

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting dan berarti bagi semua orang. Adanya program pemerataan pendidikan yang dilakukan pemerintah memberikan banyak sekali manfaat, terutama bagi para pelajar yang akan melanjutkan pendidikannya di bangku kuliah. Banyak sekali pilihan perguruan tinggi yang di tawarkan, sehingga mereka dapat memilih secara bebas perguruan tinggi mana yang mereka inginkan sesuai dengan kemampuannya. Dari kebebasan memilih perguruan tinggi itulah yang menyebabkan banyak sekali orang yang memutuskan untuk pergi menempuh pendidikan dengan merantau keluar daerah, kota bahkan sampai keluar negeri. Fenomena mahasiswa perantau ini biasanya bermaksud untuk memperoleh kesuksesan dalam pendidikan akademik yang baik pada bidang tertentu serta menambah pengalaman dan keterbukaan pikiran. Juga sebagai salah satu cara untuk membuktikan bahwa dirinya adalah orang dewasa yang bisa mandiri juga bertanggung jawab dalam menentukan sesuatu.¹

¹ John W Santrock, *Life Span Development*, 5 ed., 2 (Jakarta: Penerbit Erlangga, 1995).

Mahasiswa diartikan sebagai orang yang menempuh pendidikan pada jenjang perguruan tinggi. Pada umumnya berusia antara 18-25 tahun, yang kemudian di kategorikan berada pada tahap perkembangan remaja akhir hingga dewasa awal.² Masa ini merupakan masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru, serta harapan-harapan sosial baru hingga menjadikan masa ini sebagai suatu periode khusus dan sulit dalam rentang hidup individu, dan menjadikan individu mengalami banyak sekali perubahan pada dirinya baik dari segi fisik maupun psikis.³

Ketika memasuki lingkungan baru, pada umumnya seseorang akan merasakan berbagai masalah yang disebabkan karena adanya perbedaan kebudayaan, bahasa, serta adat istiadat yang ada di dalam dirinya dengan lingkungan baru.⁴ Proses transisi yang dialami itu kemudian menghadapkan seseorang akan adanya perubahan serta tuntutan, yang mana dari situlah di perlukan adanya penyesuaian diri. Hal ini juga dirasakan oleh mahasiswa perantau pada saat memasuki lingkungan yang baru di datangi, sebagaimana disebutkan pada penelitian oleh Lin dan Yi bahwa masalah unik yang sering kali terjadi pada mahasiswa perantau adalah berkaitan dengan permasalahan psikososial, yaitu tidak familiar dengan norma dan gaya yang ada pada daerah

² Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), 27.

³ Hurlock, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2004), 206.

⁴ Thurber C.A dan Walton E.A, "Homesickness and Adjustment in University Student," *Journal of American Collage Health* Volume 60, no. 5 (2012): 1-5.

yang dituju.⁵ Lalu Gerardus Mayella dalam penelitiannya menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang merantau keluar dari daerah asalnya menghadapi situasi yang menjadikan masalah dalam dirinya, yaitu kesepian karena harus meninggalkan lingkungan keluarga dan lingkungan pergaulan menuju ke suatu lingkungan yang baru dan asing.⁶

Menjalani kehidupan sebagai seorang mahasiswa perantau yang tinggal sendiri di negara orang merupakan suatu hal yang dipandang sebagai pengalaman yang menarik dan menyenangkan, namun tidak semuanya berjalan dengan lancar. Pada awalnya mereka harus beradaptasi dengan kebiasaan baru yang sebelumnya tidak biasa dilakukan atau bahkan belum pernah dilakukan. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Anshari dan Sari Zakiah menyebutkan bahwa para mahasiswa perantau mengaku kesulitan dalam hal penyesuaian diri dengan lingkungan baru serta mengalami perubahan emosi dari waktu ke waktu. Seperti mengalami perubahan emosi antara sedih dan senang dalam selisih waktu yang cukup singkat.⁷ Beberapa faktor yang menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam beradaptasi berdasarkan penelitian tersebut yang pertama ialah persoalan bahasa yaitu sebesar 34,72%, kemudian

⁵ Lee J.S, Koeske G.F, dan Sales E, "Social Support Buffering of Acculturative Stress: A Study of Mental Health Symptoms among Korean International Student," *International Journal of Intercultural Relations*, 5, 28 (2004): 399–414.

⁶ Gerardus Mayella Abdi Pangeran, "Pengaruh Bersyukur Pada Kesepian Perantau Luar Kota Dewasa Awal" (Skripsi, Yogyakarta, Universitas Sanata Dharma, 2016).

⁷ Anshari Al-Ghaniyy dan Sari Zakiah Akmal, "Kecerdasan Budaya dan Penyesuaian Diri Dalam Konteks Sosial Budaya Pada Mahasiswa Indonesia Yang Kuliah di Luar Negeri," *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2, Vol 5 (2018): 123–37.

sistem pendidikan sebesar 23,92%, kemudian faktor rindu kampung halaman sebesar 15,83%, faktor lingkungan sebesar 13,13%, jumlah pendapatan sebesar 12,37% serta diikuti beberapa faktor lain seperti cuaca, makanan, iklim, serta hubungan pergaulan dengan masyarakat lokal.⁸ Maka berdasarkan dari data tersebut dapat diindikasikan bahwa mahasiswa yang bepergian ke luar negeri dalam rangka menempuh pendidikan memiliki permasalahan pada penyesuaian dirinya.

