

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Dalam UU RI. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas mengungkapkan bahwa pendidikan ialah suatu usaha dalam memunculkan kondisi pembelajaran yang efektif dan aktif, guna mengembangkan keterampilan akan potensi diri, pemikiran, kepribadian, perilaku, akhlak, serta keterampilan dalam bersosial, dan bermasyarakat dalam Negara, yang didasari perencanaan juga kesadaran diri (Depdiknas, 2003).

Pendidikan merupakan usaha orang tua, guru, ustadz, dan orang dewasa lainnya dalam ikut serta mengembangkan potensial anak di bidang akademik, moral, serta tingkah laku, yang diharapkan mampu memunculkan sikap tanggung jawab pada anak yang dididik (Poerbakawatja dan Harahap, 1981). Menurut Bondarenko et al (2007), pendidikan secara global diartikan sebagai suatu bagian utama dari sebab diterimanya nilai toleransi dalam kehidupan bermasyarakat.

Salah satu moment penting untuk perkembangan suatu generasi berada di masa peralihan dari sekolah menengah ke masa perkuliahan, karena pada masa itu tantangan dalam akademiknya diakui memiliki tingkatan yang semakin tinggi (Thomas, Orme, & Kerrigan, 2020).

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa diartikan sebagai seorang siswa yang belajar di suatu perguruan tinggi (Depdiknas, 2012). Menurut data yang terhimpun di Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) di

Universitas Muria Kudus (UMK), dari tahun 2018 sampai 2022 tercatat sebanyak 11.512 mahasiswa yang berasal dari luar kabupaten Kudus. Mahasiswa berasal dari kabupaten Jepara, Pati, Semarang, Demak, Rembang, Blora, Purwodadi, Grobogan, sampai Jakarta. Tentunya fenomena yang sama juga terjadi di perguruan tinggi lainnya. Masa dewasa awal merupakan transisi dari masa remaja, yang memiliki kerentanan terhadap perasaan kesepian, terutama dalam sebuah perguruan tinggi di Universitas, (Diehl et al, 2018).

Menurut Kazan, Umbetova, dan Federal (2021), suatu tantangan utama yang harus dihadapi oleh mahasiswa yang merantau adalah bagaimana cara beradaptasi di lingkungan baru. Adaptasi berupa kebiasaan dalam bersosial dan budaya yang memiliki proses kompleks terutama menyangkut antar dimensi, yang dapat mengakibatkan seseorang mengalami kesepian hingga depresi jika tidak ditangani dengan baik.

Di tempat tinggal yang baru mahasiswa rantau harus menanggung beban yang adaptif dalam menghadapi perubahan, dengan cara menjalin banyak relasi, berperilaku ramah dalam menjalin hubungan sosial dengan orang baru, membuka penilaian baru yang objektif, dan menyesuaikan diri dengan membangun kebiasaan baru. Agar mampu mengembangkan kehidupan yang realistis di lingkungan baru (Bondyreva, 2011).

Hal semacam itu tentunya berdampak pada mahasiswa dalam mencapai prestasi, situasi yang berbeda memberikan tuntutan lebih pada usaha seorang mahasiswa perantauan, tentunya kemandirian serta tanggung jawab sosial yang diemban semakin besar. Perbedaan dan penyesuaian semacam itu membuat

mahasiswa tak jarang mengalami kesepian, apalagi jika mahasiswa itu sendiri kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru (Lingga dan Josetta, 2012).

Harga diri adalah kebutuhan dasar dari manusia yang berpengaruh pada keinginan, motivasi, dan tingkah laku fungsional, serta rasa puas yang memberikan kebermaknaan dalam hidup, untuk mempertahankan dan meningkatkan perasaan positif dalam diri (Guindon, 2010).

Senada dengan pendapat yang dikemukakan oleh Heatherton dan Wyland (2004), yang menyampaikan harga diri sebagai penilaian individu kepada diri sendiri yang mewujudkan tingkah laku positif dan negatif sesuai dengan penilaian masing-masing individu. Individu yang memiliki harga diri tinggi akan berperilaku aktif, yakin akan kemampuan yang dimiliki, dan menghargai diri, serta menunjukkan penerimaan yang baik, ia juga tidak mudah terdistrak dengan gangguan dari luar. Berbeda dengan seseorang yang memiliki harga diri rendah, ia cenderung pasif dan memberi penilaian negatif pada dirinya, merasa tak pantas, dan tak mampu maksimal dalam menjalani kehidupan. Biasanya seseorang dengan harga diri atau harga diri yang rendah memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah pula, ia akan menghindari dari lingkungan sosial dan menarik diri dari masyarakat sehingga kerap mempunyai perasaan kesepian.

