

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Mahasiswa didefinisikan menjadi suatu kelompok intelektual di masyarakat yang sangat lebih berharga karena dipahami memiliki kemampuan yang cukup kompleks untuk berkontribusi secara profesional pada dunia pendidikan dan masyarakat (Cahyono, 2019 dalam Fuadah & Sari, 2023) Mahasiswa memiliki banyak kewajiban-kewajiban dan tanggung jawab baik itu kondisi di internal maupun eksternalnya. Mahasiswa juga diharuskan mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial, budaya, dan gaya hidup baru di lingkungan sekitar kampusnya dan juga tuntutan yang berkaitan dengan pendidikan. Mereka juga harus dapat membangun interaksi yang baik dengan masyarakat, dan juga menjalin hubungan baik dengan orang lain.

Pada masa perkuliahan, mahasiswa seringkali berhadapan dengan berbagai macam tantangan sendirian yang kemudian dapat membuat dirinya jatuh dan terpuruk bahkan juga bisa sampai menyerah. Perasaan sendirian itu membuat mahasiswa yang juga makhluk sosial sangat membutuhkan peran sosial dari manusia lainnya seperti dukungan sosial yang dapat berperan penting dalam membantu mahasiswa dalam menerima dorongan motivasi dan agar tetap mempertahankan motivasinya, mengelola stres, dan menjaga kesejahteraan mental mereka.

Aktivitas merantau yang ada di Indonesia telah menjadi hal wajar dan umum ditelinga masyarakat Indonesia. Masyarakat sering memilih melanjutkan pendidikannya ke kota yang jauh dari kampung halaman khususnya pada jenjang pendidikan yang semakin tinggi. Situasi tersebut mengakibatkan berbagai macam masalah muncul, salah satunya yaitu munculnya masalah pada masa transisi dalam melanjutkan pendidikan tingkat Sekolah Menengah Atas menuju tingkat perguruan tinggi. Hal itu menjadikan masa di tingkat perguruan tinggi itu sangat penting dan kritis pada dunia pendidikan.

Masa perkuliahan menjadi masa peralihan ataupun perubahan yang begitu penting dalam kehidupan seseorang, terutama bagi mahasiswa rantau yang memiliki situasi seperti, harus pergi dari kota asal mereka untuk menuntut ilmu di kota yang jauh lebih besar dan berkembang. Pada masa perantauan itu menghadapi mahasiswa rantau dalam berbagai macam tantangan-tantangan, seperti adaptasi dengan perbedaan budaya, terbatasnya dukungan sosial yang diterima, dan juga tekanan akademik yang semakin sulit. Kondisi-kondisi itu seringkali memicu munculnya stres yang dapat berdampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan hubungan sosialnya. Menurut (Santrock dalam Rasyidi, Akhmad, Sudrajat, et.al, 2021) Masa transisi saat beranjak dewasa biasa disebut juga dengan *emerging adulthood* masa ini berlangsung di usia 18 hingga 25 tahun, tahap ini juga menjadi tahap peralihan dari masa remaja akhir ke masa dewasa awal yang dimana seseorang pada tahap ini telah mampu memiliki kemampuan pemecahan permasalahan hidup yang cukup baik dan juga dapat merubah pandangan-pandangan egosentris yang ada di dalam dirinya dirubah menjadi sikap yang berempati yang dapat memengaruhi kehidupan sosialnya.

Perguruan tinggi pada tahun pertama menjadi masa transisi yang penting dalam membentuk pribadi yang sungguh dan kokoh dalam menjalani perkuliahan dan keberhasilan di tahun-tahun selanjutnya (Olani, 2017). Banyak perubahan-perubahan yang ditemukan dan dirasakan di masa perkuliahan khususnya bagi mahasiswa rantau karena tidak hanya perubahan dan perbedaan dari tingkat pendidikan sebelumnya, namun juga perubahan dan perbedaan budaya dari daerah asal atau kampung halaman mahasiswa yang merantau. Kondisi seperti hidup sendirian serta jauh dari kampung halaman, dituntut untuk dapat menjalani hidup mandiri, kemudian harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru itulah yang memicu mahasiswa rantau dapat merasakan stres, kondisi itu merupakan suatu kondisi kecemasan pribadi yang dihadapi oleh mahasiswa rantau (Pratiwi, Dahlan & Damaianti, 2019).

Rantau adalah situasi yang sudah ada sejak lama, sementara perantau adalah orang yang pergi dari rumahnya untuk waktu yang lama dengan tujuan tertentu dan jelas. Seseorang yang merantau dapat memiliki berbagai alasan yang

