tersebut didukung dengan letak geografis Indonesia yang membentang luas dari Sabang sampai Merauke dengan semboyan Bhineka Tunggal Ika. Tingginya tingkat gerak sosial-geografis memungkinkan terjadinya kontak budaya diantara penduduk Indonesia (Devinta,dkk. 2015). Mahasiswa adalah salah satu bagian dari masyarakat yang memiliki peran penting dalam lingkungan pendidikan, sosial, hukum, dan lain sebagainya. Mahasiswa adalah individu yang sedang menimba ilmu di perguruan tinggi yang mana akan menjadi salah satu bagian sebagai penerus bangsa Indonesia. Mahasiswa dapat menempuh pendidikannya di salah satu bentuk perguruan tinggi pilihannya seperti akademik, sekolah tinggi, institute, politeknik, maupun universitas.

Berdasarkan data statistika yang berasal dari Badan Pusat Statistika jumlah perguruan tinggi yang ada di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 3.293 baik negeri maupun swasta. Sedangkan jumlah mahasiswa yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta pada tahun 2018 sebanyak 552.621 mahasiswa (BPS, 2018). Jumlah perguruan tinggi yang ada di Indonesia pada tahun 2020 sebanyak 2.136. Dengan banyaknya perguruan tinggi, tidak sedikit calon mahasiswa memilih perguruan tinggi yang jauh dari tempat tinggalnya atau kampung halamannya atau biasa disebut merantau (Kemendikbud, 2020).

Merantau merupakan istilah yang biasa digunakan bagi mahasiswa yang meninggalkan rumah atau kampung halaman untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Menurut Naim (Sari, 2018), Merantau merupakan kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang meninggalkan kampung halamannya atas kemauan

sendiri dalam jangka waktu yang telah ditentukan dan dengan tujuan mencari penghidupan, menuntut ilmu, atau mencari pengalaman. Beberapa kota besar di Indonesia yang dijadikan tujuan utama untuk melanjutkan studi tingkat perguruan tinggi di Pulau Jawa yaitu, Jakarta, Bandung, Bogor, Purwokerto, Yogyakarta, Malang, Solo, Semarang dan Surabaya. Kota-kota pendidikan tersebut memiliki banyak pilihan universitas maupun sekolah tinggi dengan sarana dan prasarana yang lengkap, tempat dan iklim yang kondusif sebagai tempat belajar, dan juga memiliki daya saing dan prestasi yang membanggakan.

Menurut data UniRank Universitas Muhammadiyah Purwokerto (UMP) menduduki peringkat 56 universitas terbaik pada tahun 2020. Hal tersebut menunjukkan bahwa perguruan tinggi berkualitas masih didominasi oleh perguruan tinggi di Pulau Jawa. Hal tersebut dikarenakan tidak meratanya kualitas pendidikan setiap wilayah Indonesia menyebabkan tingginya jumlah mahasiswa yang merantau untuk menempuh pendidikan yang lebih berkualitas dan efektif di Pulau Jawa. Universitas Muhammadiyah Purwokerto (UMP) merupakan salah satu perguruan tinggi swasta yang terletak di kota Purwokerto. Mahasiswa di kampus ini sangat beragam, baik ditinjau dari asal daerah, suku, agama, bahasa dan budaya sehingga dapat mempresentasikan keberagaman rakyat Indonesia. Sehubungan dengan hal tersebut, maka pada awal masuk tahun ajaran baru ada banyak mahasiswa baru yang datang dari berbagai daerah di Indonesia. Mahasiswa UMP berasal dari berbagai daerah di Indonesia, yaitu Jakarta, Bandung, Kalimantan, Lampung, Bogor, Solo, Cilacap, Bangka, Yogyakarta, dan bagian daerah di Indonesia lainnya.