Menurut Lerner dan Spanier harga diri adalah tingkatan manusia dalam menilai dan memberikan evaluasi pada dirinya sendiri secara positif maupun negatif, tentunya berhubungan dengan konsep diri yang ia miliki (Ghufron & Rini, 2012).

Branden (1992) bergagasan bahwa harga diri mencakup pengertian mengenai kepercayaan problem solving yang dimiliki manusia dalam mengatasi masalah hidup, dan juga kepercayaan tentang seberapa berhak ia mendapatkan kebahagiaan serta seberapa bergunanya dirinya bagi orang lain disekitarnya.

Ashe & McCutcheon (2001) dalam Zhao et al., (2012) mengungkapkan rasa malu akibat harga diri yang rendah biasanya mengakibatkan munculnya sikap pengelakan dalam interaksi sosial yang menjadikan terlalu rentan menimbulkan emosi negatif, dan cenderung mempunyai pengevaluasian negatif terhadap diri sendiri dan orang lain, yang membuat seseorang tersebut menjadi kurang terlibat dalam kegiatan sosial, dan mengakibatkan memiliki perasaan yang kuat akan kesepian.

Rosenberg dan Owens dalam Guindon (2010) mengungkapkan gagasan bahwa harga diri memiliki tingkatan yang dapat dilihat dari beberapa karakteristik yang individu tunjukkan melalui sikap. Umumnya seseorang dengan harga diri yang tinggi memiliki perilaku aktif yang ditunjukkan dengan sikap optimis, percaya diri, dan senantiasa bahagia; fleksibel dalam berpikir; mampu melihat peluang dari kemampuan yang ia miliki; selalu berusaha meningkatkan *value* (nilai) pada dirinya; menanggapi permasalahan dalam hidup ialah tantangan yang harus dihadapi dengan keberanian, serta berusaha mencari suatu hal positif untuk memback-up kegagalan yang ia dapat; tegas dalam memutuskan, dan tidak mudah terpengaruh oleh kritikan dari eksternal, serta berpikiran positif kepada setiap orang maupun kelompok yang ia temui. Sangat berbanding terbalik dengan seseorang yang memiliki harga diri rendah. Cenderung menunjukkan perilaku pasif, yang

ditandai dengan sikap pesimis, pemalu, tidak percaya diri, hingga sering membandingkan diri dengan orang lain dan merasa ia tidak lebih baik dari orang lain; mudah meneima trigger dengan komentar dan opini dari luar tentang dirinya; menilai negatif dan mengedepankan emosi atas segala permasalahan yang ia dapat, serta tidak mencoba mencari solusi namun malah membesarkan masalah tersebut; kaku dalam berpikir, dan tidak tegas dalam mengambil keputusan, juga beranggapan bahwa tidak ada yang dapat ia percaya.

Wawancara preelemenari pertama yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 28 Desember 2022 di tempat kos yang ditinggali seorang mahasiswa berinisial R. R adalah seorang perempuan berusia 22 tahun, yang memiliki tubuh berisi. R menyampaikan bahwa ia memilih tinggal di kos karena ia berkeinginan untuk kuliah sambil bekerja, dan kebetulan tempat kerjanya tak jauh dari kampus. Semenjak mulai tinggal terpisah dengan orangtua dan kerabat ia mengaku sering merasakan kesepian. R mengaku kesulitan dalam beradaptasi di tempat kos, R merasa malu untuk menyapa atau sekedar mengobrol dengan orang lain lantaran ia kurang memiliki waktu dalam bersosialisasi. R juga menambahkan jika ia merasa malu karena bentuk tubuhnya yang berisi dan tidak terlalu tinggi. Hal tersebut yang seringkali membuat R merasa terasingkan, tidak pantas, dan tidak dihargai, sehingga R lebih memilih menghindari interaksi atau obrolan yang biasa anak kos lakukan ketika waktu senggang, hingga terkadang membuat R memiliki pikiran negatif akan teman satu kosnya, ia beranggapan jika kurang berinteraksi akan membuatnya menjadi bahan gunjingan ketika teman kos lainnya sedang mengobrol.

