

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa perantau adalah mahasiswa yang meninggalkan kampung halamannya untuk belajar di universitas atau untuk menggapai cita-citanya dalam waktu yang lama. Perpindahan mahasiswa dari daerah asal ke daerah baru seringkali menimbulkan ketidaknyamanan dan kebingungan pada individu, khususnya mahasiswa perantau yang jauh dari orang tua dan keluarganya (Amalia, R., & Nurussa'adah, E. 2021). Mahasiswa baru tentu merasa cemas ketika berada di lingkungan baru, terutama mahasiswa pendatang yang mempunyai perbedaan bahasa, suku, ras dan agama serta jauh dari orang tua dan keluarganya (Ridwan, 2023).

Kecemasan sosial yang dialami oleh mahasiswa perantau dapat menghambat kegiatan mahasiswa dan menghalangi mahasiswa dalam menjalin hubungan dengan orang-orang di lingkungan yang baru (Hidayat, 2017). Rasa cemas tersebut akan menyulitkan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan keadaan sekitar. Kecemasan yang berlebihan membuat mahasiswa perantau kesulitan beradaptasi dan membangun hubungan sosial di tempat yang baru (Ridwan, 2023).

Kecemasan sosial adalah perasaan yang muncul secara spontan ketika seseorang merasakan ketakutan, kegelisahan, atau kekhawatiran, terutama saat berada di lingkungan baru atau berinteraksi dengan orang-orang yang tidak dikenal. Kecemasan yang berlebihan dapat membuat seseorang merasa minder, menghindar dari interaksi, dan takut berhubungan dengan orang lain atau lingkungan sosialnya, karena khawatir akan mendapatkan penilaian negatif dari orang lain (Rahmawati, Yusainy, Nurwanti, 2014). Kecemasan sosial memiliki dampak buruk terhadap pencapaian akademik mahasiswa, karena mahasiswa yang cemas sering kali kesulitan berkonsentrasi, sehingga membuat mahasiswa sulit untuk memahami dan mengingat materi yang diajarkan (Dharmawan dan Dariyo, 2017).

Pada tahun 2017, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengungkapkan bahwa lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia, atau sekitar 3,6% dari total populasi, mengalami kecemasan. Di kawasan Asia Tenggara, sekitar 4,9% penduduk mengalami gangguan kecemasan, dengan angka tersebut meningkat dari 6% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018, khususnya di usia dewasa awal. Di Indonesia, prevalensi gangguan kecemasan menurut Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan bahwa 6% penduduk usia 15 tahun ke atas, atau sekitar 24 juta orang, mengalami gangguan kecemasan (Kemenkes RI, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Primadiana, Nihayati & Wahyuni (2019) pada 289 remaja di Sidoarjo

menunjukkan bahwa 64,7% di antaranya mengalami kecemasan sosial. Penelitian Hakim et al. (2018) yang melibatkan 476 siswa melaporkan bahwa 25,8% dari mahasiswa menunjukkan gejala kecemasan sosial. Sementara itu, penelitian Hidayat (2017) pada 336 remaja di Purbalingga menemukan bahwa 11,7% remaja mengalami kecemasan sosial rendah, 82,2% memiliki kecemasan sosial sedang, dan 6% mengalami kecemasan sosial tinggi. Kecemasan yang berlebihan dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa pendatang dalam beradaptasi dengan lingkungan akademik dan sosial, bahkan dapat menyebabkan kegagalan dalam melanjutkan studi (drop out) Arjanggi & Kusumaningsih (2016).

Adaptasi adalah proses di mana individu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, baik dengan mengubah diri mahasiswa agar sesuai dengan lingkungan tersebut maupun dengan mengubah lingkungan sesuai keinginan mahasiswa, tanpa menyebabkan konflik baik pada diri sendiri maupun orang lain, serta tetap mematuhi norma-norma yang berlaku di lingkungan baru (Gerungan dalam Ismawat, 2015). Perbedaan dalam kemampuan beradaptasi sering kali menjadi tantangan utama bagi mahasiswa yang baru mengenal lingkungan sekitar. Mahasiswa-mahasiswa ini sering kesulitan dalam berinteraksi dengan dosen, senior, atau teman-temannya. Proses adaptasi terhadap tuntutan sosial dan masa transisi ini dapat mempengaruhi perubahan dalam cara mahasiswa belajar (Munir, 2016).

Hasil penelitian mengenai tingkat penyesuaian diri mahasiswa program studi keperawatan di STIKes Surya Global Yogyakarta semester 2 menunjukkan bahwa mayoritas berada pada kategori kurang baik, yaitu 32 mahasiswa (58,2%). Sebanyak 19 mahasiswa (34,5%) termasuk dalam kategori baik, sementara 4 mahasiswa (7,3%) berada pada kategori sangat baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan semester 2 di STIKes Surya Global Yogyakarta memiliki tingkat penyesuaian diri yang kurang baik dalam beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan keperawatan dan kehidupan sosial mahasiswa (Budiarto, F., Nugrahayu, E. Y., & Riastini, Y. 2021).

