

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Yogyakarta dikenal sebagai kota pelajar yang memiliki daya tarik kuat di bidang pendidikan, budaya, dan biaya hidup yang relatif terjangkau dibandingkan kota besar lainnya di Indonesia. Keberadaan berbagai perguruan tinggi ternama menjadikan kota ini sebagai tujuan utama bagi calon mahasiswa, baik dari daerah lokal maupun dari berbagai daerah wilayah di Indonesia. Tingginya minat untuk melanjutkan pendidikan di Yogyakarta menunjukkan bahwa kota ini tidak hanya menjadi pusat akademik, tetapi juga ruang pertemuan beragam latar belakang budaya dan sosial mahasiswa. Tidak hanya itu, perantauan juga dilakukan oleh pekerja, pedagang, pelaku usaha, hingga masyarakat yang sedang mencari peluang hidup lebih baik (Prayogo et al., 2025).

Kehadiran kampus-kampus besar di Yogyakarta turut memicu urbanisasi dan pertumbuhan kawasan hunian, kos, serta aktivitas ekonomi masyarakat pendatang di sekitar wilayah kampus. Banyak dari berbagai daerah seperti Sumatra, Kalimantan, Papua, Nusa Tenggara Timur, Sulawesi, yang menetap di Yogyakarta untuk bekerja, berdagang, maupun membangun relasi baru. Pengalaman kesepian dalam penelitian ini juga memiliki kesesuaian dengan penelitian Amran et al. (2024) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan kesepian pada mahasiswa perantau. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan (Prayogo et al., 2025).

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan lanjutan setelah pendidikan menengah yang memiliki peran strategis dalam mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas, tidak hanya dalam aspek akademik tetapi juga dalam pembentukan karakter dan keterampilan sosial. Dalam konteks pendidikan modern, perguruan tinggi tidak hanya berfungsi sebagai tempat transfer ilmu

pengetahuan, tetapi juga sebagai ruang pengembangan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, dan kolaborasi untuk menghadapi tantangan global. Selain itu, perguruan tinggi menjalankan fungsi utama melalui Tri Dharma, yaitu pendidikan dan pengajaran, penelitian, serta pengabdian kepada masyarakat, yang menjadikannya sebagai agen perubahan dalam pembangunan sosial dan peradaban. Oleh karena itu, keberadaan perguruan tinggi memiliki peran penting dalam mempersiapkan mahasiswa agar mampu beradaptasi, berinovasi, dan berkontribusi secara nyata di masyarakat (Fitrotunnisa et al., 2025).

Mahasiswa rantau merupakan individu yang meninggalkan daerah asalnya untuk menempuh pendidikan di lingkungan baru dengan kondisi sosial, budaya, dan kebiasaan yang berbeda. Berbeda dengan mahasiswa lokal yang sudah familiar dengan lingkungan sekitar, mahasiswa rantau dihadapkan pada tuntutan untuk beradaptasi secara lebih kompleks, mulai dari bahasa, pola interaksi, hingga gaya hidup sehari-hari (Yanti et al., 2025).

Pada umumnya, rantau merujuk pada kondisi ketika seseorang tinggal dan menetap di luar daerah asalnya untuk tujuan tertentu, seperti pendidikan, pekerjaan, atau pengembangan diri. Orang yang merantau biasanya harus meninggalkan keluarga dan lingkungan yang sudah familiar, kemudian beradaptasi dengan tempat baru yang memiliki perbedaan budaya, bahasa, kebiasaan, serta pola kehidupan sehari-hari. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk memiliki kemampuan adaptasi yang baik, karena mereka tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, juga harus menyesuaikan diri secara sosial dan emosional (Arikal et al., 2025).

Proses adaptasi menjadi penting bagi mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi yang menuntut kemandirian serta kesiapan menghadapi berbagai perubahan. Keberhasilan penyesuaian diri berperan besar dalam menjaga kesehatan mental, membangun relasi sosial yang baik, dan mendukung pencapaian akademik yang optimal. Proses ini dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis seperti kecemasan, efikasi diri, kepribadian, dan kemampuan coping (Vionita & Hastuti, 2021).