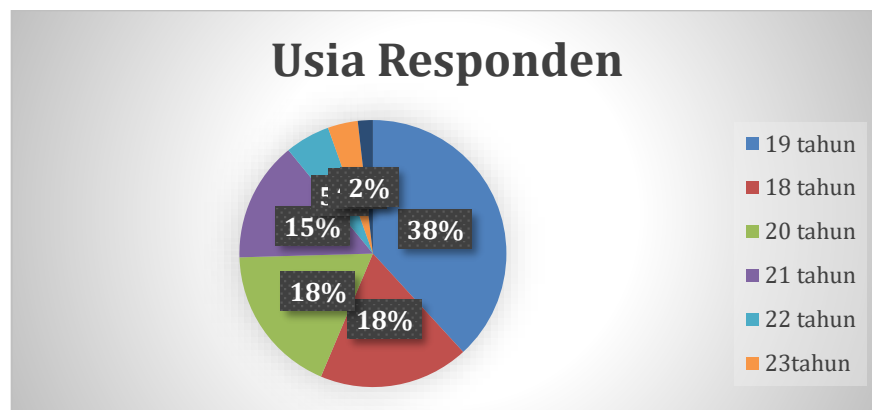
mendorong dia untuk merantau, dan biasanya alasan yang umum digunakan seseorang ketika ingin merantau adalah untuk melanjutkan pendidikan di luar kampung halaman ataupun mencari pekerjaan yang jauh lebih baik daripada di kampung halaman. Menurut Naim (1979) menyebutkan bahwa istilah merantau mencakup enam unsur penting yang terdiri dari, pergi meninggalkan kampung halaman, menggunakan kemampuan diri sendiri, memiliki jangka waktu yang lama atau tidak, adanya suatu tujuan yang jelas untuk menghidupi diri dan keluarga, dan biasanya menuntut ilmu atau bahkan mencari pengalaman, dan akan kembali pulang. Niam (2009) membagi beberapa tantangan-tantangan yang dialami mahasiswa rantau di masa perantauannya seperti, sulitnya beradaptasi, masalah akademik, situasi transportasi yang ada di masa perantauan, sulitnya menyesuaikan dan berinteraksi dengan orang baru, proses menghadapi situasi sakit sendirian dan masalah keuangan, dan yang terakhir yaitu perasaan dan pikiran takut akan mengecewakan keluarga. Dari berbagai macam tantangan-tantangan, muncul juga masalah-masalah yang sering ditemui pada mahasiswa rantau seperti masalah adaptasi, dan masalah interaksi serta dukungan sosial dengan orang baru.

Rahayu dan Arianti (2020) juga menambahkan bahwa mahasiswa rantau yang baru pertama kali merantau dapat mengalami kesulitan dalam berinteraksi di lingkungan sosialnya dikarenakan adanya perbedaan-perbedaan, seperti budaya, bahasa daerah dan logat atau dialek di masa perantauan itu sehingga pemilihan dukungan sosial pada penelitian ini sesuai dengan fungsinya sebagai faktor pelindung yang mampu memitigasi dampak tekanan lingkungan baru. Berbeda dengan faktor-faktor lainnya yang cenderung bersifat menetap, dukungan sosial merupakan sumber daya eksternal yang dapat diupayakan dan dimanipulasi melalui interaksi lingkungan, sehingga lebih aplikatif untuk membantu mahasiswa rantau dalam beradaptasi. Hasil studi terdahulu juga menunjukkan bahwa kerinduan pada rumah (*homesickness*) dan perasaan lelah akibat perbedaan budaya merupakan stresor utama. Hal ini memperkuat alasan pemilihan dukungan sosial karena mahasiswa yang merasa didukung secara emosional akan memiliki

kemampuan lebih baik dalam mengatasi gejala-gejala stres akulturatif tersebut dibandingkan dengan faktor-faktor lainnya.

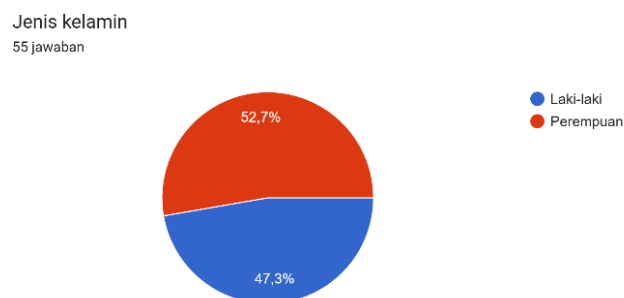
Idealnya mahasiswa mampu meminimalisir munculnya faktor-faktor penyebab stres akulturatif seperti perasaan rindu kampung halaman (*homesickness*), rasa bersalah (*guilt*), maupun ketakutan (*fear*), dengan mengoptimalkan sistem pendukung yang ada. Dalam konteks ini yaitu dukungan sosial yang kuat dari keluarga, teman, dan sahabat ataupun pasangan diharapkan menjadi instrumen utama yang membantu mahasiswa mencapai kesejahteraan psikologisnya. Mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial yang tepat seharusnya dapat menjalankan perannya sebagai mahasiswa rantau secara efektif tanpa terbebani oleh tekanan-tekanan berlebihan akibat perbedaan budaya (Sandhu & Asrabadi, 1994). Namun kenyataan di lapangan menunjukkan kondisi yang berbeda dari harapan ideal tersebut. Berdasarkan hasil *preliminary research* yang dilakukan peneliti kepada 55 mahasiswa rantau di UKWMS, ditemukan manifestasi stres akulturatif yang nyata dan sejalan dengan aspek-aspek stres akulturatif dari Sandhu dan Asrabadi (1994), *Homesickness* dan Perasaan Terasing, Sandhu menyebutkan bahwa kerinduan pada akar budaya asli merupakan indikator utama stres akulturatif. Hal ini terkonfirmasi dari hasil kuesioner di mana 34,5% responden menyatakan setuju dan 29,1% bersikap netral terhadap perasaan rindu kampung halaman yang mengganggu kenyamanan mereka. Selain itu, 29,1% mahasiswa merasa kurang diterima secara sosial di lingkungan baru. Kelelahan budaya (*Culture Shock*): Sejalan dengan teori Sandhu mengenai tekanan akibat perbedaan norma, ditemukan bahwa 34,5% responden merasa lelah dan kewalahan dengan kebiasaan serta tuntutan lingkungan baru di Surabaya. Hal ini menunjukkan bahwa proses adaptasi tidak selalu berjalan mulus secara otomatis. Kecemasan dan rasa bersalah (*Fear & Guilt*) hasil data menunjukkan adanya tekanan emosional berupa perasaan bersalah karena meninggalkan keluarga (30,9%) dan rasa gelisah atau cemas tanpa alasan yang jelas (29,1%). Kondisi ini mencerminkan aspek *guilt* dan *fear* dalam teori Sandhu, di mana transisi budaya memicu konflik internal pada mahasiswa.

Berikut peneliti telah melakukan *preliminary research* kepada lima puluh lima responden dengan status mahasiswa rantau yang masih aktif berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.



