

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, "Rantau" berarti daerah di luar daerah sendiri atau kampung halaman, atau daerah asing. Merantau adalah pindah dari satu tempat ke tempat lain dan meninggalkan daerahnya (Partanto & Al-Barry, 2001). Perantau adalah individu yang meninggalkan daerah asalnya untuk mencari ilmu di wilayah baru (Prasetio dkk, 2020). Mahasiswa seperti ini biasa disebut sebagai mahasiswa perantau (Abdillah dkk, 2023).

Saat ini, banyak mahasiswa yang memilih untuk melanjutkan pendidikan tinggi di tempat yang jauh dari asal mereka. Mahasiswa rantau adalah individu yang meninggalkan kampung halaman dan jauh dari orang tua untuk melanjutkan pendidikan. Mereka sedang menjalani proses pembelajaran di suatu institusi pendidikan (Afrilia dkk, 2024). Mahasiswa rantau merujuk pada mahasiswa yang menjalani proses perpindahan dan penyesuaian dari daerah asal ke daerah baru (Febriyola dkk, 2023). Seorang mahasiswa yang merantau harus tinggal di luar kampung halamannya selama periode tertentu, dengan tujuan menyelesaikan pendidikannya (Fauzia dkk, 2021).

Mahasiswa yang merantau seringkali menghadapi beragam tantangan, termasuk tekanan psikologis, seperti merasa kesepian, kehilangan harapan, dan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru (Hunowu & Pratisi, 2024). Jika mereka tidak bisa mengendalikan diri dengan baik,

mereka akan rentan terhadap pengaruh orang lain dan berisiko terjerumus ke dalam hal-hal negatif (Santoso & Wibowo, 2024). Banyak mahasiswa perantau yang mengalami tekanan dan kesulitan dalam beradaptasi akibat perbedaan lingkungan dibandingkan dengan lingkungan sebelumnya. Hal ini mencakup aspek-aspek seperti proses belajar, berinteraksi dengan teman sebaya yang berasal dari berbagai pulau, hubungan dengan dosen, serta peraturan yang berlaku di lingkungan baru mereka (Nurmansyah & Oktaviana, 2025).

Mahasiswa rantau yang menerima *social support* dapat meningkatkan kemampuan diri mereka, menghadapi situasi dengan sikap positif, mengatasi berbagai kesulitan, serta berkembang menjadi individu yang optimis (Melati & Barus, 2024). Semakin besar dukungan sosial yang diterima, semakin baik pula kemampuan mahasiswa rantau untuk beradaptasi (Christanti & Wati, 2023). Mahasiswa rantau yang mendapatkan dukungan sosial cenderung merasa dicintai dan bernilai, hal ini berpengaruh besar terhadap cara mereka mengatasi kecemasan dan perasaan kesepian, bahkan ketika menghadapi masa-masa sulit dalam hidup (Sangaji, 2023).

Berdasarkan studi awal melalui wawancara oleh peneliti pada tanggal 13 Oktober 2024 dengan mahasiswa perantau di Sumatra Barat, ditemukan bahwa keterbukaan diri mereka sangat bervariasi. Ada yang jarang bercerita tentang masalah yang dialami, ada pula yang sering membagikannya kepada orang sekitar dan keluarga. Mahasiswa yang jarang bercerita umumnya menunggu untuk ditanya terlebih dahulu sebelum membuka diri, karena mereka merasa tidak perlu

bercerita jika tidak ada yang menanyakan. Sebaliknya, mahasiswa yang lebih sering bercerita biasanya mendapatkan perhatian lebih dari orang sekitar maupun keluarga. Mereka ditanya tentang keadaan, diberi dukungan emosional ketika sedih, bahkan dibantu secara konkret seperti dipinjami uang atau dijemput ketika tidak ada kendaraan. Bantuan langsung tersebut termasuk dalam dukungan instrumental (Sarafino & Smith, 2011).

Namun, keterbukaan diri ini juga dipengaruhi oleh faktor kepribadian (Sarafino & Smith, 2011). Mahasiswa dengan tipe ekstrovert cenderung lebih mudah untuk berbagi cerita dibandingkan mahasiswa introvert yang lebih tertutup. Permasalahan yang muncul adalah adanya mahasiswa perantau yang kesulitan mengungkapkan perasaan atau masalahnya karena kurangnya dorongan dari lingkungan, sehingga potensi masalah pribadi yang mereka hadapi bisa semakin membebani. Hal ini dibuktikan dengan mahasiswa perantau yang menerima *social support* tinggi dan melakukan *self-disclosure* sebanyak 55 orang, mahasiswa perantau yang menerima *social support* tinggi namun tidak melakukan *self-disclosure* sebanyak 15 orang, mahasiswa perantau yang menerima *social support* rendah namun tetap melakukan *self-disclosure* sebanyak 10 orang, serta mahasiswa perantau yang menerima *social support* rendah dan tidak melakukan *self-disclosure* sebanyak 20 orang. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya dukungan sosial, baik berupa perhatian sederhana maupun bantuan nyata, karena dukungan sosial dapat menjadi kunci dalam mendorong mahasiswa perantau lebih

terbuka, merasa didengar, dan pada akhirnya lebih mampu menghadapi tantangan perantauan dengan sehat secara psikologis.

Dari hasil wawancara di atas, mahasiswa perantau Sumatra Barat akan mengungkapkan dirinya apabila mendapat dukungan sosial. Dukungan yang diharapkan berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, serta dukungan teknis (Sarafino & Smith, 2011). Interaksi dalam kehidupan sosial dan proses komunikasi sangat dipengaruhi oleh kemampuan seseorang untuk mengungkapkan diri (Khalid & Wahyuni, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa berbicara dengan satu teman setiap hari dapat meningkatkan kesejahteraan sehari-hari (Hall dkk, 2023). Dukungan sosial yang diterima dan dirasakan membuat mahasiswa rantau berkeinginan mengungkapkan dirinya secara langsung di dunia nyata, hal ini dapat memprediksi kepuasan hidup, baik secara langsung maupun tidak langsung (Gao & Takai, 2023).