Oleh karena itu, terdapat perbedaan signifikan dalam proses adaptasi antara mahasiswa rantau dan mahasiswa lokal, mahasiswa rantau membutuhkan usaha penyesuaian yang lebih besar serta dukungan yang lebih kuat agar dapat mencapai keseimbangan dalam kehidupan akademik dan sosial (Aidillah, 2025; Fardien et al., 2025). Mahasiswa rantau menghadapi berbagai hambatan dalam proses adaptasi, seperti perbedaan bahasa, kebiasaan sehari-hari, makanan, cara berinteraksi, serta lingkungan baru. Selain itu perbedaan budaya, sistem akademik, serta adanya stereotip dari lingkungan sekitar dapat menghambat terbentuknya hubungan sosial. Hal ini menegaskan bahwa proses adaptasi mahasiswa rantau merupakan proses yang kompleks dan penuh tantangan (Demir et al., 2025).

Culture Shock, serta hambatan komunikasi akibat perbedaan bahasa dan budaya sering menyebabkan perasaan cemas, minder, kesepian, hingga *homesickness* yang dapat memengaruhi kehidupan sosial dan akademik mahasiswa. Kemampuan adaptasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia, kematangan emosi, *self-compassion*, serta strategi coping yang dimiliki individu (Ardi et al., 2024; Fatimah et al., 2024). Meskipun sering menimbulkan dampak negative, pengalaman ini juga dapat memberikan dampak positif berupa peningkatan kemandirian, kemampuan coping, keterampilan sosial, serta kepercayaan diri. Kesulitan adaptasi juga dapat berimplikasi pada kehidupan akademik, seperti menurunnya kepercayaan diri, kurangnya partisipasi di kelas, serta kesulitan dalam berkonsentrasi (Orah & Purnawinadi, 2025; Wahyuni & Afrida, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang terbaru dari Fardien et al., (2025) pengalaman adaptasi mahasiswa rantau bisa dipahami sebagai proses menyesuaikan diri yang tidak langsung mudah, tetapi terjadi secara bertahap. Namun seiring berjalannya waktu, mereka mulai belajar menyesuaikan diri melalui komunikasi dengan orang sekitar, mengikuti kegiatan, dan mencoba memahami kebiasaan baru. Dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan kampus juga sangat membantu agar mereka tidak merasa sendirian. Selain itu, kemampuan mengatur emosi, sikap terbuka, dan kemauan untuk belajar hal

baru membuat proses adaptasi menjadi lebih mudah, sampai akhirnya mahasiswa bisa merasa nyaman dan menjalani kehidupan di tempat rantau dengan lebih baik (Fardien et al., 2025; Via Ningrum & Intansari, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada mahasiswa baru di STIKes Panti Rapih Yogyakarta, diperoleh data dari BAAK jumlah mahasiswa sebanyak 294 mahasiswa. Berdasarkan data asal provinsi diketahui bahwa mahasiswa berasal dari berbagai wilayah di Indonesia. Jumlah mahasiswa terbanyak berasal dari Papua dengan jumlah 87 mahasiswa, Kalimantan dengan jumlah 68 mahasiswa, NTT dengan jumlah 38 mahasiswa, dan Sumatra dengan jumlah 36 mahasiswa. Sedangkan daerah lain memiliki jumlah yang relative sedikit, data tersebut menunjukkan adanya keberagaman latar belakang daerah, budaya, dan lingkungan sosial mahasiswa. Keberagaman asal daerah dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri, baik dalam aspek akademik maupun sosial di lingkungan perguruan tinggi.

Pemilihan mahasiswa rantau dari beberapa daerah tersebut, untuk menjadi populasi penelitian di dasarkan pada, adanya perbedaan budaya, bahasa, kebiasaan sosial, serta pola kehidupan sehari-hari yang cukup signifikan. Selain itu, mahasiswa dari daerah tersebut merupakan kelompok dengan jumlah yang cukup dominan di STIKes Panti Rapih Yogyakarta. Sehingga dianggap cukup mampu untuk memberikan gambaran yang lebih beragam mengenai pengalaman adaptasi mahasiswa rantau. Oleh karena itu, pemilihan populasi tersebut dinilai relevan untuk menggali secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa rantau dalam proses adaptasi di lingkungan perguruan tinggi.