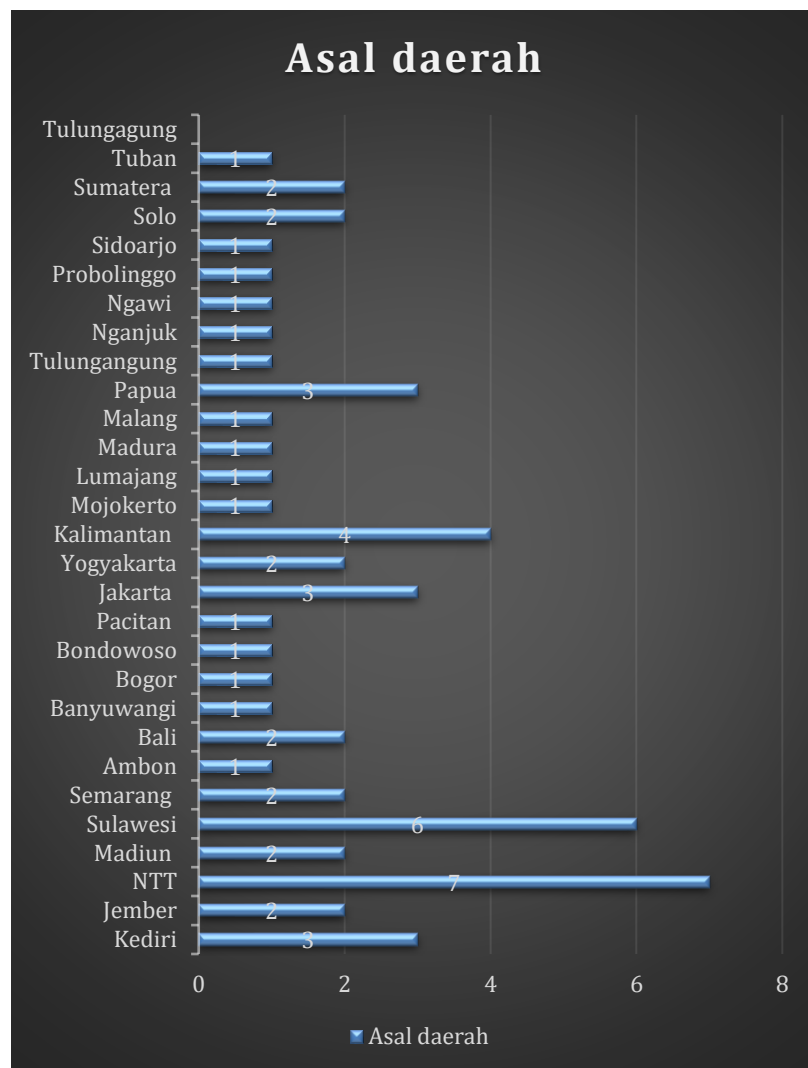
Gambar 1.1 Pie chart preliminary research usia responden

Usia responden dari data preliminary research yang didapat menunjukkan bahwa responden didominasi oleh mahasiswa yang berusia 19 tahun dengan jumlah 21 mahasiswa dan persentase sebanyak (38%), diikuti oleh 18 tahun dan 20 tahun yang masing-masing sebesar 10 mahasiswa dengan jumlah persentase (18%). Secara keseluruhan, mayoritas responden berada pada rentang usia 18-20 tahun, yang merupakan fase awal perantauan dan proses adaptasi, sehingga relevan dengan kajian stres akulturatif dan peran dukungan sosial pada mahasiswa rantau.



Gambar 1.2 Pie chart preliminary research jenis kelamin responden

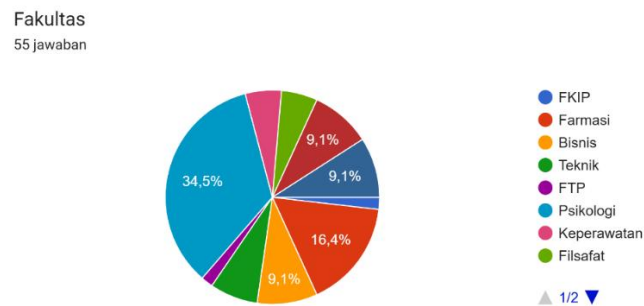
Diagram menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan sedikit lebih dominan sebanyak. Responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 29 orang dan memiliki persentase (52,7 %) , sedikit lebih banyak dibandingkan responden laki-laki yang berjumlah 26 orang, sehingga komposisi responden relatif seimbang tanpa perbedaan gender yang mencolok.



Gambar 1.3 Bar chart preliminary research asal daerah responden

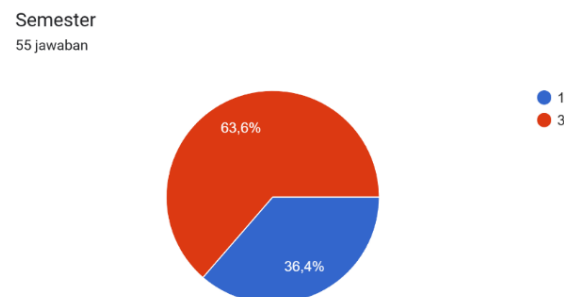
Berdasarkan asal daerah responden, mahasiswa rantau yang terlibat dalam penelitian ini berasal dari berbagai wilayah di Indonesia. Total responden sebanyak 55 orang menunjukkan responden terbanyak berasal dari Nusa Tenggara

Timur sebanyak 7 orang, diikuti oleh Sulawesi sebanyak 6 orang, dan Kalimantan 4 orang, dan sementara responden dari daerah-daerah yang lain. Keberagaman asal daerah ini menunjukkan perbedaan latar belakang budaya yang berpotensi memengaruhi stres akulturatif pada mahasiswa rantau.