Wawancara selanjutnya dengan mahasiswa laki-laki berusia 23 tahun, yang berinisial OV dan dilaksanakan pada tanggal 29 Desember 2022 di tempat kos yang saat ini ia tinggali. OV bercerita jika menjadi anak rantauan itu tidak mudah, karena harus menyesuaikan tempat tinggal hingga gaya komunikasi dengan masyarakat setempat. Ia mengatakan bahwa ia tidak memiliki harapan untuk menjalin hubungan sosial karena dirinya kurang memiliki motivasi atau keinginan dalam berinteraksi dengan orang baru. OV pun berpikir jika ia tidak akan memulai percakapan terlebih dahulu, terlebih dengan orang baru di lingkungan baru, yang tentunya memiliki karakteristik kebiasaan dan budaya yang berbeda. Meski demikian terkadang OV merasa ia membutuhkan seorang teman untuk mengusir perasaan hampa dan kesendirian yang ia rasakan. Namun ketika ia mencoba berada di antara obrolan antar teman kosnya ia tetap merasa sendirian, karena ia merasa kurang diperhatikan. Sehingga OV lebih memilih hanya berdiam diri di kamar sambil menonton film dari layar laptopnya dan menyendiri.

Terakhir, wawancara dengan mahasiswi perempuan yang berinisial J dan berusia 23 tahun, yang memilih menjadi anak rantauan mengikuti keinginan orangtuanya untuk berkuliah. Wawancara ini dilaksanakan pada tanggal 30 Desember 2022. Awalnya ia keberatan jika harus merantau, karena akan berpisah dengan kawan sepermainannya di lingkungan tempat ia berasal, namun karena kepatuhan kepada orang tua ia menjalani kuliah di luar kabupaten. J mengaku takut tidak memiliki teman di lingkungan baru yang ia tinggali, tetapi ia memiliki masalah kepercayaan terhadap orang baru. J khawatir ia tidak bisa diterima, atau ketika sudah berteman ia takut jika di khianati. J beranggapan bahwa pada zaman

sekarang sulit untuk menemukan orang yang bisa dipercaya apalagi yang baru ditemuinya. Hal tersebut yang menjadikan J merasa kurang memiliki kekuatan dalam berinteraksi dan komunikasi. R juga berpikir bahwa ia tidak akan mendapatkan hubungan sosial selayaknya persaudaraan yang sangat erat. Kemudian karena baru pertama kali ini J merasakan pengalaman merantau, dimana ia harus jauh dari keluarga dan teman sepermainan di kampung. Tak jarang J merasa kesulitan dalam menyelesaikan masalah yang ia alami. J tidak memiliki teman untuk *sharing* atau sekedar berkeluh kesah, akan keseharian yang terasa berat ia jalani. Jika ia tertimpa suatu masalah dan stress, ia cenderung merasa mudah lelah serta merasa pusing setiap memikirkan solusi untuk permasalahan yang ia hadapi. J ingin bercerita dan mendapatkan saran dari teman atas masalahnya, tetapi ia enggan untuk berinteraksi. J berpikir akan lebih efektif jika ia bercerita secara langsung kepada seseorang, daripada melalui telepon atau media sosial, seperti yang ia lakukan dengan temannya di kampung halamannya.

Dari wawancara preelemenari yang telah peneliti laksanakan dapat diperoleh bahwa faktor yang dapat menyebabkan mahasiswa merantau mengalami kesepian salah satunya ialah harga diri. Manusia harus memiliki keyakinan untuk bertindak dalam kehidupan yang ia jalani, sebuah keyakinan dalam kebahagiaan, merasa berharga, bermaknaan, dan merasa pantas dalam menjalin hubungan. Hal tersebut menjadikan manusia lebih tegas dalam mengakui keinginan serta kebutuhan yang dapat ia perjuangkan hingga mampu menuai hasil nantinya (Branden, 1992).

Weiss (1974) mengatakan bahwa manusia adalah makhluk sosial yang sudah semestinya membutuhkan seseorang untuk melengkapi kebutuhan bersosialisasi, yang apabila kebutuhan itu tak terpenuhi dalam artian seseorang tersebut tidak dapat menjalin dan menjaga suatu hubungan sosial, maka ia akan mengalami kesepian.

Menurut Wright (2005) dalam Robinson S (2021), kesepian merupakan pengalaman manusia yang paling awal dan mendasar. Di zaman yang telah memasuki era alternatif seperti saat ini kesepian menjadi kondisi yang umum terjadi di kalangan masyarakat, hanya segelintir manusia yang mampu menghindari rasa kesepian ini, sebab saat ini ikatan manusia dengan ilmu psikologis semakin erat.

Menurut Sampao (2005) kesepian adalah suatu perasaan terisolasi, tertinggal, terasingkan, dan dikucilkan dari lingkungan sekitar karena perbedaan dengan sekelompok orang tersebut, dan tiada seorangpun yang menghampiri guna berbagi rasa maupun suka duka.