Manusia dan kebudayaan tak terpisahkan, secara bersama-sama menyusun kehidupan. Manusia menghimpun diri menjadi satuan sosial-budaya, menjadi masyarakat. Masyarakat manusia melahirkan, menciptakan, menumbuhkan, dan mengembangkan kebudayaan: tidak ada manusia tanpa kebudayaan, dan sebaliknya tidak ada kebudayaan tanpa manusia, tidak ada masyarakat tanpa kebudayaan, tidak ada kebudayaan tanpa masyarakat. Kesadaran manusia terhadap

pengalamannya mendorongnya menyusun rumusan, batasan, definisi, dan teori tentang kegiatan-kegiatan hidupnya yang kemudian disebut kebudayaan, kedalam konsepsi tentang kebudayaan (Nurdien, 2015). Menurut Ralph Linton yang memberikan definisi kebudayaan yang berbeda dengan pengertian kebudayaan dalam kehidupan sehari-hari : “kebudayaan adalah seluruh cara kehidupan dari masyarakat dan tidak hanya mengenai sebagian tata cara hidup saja yang dianggap lebih tinggi dan lebih diinginkan” (Tasmuji, 2011). Gegar budaya biasa diartikan sebagai keadaan dimana seseorang tidak mengenal kebiasaan sosial dari kultur baru, sehingga seorang individu tersebut tidak dapat menampilkan perilaku yang sesuai dengan aturan di lingkungan baru (Dayakisni & Yuniardi, 2017). Gegar budaya dapat menimbulkan perasaan tidak percaya diri, takut, cemas, dan frustrasi pada mahasiswa. Menurut Xia (2009), *culture shock* atau gegar budaya juga disebabkan oleh perilaku tidak sesuai dengan lingkungan baru sehingga mengakibatkan stress, depresi, kecemasan, ketegangan, dan kebingungan pada individu yang berada di lingkungan baru.

Seperti yang dijelaskan pada penelitian Handono dan Bashori (2015), mahasiswa yang memiliki penyesuaian sosial dan dukungan sosial yang tinggi, stress terhadap lingkungan akan menjadi lebih rendah begitu juga sebaliknya. Dijelaskan lebih lanjut dalam jurnal Adiwaty dan Fitriyah (2015), bahwa mahasiswa akan merasakan hal yang baru sehingga diperlukan penyesuaian terhadap stresor yang ada di lingkungan perguruan tinggi yang telah dipilih. Ward (Chasannah, 2017) mengemukakan bahwa gegar budaya merupakan suatu proses aktif dalam menghadapi perubahan saat berada di lingkungan yang baru atau tidak familiar. Proses aktif tersebut terdiri dari *affective*, *behavior* dan *cognitive*, yaitu reaksi individu tersebut merasa, berperilaku, dan berpikir ketika menghadapi pengaruh budaya kedua atau berbeda dari budaya yang sebelumnya. Hall (Chasannah, 2017), mendeskripsikan gegar budaya adalah gangguan ketika segala hal yang biasa dihadapi ketika ditempat asal menjadi sama sekali berbeda dengan hal-hal yang dihadapi di tempat baru dan asing.

Gegar budaya yang paling jarang disadari oleh makhluk sosial adalah gegar budaya dalam berbahasa, yang mana berbahasa sangat penting dalam komunikasi untuk menjalin hubungan dengan orang lain, seperti adanya perbedaan penuturan kata, perbedaan pelafalan, perbedaan intonasi, dan adanya bahasa gaul, sehingga setiap individu yang memiliki perbedaan bahasa yang sangat signifikan akan sangat bermasalah dengan keadaan tersebut (Mayasari & Sumadyo, 2018). Perbedaan antara kondisi yang ada di daerah awal atau daerah yang sebelumnya mereka tinggali dengan kondisi di daerah baru dapat memunculkan hal-hal yang tidak menyenangkan bagi seorang mahasiswa pendatang atau rantau. Hal-hal yang tidak menyenangkan tersebut dapat berupa masalah perbedaan bahasa, perbedaan cara bicara, hal tersebut menjadi salah satu sumber atau penyebab dari munculnya kesulitan dalam beradaptasi pada individu yang pindah kesuatu daerah baru sehingga menyebabkan individu tersebut mengalami tekanan dan kecemasan serta menimbulkan stress (Tyas, 2017).