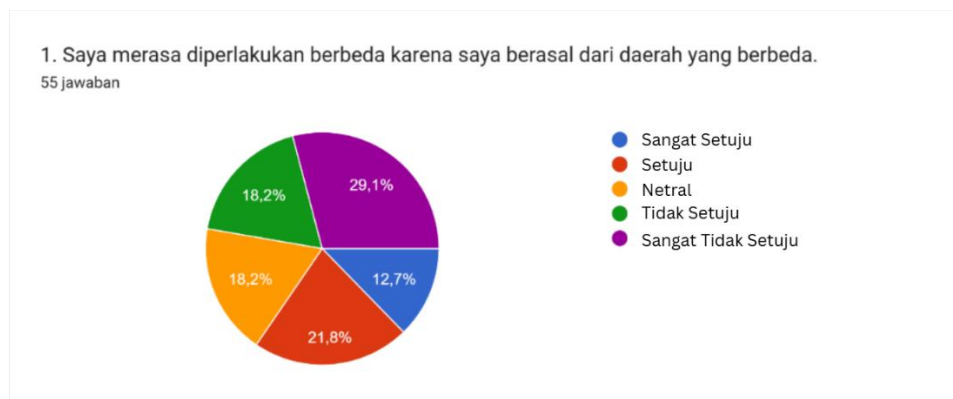
Gambar 1.4 Pie chart preliminary research fakultas responden

Berdasarkan diagram fakultas responden, dari total 55 responden yang berpartisipasi sebagian besar mahasiswa rantau berasal dari fakultas psikologi sebanyak 19 orang dengan persentase (34,5%), diikuti oleh fakultas farmasi sebanyak 9 orang dengan persentase (16,4%), serta kemudian fakultas bisnis, ilmu komunikasi, dan kedokteran masing-masing 5 orang dengan persentase (9,1%). Sementara itu, responden dari fakultas teknik, fkip, ftp, keperawatan, dan filsafat memiliki jumlah yang relatif sedikit. Data ini menunjukkan bahwa responden penelitian tersebar di berbagai fakultas, dengan dominasi dari fakultas psikologi.



Gambar 1.5 Pie chart semester responden

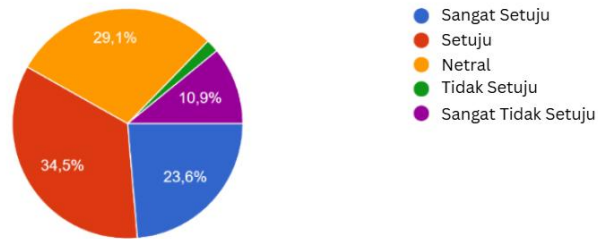
Berdasarkan diagram semester pada responden, ditemukan bahwa mayoritas responden berada pada semester 3 sebanyak 35 orang dengan persentase (63,6%), sedangkan responden pada semester 1 berjumlah 20 orang dengan persentase (36,4%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau yang terlibat dalam preliminary research telah memiliki pengalaman adaptasi perkuliahan lebih dari satu semester.



Gambar 1.6 *Pie chart preliminary research stres akulturatif*

Berdasarkan hasil preliminary research, responden memberikan respon yang bervariasi terhadap pernyataan diatas. Sebanyak (29,1%) menyatakan sangat tidak setuju yang berada posisi pertama dan kemudian diposisi kedua sebanyak (21,8%) menyatakan sangat setuju. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian responden merasakan adanya perlakuan yang berbeda, namun mayoritas responden cenderung tidak merasakan perlakuan diskriminatif berdasarkan asal daerah.

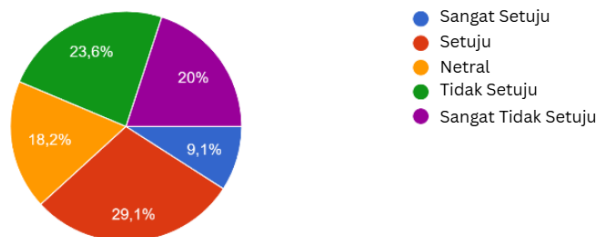
2. Saya sering merindukan kampung halaman hingga memengaruhi kenyamanan saya di perantauan.
55 jawaban



Gambar 1.7 Pie chart preliminary research stres akulturatif

Berdasarkan hasil preliminary research, responden memberikan respon juga cukup beragam terhadap pernyataan diatas. Sebanyak (34,5%) responden setuju dan (29,1%) responden berada pada posisi netral, data tersebut menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden merasakan kerinduan terhadap kampung halaman yang berdampak pada kenyamanan mereka selama merantau. Temuan ini mengindikasikan bahwa *homesickness* merupakan salah satu aspek stres akulturatif yang cukup dominan pada mahasiswa rantau dan berpotensi memengaruhi proses adaptasi mereka di lingkungan perantauan.

3. Saya merasa ada orang yang tidak menyukai atau kurang menerima saya karena latar belakang daerah saya.
55 jawaban

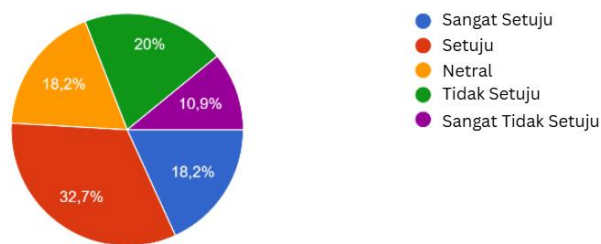


Gambar 1.8 Pie chart preliminary research stres akulturatif

Berdasarkan hasil *preliminary research*, responden menunjukkan respon yang bervariasi juga terhadap pernyataan diatas. Sebanyak (29,1%) menyatakan setuju dan (23,6%) menyatakan tidak setuju. Temuan ini mengindikasikan bahwa

meskipun tidak dialami oleh mayoritas responden pengalaman merasa kurang diterima secara sosial tetap dirasakan oleh sebagian mahasiswa rantau dan berpotensi juga menjadi sumber stres akulturatif dalam proses penyesuaian diri di lingkungan perantauan.