Yanguas, Pinazo, dan Tarazona (2018) beranggapan bahwa kesepian ialah suatu reaksi yang muncul secara negatif dari sudut pandang terkait rasa sepi yang dirasakan manusia, akibat harapan yang terlampau tinggi terhadap kontak sosial yang dijalaninya.

Kesepian ialah sebuah perasaan dari dalam diri seseorang, dengan sudut pandang yang manusia miliki, ia mampu berpendapat bagaimana hubungan yang ia jalin saat ini dan bagaimana cara seseorang melihatnya sebagai manusia. Seseorang yang mengalami kesepian biasanya belum tentu sendirian, namun lebih pada tidak memiliki suatu hubungan sosial yang berarti akibat dari perasaan dikucilkan atau



merasa terintimidasi, yang menyebabkan rasa cemas, kekhawatiran tentang sosialnya. Frustrasi hingga depresi, sehingga melemahkan fungsi dan makna dalam kehidupan (R Edery, 2016). Perlman & Peplau (1982) dalam Zhao et al., (2012), mengungkapkan bahwa hal ini lebih mengacu pada pengalaman yang tidak membahagiakan dan tidak konsisten terjalin, saat koneksi sosial manusia mengalami penurunan secara kuantitas ataupun kualitas.

Seperti pada penelitian dengan judul “Hubungan Antara Harga Diri dengan Kesenian pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang” yang disusun oleh Yunior dan Rohmatun (2022), menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kesepian dan harga diri pada mahasiswa yang merantau ke Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Dalam penelitian ini menjelaskan subjek yang mempunyai harga diri tinggi lebih mampu mengatasi kondisi kesepian yang dialaminya, karena seseorang yang memiliki harga diri tinggi mampu menilai dirinya sendiri dengan sangat positif.

Penelitian oleh Rahmadani et al., (2017) dengan judul “Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kesenian Pada Lajang Di Masa Dewasa Awal” menyatakan bahwa adanya hubungan negatif antara harga diri dengan kesepian pada lajang di masa dewasa awal. Dalam artian, semakin tinggi harga diri yang dimiliki maka semakin rendah kesepian yang dialami pada lajang di masa dewasa awal.

Kesenian memiliki kemungkinan atas akibat yang bisa dirasakan oleh seseorang yang mengalaminya. Young (1982) mengatakan jika kesepian jangka pendek dan jangka panjang memiliki perbedaan akan dampaknya, kesepian jangka pendek biasanya dialami ketika individu terjangkit suatu penyakit dan tidak ada

yang menemani ketika masa penyembuhan, masa tersebut dapat ditangani dengan adanya teman semasa penyembuhan. Berbeda dengan kesepian jangka panjang yang biasana dialami karena alasan sepele seperti interaksi sosial yang tidak memuaskan dengan kurun waktu yang tidak ditentukan, masa ini dapat ditangani ketika individu tersebut menyadari dan mulai menjalin hubungan sosial yang memuaskan (Cosan, 2014).

Dampak kesepian dari Cosan (2014) antara lain yakni : 1). Perasaan negatif, semacam kemarahan, kesedihan atau ketakutan. 2). Memiliki persepsi negatif terhadap orang lain, seseorang yang mengalami kesepian memiliki kepercayaan yang minim kepada orang disekitarnya, yang menjadikan selalu berpikiran buruk kepada orang disekelilingnya. 3). Kurang interaksi sosial, dalam artian seseorang yang mengalami kesepian akan menghindari kontak sosial seperti kegiatan sosial dan semacamnya, sehingga cenderung memiliki sedikit hubungan dengan orang lain. 4). Ketidakmampuan mengatasi masalah, individu yang mengalami kesepian cenderung merasa terancam jika mempunyai suatu permasalahan, sehingga tidak sanggup melawan dan menghadapi permasalahan tersebut. 5). Gangguan psikomatis, biasanya kesepian mengakibatkan sakit kepala, mudah merasa lelah, dan menurunnya nafsu makan, atau pola tidur terganggu. 6). Perilaku beresiko, seperti minum alkohol, mengkonsumsi narkoba, hingga percobaan bunuh diri. 7). Mortalitas meningkat, dalam artian tingkat kematian orang dengan kondisi kesepian lebih tinggi.