Stress merupakan suatu keadaan tertekan yang dialami individu, penyebab stress yang dialami juga berbeda-beda, dalam hal ini mahasiswa rantau mengalami stress dapat disebabkan karena kurang mampunya mahasiswa dalam menghadapi atau beradaptasi dengan lingkungan baru bagi dirinya. Pola interaksi sosial dengan teman baru, serta kehidupan yang jauh dari orang tua dan keluarga mendorong individu mengalami stres tersebut. Perbedaan karakteristik yang ada pada diri mahasiswa akan menentukan respon mahasiswa terhadap stress yang dihadapi, sehingga akan ada respon yang berbeda-beda dari mahasiswa terhadap sumber stress yang sama (Ningrum, 2011).

Mahasiswa yang merantau akan tinggal atau menempati lingkungan baru dan tentunya berbeda dari tempat tinggal sebelumnya. Mahasiswa merantau tentu hidup jauh dari orang tua dan teman dekatnya sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman dan berbagai macam masalah yang berkaitan dengan pola hidup, lingkungan, budaya, makanan, teman sebaya, kondisi alam (cuaca), dan sebagainya. Ketidaknyamanan tersebut menjadi salah satu penyebab yang

mempengaruhi penurunan kesehatan mahasiswa dan keinginan untuk pulang kerumah. Kondisi tersebut biasa dikenal dengan gegar budaya. Menurut Mulyana (Devinta, Hidayah, & Hendrastomo, 2015), gegar budaya timbul tidak hanya disebabkan oleh berpindahnya individu ke lingkungan yang baru, akan tetapi juga diakibatkan hilangnya tanda dan lambang hubungan yang tidak familiar dikenalnya dalam interaksi sosial, seperti petunjuk-petunjuk dalam bentuk kata-kata, isyarat-isyarat, ekspresi wajah, kebiasaan-kebiasaan, atau norma-norma yang individu peroleh semenjak individu tersebut lahir.

Gegar budaya mengacu pada efek berada dalam budaya yang akrab dan menjadi budaya asing, dialami oleh orang-orang yang bekerja, tinggal, atau belajar di luar negeri. Siapapun dapat menunjukkan gegar budaya, karena bertujuan untuk menggambarkan emosi kacau individu saat memasuki lingkungan baru. Gegar budaya sangat erat dengan keanekaragaman budaya termasuk guncangan dari lingkungan baru, wajah baru, dan adaptasi terhadap adat dan istiadat yang eksotis. Berada terpisah dari orang-orang penting dalam kehidupannya, seperti keluarga, teman, kolega, dan lainnya dapat membuat orang merasa tidak nyaman ketika adegan, suasana dan suara yang sebelumnya akrab menghilang (Lai, 2011).

Dalam dunia perkuliahan, mahasiswa rantau dituntut untuk melakukan penyesuaian diri baik akademik maupun penyesuaian di lingkungan sosial. Mahasiswa yang melakukan penyesuaian diri yang baik maka akan terhindar dari berbagai macam tekanan yang terjadi disekitarnya, namun pada kenyataannya, tidak semua mahasiswa luar daerah atau bahkan luar pulau mampu melakukan penyesuaian diri. Permasalahan penyesuaian sosial seperti perubahan interaksi sosial, pola hidup, kemandirian karena harus jauh dari orang tua, masalah pertemanan, tanggung jawab dengan segala tindakan yang dilakukannya (Rufaida & Kustanti, 2017).

