

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Merantau merupakan suatu aktivitas pergi ke wilayah lain untuk mencari penghidupan dan ilmu. Perantau merupakan individu yang merantau atau pergi keluar dari daerah asalnya menuju wilayah baru dengan tujuan untuk menuntut ilmu (Debora et al., 2021). Faktor pendidikan dapat berupa keinginan untuk melanjutkan studi, menambah ilmu pengetahuan, mencari pengalaman atau keterampilan dan kurangnya fasilitas pendidikan di daerah asal (Figuroa et al., 2023). Seseorang dapat di katakan sebagai mahasiswa rantau mengacu pada mahasiswa yang menempuh pendidikan tinggi di luar daerah asal, sehingga mengalami keterpisahan fisik dari lingkungan tempat tinggal sebelumnya (Sahertian et al., 2024), Individu yang meninggalkan daerah asalnya seperti dari kabupaten dan berpindah ke ibukota provinsi disebut perantau (Geumena, 2022) sedangkan Mahasiswa rantau adalah mahasiswa yang datang untuk belajar dan dianggap asing oleh kebudayaan kampus dan harus mulai beradaptasi (Anggraeni, (2021); Hasibuan dkk (2018). secara resmi di Indonesia belum ada aturan baku yang menyebutkan berapa jarak minimum seseorang harus tempuh agar dikategorikan sebagai mahasiswa rantau jadi jarak bukan satu-satunya ukuran, melainkan perbedaan wilayah administratif (kota, kabupaten dan provinsi).

Menurut hasil Susenas Tahun 2019, jumlah pemuda di Indonesia diperkirakan berjumlah 64,19 juta jiwa atau seperempat dari total penduduk Indonesia. Berdasarkan distribusi wilayah, 55,28% dari jumlah tersebut terkonsentrasi di Pulau Jawa (sitasi) (Hediati & Nawangsari, 2020). Jika dikaitkan dengan pendidikan, maka data ini bisa mengisyaratkan bahwa banyak pemuda yang merantau keluar dari daerah asalnya untuk mengenyam

pendidikan (Novita Lestari et al., 2023). Kemudian berdasarkan data dari UNESCO Institute for Statistics, jumlah mahasiswa internasional di dunia meningkat dari 2 juta pada tahun 2000 menjadi 5,3 juta pada tahun 2017. Negara-negara dengan jumlah mahasiswa internasional terbanyak meliputi Amerika Serikat, Inggris, Australia, Prancis, Jerman, dan Rusia. Di Australia, pada tahun 2019, mahasiswa internasional mewakili sekitar 27% dari total populasi mahasiswa di universitas-universitas Australia (Widiasih et al., 2020).

Masalah yang dialami oleh mahasiswa rantau adalah masalah pada kepercayaan diri dan kekhawatiran terhadap nilai yang akan diperoleh selama kuliah, kesulitan dalam menjalin hubungan dan mengakibatkan mahasiswa menjadi menutup diri, kesulitan mengatur keuangan dan homesick (Hediati & Nawangsari, 2020). Ketika berada jauh dari keluarga ditambah dengan hidup sendiri bukan di kota asal membuat para perantau kerap kali merasakan rindu yang amat sangat kepada keluarga yang ada di kota asal dan ini mengakibatkan mahasiswa sering merasakan sedih yang berkepanjangan (Dara et al., 2020). Oleh karena itu, sebagai mahasiswa rantau individu harus bisa manajemen hidup selama merantau. Seperti dalam hal akademik, harus bisa manajemen jam belajar, jadwal mengerjakan tugas dengan mempertimbangkan deadline dan tugas lainnya, serta manajemen kegiatan disamping kuliah agar tidak mengganggu jadwal kuliah, jam belajar dan jam istirahat (Fitri & Kustanti, 2020). Mahasiswa juga mulai berfokus pada harapan – harapan orang disekitar terhadap mendapatkan pekerjaan, pasangan, tanggung jawab sebagai orang dewasa, dan keberhasilan dimasa depan (Figuroa et al., 2023).