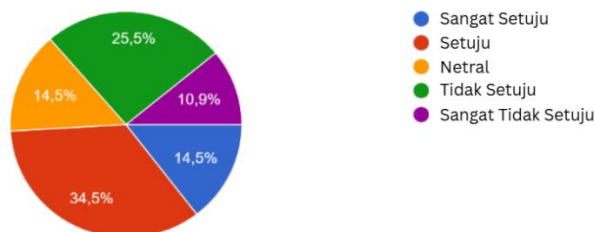
4. Saya merasa takut atau cemas tidak dapat beradaptasi dengan budaya dan lingkungan daerah saya tinggal.
55 jawaban



Gambar 1.9 Pie chart preliminary research stres akulturatif

Berdasarkan hasil *preliminary research*, responden menunjukkan respon yang bervariasi juga terhadap pernyataan di atas. Sebanyak (32,7%) menyatakan setuju dan (20%) menyatakan tidak setuju. Temuan ini mengindikasikan bahwa aspek kecemasan terhadap adaptasi budaya merupakan salah satu komponen stres akulturatif yang cukup menonjol pada mahasiswa rantau, meskipun tingkat pengalaman stres tersebut bervariasi antar individu.

5. Perbedaan budaya dan kebiasaan baru di kota ini membuat saya merasa lelah dan kewalahan.
55 jawaban

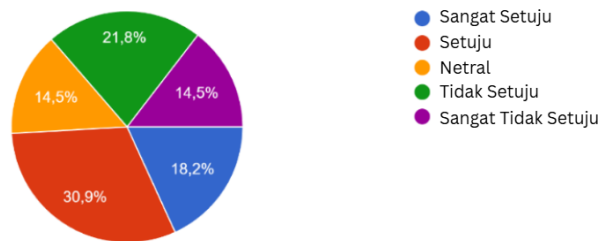


Gambar 1.10 Pie chart preliminary research stres akulturatif

Berdasarkan hasil *preliminary research*, mayoritas responden menunjukkan kecenderungan merasakan kelelahan dan kewalahan akibat perbedaan budaya dan

kebiasaan baru di kota baru tempat mereka merantau. Hal ini terlihat dari persentase responden menyatakan setuju (34,5%). Sementara itu (25,5%) responden menyatakan tidak setuju, dari hasil data tersebut mengindikasikan bahwa perbedaan budaya menjadi salah satu sumber stres akulturatif yang cukup signifikan bagi mahasiswa rantau.

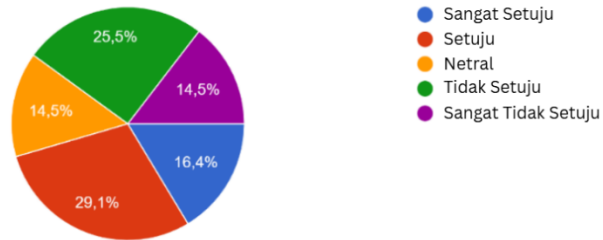
6. Saya merasa bersalah karena meninggalkan keluarga atau tidak bisa selalu berada di dekat mereka
55 jawaban



Gambar 1.11 Pie chart preliminary research stres akulturatif

Berdasarkan hasil *preliminary research*, sebagian besar mahasiswa rantau menunjukkan adanya perasaan bersalah karena harus meninggalkan keluarga atau tidak dapat selalu berada di dekat mereka. Hal ini ditunjukkan oleh persentase responden yang memilih setuju (30,9%). Di sisi lain, (21,8%) responden menyatakan tidak setuju, yang mengindikasikan bahwa sebagian mahasiswa tidak terlalu merasakan konflik emosional terkait jarak dengan keluarga. Temuan ini menunjukkan bahwa rasa bersalah terhadap keluarga merupakan salah satu bentuk stres emosional dalam proses akulturasi yang cukup dirasakan oleh mahasiswa rantau di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

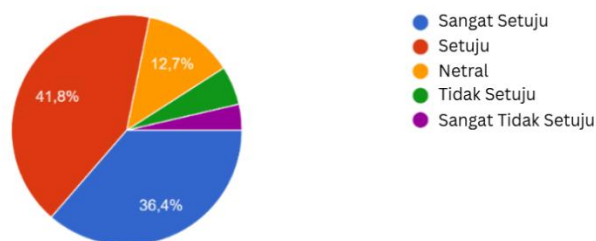
7. Saya sering merasa tidak nyaman atau gelisah tanpa alasan yang jelas sejak merantau
55 jawaban



Gambar 1.12 Pie chart preliminary research stres akulturatif

Berdasarkan hasil preliminary research, sebagian besar mahasiswa rantau menunjukkan adanya perasaan tidak nyaman atau gelisah tanpa alasan yang jelas sejak merantau. Hal ini ditunjukkan oleh persentase responden yang memilih kategori setuju (29,1%). Sementara itu, 25,5% responden menyatakan tidak setuju yang menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa mengalami gejala emosional tersebut. Hasil Temuan ini mengindikasikan bahwa ketidaknyamanan dan kegelisahan emosional merupakan salah satu bentuk stres akulturatif yang cukup dirasakan oleh mahasiswa rantau di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

8. Keluarga saya memberikan dukungan ketika saya menghadapi kesulitan di perantauan.
55 jawaban

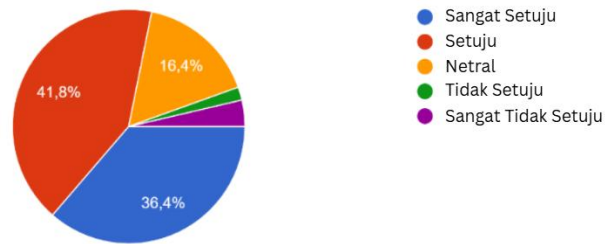


Gambar 1.13 Pie chart preliminary research dukungan sosial

Berdasarkan hasil *preliminary research*, mayoritas mahasiswa rantau menunjukkan bahwa mereka merasakan dukungan yang kuat dari keluarga ketika menghadapi kesulitan di perantauan. Hal ini terlihat dari tingginya persentase responden yang memilih kategori setuju (41,8%). Sementara itu, hanya sebagian

kecil responden yang berada pada kategori netral dan tidak setuju. Temuan ini menunjukkan bahwa keluarga berperan sebagai sumber dukungan utama bagi mahasiswa rantau dalam menghadapi tantangan selama proses merantau.

