

Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau Program Studi Kebidanan Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Yolanda Syaharani Azizah¹, Luh Putu Shanti K²

¹ Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

*Corresponding Author:
Yolandasa697@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau di Program Studi Kebidanan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau di Program Studi Kebidanan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang berjumlah 210 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive random sampling. Pengambilan data menggunakan skala kesejahteraan psikologis (34 aitem valid, $\alpha = 0,935$) dan skala dukungan sosial orang tua (23 aitem valid, $\alpha = 0,913$). Analisis data menggunakan teknik analisis product moment dari Pearson. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai $r_{xy} = 0,616$ signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), artinya ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kesejahteraan psikologis. Dapat disimpulkan hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata Kunci: dukungan sosial orang tua, kesejahteraan psikologis

Abstract

This study aims to determine the relationship between parental social support and psychological well-being of overseas students in the Midwifery Study Program of Islamic Sultan Agung University Semarang. This study used quantitative methods with the population used in this study were overseas students in the midwifery study program at the Islamic Sultan Agung University Semarang, totaling 210 students. The sampling technique used purposive random sampling. Data collection used a psychological well-being scale (34 valid items, $\alpha = 0.935$) and a social support scale (23 valid items, $\alpha = 0.913$). Data analysis used Pearson's product moment analysis technique. The results of hypothesis testing show a value of $r_{xy} = 0.616$ significance of ($p < 0.05$), meaning that there is a significant positive relationship between parental social support and psychological well-being. It can be concluded that the hypothesis in this study is accepted.

Keywords: parental social support, psychological well-being

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa rantau adalah individu yang mengejar pendidikan tinggi di luar daerah dan harus tinggal di tempat baru selama beberapa waktu demi menyelesaikan studi. Mahasiswa rantau mengalami kesulitan karena individu harus siap tidak siap untuk menghadapi tantangan-tantangan di dalam hidup dengan kondisi jauh dari keluarga. Mahasiswa rantau harus mulai beradaptasi dan membiasakan hal-hal baru mulai dari awal, seperti mempelajari budaya, teman, dan lingkungan baru yang akan ditinggali.

Mahasiswa rantau yang mampu mengelola dan mengontrol diri sendiri dan juga lingkungan sosial serta mampu memenuhi aspek kesejahteraan psikologis dikatakan berada dalam kondisi kesejahteraan psikologis. Menurut Ryff (2014), kesejahteraan psikologis adalah sebuah konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan oleh individu. Pengalaman dan perasaan yang berkaitan dengan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Konsep ini mengarah pada proses pengungkapan perasaan-perasaan pribadi oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidup.

Mahasiswa rantau sering menghadapi berbagai tantangan yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu di perantauan terganggu. Salah satu penyebab utama yang dirasakan mahasiswa rantau adalah kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru yang berbeda secara budaya, sosial, dan bahasa dengan lingkungan tempat tinggal asal individu. Mahasiswa rantau harus menyesuaikan diri dengan cara hidup yang baru, termasuk manajemen waktu dan uang secara mandiri tanpa dukungan langsung dari keluarga. Ketidakmampuan individu untuk mengelola kebutuhan ini sering menyebabkan stres dan kecemasan sehingga dapat menurunkan kesejahteraan psikologis individu.

Mahasiswa yang baru pertama kali merantau biasanya butuh adaptasi untuk merasakan rasa aman dan nyaman di lingkungan yang baru karena akan menghadapi beragam situasi yang bisa memicu stres, seperti tuntutan akademik yang meningkat, adaptasi dengan lingkungan baru, berpisah dari keluarga dan teman, hingga permasalahan finansial dan manajemen waktu. Pada kondisi ini, dukungan sosial dari orang tua dapat menjadi sumber kekuatan dan kenyamanan bagi mahasiswa dalam menghadapi tantangan tersebut.