Cara individu memanfaatkan keyakinannya untuk mengelola stres dan masalah-masalah dalam kehidupan disebut dengan *religious coping*. Menurut Wong-McDonald dan Gorsuch istilah *religious coping* didefinisikan sebagai sejauh mana agama menjadi bagian dari proses pemahaman dan coping terhadap masalah yang dihadapi dan peristiwa-peristiwa

penting dalam hidup (Pargament dkk., 2005). kemudian menurut Wong-McDonald dan Gorsuch perbedaan strategi koping merefleksikan perbedaan dalam motivasi agama, keyakinan dogmatif, dan derajat komitmennya (Efendy & Pratitis, 2024).

Pargament dkk., (1998) mengidentifikasi dua pola *religious coping*, yakni positif dan negatif, yang keduanya memiliki dampak pada kesehatan mental. Pola positif terkait dengan hubungan yang kokoh dengan Tuhan dan ikatan spiritual dengan sesama, cenderung memberi manfaat pada individu yang mengalami masalah. Di sisi lain, pola negatif menunjukkan hubungan yang kurang stabil dengan Tuhan dan konflik internal. Dengan demikian, *religious coping* positif memainkan peran penting dalam kesejahteraan psikologis individu. Saat individu memiliki pandangan positif terhadap agamanya dan hubungan yang erat dengan Tuhan, pola-pola ini menjadi mekanisme koping yang membantu dalam mengatasi situasi stres dan tekanan yang dihadapi (Riegel & Unser, 2021).

Ryff dan Singer (1996) berpendapat bahwa *religious coping* menjadi salah satu faktor yang berdampak pada kesejahteraan. Penting untuk memahami peran *religijs coping* dalam konteks kesejahteraan psikologis mahasiswa, mengingat masa ini sebagai fase perkembangan dan eksplorasi nilai-nilai hidup yang signifikan. Dengan menyelidiki hubungan ini, penelitian ini ditujukan untuk memberikan kontribusi pada pemahaman kita mengenai penilaian keagamaan yang mempengaruhi adaptasi psikologis mahasiswa dan memberikan dasar bagi pengembangan intervensi yang lebih baik dalam mendukung perkembangan holistik mereka (Pratama & Fikri, 2023).

Religijs coping, sebagai bentuk dari ekspresi keagamaan, merupakan inti yang ada dalam kehidupan setiap individu, memiliki potensi untuk memengaruhi dalam berbagai aspek psikologis, termasuk kesejahteraan psikologis yang merujuk pada keadaan mental positif yang diliputi oleh rasa puas, keseimbangan emosional, dan kemampuan individu untuk

berfungsi secara optimal dalam kegiatan sehari-hari. Menurut Ryff (dalam Amadiyati & Utami, 2007) beragam aspek seperti penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), kemampuan penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan pribadi (*personal growth*) (Irsyad, 2020)

Menurut Ryff, *Psychological Well-Being* (PWB) sebagai tingkat kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu (Blasco-Belled & Alsinet, 2022). Secara umum, persentase *Psychological Well-Being* mahasiswa rantau terletak pada kategori sedang dan tinggi menunjukkan bahwa mahasiswa rantau dapat dengan baik menjalani kehidupan sehari-hari dan mengerjakan studi mereka tanpa khawatir akan terjadi dan timbulnya masalah (Angraini & Rahardjo, 2023). Masalah yang dapat memengaruhi *Psychological Well-Being* (PWB) yaitu stres pada individu yang berkelanjutan dapat memperburuk kesehatan fisik dan psikologis, sehingga menurunkan *Psychological well being*, kemudian minimnya penerimaan diri dapat menyebabkan ketidakberhargaan terhadap diri sendiri, kurangnya apresiasi terhadap kondisi diri sendiri, termasuk kelebihan yang dimiliki (Distina, 2019).