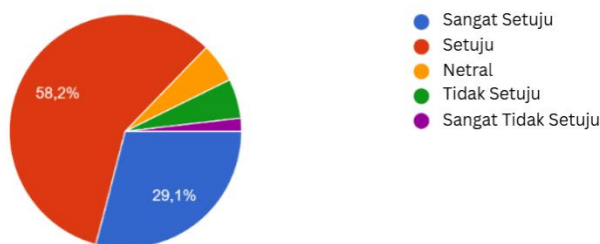
9. Komunikasi dengan keluarga membuat saya merasa lebih tenang dan diperhatikan.
55 jawaban



Gambar 1.14 Pie chart preliminary research dukungan sosial

Hasil *preliminary research* menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau merasakan manfaat emosional dari komunikasi dengan keluarga, khususnya dalam bentuk perasaan tenang dan diperhatikan. Hal ini ditunjukkan oleh persentase responden yang memilih kategori setuju (41,8%). Temuan ini mengindikasikan bahwa komunikasi dengan keluarga merupakan bentuk dukungan emosional yang signifikan, yang membantu mahasiswa menjaga kesejahteraan psikologis selama berada di lingkungan perantauan.

10. Teman-teman saya membantu saya beradaptasi dengan lingkungan yang baru
55 jawaban

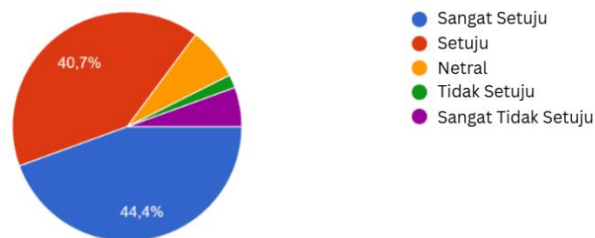


Gambar 1.15 Pie chart preliminary research dukungan sosial

Berdasarkan hasil *preliminary research*, mayoritas mahasiswa rantau menyatakan bahwa teman-teman memiliki peran penting dalam membantu proses adaptasi di lingkungan yang baru. Hal ini ditunjukkan oleh persentase responden

yang memilih kategori setuju (58,2%) dan sangat setuju (29,1%), sehingga total mencapai 87,3% responden. Sementara itu, hanya sebagian kecil responden yang berada pada kategori netral dan tidak setuju. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan teman merupakan sumber dukungan sosial yang sangat dominan dalam membantu mahasiswa rantau menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan dan sosial di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

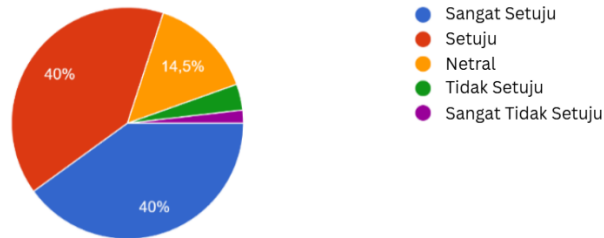
11. Saya memiliki teman yang dapat saya andalkan ketika merasa tertekan.
54 jawaban



Gambar 1.16 Pie chart preliminary research dukungan sosial

Hasil *preliminary research* menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau memiliki teman yang dapat diandalkan ketika mengalami tekanan emosional. Hal ini tercermin dari persentase responden yang memilih kategori sangat setuju (44,4%) dan setuju (40,7%). Temuan ini mengindikasikan bahwa teman berperan sebagai sumber dukungan emosional yang signifikan, yang membantu mahasiswa rantau dalam mengelola stres selama proses adaptasi di perantauan.

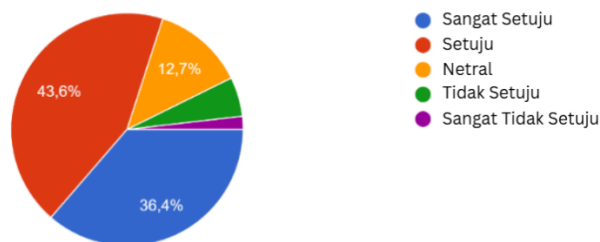
12. Saya memiliki seseorang yang menjadi sumber motivasi ketika saya menghadapi stres di perantauan.
55 jawaban



Gambar 1.17 Pie chart preliminary research dukungan sosial

Berdasarkan hasil *preliminary research* didapatkan bahwa mayoritas responden menunjukkan tingkat persetujuan yang tinggi terhadap pernyataan ini. Sebanyak 40% responden menyatakan sangat setuju dan 40% responden menyatakan setuju. Sementara itu, 14,5% responden berada pada kategori netral, dan hanya sebagian kecil responden yang menyatakan tidak setuju hingga sangat tidak setuju. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau memiliki figur *significant others* yang berperan sebagai sumber motivasi dalam menghadapi stres selama menjalani kehidupan di perantauan. Hal ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial dalam bentuk kehadiran sosok penting cukup kuat dirasakan oleh responden.