Mahasiswa rantau yang tinggal jauh dari orang tuanya dituntut untuk berinteraksi dengan lingkungan baru yang ada disekitarnya serta membentuk suatu atau beberapa kelompok pertemanan untuk saling membantu satu sama lain,

karena jarak yang jauh dari orang tua sehingga menuntut mereka untuk hidup mandiri atau tidak bergantung dengan orang tua. Setiap individu juga sangat membutuhkan dukungan orang lain untuk melakukan tugas-tugas perkembangannya. Hal tersebut sejalan dengan teori yang dipaparkan oleh Papalia dan Feldman (2015), bahwa kelompok teman sebaya juga sangat mempengaruhi sikap dan perilaku, minat, dan penggambaran yang lebih besar daripada keluarga karena individu tersebut cenderung lebih bertumpu pada teman sebayanya dibandingkan dengan orang tuanya. Menurut hasil penelitian dari Reygita (2018) dukungan sosial dan coping stress pada mahasiswa dinilai sangat berpengaruh terhadap mahasiswa perantau. Hal ini memperlihatkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan coping stress yang dirasakan oleh seseorang maka semakin banyak juga bantuan, nasihat maupun informasi yang didapatkan untuk menyelesaikan suatu masalah.

Mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya atau tidak bisa meng coping stress dan tidak mendapatkan dukungan sosial maka akan timbul beberapa permasalahan pada mahasiswa rantau tersebut. Dia akan merasa sendirian, stress, gelisah, tidak bisa mengontrol emosionalnya, dan tentu akan menjadi beban fisik maupun mental terhadap mahasiswa. Hal tersebut akan sangat berpengaruh pada pribadi mahasiswa, dia akan melakukan hal-hal diluar nalar contohnya; untuk menghilangkan stress dia akan pergi ketempat-tempat yang terlarang seperti club malam dan meminum alkohol, tidak mengerjakan tugas-tugas akademik dan selalu menunda tugas yang diberikan dosen, sering bolos kuliah, tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas dikampus, mengabaikan perintah yang diberikan oleh orang tua untuk rajin belajar dan fokus kuliah, dan lain sebagainya. Hal tersebut juga akan berpengaruh pada nilai akademik mahasiswa sehingga akan menyebabkan mahasiswa tersebut di *drop out* (DO), dan tidak sedikit juga mahasiswa berhenti kuliah atau memilih pindah ke kampus lain yang lebih dekat dengan tempat tinggal asalnya. Oleh karena itu mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya dituntut untuk dapat beradaptasi dengan psikologinya. Perilaku adaptasi psikologis juga

disebut sebagai mekanisme koping. Mekanisme ini dapat berorientasi pada tugas, yang mencangkup pada penggunaan teknik pemecahan masalah secara langsung untuk menghadapi ancaman atau dapat juga mekanisme pertahanan ego, yang tujuannya untuk mengatur distress emosional, sehingga memberikan perlindungan individu terhadap ansietas dan stress (Dudi Hartono, 2016).

Penelitian ini masuk kedalam bidang keperawatan jiwa dan keperawatan komunitas. Yang mana masalah yang timbul dalam penelitian ini berpengaruh dan berkaitan dengan kondisi psikologi atau keadaan jiwa bagi mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya. Dalam bidang keperawatan jiwa kita dapat mengaplikasikan tentang koping terhadap stress dengan tindakan terapi untuk bisa mengurangi stress yang dirasakan individu. Seperti meditasi, melakukan hal-hal positif, konsultasi dengan konselor jiwa, dan lain-lain.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara kepada 10 mahasiswa rantau program studi Keperawatan S1 ditemukan bahwa mahasiswa yang mengalami gegar budaya sekitar 8 orang. Mahasiswa tersebut tidak bisa mengkoping stress dan tidak mendapatkan dukungan sosial baik dari orangtua, keluarga, lingkungan sekitar, dan teman sebaya, sehingga mahasiswa tersebut merasa murung dan merasa tidak mempunyai support system atau tidak ada yang memotivasi dirinya. Mahasiswa tersebut juga masih belum bisa beradaptasi dengan budaya yang ia tinggali saat ini, dan sering kali merindukan keluarga dirumah atau tempat tinggal asalnya.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Studi Fenomenologi Gegar Budaya Koping Stress Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Rantau Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto”.