Sebagian besar penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara *religious coping* dan *psychological well-being* dilakukan hanya pada populasi mahasiswa secara umum, tanpa secara khusus berfokus pada mahasiswa rantau. Berdasarkan fenomena yang relevan mahasiswa rantau lebih sering menghadapi tantangan seperti kesepian, adaptasi budaya, dan tekanan akademik yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka (Efendy & Pratitis, 2024). Menurut penelitian (Suryani et al., 2020) mayoritas menunjukkan bahwa *religious coping*

berhubungan positif dengan *Psychological Well-Being*. Orang yang memiliki keterlibatan religius yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres lebih rendah, makna hidup lebih tinggi, dan kepuasan hidup yang lebih baik (Firdaus & Syariah, 2023). *Psychological well being* mampu terpenuhi dengan baik bila mana seorang individu merasa bahagia karena terpenuhinya kebutuhan serta harapannya dengan baik. dan Penelitian (Efendy & Pratitis, 2024) menemukan bahwa *religious coping* menyumbang 19,7% terhadap variasi kesejahteraan psikologis. Mahasiswa yang aktif menggunakan strategi *religious coping* cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, seperti lebih mampu mengelola stres, merasa lebih bahagia, dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik.

Penelitian ini penting untuk mengetahui hubungan antara *religious coping* dan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau karena kelompok ini rentan mengalami stres, kecemasan, dan kesepian akibat tekanan akademik serta adaptasi terhadap lingkungan baru yang jauh dari dukungan keluarga. *Religious coping* dapat menjadi mekanisme penting dalam mengatasi tekanan psikologis tersebut, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian oleh (Efendy & Pratitis, 2024) yang menemukan bahwa coping religius menyumbang 19,7% terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa Muslim di Indonesia. Dengan memahami keterkaitan ini, tenaga kesehatan khususnya perawat dapat merancang intervensi yang lebih efektif dan berbasis spiritual untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswa rantau serta mendukung pengembangan program dukungan psikososial di lingkungan kampus.

Pentingnya *religious coping* pada perawat berdasarkan penelitian (Nopa et al., 2023) sebagai metode *religious coping* emosional yang paling sering digunakan oleh perawat untuk mengurangi stres akibat pekerjaan. Studi *scoping review* menemukan bahwa mayoritas perawat menggunakan *religious coping* untuk menghadapi tekanan kerja, dan religiusitas dapat menjadi sumber daya penting dalam mencegah stres kerja. Dengan adanya keyakinan dan praktik

keagamaan, perawat merasa lebih mampu menghadapi situasi sulit di tempat kerja. Dan Pada kelompok mahasiswa keperawatan, *coping spiritual* dan religius yang positif berkaitan dengan tingkat mindfulness yang lebih tinggi dan impulsivitas yang lebih rendah. Ini berarti perawat yang menggunakan religious coping cenderung lebih tenang, sadar diri, dan mampu mengendalikan emosi dalam situasi stres tinggi (Jafari et al., 2022).

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini yaitu Apakah terdapat hubungan *religious coping* dengan *psycological well being* pada mahasiswa rantau Keperawatan FIKES UMM ?

1.3. Tujuan Penulisan

1.3.1. Tujuan Umum Penelitian

Mengetahui hubungan *religious coping* dengan *Psychological Well-Being* pada mahasiswa rantau Keperawatan FIKES UMM.

1.3.2. Tujuan khusus Peneliti

1. Mengidentifikasi tingkat *religious coping* pada mahasiswa rantau.
2. Mengidentifikasi *tingkat Psychological Well-Being* pada mahasiswa rantau.
3. Menganalisis hubungan *religious coping* dengan *Psychological Well-Being* pada mahasiswa rantau Keperawatan FIKES UMM.

1.4. Manfaat Penulisan

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat mengetahui hubungan *religious coping* dengan *Psychological Well-Being* pada mahasiswa rantau Keperawatan FIKES UMM, sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam bidang Ilmu Keperawatan Jiwa.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi insitusi

Institusi dapat mengimplementasikan kebijakan yang bertujuan untuk meningkatkan mental positif pada mahasiswa rantau, seperti menyediakan layanan konseling dan kegiatan keagamaan yang memperkuat jaringan dukungan antar mahasiswa.

2. Bagi Responden

Mahasiswa dapat lebih memahami pentingnya menjaga kesejahteraan psikologi pada mahasiswa rantau. Kesadaran ini dapat mendorong mereka untuk aktif mencari dukungan dari teman, keluarga, atau komunitas.