13. Kehadiran sosok penting tersebut membuat saya merasa lebih kuat menghadapi perbedaan budaya.
55 jawaban



Gambar 1.18 Pie chart preliminary research dukungan sosial

Hasil preliminary research menunjukkan sebanyak 43,6% responden menyatakan setuju dan 36,4% responden menyatakan sangat setuju terhadap pernyataan ini. Selain itu, 12,7% responden berada pada kategori netral, sedangkan responden yang menyatakan tidak setuju hingga sangat tidak setuju hanya berjumlah kecil. Hasil ini mengindikasikan bahwa kehadiran *significant others* tidak hanya berfungsi sebagai sumber motivasi, tetapi juga membantu mahasiswa rantau dalam menghadapi tantangan perbedaan budaya, yang merupakan salah satu komponen utama dari stres akulturatif.

Peneliti juga melakukan *preliminary research* dengan metode wawancara kepada empat informan dengan status mahasiswa rantau aktif yang tengah berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya untuk dapat menunjang hasil data peneliti agar lebih baik dan akurat. Berdasarkan hasil *preliminary research*, didapatkan informasi dari hasil wawancara dengan narasi informan sebagai berikut:

Tabel 1.1 Data Diri Informan

Inisial	Usia	Jenis Kelamin	Asal Daerah	Fakultas
Informan W	21 Tahun	Perempuan	Nusa Tenggara Timur	Farmasi
Informan A	21 Tahun	Perempuan	Nusa Tenggara Timur	Psikologi
Informan AW	21 Tahun	Laki-laki	Nusa Tenggara Timur	Manajemen
Informan R	21 Tahun	Laki-laki	Medan	Teknik

Pada aspek *homesickness* variabel stres akulturatif menurut Sandhu & Asrabdi (1994), informan R menyatakan bahwa ia rindu rumah pada masa awal perantauan.

“Jauh dari orang tua dan berada di kota yang sangat berbeda juga budayanya.”

(Informan R, laki-laki, 21 tahun)

Pada aspek *Perceived Discrimination* dan *Guilt* variabel stres akulturatif menurut Sandhu & Asrabdi, (1994) informan A menyatakan bahwa ia mengalami situasi ketika nada bicaranya dianggap marah oleh teman-teman lokal Surabayanya dan kemudian perasaan itu berlanjut memunculkan perasaan rasa bersalah (*Guilt*) dalam dirinya karena gaya komunikasi yang ia sampaikan itu.

"Ya, terutama dalam berkomunikasi dengan bahasa di Surabaya. Bahasa Surabaya terdengar halus, berbeda dengan kota asal saya, sehingga teman-teman kadang mengira saya sedang marah dan kemudian baper, sehingga terkadang membuat saya agak merasa bersalah karena hal itu"

(Informan A, perempuan, 21 tahun)

Pada aspek *Fear* variabel stres akulturatif menurut Sandhu & Asrabdi (1994) Informan W merasa terpuruk dan canggung ketika menghadapi tantangan adaptasi, terutama dalam bahasa dan pergaulan. Ketidaknyamanan pada awal perantauan, terutama karena perbedaan budaya dan transportasi. Informan W merasa terpuruk dan canggung ketika menghadapi tantangan adaptasi, terutama dalam bahasa dan pergaulan.

"Saya merasa canggung dan sulit beradaptasi. terkadang juga rindu dengan rumah."

(Informan W, perempuan, 21 tahun)

Aspek *hate/rejection* adalah perasaan tidak diterima atau tidak disukai oleh lingkungan sekitar. Informan AW menjelaskan bahwa ada perasaan tidak dianggap, meskipun hal tersebut merupakan persepsi subjektif dari informan. Sehingga informan AW juga merasa tidak suka terhadap orang-orang tersebut.

"Pernah misal waktu dulu awal-awal jadi maba disini banyak temen yang bicara dengan bahasa jawa, dan saya jadi merasa ga dianggap aja, dan akhirnya sempat ga suka dengan orang-orang itu"

(Informan AW, laki-laki, 21 tahun)

Pada aspek *culture shock*, terjadi ketika individu terpapar perbedaan budaya yang kuat, baik dalam bahasa, kebiasaan, maupun interaksi sosial. Meskipun tidak

secara signifikan, namun informan AW mengungkapkan adanya perbedaan yang signifikan dari segi budaya dan suasana jalan.

"Ya dari bahasa sih yang paling terasa bedanya, beda jauh terus suasana jalanan kota surabaya yang banyak kendaraan"

(Informan AW, laki-laki, 21 tahun)

Stress Due to Change / Cultural Adjustment (Stres karena perubahan dan penyesuaian) Dimensi ini meliputi upaya individu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan tekanan yang menyertainya. Pada aspek *stress due to change* merupakan upaya individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dan tekanan yang menyertainya. Informan R menyatakan penekanan bahwa ia benar-benar tidak tahu bagaimana cara menghadapi lawan bicara yang dominan menggunakan bahasa Jawa.

"Adaptasi lingkungan, bahasa Jawa yang dominan namun saya benar-benar tidak tahu"

(Informan R, laki-laki, 21 tahun)

Secara keseluruhan dari hasil *preliminary research* yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mahasiswa rantau di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya mengalami dinamika psikologis yang signifikan dalam proses adaptasi budaya, yang ditandai dengan munculnya gejala stres akulturatif namun diimbangi dengan adanya dukungan sosial yang kuat. Hasil kuesioner *preliminary research* menunjukkan bahwa stres akulturatif merupakan fenomena nyata yang dialami oleh mayoritas responden, dengan beberapa temuan kunci: *Homesickness* (Kerinduan): Lebih dari setengah responden (34,5% setuju dan 29,1% netral) merasakan kerinduan mendalam pada kampung halaman yang mengganggu kenyamanan mereka selama merantau. Munculnya kelelahan Budaya: Sebanyak 34,5% responden merasa lelah dan kewalahan akibat perbedaan budaya serta kebiasaan baru di kota perantauan. Terdapat tekanan emosional yang muncul yaitu perasaan bersalah karena meninggalkan keluarga (30,9%) serta rasa gelisah atau tidak nyaman tanpa alasan yang jelas (29,1%) sejak mulai merantau, dan kemudian disertai dengan adanya hambatan sosial yang menyatakan sebagian mahasiswa

(29,1%) merasa kurang diterima secara sosial dan mengalami kecemasan terkait proses adaptasi budaya (32,7%).