Menurut Rook dan Dooley, dukungan sosial merupakan sebuah kenyamanan, perhatian, apresiasi serta bantuan yang diterima seseorang dari orang lain (Chaerani & Rahayu, 2019). Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kesejahteraan individu, terutama dalam menghadapi tekanan hidup. Dukungan sosial mencakup bantuan emosional, praktis, dan informasi yang diberikan oleh orang-orang di sekitar, seperti keluarga, teman, dan lingkungan sosial lainnya.

Kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau dapat terganggu akibat kurangnya dukungan dari orang tua, yang sering kali menjadi peran penting dalam memberikan rasa aman secara emosional. Mahasiswa yang jauh dari rumah menghadapi tantangan besar dalam menjalani kehidupan mandiri, dan ketika dukungan emosional dari orang tua tidak memadai, individu lebih rentan tidak merasa bahagia. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan orang tua yang rendah dapat menghambat mahasiswa rantau dalam mengatasi tekanan akademik dan

sosial, sehingga individu cenderung merasa lebih terisolasi secara emosional. Dukungan dari orang tua biasanya berupa komunikasi yang positif, perhatian terhadap kebutuhan emosional, dan bantuan dalam mengatasi masalah yang dihadapi di rantauan.

2. METODE

2.1 Populasi

Populasi merujuk pada jumlah keseluruhan individu atau objek yang terdapat dalam ruang lingkup penelitian. Secara umum, populasi memiliki sifat dan ciri tertentu yang memungkinkan untuk dianalisis atau diteliti, sehingga pada akhirnya dapat ditarik suatu kesimpulan (Sugiyono, 2016). Populasi dalam penelitian ini meliputi seluruh mahasiswa aktif Program Studi Kebidanan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang berjumlah 232 mahasiswa dari angkatan 2021-2024.

2.2 Sampel

Penentuan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling sehingga diperoleh sampel penelitian dan uji coba yaitu mahasiswa aktif program studi kebidanan universitas islam sultan agung semarang angkatan 2021-2024 yang sedang merantau.

2.3 Instrumen Penelitian

Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala yaitu skala kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial orang tua.

2.3.1 Skala Kesejahteraan Psikologis

Penggunaan skala ini untuk mengukur kesejahteraan psikologis pada subjek penelitian. Penyusunan skala berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ryff dan Keyes (dalam Rahmawati, 2017), yang terdiri dari: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skala berjumlah 34 aitem mencakup *favorable* dan *unfavorable* dengan reliabilitas 0,935.

2.3.2 Skala Dukungan Sosial Orang Tua

Penggunaan skala ini untuk mengukur dukungan sosial orang tua pada subjek penelitian. Penyusunan skala berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Smet (dalam Ilhami, 2024), yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Skala berjumlah 23 aitem mencakup *favorable* dan *unfavorable*

dengan reliabilitas 0,913.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Uji Asumsi

3.1.1 Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Normalitas data di uji menggunakan teknik *One-Sampel Kolmogorov Smirnov Test* pada SPSS Versi 25. Daya menunjukkan distribusi yang normal dimana angka signifikansi yang didapat lebih dari 0,05 ($p > 0,05$). Berdasarkan pengujian normalitas, diketahui bahwa data variabel dukungan sosial orang tua memperoleh nilai KS-Z sejumlah 0,072 dengan Tingkat signifikansi 0,000. demikian juga pada variabel kesejahteraan psikologis memperoleh nilai KS- Z 0,065 sejumlah dengan tingkat signifikansi 0,000. Dengan demikian, distribusi data variabel dukungan sosial orang tua dan kesejahteraan psikologis berdistribusi normal.

3.1.2 Uji Linieritas

Uji linieritas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 25.0. data memiliki hubungan linear jika nilai signifikan F_{linier} lebih kecil dari 0,05. Uji linieritas antara kesejahteraan psikologis (Y) dengan dukungan sosial orang tua (X) memperoleh hasil F_{linier} sebesar 1,128 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), hal ini mengindikasikan bahwa variabel kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial orang tua memiliki hubungan linier.