Pada dasarnya, penyesuaian diri merupakan suatu hal mutlak yang akan dilalui oleh individu ketika memasuki lingkungan baru. Hal tersebut dapat membawa perubahan pada diri individu dalam dua kemungkinan yaitu menjadi lebih buruk atau lebih baik.⁹ Perubahan yang dialami tersebut merupakan dampak yang dirasakan oleh mahasiswa perantau, seperti yang disebutkan oleh Tryphena dalam penelitiannya bahwa dengan merantau dapat menjadikan pribadi yang mandiri karena tidak mengandalkan orang lain, membentuk pemikiran yang luas dan terbuka serta melatih diri untuk dapat bertahan dalam segala keadaan.¹⁰ Hal ini sejalan dengan penuturan salah seorang subjek, ia mengatakan bahwa dampak yang dirasakan selama berkuliah di luar negeri adalah menjadikan pemikiran lebih terbuka karena bertemu dengan banyak

⁸ Al-Ghaniyy dan Akmal.

⁹ Tryphena Budiharjo, "Culture Shock Mahasiswa Indonesia (Studi Kasus Kualitatif Culture Shock di Kalangan Mahasiswa Indonesia Asal Kota Medan di Luar Negeri)" (Skripsi, Medan, Universitas Sumatera Utara, 2017), 19.

¹⁰ Tryphena Budiharjo, 18–19.

orang yang berasal dari latar belakang beragam juga semakin memotivasi diri untuk terus belajar dan berkarya dalam bidang yang ditekuni.¹¹

Selain dari dampak positif yang disebutkan diatas, ternyata mahasiswa perantau juga mengalami dampak yang lain. Disebutkan dalam penelitian yang dilakukan Hany Rahmawati bahwa mahasiswa perantau mengalami munculnya perasaan tidak puas dengan kehidupan baru sehingga menjadikannya kurang bahagia dan kurang nyaman serta tidak bersemangat dalam menjalani kuliah dikarenakan rasa rendah diri ketika bergaul dengan orang yang lebih darinya. Terlebih juga mahasiswa perantau merasakan sulit untuk mendapat dukungan dari orang terdekat secara langsung karena berada pada daerah yang jauh dari asalnya, juga keterbatasan tempat untuk berbagi cerita, menyampaikan keluh kesah atau sekedar meluapkan emosi sehingga menjadikan mahasiswa perantau menyimpan banyak beban sendirian.¹² Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Luluk Elfina Dewi menyebutkan bahwa mahasiswa perantau mengalami keadaan tertekan akibat dari perubahan pola belajar dari jenjang SMA menuju perkuliahan. Hal ini dikuatkan dengan hasil wawancara awal yang peneliti lakukan pada salah seorang subjek, ia mengatakan bahwa seringkali dihadapkan dengan berbagai tuntutan dan tantangan baru yang menjadikannya kesulitan dalam mengembangkan identitas dan mengambil keputusan serta

¹¹ Wawancara melalui media *whatsapp* dengan subjek MKZ, 07 Juli 2020

¹² Hany Rahmawati Aulia Zulkifli, "Pengaruh grit, syukur dan school engagement terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau" (Skripsi, Jakarta, UIN Syarif Hidayatullah, 2018), 2-3.

memiliki masalah dengan pola interaksi sosial baik didalam maupun diluar lingkungan kampus akibat terkendala bahasa, hingga pada akhirnya menjadikan dirinya tidak nyaman. Berbagai hal itulah yang menjadi sebab munculnya kesulitan dalam menyesuaikan diri pada individu yang berpindah menuju suatu tempat yang baru hingga menjadikan individu merasa tertekan dan cemas dan pada akhirnya menjadikannya stress.

Stress bukanlah suatu fenomena baru dalam kehidupan manusia. Lazarus mendefinisikan stress sebagai suatu keadaan tertekan yang dialami oleh individu, berupa tuntutan dari luar diri yaitu lingkungan dan tuntutan dari dalam diri yang sifatnya fisiologis dan psikologis, menjadi beban serta melebihi batas dari kapasitas sumber daya adaptif seseorang.¹³ Penyebab stress yang dialami oleh tiap individu tentu berbeda, pada mahasiswa perantau hal ini disebabkan karena kurang mampu beradaptasi ketika berada dilingkungan baru, adanya perbedaan pola belajar, adat istiadat, pola interaksi serta tinggal dilingkungan yang berada jauh dari keluarga.

Mahasiswa menggunakan berbagai cara dalam mengatasi tekanan yang dialami, tetapi setiap individu tentu memiliki strategi berbeda dalam mengatasinya tergantung pada diri individu tersebut, cara yang dilakukan itulah yang disebut dengan strategi *coping*. Lazarus dan Folkman menyebutkan

¹³ Ira Darmawanti, "Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kemampuan Dalam Mengatasi Stres (Coping Stress)," *Jurnal Psikologi: Teori dan Terapan*, 2, Volume 2 (Februari 2012): 102–107.

bahwa yang dimaksud dengan strategi *coping* ialah upaya atau kemampuan yang dilakukan seseorang untuk beradaptasi dalam keadaan yang tertekan.¹⁴ Sehingga diartikan sebagai proses yang dilakukan individu untuk dapat mengendalikan keadaan yang menekan dirinya karena permasalahan yang ia hadapi dengan melakukan perubahan dari segi kognitif ataupun psikomotorik dengan tujuan untuk memperoleh rasa aman.¹⁵