3. Bagi Profesi Kesehataan

Profesional kesehatan mental dapat menggunakan temuan penelitian ini untuk merancang intervensi yang lebih tepat sasaran bagi mahasiswa rantau, dengan fokus pada peningkatan dukungan sosial sebagai bagian dari terapi.

1.5. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Eviliani et al., n.d.) dengan judul **"Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Rantau: Adakah Pengaruh Dari Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri"**. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap *Psychological Well-Being* mahasiswa perantauan. Hasil penelitian menandakan terdapat korelasi yang mengarah pada dukungan sosial dan penyesuaian diri yang dikaitkan dengan *Psychological Well-Being* mahasiswa rantau, tercatat dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,692 dan signifikansi sebesar 0,000 ($p > 0,05$). **Persamaan** penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan yakni membahas *Psychological Well-Being* sebagai variabel dependen yang diteliti, yaitu kondisi

psikologis optimal individu yang mencerminkan kesejahteraan mental, berdasarkan model Ryff (*self-acceptance, purpose in life, autonomy, personal growth, environmental mastery, positive relations*). Keduanya bertujuan menjelaskan bagaimana mahasiswa rantau dapat mempertahankan atau meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka selama merantau. Adapun **perbedaan** dalam kedua penelitian yaitu dalam jurnal ini membahas terkait dukungan sosial dan penyesuaian diri, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan membahas terkait *Religious Coping*, dengan demikian pemilihan instrumen yang digunakan akan berbeda.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Efendy & Pratitis, 2024) dengan judul **“Coping Religius dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Muslim di Indonesia”**. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dan teknik analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana, penelitian ini melibatkan 524 mahasiswa Muslim di Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan *religious coping* terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 19,7%. **Persamaan** penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan yakni membahas hubungan antara *religious coping* dengan *psychological well being*, serta kedua penelitian memberikan wawasan penting pada mahasiswa. Adapun **Perbedaan** dalam kedua penelitian yaitu dalam jurnal ini melibatkan mahasiswa muslim di indonesia, tehnik sampling yang di gunakan snowball dan instrumen penelitian yang digunakan Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) untuk mengukur kesejahteraan psikologis dan Development of the Iranian Religious coping Scale untuk mengukur coping religius. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan melibatkan mahasiswa rantau keperawatan fikes UMM, menggunakan tehnik

purposive sampling dan instrumen yang digunakan Ryff *psychological well being* 18 item untuk mengukur *psychological well being* dan *The Brief Religious Cope* (RCOPE) untuk mengukur *religious coping*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh (Wulansari et al., 2024) dengan judul **"Psychological well being mahasiswa rantau: peran resilience dan optimisme"**. Hasil analisis data penelitian ini menunjukkan nilai dari signifikansi pada variabel resilience dan optimisme terhadap *Psychological Well-Being* yakni sebesar ($p=0.000 < 0.005$) Maka dapat dinyatakan bahwa resilience dan optimisme secara signifikan memprediksi *psychological well being*. **Persamaan** dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu membahas terkait *psychological well being* pada mahasiswa rantau dengan menggunakan metode kuantitatif dan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Adapun **perbedaan** dalam kedua penelitian yaitu dalam jurnal ini membahas terkait peran resilience dan optimisme dengan melibatkan 100 mahasiswa rantau dengan usia antara 17-24 tahun sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan membahas terkait *religious coping* dengan melibatkan 238 mahasiswa rantau keperawatan di fikes UMM.
4. Penelitian yang dilakukan oleh (Santoso & Wibowo, 2024) dengan judul **"Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Rantau Pasca Pandemi"**. Penelitian ini memiliki **persamaan** yaitu membahas terkait *Psychological Well-Being* pada mahasiswa rantau, Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan Sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dan alat ukur *Psychological Well-Being* menggunakan Ryff *Psychological Well-Being Scale*. Adapun **perbedaan** dari kedua penelitian ini yaitu pada penelitian ini membahas

psychological well being pada mahasiswa rantau pasca pandemi dan terkait dukungan sosial teman sebaya, penelitian ini menggunakan uji korelasi product moment dari Karl Pearson sedangkan pada penelitian ini membahas terkait *religious coping* dan menggunakan uji korelasi spearman.