3.2 Uji Hipotesis

Hipotesis penelitian ini menggunakan teknik *Product Moment* dari Pearson sehingga memperoleh hasil $r_{xy} = 0,616$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial orang tua, sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima.

3.3 Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Program Studi Kebidanan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan nilai korelasi Pearson $r_{xy1-2} = 0,616$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Program Studi Kebidanan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Penelitian lain yang mendukung yaitu dengan adanya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Sitti Nur dkk., 2021) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,5$. Berdasarkan data tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis. Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh (Sari, 2021) menghasilkan temuan nilai 0,610 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis.

Menurut Fransisca (2018), terungkap bahwa 80% mahasiswa yang merantau merasa tidak nyaman saat pertama kali tiba di kota perantauan. Ketidaknyamanan ini disebabkan oleh sejumlah faktor, seperti ketidakbiasaan terpisah dari orang tua, kurangnya teman yang dikenali, dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Sebanyak 20% mahasiswa perantauan sempat mempertimbangkan untuk kembali ke kota asal mahasiswa, karena merasa tidak sesuai dengan lingkungan baru sehingga sulit untuk menemukan teman yang sesuai.

Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau akan meningkat seiring dengan tingginya dukungan sosial yang diterima. Mahasiswa rantau yang menerima dukungan, terutama dari orang tua cenderung merasa memiliki tempat yang aman untuk berbagi pikiran dan mencari pertolongan saat menghadapi kesulitan (Rona dkk., 2024). Bentuk dukungan sosial orang tua dapat berupa komunikasi yang intens, pemberian motivasi, perhatian, maupun bantuan finansial yang rutin. Mahasiswa akan merasa diperhatikan, dicintai, serta memiliki semangat yang lebih tinggi dalam menjalani perkuliahan dalam perantauan.

Hubungan ini menunjukkan bahwa semakin kuat dukungan yang dirasakan dari orang tua, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau, yang tercermin dalam perasaan tenang, optimisme, serta kemampuan menghadapi tekanan hidup selama jauh dari rumah. Dukungan sosial ini juga yang menjadi sumber kekuatan emosional yang membantu mahasiswa rantau beradaptasi dengan lingkungan baru dan tekanan akademik.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Program Studi Kebidanan Universitas Islam Sultan Agung Semarang, sehingga hipotesis pada penelitian ini diterima. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa rantau memiliki dukungan sosial orang tua yang tinggi, sehingga kesejahteraan psikologis mahasiswa juga tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Chaerani, R. F., & Rahayu, A. (2019). *PENYESUAIAN DIRI WANITA YANG MENGHADAPI MASA MENOPAUSE* Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAlA strak Menopause merupakan masa yang pasti dilewati oleh setiap wanita pada usia tengah baya . *Datangnya penyesuaian diri wanita yang menghadapi m.* 3(2), 133–137.
- Fransisca, N. (2018). *Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa perantau di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang* . Unika Soegijapranata Semarang.
- Ilhami, M. W. (2024). *HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERNIKAHAN PADA MAHASISWA USIA DEWASA AWAL DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNISSULA*. UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG.
- Rahmawati, A. N. (2017). *Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada KSR PMI Kota Surakarta Dalam Menangani Bencana*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ryff, C. D. (2014). *Psychological Well-Being Revisited : Advances in the Science and Practice of Eudaimonia*. 53706, 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Rona, M., Sekar, A., & Barus, G. (2024). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau (Studi Deskripsi Korelasi pada Mahasiswa Baru Angkatan 2023 Prodi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta)*. 1(4), 74–85.
- Sari, S. M. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Riau Skripsi yang tidak dipublish*. *Program Studi Psikologi–S1, Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Pekanbaru*.
- Sitti Nur, F., Warastri, A., & Dyorita, A. (2021). *Hubungan dukungan sosial keluarga dengan psychological well-being pada mahasiswa perantau di Yogyakarta*. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Sugiyono. (2016). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF DAN R&D*.