Menurut Edward, strategi *coping* yang dilakukan individu di pengaruhi oleh beberapa hal, salah satu diantaranya yaitu tingkatan stress yang sedang dialami individu. Ketika individu mengalami tingkat stress yang rendah maka ia akan melakukan *coping* yang sama dengan yang pernah ia lakukan sebelumnya, namun ketika individu mengalami stress yang tinggi maka ia akan membentuk cara yang baru untuk menguasai stress yang ada pada dirinya.¹⁶ Stress dan tekanan yang meningkat akan memicu diri seseorang untuk dapat membuat alternatif *coping* yang baru, dan ketika individu berada pada tingkat tekanan yang tinggi dan tidak memiliki kemampuan *coping* yang baik, maka ia akan mengalami beberapa keadaan seperti kebingungan, kesedihan emosional, mudah marah, putus asa, kecewa serta tidak menerima apa yang

¹⁴ Emma Indirawati, "Hubungan antara kematangan beragama dengan kecenderungan strategi coping," *Jurnal Psikologi* 3, no. 2 (2006): 69–92.

¹⁵ Richard S Lazarus dan Susan Folkman, *Stress, appraisal, and coping* (Springer publishing company, 1984).

¹⁶ Jeffrey R Edwards, "The determinants and consequences of coping with stress," *Causes, coping and consequences of stress at work*, 1988, 233–266.

telah ia dapatkan.¹⁷ Salah satu yang menjadi penyebab individu mengalami hal tersebut adalah karena masalah religiusitas yang mulai ditinggalkan. Hal ini tentu dapat menjadi penyebab stress yang ada karena pada dasarnya aspek religiusitas atau agama dapat mendatangkan ketenangan pada diri individu.

Luluk Elfina Dewi menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang berpengaruh pada *coping* stress yang dilakukan individu, yaitu tingkat pendidikan, jenis kelamin, pemahaman agama atau religiusitas, jenis masalah yang dihadapi, kepribadian, penilaian diri serta dukungan sosial.¹⁸ Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan Rini Lestari dan Purwati, bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan tingkah laku *coping*, yang artinya semakin tinggi religiusitas pada diri seseorang, maka ia cenderung akan menggunakan tingkah laku *coping* matang, sedangkan seseorang dengan religiusitas rendah cenderung menggunakan tingkah laku *coping* tidak matang.¹⁹

Dari penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa tingkat religiusitas berpengaruh terhadap strategi *coping* yang dilakukan seseorang. Rini Lestari dan Purwati dalam penelitiannya menyebutkan bahwa subjek yang mempunyai

¹⁷ Ira Darmawanti, "Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kemampuan Dalam Mengatasi Stres (Coping Stress)."

¹⁸ Luluk Elfina Dewi, "Coping Stress Pada Mahasiswa Rantau Tingkat Pertama Ditinjau Dari Tingkat Religiusitas" (Skripsi, Surakarta, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2018), 1.

¹⁹ Rini Lestari dan Purwati, "Hubungan Antara Religiusitas Dengan Tingkah Laku Koping," *Indigeos: Jurnal Berkala Psikologi* Volume 6 (2002): 52–58.

religiusitas tinggi cenderung berserah diri dan dekat kepada Tuhan, menerima masalah yang yang terjadi serta sadar bahwa segala apapun yang ia terima sudah menjadi kehendak, dan selalu ada hikmah dibalikinya. Subjek juga percaya bahwa Tuhan tidak akan memberi cobaan melebihi kemampuan manusia hingga hal itu menjadikannya lebih optimis, tidak mudah putus asa, menerima apa yang telah didapatkan dan bersyukur dengan keadaan.²⁰

Di dalam Islam dikenal istilah syukur sebagai salah satu sikap atau reaksi ketika seseorang memperoleh sesuatu. Kebersyukuran (*gratitude*) bukan hanya sekedar emosi sesaat, melainkan suatu hal yang menjadi kecenderungan dalam bertingkah laku yang menetap dan sudah menjadi bagian dari jati diri pada seseorang, serta merupakan kekuatan moral yang menggerakkan pribadi dalam mengarahkan hidupnya sendiri.

Syukur merupakan ungkapan rasa terimakasih dengan segala yang didapatkan dan apa yang diberikan oleh Allah. Al-Fauzan mendefinisikan kebersyukuran sebagai perasaan syukur yang muncul untuk menampilkan pengaruh dari nikmat yang didapatkan oleh seorang hamba dalam bentuk keimanan pada hati, pujian pada lisan dan amalan pada perbuatan.²¹ Menurut McCullough kebersyukuran atau disebut dengan istilah *gratitude* merupakan

²⁰ Lestari dan Purwati.

²¹ Abdullah bin Shalih Al-Fauzan, *Indahnya Bersyukur: Bagaimana Meraihnya*, ed. oleh Zakiyatul A'immah dan Adiel MT, trans. oleh Hedi Fajar Rahadian, Ke IV (Bandung: Penerbit Marja, 2016).

keinginan untuk dapat mengenali serta merespon perbuatan baik yang dilakukan orang lain dengan perasaan syukur pada pengalaman positif dari apa yang diperoleh. Terdapat beberapa komponen dari kebersyukuran yang ada di dalam diri manusia seperti adanya rasa apresiasi dalam diri, perasaan positif terhadap kehidupan yang dijalani dan kecenderungan diri untuk berperilaku yang positif.²²

Berkaitan dengan hal tersebut, di dalam Al-Qur'an banyak sekali ayat yang menjelaskan mengenai syukur secara jelas dan terperinci. Beberapa diantaranya seperti disebutkan di dalam Surah Ibrahim ayat 7

وَاذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya: *Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya akan Aku tambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih.”*

Dalam surah Ibrahim ayat 7 Allah memberi peringatan kepada hambanya agar selalu bersyukur di setiap keadaan. Sebagaimana janji Nya, apabila hamba mensyukuri nikmat yang di berikan, maka Allah *subhanahu wa ta'ala* akan menambah nikmat yang ada, sedangkan apabila hamba

²² Watkins P.C, Stone Woodward k, dan Kolts R.L, “Gratitude and Happiness: Development of a measure of gratitude and serationship with subjective well-being,” *Social Behavior and Personality: an international journal*, 5, volume 31 (2003): 431–451.

mengingkari nikmat yang telah di dapatkan maka sungguh azab dari Allah *subhanahu wa ta'ala* sangat berat.²³

Penjelasan tentang syukur juga terdapat di dalam Surah Al-Qomar pada ayat 35

نُعْمَةٌ مِّنْ عِنْدِنَا ۖ كَذَلِكَ نَجْزِي مَنْ شَكَرَ

Artinya: “*sebagai nikmat dari Kami. Demikianlah Kami memberi balasan kepada orang-orang yang bersyukur.*”

Kemudian, pada surat Al-Qomar ayat 35 Allah *subhanahu wa ta'ala* menceritakan tentang kaum Nabi Luth yang telah Allah *subhanahu wa ta'ala* binasakan, padahal sebelumnya Allah *subhanahu wa ta'ala* telah memperingatkan mereka tentang siksa dan adzab Allah. Namun mereka tidak mendengarkannya, bahkan mereka meragukan dan sombong terhadapnya. Dan pada kejadian itu Allah *subhanahu wa ta'ala* selamatkan Nabi Luth dan pengikutnya yang beriman sebagai balasan dari rasa syukur yang mereka ungkapkan.²⁴

Mempelajari tentang bagaimana konsep kebersyukuran berarti bersyukur sebagai sikap, bukan sebagai reaksi ketika hanya terjadi hal-hal baik.

²³ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq al-syaikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 4*, trans. oleh M. Abdul Ghoffar, Abdurrahim Mu'thi, dan Abu Ihsan Al-Atsari, 4 (Bogor: Pustaka Imam Syafii, 2004), 523.

²⁴ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq al-syaikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 7*, trans. oleh M. Abdul Ghoffar, Abdurrahim Mu'thi, dan Abu Ihsan Al-Atsari, 7 (Bogor: Pustaka Imam Syafii, 2004), 610.

Ketika bersyukur seseorang tidak perlu menunggu semuanya sempurna. Namun pada kenyataannya, mungkin justru sebaliknya. Pelajaran tentang kebersyukuran merupakan tindakan yang melihat pada barometer nilai-nilai moral, emosi dan perasaan.²⁵ Dan telah terbukti secara ilmiah bahwa kebersyukuran dapat memberi efek yang positif pada seseorang, baik dalam kesehatan mental, fisik, maupun relasi sosial dengan orang lain.²⁶ Seperti pada penelitian yang dilakukan McCullough, Emmons dan Tsang menyebutkan bahwa individu yang didalam dirinya terdapat kebersyukuran, bukanlah orang yang materialistis, jarang merasa iri dengan apa yang didapatkan orang lain dan tidak cemas ketika apa yang dicapainya berbeda dengan orang lain.²⁷ Penelitian lain yang dilakukan oleh Fauziah Utami dan Qurrotul Ayun juga menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia dengan $r=0,490$ dan signifikansi p value sebesar $0,000$ atau $p < 0,05$. Dari beberapa hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa kebersyukuran dapat memberikan efek positif dalam diri, yang mana hal ini sejalan dengan ayat Al-Qur'an pada surah Ibrahim ayat ke 7 dan pada surah Al-Qomar ayat ke 35 yang menerangkan

²⁵ Robert A Emmons, *Words of Gratitude Mind Body and Soul* (California: Templeton Foundation Press, 2008).

²⁶ Imam Setiadi Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*, kedua (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2016), 78.

²⁷ Michael E McCullough, Robert A Emmons, dan Jo-Ann Tsang, "A Grateful Dispositon: A Conceptual and Empirical Topography," *Journal of Personality and Social Psychology*, 1, Volume 82 (2002): 112–127.

bahwa orang yang bersyukur dengan keadaan yang ada pada dirinya maka Allah *subhanahu wa ta'ala* akan membalasnya dengan kebaikan yang senantiasa ia dapatkan.

Berdasarkan dari hasil wawancara awal yang peneliti lakukan kepada subjek, peneliti mendapati penuturan subjek yang menyatakan bahwa ketika berada di perantauan ia merasakan banyak sekali hal yang di dapatkan. Mulai dari proses beradaptasi dengan lingkungan baru, pengorbanan jauh dari keluarga, juga tidak sesuainya antara ekspektasi dengan realita yang menjadikan dirinya pesimis dan putus asa. Namun, di balik itu semua mereka mampu memaknai segala hal yang ada menjadi sesuatu yang positif, mengubah sudut pandang yang semula pesimis menjadi optimis, perasaan bahwa dibalik tekanan masih banyak hal yang layak untuk di perjuangkan serta kemampuan berpikir positif yang menjadi salah satu tolak ukur bahwa ia memiliki kemampuan rasa syukur yang baik dalam dirinya.²⁸ Maka, dari uraian tersebut ditemukan bahwa subjek memiliki aspek kebersyukuran dalam dirinya.