Mahasiswa perlu memiliki keterampilan untuk beradaptasi dengan berbagai tuntutan yang ada dalam dunia perkuliahan. Tahun pertama di perguruan tinggi sering kali dipenuhi dengan tantangan yang dianggap sangat sulit oleh sebagian mahasiswa untuk dihadapi (Olivas, 2017). Ketidakmampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dapat memengaruhi berbagai aspek, seperti perasaan terasing, kesepian, serta masalah akademik seperti kinerja yang rendah, durasi studi yang panjang, dan bahkan risiko tidak lulus atau putus kuliah (Olivas, 2017). Secara global, sekitar 40% mahasiswa mengalami putus kuliah, dan 75% di antaranya adalah mahasiswa tahun pertama dan kedua (Olivas, 2017).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Oktober 2024 terhadap 10 Mahasiswa Perantau STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta ditemukan bahwa 6 mahasiswa merasa gugup ketika bertemu dengan teman barunya karena belum akrab dan kesulitan saat berkomunikasi, juga 5 mahasiswa mengatakan masih merasa gugup ketika tampil atau berbicara didepan kelas karena takut tidak disukai oleh temanya dan 5 mahasiswa lain yang hanya bisa berteman dengan mahasiswa yang berasal dari daerah yang sama. Adapun faktor lain yang menghambat adaptasi dimana salah satu mahasiswa mengatakan kurang merasa nyaman saat berada di kampus dengan alasan dipaksakan oleh orangtua untuk kuliah keperawatan. Hal ini menjadikan mahasiswa tersebut kesulitan dalam berpendapat dan harus beradaptasi dengan sesuatu yang baru diluar *basic* atau kemampuannya. Jawaban lain yang ditemukan saat wawancara yaitu 5 dari mahasiswa tersebut mengungkapkan bahwa di lingkungan tempat tinggalnya saat ini pun dirinya mengalami kesulitan saat berkomunikasi dan beradaptasi dengan orang-orang sekitarnya karena masih menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar.

Responden penelitian pada mahasiswa semester 1 karena mahasiswa semester 1 umumnya baru saja memulai kehidupan kampus dan jauh dari rumah serta jauh dari kedua orang tua. Lingkungan perkuliahan merupakan tempat yang baru bagi mahasiswa semester 1 yang sedang dalam masa transisi dari

lingkungan sekolah ke perguruan tinggi, sehingga mahasiswa perlu beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Periode ini merupakan waktu yang sangat penting dalam proses penyesuaian, di mana kecemasan sosial mahasiswa baru umumnya lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa semester atas yang sudah lebih akrab dengan suasana kampus (Munir, 2016). Dalam penelitian ini responden penelitian yang diambil mahasiswa Sarjana Keperawatan karena dalam penelitian ini peneliti ingin melihat bagaimana mahasiswa sarjana yang baru memasuki lingkungan perguruan tinggi mengalami kecemasan sosial dan proses adaptasinya. Penelitian dengan jumlah responden yang besar membutuhkan sumber daya yang lebih banyak sehingga peneliti membatasi sampel pada mahasiswa semester 1 dan program sarjana keperawatan dapat membantu mengurangi biaya dan waktu penelitian. Oleh karena itu penulis tertarik mengambil judul “Hubungan antara kecemasan sosial dengan kemampuan adaptasi mahasiswa perantau di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2025” untuk dilakukan penelitian.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti merumuskan masalah tentang “adakah hubungan kecemasan sosial dengan kemampuan adaptasi mahasiswa perantau di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2025”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini mengetahui hubungan kecemasan sosial dengan kemampuan adaptasi mahasiswa perantau di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, asal daerah dan suku mahasiswa perantau di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2025.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa perantau di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2025.
- c. Mengetahui kemampuan adaptasi mahasiswa perantau di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2025.
- d. Mengetahui keeratan hubungan kecemasan sosial dengan kemampuan adaptasi mahasiswa perantau di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2025.

D. Manfaat

1. Bagi Mahasiswa Perantau

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa STIKES Bethesda dalam berkomunikasi dengan menggunakan bahasa yang efektif dan komunikatif terhadap mahasiswa yang berasal dari daerah lain.

2. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dalam mengembangkan ilmu keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh dan mendapatkan pengalaman yang realistis dalam bidang penelitian serta menambah pengetahuan dan kemampuan menganalisa data dalam melakukan penelitian.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar di penelitian selanjutnya.