B. Rumusan Masalah

Sampai saat ini di Pulau Jawa banyak kota-kota yang dijuluki sebagai kota pendidikan, itu artinya instansi pendidikan di Pulau Jawa memiliki kualitas yang sangat bagus. Sehingga semakin banyak calon-calon mahasiswa yang berada diluar daerah Pulau Jawa minat untuk melanjutkan pendidikan perguruan tinggi di Pulau Jawa. Mahasiswa yang meninggalkan kampung halamannya atau tempat tinggalnya dengan tujuan untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi disebut mahasiswa rantau. Mahasiswa rantau yang baru menempati lingkungan barunya yang tentunya sangat berbeda dengan daerah asalnya baik dari segi budaya, kebiasaan, tingkah laku, cara bicara, bahasa, dan lain-lain. Tidak sedikit mahasiswa yang mengalami gegar budaya. Gegar budaya adalah reaksi-reaksi yang muncul ketika mengalami keterkejutan dan tekanan yang dialami individu saat memasuki budaya baru yang berbeda dengan budaya asalnya. Mahasiswa yang mengalami gegar budaya dapat ditinjau dari aspek coping stress dan dukungan sosial yang ia dapatkan ketika mahasiswa rantau tersebut jauh dari orang tua dan keluarganya. Mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya atau tidak bisa mengoping stress dan tidak mendapatkan dukungan sosial maka akan timbul beberapa permasalahan pada mahasiswa rantau tersebut. Dia akan merasa sendirian, stress, gelisah, tidak bisa mengontrol emosionalnya, dan tentu akan menjadi beban fisik maupun mental terhadap mahasiswa. Hal tersebut juga akan berpengaruh pada nilai akademik mahasiswa sehingga akan menyebabkan mahasiswa tersebut di drop out (DO), dan tidak sedikit juga mahasiswa berhenti kuliah atau memilih pindah ke kampus lain yang lebih dekat dengan tempat tinggal asalnya.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana fenomenologi gegar budaya dalam aspek coping stress dan dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Studi Fenomenologi Gegar Budaya Dalam Aspek Koping Stress dan Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Rantau Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengeksplorasi karakteristik responden (asal daerah, status tempat tinggal, lama tinggal di daerah Purwokerto, budaya asal).
- b. Mengeksplorasi gambaran gegar budaya pada mahasiswa rantau di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- c. Mengeksplorasi aspek koping stress pada mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- d. Mengeksplorasi aspek dukungan sosial pada mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi upaya-upaya pemecahan problem psikologi baik secara teoritis maupun praktis bagi pihak-pihak seperti dibawah ini:

1. Memberikan gambaran mengenai gegar budaya pada mahasiswa rantau di Universitas Muhammadiyah Purwokerto melalui hasil skripsi yang ditempatkan di perpustakaan Pusat UMP.
2. Bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan psikologi sosial pada khususnya, juga sebagai referensi dalam upaya menambah wawasan mengenai psikologi sosial terutama berkaitan dengan *Culture Shock* pada

mahasiswa luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Purwokerto ditinjau dari etnis dan dukungan sosial.

3. Bagi Universitas Muhammadiyah Purwokerto, diharapkan penelitian ini digunakan sebagai bahan pertimbangan agar UMP melakukan pengenalan, diskusi, atau kajian agar mahasiswa baru yang berasal dari luar Jawa dapat memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus dan lingkungan sosial untuk memperkecil tingkat *Culture Shock* yang dialami mahasiswa.
4. Bagi peneliti selanjutnya, dapat digunakan sebagai masukan dan acuan sehingga dapat menjadi rujukan dalam melakukan penelitian selanjutnya.