McCullough, Emmons dan Tsang menuturkan bahwa individu yang seringkali bersyukur dalam dirinya memiliki sikap yang lebih optimis dalam memandang sesuatu yang akan datang dibandingkan dengan individu yang tidak bersyukur.²⁹ Kemudian dari hasil penelitian Algoe dkk juga di dapati hasil

²⁸ Wawancara melalui media *whatsapp* dengan subjek MKZ, 07 Juli 2020

²⁹ McCullough, Emmons, dan Tsang, "The Grateful Dispositon: A Conceptual and Empirical Topography."

bahwa syukur berpengaruh terhadap relasi sosial yang dibangun oleh seseorang.³⁰ Sehingga dari hal tersebut maka aspek kebersyukuran merupakan hal yang harus dimiliki oleh setiap insan, tidak terkecuali mahasiswa perantau. Karena apabila mahasiswa perantau tidak memiliki rasa kebersyukuran dalam dirinya hal tersebut dapat menjadikan ia sulit untuk membina hubungan dengan orang lain ketika diperantau, mengalami kesepian dan merasa dirinya tidak dicintai oleh orang lain.³¹ Sebaliknya, dengan adanya rasa kebersyukuran dalam diri mahasiswa perantau akan menjadikannya berpikir positif, optimis dengan apa yang ia inginkan, tidak menyianyiakan kesempatan yang telah didapatkan dan tidak mengeluh dengan keadaan, juga menjadi pemicu semangat dalam menjalankan hari-hari di perantauan.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena mengingat saat ini banyak sekali diantara para pelajar yang melanjutkan pendidikannya dengan merantau keluar dari daerah asalnya, sehingga diharapkan melalui penelitian ini dapat memberi gambaran kebersyukuran yang dirasakan oleh mahasiswa yang sedang merantau. Kemudian juga hal ini dapat menjadi bahan pertimbangan ketika seseorang ingin pergi merantau agar lebih mempersiapkan diri agar tidak mengalami hal-hal yang tidak diinginkan ketika di perantauan.

³⁰ Algoe S.B, Haidt J, dan Gable S.L.;, "Beyond Reciprocity: Gratitude and Relationship in Everyday Life," *National Institute of Health* 8 (t.t.): 2008.

³¹ Gerardus Mayella Abdi Pangeran, "Pengaruh Bersyukur Pada Kesepian Perantau Luar Kota Dewasa Awal," 23.

Maka didasari pada hal tersebut peneliti disini tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait, dengan judul “GAMBARAN KEBERSYUKURAN MAHASISWA PERANTAU DI LUAR NEGERI (Studi Pada Mahasiswa Muslim Asal Indonesia yang Kuliah di Luar Negeri)”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka peneliti memfokuskan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran kebersyukuran pada mahasiswa perantau yang tinggal di luar negeri?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa perantau yang tinggal di luar negeri?

C. TUJUAN PENELITIAN

Adapun sebagai jawaban dari rumusan masalah diatas, maka ditetapkanlah tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana gambaran kebersyukuran pada mahasiswa perantau yang tinggal di luar negeri

2. Untuk mengetahui apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa perantau yang tinggal di luar negeri

D. SIGNIFIKANSI PENELITIAN

Dengan dilakukannya penelitian mengenai Gambaran Kebersyukuran Mahasiswa Perantau di Luar Negeri (Studi Pada Mahasiswa Muslim Asal Indonesia yang Kuliah di Luar Negeri) diharapkan bisa memberikan manfaat, yang terdiri dari:

1. Secara Teoritis

Melalui penelitian ini diharapkan mampu memberikan ilmu pengetahuan dan informasi dalam memahami gambaran kebersyukuran pada mahasiswa perantau di luar negeri, serta menjadi referensi dan pengetahuan tambahan dalam perkembangan pemikiran khazanah keilmuan, khususnya Psikologi Islam.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tambahan terkait dengan kebersyukuran pada mahasiswa perantau di luar negeri, selain itu juga penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan media kebersyukuran sebagai rancangan penanganan psikologis untuk menangani permasalahan yang dialami oleh mahasiswa perantau serta menjadi bahan materi yang dapat disampaikan pada saat pembekalan untuk

mahasiswa yang akan pergi merantau agar dapat lebih mempersiapkan diri untuk kehidupan di perantauan.

E. DEFINISI OPERASIONAL

Supaya tidak mengalami kesalahpahaman dengan judul yang peneliti angkat, dan agar pembaca mendapatkan pemahaman yang jelas. Maka peneliti akan menjelaskan kata yang dimaksud dalam penelitian ini dengan memfokuskan pada beberapa hal berikut, yaitu:

1. Kebersyukuran

Kata syukur berasal dari bahasa Arab yang mana terdiri atas tiga komponen huruf yaitu *syin* (ش), *kaf* (ك) dan *ra* (ر) yang kemudian terbentuk menjadi kata *شكر* (*syukr*) yang merupakan bentuk masdar. Berasal dari kata kerja *syukara-yasykuru-syukran* yang artinya berterima kasih.³² Kata syukur dalam KBBI mengandung arti rasa berterima kasih kepada Allah, pernyataan lega, senang dan bahagia.³³ Menurut McCullough kebersyukuran dikenal dengan istilah *gratitude* yang berasal dari kata *gratia*, yang memiliki arti

³² Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, trans. oleh Muhammad Al-Baghdadi (Jakarta: PT Mahmud Yunus Wa Dzurriyah, 2010), 201.