Dukungan sosial yang diberikan orang tua memiliki dampak positif terhadap perilaku keterbukaan diri, semakin tinggi tingkat dukungan sosial dari orang tua, semakin besar pula perilaku keterbukaan diri yang ditunjukkan oleh mahasiswa perantau (Shopia, 2024). Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa orientasi percakapan yang kuat dalam keluarga menciptakan suasana yang mendukung bagi mahasiswa untuk berbagi tentang perkembangan dan tantangan akademik yang mereka hadapi, meskipun orang tua mungkin tidak selalu sepenuhnya memahami rincian tugas akhir yang sedang dikerjakan anak mereka (Simanullang dkk, 2024).

Studi yang dilakukan oleh Sarah Dessy Agatha pada tahun 2023 tentang Hubungan Dukungan Sosial dengan *Self-disclosure* Mengenai Peristiwa Tidak Menyenangkan pada Remaja memberikan hasil bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *self-disclosure* peristiwa tidak menyenangkan. Hasil ini memberikan gambaran bahwa semakin tinggi dukungan sosial tersedia, maka semakin tinggi juga pengungkapan diri terkait peristiwa tidak menyenangkan akan dilakukan oleh remaja (Agatha, 2023).

Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah dukungan sosial teman sebaya. Studi ini menemukan hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau Sumatra di Pulau Jawa (Nabila, 2023). Menurut penelitian lain, ada korelasi positif antara tingkat *self-disclosure* dan tingkat penyesuaian diri mahasiswa (Kusumaningtyas & Rahmandani, 2023). Sebaliknya, tingkat *self-disclosure* yang lebih rendah berhubungan dengan tingkat penyesuaian diri mahasiswa. Hubungan positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri ditemukan. Ini berarti bahwa apabila dukungan sosial meningkat, penyesuaian diri juga akan meningkat (Rasyid & Chusairi, 2021).

Orang yang mendapatkan dukungan dari teman sebaya akan lebih mempertimbangkan emosi yang dirasakan untuk diekspresikan kepada lingkungan sekitar (Siswandi & Caninsti, 2020). Studi ini menemukan bahwa dukungan sosial teman sebaya sangat penting untuk mengatur emosi mahasiswa perantau tahun pertama. Ada efek negatif yang signifikan terhadap dukungan teman sebaya

terhadap kesepian pada mahasiswa di rantau. Dukungan teman sebaya dapat menyebabkan seseorang lebih sulit mengalami kesepian atau bahkan mengalami penurunan kesepian (Darmawan, 2023).

Berbagai penelitian di atas menunjukkan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri, regulasi emosi, dan tingkat kesepian mahasiswa perantau. Dukungan sosial membuat mahasiswa perantau cenderung mengungkapkan diri. Hal ini memiliki pengaruh yang signifikan terhadap proses penyesuaian diri mahasiswa yang merantau (Rohman, 2025). Dukungan sosial teman sebaya juga dapat membantu mahasiswa perantau memperbaiki kualitas hidup mereka dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru mereka (Rasyid & Chusairi, 2021).

Dari berbagai fenomena dan masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan *Social Support* dengan *Self-Disclosure* pada Mahasiswa Perantau di Sumatra Barat.”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, “Apakah ada hubungan antara *social support* dengan *self-disclosure* pada mahasiswa perantau di Sumatra Barat?”.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak mengalami pelebaran dan tetap fokus pada masalah yang diungkap, maka dalam penelitian ini dibatasi dengan:

1. Penelitian ini berfokus melihat seberapa tinggi tingkat *social support* pada mahasiswa perantau di Sumatra Barat.

2. Penelitian ini berfokus melihat seberapa tinggi tingkat *self-disclosure* pada mahasiswa perantau di Sumatra Barat.
3. Penelitian ini berfokus melihat apakah ada hubungan antara *social support* dengan *self-disclosure* pada mahasiswa perantau di Sumatra Barat.

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat *social support* pada mahasiswa perantau di Sumatra Barat.
2. Untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat *self-disclosure* pada mahasiswa perantau di Sumatra Barat.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *social support* dengan *self-disclosure* pada mahasiswa perantau di Sumatra Barat.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat yang signifikan, baik secara teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Studi ini akan menambah literatur yang ada tentang hubungan antara *social support* dan *self-disclosure* di kalangan mahasiswa. Ini juga dapat menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut dalam bidang psikologi sosial, psikologi pendidikan, dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Studi ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi para mahasiswa perantau agar meningkatkan relasi sosial supaya bisa membuka diri selama di perantauan.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk menjadi referensi dan pengembangan ilmu pengetahuan.

c. Bagi Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang

Studi ini diharapkan dapat menjadi masukan agar memperbanyak wadah komunitas yang mendukung relasi sosial yang positif agar mahasiswa perantau merasa didukung dan menjadikannya lebih membuka diri.

F. Sistematika Penulisan

Penelitian ini memiliki sistematika penulisan sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : Tinjauan pustaka, yang terdiri teori-teori yang berkaitan dengan variabel penelitian, hubungan antara variabel, penelitian yang relevan, kerangka konseptual, dan hipotesis penelitian.

BAB III : Metodologi penelitian, yang terdiri dari penjelasan mengenai jenis penelitian yang digunakan, definisi operasional populasi dan sampel, serta instrumen penelitian.

BAB IV : Hasil penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari pelaksanaan penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan.

BAB V : Kesimpulan dan saran.