Seseorang dalam masa perantauan juga membutuhkan mental yang benar-benar siap untuk meninggalkan kampung halaman, keluarga, sanak saudara, hingga

teman. Seseorang yang merantau rentan merasakan kesepian. Seperti dilansir dari liputan6.com (2022), menyatakan bahwa seseorang yang merantau dan tinggal dalam rumah kos, kontrakan, atau kantor sering mengalami kesepian. Merasa tidak nyaman karena adaptasi tidak berjalan baik, karena budaya yang terkadang tidak sama. Seseorang yang merantau cenderung jarang pulang ke kampung halaman, dikarenakan uang saku lebih digunakan untuk menabung, atau berhemat untuk kebutuhan sehari-hari. Pada umumnya seseorang dalam masa perantauan yang mengalami kesepian cenderung akan menghadapi perasaan tersebut dengan menangis.

Republika.com (2021) menyampaikan bahwa rasa kesepian bisa memperburuk kualitas tidur seseorang. Ada bermacam faktor yang dapat mengganggu kualitas hingga pola tidur seseorang, mulai dari pancaran cahaya HP, hingga mengkonsumsi kafein berlebih sebelum tidur. Data dari *Office of Statistic* di Inggris mencatat sebanyak 7,4 juta orang yang mengalami kesepian turut mempengaruhi hidup mereka yang sejahtera, selama tenggang waktu Mei sampai April 2020. Psikiater dan peneliti dari divisi psikiatri di UCL Farhana Mann, menjelaskan bahwa kesepian juga dialami seseorang di periode muda, dan lanjut usia.

Dilansir dari widuri.ac.id (2021), Octavia (KlikDokter) menjelaskan bahwa interaksi dengan sesama manusia itu penting, dimana ketika kita berinteraksi langsung dan melakukan kontak mata, maka kita akan menunjukkan ekspresi wajah, intonasi dan nada suara, serta gerakan atau gestur tubuh yang tidak bisa didapatkan ketika kita menjalin interaksi lewat media sosial. Sementara dilansir dari

*Verywell Family*, kesepian merupakan problem yang umum terjadi dikalangan mahasiswa, situasi seperti ini sangat rentan dialami oleh mahasiswa yang berada di lingkungan kampus, asrama, atau tempat tinggal kos yang tidak memiliki interaksi yang cukup berkualitas.

Kompas.id (2018) menjabarkan bahwa sebanyak 51% dari peserta penelitian di Yogyakarta secara klinis memiliki indikasi depresi, dikarenakan mengalami kesepian. Tribunnews.com (2015), memaparkan bahwa terdapat seorang mahasiswa yang melakukan bunuh diri di dalam kamar kos yang ia tinggali, karena merasa kesepian. Hal ini dikarenakan mahasiswa tersebut menjalani pendidikan di luar kabupaten yang jauh dari orang tua, hingga mendapat berita bahwa sang Ibu telah meninggal dunia.

Dari uraian tersebut menunjukkan bahwa seseorang dengan harga diri rendah cenderung memiliki kepercayaan diri kurang dan merasa malu akan dirinya, yang mengakibatkan penilaian pada dirinya sendiri pun buruk, merasa tidak pantas, dan terasingkan sehingga membuat seseorang tersebut tidak dapat menjalin interaksi sosial dengan maksimal bahkan lebih memilih menarik diri dari lingkungan. Sikap pasif seseorang dalam berinteraksi menjadikan ia tidak memiliki jalinan hubungan yang memuaskan, tidak mempunyai teman untuk berkeluh kesah atau sekedar sharing, selalu sendirian melakukan setiap aktivitas keseharian, dan menjadi pendiam. Hal itu membuat seseorang rentan mengalami kondisi kesepian.

Berdasarkan beberapa data dan uraian permasalahan diatas, harga diri menjadi suatu hal yang penting untuk diteliti, karena faktor tersebut mempengaruhi tingkat kesepian terhadap seorang mahasiswa yang merantau. Penelitian

dilaksanakan oleh peneliti dalam kajian ilmiah, dengan judul “Hubungan Harga Diri dengan Kesenian pada Mahasiswa Merantau di Kabupaten Kudus”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara Harga Diri dengan Kesenian pada Mahasiswa Rantau di Kabupaten Kudus

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberi informasi terkait bidang ilmu psikologi yang berhubungan dengan harga diri dan kesenian pada mahasiswa merantau di kabupaten Kudus.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi subjek**

Hasil yang diperoleh peneliti dalam penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada subjek terkait hubungan antara harga diri dengan kesenian pada mahasiswa merantau di Kabupaten Kudus.

#### **b. Bagi penelitian selanjutnya**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan tambahan sebagai kajian teoristik kepada para peneliti lain yang berkeinginan melakukan penelitian sejenis.