³³ KBBI Online, “Pengertian Syukur” dalam <https://kbbi.kemdikbud.go.id>. Diakses pada 21 Juli 2020

kelembutan, ungkapan terimakasih serta kebaikan hati.³⁴ Istilah *gratitude* memiliki makna pengakuan positif yang dilakukan oleh seseorang ketika memperoleh sesuatu, yang mana membawa manfaat secara psikologis bagi orang yang merasakannya.³⁵

Secara istilah kebersyukuran merupakan rasa berterimakasih kepada Allah, perasaan lega, senang serta menyebut-nyebut nikmat yang diberi kepada diri sebagai bentuk dari rasa syukur itu sendiri. Menurut Hamzah Ya'kub, syukur diartikan sebagai ungkapan terimakasih kepada Allah atas segala yang diberikannya.³⁶ Watkins, Woodward dan Kolts memberi arti kebersyukuran sebagai suatu sifat afektif yang mengarah pada seberapa besar individu dalam merasakan nikmat yang ia peroleh. Individu yang memiliki kebersyukuran dalam dirinya tidak akan merasa kurang dengan hidupnya karena ia merasa cukup dengan apa yang diberikan.³⁷ Kemudian Emmons dan McCullough menyebutkan bahwa kebersyukuran pada awalnya merupakan suatu emosi

³⁴ Robert A Emmons dan E. McCullough Michael, *The Psychology of Gratitude: Series in Affective science* (New York: Oxford University Press, 2004), 4.

³⁵ Robert A Emmons dan McCullough Michael, 5.

³⁶ Hamzah Ya'kub, *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan Mukmin*, edisi ke-14 (Jakarta: Atisa, 1994), 215.

³⁷ Watkins P.C dan Kolts R.L, "Gratitude and Happiness: Development of a measure of gratitude and serationship with subjective well-being."

yang kemudian berkembang menjadi sikap, sifat dan kebiasaan hingga dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu situasi.³⁸

Jadi, kebersyukuran yang dimaksud pada penelitian ini ialah suatu bentuk pengakuan individu tentang adanya pihak lain selain dirinya yang ikut serta atas nikmat yang diterimanya, maka dari itu kebersyukuran dapat menjadi sifat yang tertanam pada diri seseorang untuk senantiasa mengucapkan terimakasih sebagai respon atas apa yang diterima.

Penelitian ini menggunakan dua teori kebersyukuran yang berasal dari perspektif psikologi barat dan perspektif psikologi Islam. Teori berdasarkan perspektif barat menggunakan teori *gratitude* dari McCullough yang terdiri dari 4 aspek, sedangkan teori berdasarkan perspektif Islam menggunakan teori kebersyukuran dari Al-Ghazali yang terdiri dari 3 aspek. Adapun aspek atau indikator tersebut terdiri dari:

- a. *Intensity*
- b. *Frequency*
- c. *Span*
- d. *Density*³⁹

³⁸ Robert A. Emmons dan Michael E. McCullough, "Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life," *Journal of Personality and Social Psychology* 84, no. 2 (2003): 377–389.

³⁹ McCullough, Emmons, dan Tsang, "The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography."

- e. Ilmu
- f. Kondisi Spiritual
- g. Amal Perbuatan⁴⁰

2. Mahasiswa Perantau

Perantau adalah sebutan bagi orang yang sedang merantau. Merantau diartikan dengan suatu kegiatan yang dilakukan individu untuk keluar dari kampung halaman dengan didasari keinginan dari diri sendiri dalam beberapa waktu tertentu yang bertujuan untuk mencari penghidupan, mencari pengalaman dan menuntut ilmu.⁴¹ Perantau yang pergi dengan tujuan untuk mencari pengalaman serta menuntut ilmu pada umumnya berasal dari kalangan remaja hingga dewasa awal yang mana sering disebut dengan istilah mahasiswa.

Thuyoshi mendefinisikan perantau sebagai individu yang pergi ke suatu daerah diluar dari daerahnya dengan maksud untuk menimba ilmu, mencari pengalaman, sumber penghidupan dan lainnya.⁴² Mahasiswa didefinisikan

⁴⁰ Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin (Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama)*, trans. oleh H.A Malik Karim Amrullah, Jilid 4 (Medan: Percetakan Imballo, 1965), 1156.

⁴¹ Mochtar Naim, *Merantau Pola Migrasi Suku Minangkabau*, ketiga (Jakarta: Rajawali Pers, 2013), 3.

⁴² Anggita Aprilia Sari, "Kontrol Diri Mahasiswa Perantau dalam Menjaga Kepercayaan Orangtua" (Purwokerto, IAIN Purwokerto, 2018), 11.

sebagai peserta didik yang belajar dan terdaftar pada perguruan tinggi tertentu (Peraturan Pemerintah RI Nomor 30 Tahun 1990, Tentang Pendidikan Tinggi). Menurut KBBI, mahasiswa adalah individu yang belajar di perguruan tinggi yang terdiri dari sekolah tinggi, akademi dan yang paling umum adalah universitas.⁴³ Mahasiswa yang merantau didefinisikan sebagai orang yang menempuh pendidikan disuatu perguruan tinggi yang terletak diluar dari daerah asalnya, sehingga mengharuskan untuk tinggal diluar rumah dalam jangka waktu tertentu hingga pendidikannya selesai. Adapun tujuan dari mahasiswa merantau ialah untuk mendapatkan pendidikan yang layak dalam hal fasilitas dan keilmuan pada bidang yang ditekuni.⁴⁴