Fenomena yang ditunjukan dari hasil studi pendahuluan, merupakan kesulitan adaptasi yang dialami oleh mahasiswa rantau pada masa awal tinggal di Yogyakarta. Fenomena ini ditandai dengan munculnya rasa canggung, bingung, dan ketidaknyamanan dalam berinteraksi sosial akibat perbedaan bahasa, gaya komunikasi, serta norma budaya yang lebih halus dibandingkan daerah asal. Kondisi tersebut mendorong sebagian mahasiswa untuk cenderung menarik diri atau membatasi interaksi karena adanya kekhawatiran melakukan

kesalahan dalam berkomunikasi. Perbedaan kebiasaan sehari-hari, khususnya dalam hal pola konsumsi makanan, juga menjadi bagian dari fenomena adaptasi. Cita rasa makanan yang didominasi rasa manis menimbulkan ketidaksesuaian dengan preferensi mahasiswa rantau yang terbiasa dengan rasa gurih atau pedas, sehingga pada awalnya memengaruhi pola makan dan pilih konsumsi (Ahmed, 2024).

Secara keseluruhan, menggambarkan bahwa proses adaptasi mahasiswa rantau bersifat kompleks dan melibatkan aspek sosial, budaya, emosional, dan kebiasaan hidup sehari-hari. Meskipun penelitian terkait adaptasi mahasiswa sudah banyak dilakukan, sebagian besar masih berfokus pada data kuantitatif dan belum menggali secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami secara lebih komprehensif pengalaman adaptasi mahasiswa rantau, termasuk faktor yang memengaruhi serta strategi yang digunakan, sehingga dapat menjadi dasar dalam pengembangan dukungan yang lebih tepat bagi mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi.

Dasar penelitian ini berdasarkan hasil penelitian “Pengaruh *Self Compassion* pada kemampuan penyesuaian diri Mahasiswa Perantau” dari Ardi et al., (2024) namun demikian penelitian ini memiliki keterbaruan yaitu tidak hanya melihat penyesuaian diri mahasiswa dari sisi angka atau hasil kuesioner. Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa rantau dalam proses adaptasi di lingkungan yang baru. Adaptasi merupakan pengalaman hidup yang kompleks, melibatkan aspek emosional, sosial, dan budaya yang dimaknai secara berbeda oleh setiap individu. Melalui fenomenologi, peneliti dapat menggali makna di balik pengalaman tersebut secara langsung dari perspektif partisipan, sehingga diperoleh gambaran yang lebih utuh dan kontekstual mengenai dinamika adaptasi mahasiswa rantau. Lebih fokus pada sebuah cerita dan pengalaman nyata yang mereka alami selama proses tersebut.

Setiap mahasiswa pasti memiliki pengalaman yang berbeda-beda, dalam melewati proses adaptasi, sampai cara mereka bertahan dan beradaptasi di

lingkungan baru. Setelah saya bertemu dengan mahasiswa baru yang ada di STIKes Panti Rapih Yogyakarta, mereka mengatakan kesulitan dalam memahami bahasa yang berbeda, budaya yang berbeda, makanan manis, dan cara bergaul dengan teman sebaya yang tidak mudah diawal perpindahan. Sulit untuk bergabung dengan teman dikarenakan malu dan takut salah saat berbicara, jadi lebih memilih untuk diam atau bergabung dengan teman dengan daerah asal yang sama. Sehingga penelitian ini bisa memberikan gambaran yang lebih spesifik dan mendalam.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengalaman adaptasi mahasiswa rantau di STIKes Panti Rapih Yogyakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

1.3.1.1 Untuk mendapatkan dan mendeskripsikan pengalaman adaptasi mahasiswa rantau.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mendeskripsikan pengalaman mahasiswa rantau dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial dan budaya di Yogyakarta.

1.3.2.2 Mengidentifikasi faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi proses adaptasi mahasiswa rantau

1.3.2.3 Mengidentifikasi strategi yang digunakan mahasiswa rantauan dalam menghadapi tantangan adaptasi di lingkungan kampus.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

1.4.1.1 Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam memahami dan menginterpretasikan makna pengalaman hidup secara mendalam mengenai proses adaptasi mahasiswa, khususnya mahasiswa rantau, dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia.

1.4.1.2 Dapat menambah sumber referensi untuk peneliti selanjutnya.

1.4.2 Manfaat praktis

- 1.4.2.1 Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi perguruan tinggi dan organisasi mahasiswa dalam menyediakan dukungan yang lebih tepat, serta membantu mahasiswa dalam menjalani proses adaptasi dengan lebih baik.
- 1.4.2.2 Membantu mahasiswa rantau memahami strategi adaptasi yang sehat dan membangun ketahanan dalam menghadapi tantangan lingkungan baru.