STIKES BETHESDA YAKKUM

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1
Keaslian Penelitian

No	Nama/Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Rahma, N. H., Utami, S., & Zaini, M. (2017).	Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Adaptasi Sosial pada Santri Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi'at Desa Kemuning Sari Kidul Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember Tahun 2017.	<p>a. Metode penelitian yang digunakan, yaitu analitik kuantitatif dengan desain penelitian korelasional.</p> <p>b. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan <i>proportionate random sampling</i></p> <p>c. Jumlah populasi sampel yang diambil 50 responden, populasi yang diambil dalam penelitian yaitu seluruh santri yang belajar di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi'at.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ringan 7 responden (14%), kecemasan sedang 12 responden (24%), kecemasan berat 27 responden (54%) dan panik 4 responden (8%). Sedangkan untuk adaptasi sosial diperoleh 18 responden (36%) mengalami adaptasi sosial adaptif dan 32 responden (64%) mengalami adaptasi sosial maladaptive. Hasil uji statistik menggunakan Rank Spearman dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai p value 0,000, dapat disimpulkan ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan adaptasi sosial pada santri Di Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi'at Desa</p>	<p>a. Persamaan penelitian yaitu menggunakan jenis penelitian kuantitatif</p> <p>b. Persamaan penelitian yaitu menggunakan metode korelasional</p> <p>c. Alat ukur menggunakan kuesioner</p> <p>d. Pendekatan yang digunakan yaitu <i>cross sectional</i></p>	<p>a. Responden peneliti yaitu pada mahasiswa perantau sedangkan pada jurnal yaitu pada santri pondok pensantren.</p> <p>b. Pada peneliti terdapat dua variable independen yaitu kecemasan sosial dan variable dependen yaitu kemampuan adaptasi mahasiswa rantau sedangkan pada jurnal tersebut variable independen yaitu kecemasan dan variabel dependen yaitu adaptasi sosial.</p> <p>c. Kuesioner kecemasan sosial dalam penelitian</p>

No	Nama/Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				Kemuningsari Kidul Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember.		ini di adopsi dari Hidayah (2017). Kusioner adaptasi mahasiswa dalam penelitian ini di adopsi dari penelitian Hasana (2021) sedangkan pada jurnal kusioner kecemasan menggunakan kusioner <i>Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)</i> dan kusioner adaptasi sosial dengan skala likert yang sudah dilakukan uji oleh peneliti sebelumnya.
2.	Khoirunnisa, S., & Dian Kurniati, F. (2022).	Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Keperawatan STIKES Surya Global Yogyakarta	a. Metode penelitian yang digunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . b. Teknik pengambilan sampel dengan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam kategori kecemasan berat sebesar 34 responden (61,8%) dan mayoritas penyesuaian diri mahasiswa keperawatan dalam	a. Persamaan penelitian yaitu menggunakan jenis penelitian kuantitatif untuk mengetahui adanya hubungan antara variable b. Pendekatan	a. Responden peneliti yaitu pada mahasiswa perantau sedangkan pada jurnal yaitu pada mahasiswa keperawatan semester 2 b. Pada peneliti terdapat dua

No	Nama/Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
			<p>menggunakan <i>simple random sampling</i></p> <p>c. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 55 responden, populasi yang diambil dalam penelitian yaitu mahasiswa keperawatan semester 2.</p>	<p>kategori penyesuaian diri kurang baik sebesar 32 responden (58,2%) dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$)</p>	<p>yang digunakan yaitu <i>cross sectional</i></p> <p>c. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner</p>	<p>variable independen atau bebas yaitu kecemasan sosial dan variable dependen atau terikat yaitu kemampuan adaptasi mahasiswa rantau sedangkan pada jurnal tersebut variable independen yaitu kecemasan dan variabel dependen yaitu penyesuaian diri mahasiswa.</p> <p>c. Kuesioner kecemasan dalam penelitian ini diadopsi dari Hidayah (2017). Kuesioner adaptasi mahasiswa dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian Hasanah (2021) sedangkan pada jurnal kuesioner kecemasan menggunakan</p>

No	Nama/Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
						Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) dan kusioner penyesuaian mahasiswa psychological adjustment scale (PAS)
3.	Budiarto, Fugrahyu, E. Y., & Riastini, Y. (2021).	Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Kedokteran UNMUL Saat Pembelajaran Online.	<p>a. Metode penelitian analitik observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>.</p> <p>b. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik <i>purposive sampling</i></p> <p>c. Jumlah populasi sample yang diambil sebanyak 87 responden, populasi yang diambil dalam penelitian</p>	Hasil penelitian menggunakan uji Spearman rho didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,005$ dan $r = -0,300$. $p < 0,01$ dapat disimpulkan ada hubungan tingkat kecemasan dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru kedokteran Unmul saat pembelajaran online.	<p>a. Persamaan penelitian yaitu menggunakan jenis penelitian kuantitatif untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel</p> <p>b. Pendekatan yang digunakan yaitu <i>cross sectional</i></p>	<p>a. Responden peneliti yaitu pada mahasiswa perantau saat pembelajara offline sedangkan pada jurnal yaitu pada mahasiswa baru saat pembelajaran online.</p> <p>b. Pada peneliti terdapat dua variable independen atau bebas yaitu kecemasan sosial dan variable dependen atau terikat yaitu kemampuan adaptasi mahasiswa perantau</p>

No	Nama/Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
			yaitu mahasiswa baru kedokteran.			sedangkan pada jurnal tersebut variable independen yaitu kecemasan dan variabel dependen yaitu penyesuaian diri mahasiswa.

STIKES BETHESDA YAKKUM