Jadi yang dimaksud dengan mahasiswa perantau pada penelitian ini ialah mahasiswa yang beragama Islam dan merupakan individu yang pergi keluar negeri dengan tujuan untuk menuntut ilmu pada perguruan tinggi tertentu. Mahasiswa perantau yang dimaksud merupakan mahasiswa muslim yang sedang menempuh pendidikan pada negara dengan mayoritas penduduk muslim dan negara dengan mayoritas penduduk non muslim. Negara dengan penduduk mayoritas muslim yang dimaksud ialah Mesir dan Uni Emirat Arab, sedangkan untuk negara dengan penduduk mayoritas non muslim ialah Jerman

⁴³ KBBI Online, “Pengertian Mahasiswa” dalam <https://kbbi.kemdikbud.go.id>. Diakses pada 18 Juli 2020

⁴⁴ Cindy Frency Halim dan Agoes Dariyo, “Hubungan Psychological Well-being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau,” *Jurnal Psikogenesis*, 2, Volume 4 (2016): 170–81.

dan Jepang. Dengan beberapa karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti yaitu, mahasiswa asal Indonesia dan sedang menempuh pendidikan di luar negeri, beragama Islam, belum menikah, berada para rentang usia 20 sampai 25 tahun dan sedang menempuh pendidikan pada jenjang strata satu (S1) atau setara.

F. PENELITIAN TERDAHULU

Sebelum judul ini dibuat, peneliti terlebih dahulu mempelajari beberapa penelitian-penelitian terdahulu agar menambah wawasan dan lebih terarah untuk memulai penelitian yang peneliti lakukan. Diantara penelitian-penelitian tersebut antara lain:

1. Cindy Inge Adelia dan Rika Eliana, “Peran Dimensi Kepribadian *Big Five* Terhadap Penyesuaian Psikologis Pada Mahasiswa Indonesia Yang Studi Keluar Negeri”. (Jurnal Psikologia-online, Volume 7, Nomor 2, 2012). Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kuantitatif. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 117 orang yang didapat dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh aspek dari kepribadian *big five* memiliki peran yang penting terhadap proses penyesuaian psikologis mahasiswa Indonesia yang sedang melanjutkan pendidikan di luar negeri. Namun, tidak semua aspek kepribadian *big five* berperan secara khusus terhadap penyesuaian

psikologis. Aspek yang berperan secara khusus hanyalah *openness*, *extraversion* serta *agreeableness*. Dan aspek yang tidak berperan secara khusus yaitu *conscientiousness* dan *neuroticism*. Terdapat kesamaan antara penelitian dalam jurnal ini dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu sama menggunakan subjek mahasiswa yang studi di luar negeri. Perbedaannya ialah pada penelitian ini metode yang digunakan ialah metode kuantitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kualitatif.

2. Gerardus Mayella Abdi Pangeran “Pengaruh Bersyukur Pada Kesepian Perantau Luar Kota Dewasa Awal”. (Skripsi, Universitas Sanata Dharma, 2016). Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kuantitatif dengan jenis survey. Subjek yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari 172 orang, terdiri dari 45 orang laki-laki dan 127 orang perempuan. Hasil penelitian ini menunjukkan syukur memiliki pengaruh negatif pada kesepian perantau luar kota usia dewasa awal yang mana hal ini dapat dilihat pada hasil Uji Regresi t hitung $>$ t tabel ($5,553 > 1,65387$). Dari nilai tersebut maka diketahui bahwa pengaruh bersyukur tidak terlalu besar karena terlihat masih ada faktor lain yang dapat mempengaruhi kesepian seseorang. Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti, yaitu sama-sama menggunakan variabel keberyukuran dan menggunakan subjek mahasiswa perantau. Namun perbedaannya mahasiswa perantau yang digunakan dalam penelitian ini masih berada

dalam satu negara sedangkan yang akan dilakukan berada pada negara berbeda, juga metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif sedangkan metode yang akan peneliti gunakan adalah metode kualitatif.

3. Tryphena Budiharjo “*Culture Shock* Mahasiswa Indonesia (Studi Kasus Kualitatif *Culture Shock* di Kalangan Mahasiswa Indonesia Asal Kota Medan di Luar Negeri)”. (Skripsi, Universitas Sumatera Utara, Medan, 2017). Penelitian ini adalah penelitian dengan menggunakan metode kualitatif yang mana menggunakan pendekatan studi kasus. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah lima orang yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua subjek pada penelitian ini berasal dari latar belakang keluarga berkecukupan dari segi materi, hingga dapat memberi pendidikan terbaik untuk anaknya. Ketika menempuh pendidikan disana tiap subjek mengalami perubahan yang terjadi pada dirinya. Mereka juga mengalami culture shock pada kehidupan sosial dan pendidikannya, namun hal itu dapat teratasi dengan baik. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, yaitu sama-sama menggunakan subjek mahasiswa dari Indonesia yang melanjutkan pendidikan di luar negeri dan sama menggunakan metode kualitatif. Sedangkan perbedaannya ialah, penelitian ini menggunakan fokus variabel *culture shock* sedangkan

penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan fokus variabel kebersyukuran.