Meskipun menghadapi tekanan, mahasiswa rantau memiliki sistem pendukung yang solid, terutama dari dua sumber utama yaitu keluarga mayoritas responden (41,8%) merasakan dukungan kuat dari keluarga saat menghadapi kesulitan. Komunikasi dengan keluarga terbukti memberikan ketenangan dan perasaan diperhatikan bagi mahasiswa (41,8%). Teman sebagai fasilitator adaptasi yang menjadikan peran teman sangat dominan dalam membantu proses adaptasi di lingkungan baru, di mana total 87,3% responden menyatakan bahwa kehadiran teman sangat membantu mereka menyesuaikan diri, bila dibandingkan dengan penelitian-penelitian terdahulu, sebagian besar studi mengenai stres akulturatif dan dukungan sosial lebih berfokus pada mahasiswa asing atau dilakukan di universitas negeri dengan konteks budaya tertentu. Penelitian yang secara khusus mengkaji mahasiswa rantau domestik, khususnya di perguruan tinggi swasta berbasis keagamaan, masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian sebelumnya cenderung menempatkan dukungan sosial sebagai faktor umum tanpa mempertimbangkan karakteristik lingkungan kampus yang memiliki nilai, budaya, dan sistem dukungan sosial yang khas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk melengkapi penelitian terdahulu dengan mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan stres akulturatif pada mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris dalam memahami peran dukungan sosial dalam konteks mahasiswa rantau domestik serta memperkaya kajian stres akulturatif dalam *setting* perguruan tinggi swasta berbasis keagamaan di Indonesia. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dipilih juga karena mahasiswanya datang dari berbagai daerah dengan latar budaya yang beragam. Hal ini menjadikan kampus sebagai ruang multikultural yang kaya interaksi sosial, namun juga berpotensi memunculkan tantangan adaptasi bagi mahasiswa rantau. Berdasarkan hasil wawancara awal dalam penelitian ini, ditemukan juga bahwa mahasiswa dari luar Jawa, seperti Nusa Tenggara Timur (NTT), sering mengalami kesulitan beradaptasi dengan perbedaan bahasa dan gaya komunikasi di lingkungan Surabaya. Kondisi ini menyebabkan munculnya

perasaan tidak diterima, rindu kampung halaman, dan tekanan sosial yang berujung pada stres akulturatif. Sementara itu juga Dukungan sosial memiliki peran penting dalam proses adaptasi mahasiswa rantau yang dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Dukungan dari teman, keluarga, maupun lingkungan kampus dapat memberikan rasa aman dan membantu mahasiswa menghadapi tekanan akibat perbedaan budaya. Di tambah di era digital, dukungan sosial tidak lagi terbatas pada interaksi fisik saja, dikarenakan perkembangan teknologi memungkinkan mahasiswa rantau tetap terhubung secara emosional dengan sistem pendukung di daerah asal melalui komunikasi jarak jauh yang berperan penting dalam mengurangi perasaan terisolasi di lingkungan baru.

Bila dibandingkan dengan penelitian-penelitian terdahulu, sebagian besar studi mengenai stres akulturatif dan dukungan sosial lebih berfokus pada mahasiswa asing atau dilakukan di universitas negeri dengan konteks budaya tertentu. Penelitian yang secara khusus mengkaji mahasiswa rantau domestik, khususnya di perguruan tinggi swasta berbasis keagamaan, masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian sebelumnya cenderung menempatkan dukungan sosial sebagai faktor umum tanpa mempertimbangkan karakteristik lingkungan kampus yang memiliki nilai, budaya, dan sistem dukungan sosial yang khas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk melengkapi penelitian terdahulu dengan mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan stres akulturatif pada mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris dalam memahami peran dukungan sosial dalam konteks mahasiswa rantau domestik serta memperkaya kajian stres akulturatif dalam setting perguruan tinggi swasta berbasis keagamaan di Indonesia.

1.2. Batasan Penelitian

Penelitian ini menggunakan batasan penelitian dengan tujuan untuk mengurangi kemungkinan meluasnya permasalahan penelitian, yaitu sebagai berikut :

- a. Penelitian akan dilakukan terhadap mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
- b. Penelitian akan menguji hubungan antara dukungan sosial dengan stres akulturatif pada mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

1.3. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan stres akulturatif pada mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya?

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan stres akulturatif pada mahasiswa rantau yang sedang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi penyumbang kontribusi terhadap pengembangan ilmu Psikologi, khususnya dalam memahami hubungan antara dukungan sosial dengan stres akulturatif pada mahasiswa rantau.

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa Rantau

Penelitian ini harapannya dapat membantu mahasiswa rantau memahami pentingnya membangun jaringan sosial yang positif serta mencari dukungan emosional dan sosial dalam menghadapi tekanan budaya dan akademik di masa perantauan.

2. Bagi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan layanan dukungan mahasiswa rantau dengan layanan konseling, orientasi mahasiswa baru, atau program adaptasi budaya untuk dapat membantu mahasiswa rantau di

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dalam beradaptasi secara optimal.

3. Bagi semua Orang

Penelitian ini diharapkan mampu memberi gambaran terkait dukungan sosial dan stres akulturatif yang sering muncul pada mahasiswa, terutama mahasiswa rantau.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini harapannya mampu menjadi referensi atau informasi tambahan baru bagi penelitian selanjutnya yang membahas topik terkait dukungan sosial dan stres akulturatif dengan populasi mahasiswa rantau.