4. Anshari Al-Ghaniyy dan Sari Zakiah Akmal, “Kecerdasan Budaya dan Penyesuaian Diri Dalam Konteks Sosial Budaya Pada Mahasiswa Indonesia Yang Kuliah Di Luar Negeri”. (Jurnal Psikologi Ulayat, Volume 5, Nomor 2, 2018). Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode kuantitatif. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 105 orang mahasiswa asal Indonesia yang menempuh pendidikan di luar negeri dan tersebar diberbagai negara didunia. Hasil dari penelitian ini menunjukkan perlunya mahasiswa untuk mempelajari lebih lanjut kebudayaan serta seluruh aspek yang ada dinegara tujuan dengan maksud dapat menyesuaikan diri dengan mudah. Terdapat persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan, yaitu sama menggunakan subjek mahasiswa asal Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri. Sedangkan perbedaannya ialah, dalam penelitian ini metode yang digunakan ialah metode kuantitatif, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan metode kualitatif, kemudian pada fokus varibel dalam penelitian ini ialah kecerdasan budaya sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan ialah kebersyukuran.
5. Hany Rahmawati Aulia Zulkifli, “Pengaruh *Grit*, Syukur dan *School Engagement* Terhadap Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Perantau”. (Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2018).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode kuantitatif dengan jenis analisis regresi. Yang mana jumlah sampel yang digunakan terdiri dari 273 orang mahasiswa perantau yang diambil melalui *teknik non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa variabel *grit*, *syukur* dan *school engagement* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa, yang mana berada pada angka 43,9%. Terdapat kesamaan antara penelitian yang akan peneliti lakukan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama memakai variabel kebersyukuran dan subjek mahasiswa perantau. Perbedaannya ialah pada metode penelitian yang digunakan, pada penelitian ini menggunakan jenis metode kuantitatif sedangkan penelitian yang akan digunakan menggunakan jenis metode kualitatif

6. Eli Diana, “Kebersyukuran Pada Mahasiswa Tunadaksa (Studi Kasus Pada Mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin)”. (Skripsi, Universitas Islam Negeri Antasari, Banjarmasin, 2018). Penelitian ini adalah penelitian lapangan, yang menggunakan jenis penelitian kualitatif dan menggunakan jenis metode studi kasus. Subjek dalam penelitian ini ialah dari dua orang yang merupakan mahasiswa tunadaksa yang sedang menempuh pendidikan di UIN Antasari Banjarmasin. Hasil dari penelitian ini menunjukkan gambaran kebersyukuran pada mahasiswa tunadaksa. Aspek yang digunakan peneliti dalam penelitian ini ada tujuh. *qalbu*, lisan, anggota tubuh, *intensity*, *frequency*, *span* dan *density*. Sedangkan faktor

kebersyukuran mahasiswa tunadaksa yang dilihat ada tiga poin yaitu, *emotionality or weelbeing*, *prosociality* dan *spirituality religiousness*. Terdapat kesamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, yaitu sama menggunakan metode kualitatif dan menggunakan variabel kebersyukuran. Sedangkan bedanya ialah penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa tunadaksa sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan subjek mahasiswa perantau di luar negeri.

7. Alddino Gusta Rachmadi, Nadhila Safitri dan Talitha Quratu Ayun, “Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Islam dan Psikologi Barat”. (Jurnal Psikologika, Volume 24, Nomor 2, 2019). Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan studi literatur. Tujuannya untuk mengidentifikasi perbedaan antara kebersyukuran dalam perspektif psikologi Barat dan Islam. Konsep psikologi barat yang digunakan yaitu dari McCullough dan Emmons sedangkan konsep psikologi Islam yang digunakan yaitu dari Al-Ghazali, Ibnu Qayyim dan Ibn al-Jauzy. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya persamaan dari makna syukur, yaitu sebagai bentuk ungkapan nikmat atas kebaikan yang diperoleh dan ungkapan terima kasih. Dan perbedaanya terletak di objek yang digunakan dalam syukur tersebut. Terdapat persamaan antara penelitian ini dengan yang akan dilakukan, yaitu sama-sama mengkomparasi atau membandingkan teori keberyukuran baik dari perspektif barat maupun perspektif Islam. Sedangkan perbedaanya ialah, penelitian ini

menggunakan pendekatan studi literatur sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan studi lapangan dengan metode kualitatif.

Penelitian yang peneliti lakukan memiliki beberapa kesamaan dengan penelitian terdahulu seperti yang disebutkan diatas. Akan tetapi didalam penelitian terdahulu belum pernah ada yang meneliti tentang gambaran kebersyukuran mahasiswa perantau di luar negeri. Maka dari itu perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel kebersyukuran dan subjek yang digunakan yaitu mahasiswa muslim perantau asal Indonesia yang kuliah di luar negeri.

G. SISTEMATIKA PENULISAN

Adapun sistematika penulisan yang digunakan dalam penyusunan skripsi terdiri dari lima bab, yang mana terdiri dari:

1. Bab I Pendahuluan, berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu serta sistematika penulisan
2. Bab II Landasan Teori, berisikan tinjauan teori tentang kebersyukuran pada mahasiswa perantau di luar negeri, sebagai bahan kajian yang kemudian arahan dalam mengemas penelitian. Yang meliputi definisi kebersyukuran, aspek-aspek kebersyukuran, faktor-faktor yang mempengaruhi

kebersyukuran, fungsi kebersyukuran, dampak psikologis kebiasaan bersyukur, cara bersyukur, syukur dalam pandangan Islam serta persamaan dan perbedaan konsep syukur dari perspektif psikologi barat dan psikologi Islam. Kemudian juga berisi pengertian dari mahasiswa perantau, karakteristik mahasiswa perantau, faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa merantau serta permasalahan yang di alami oleh mahasiswa perantau.

3. Bab III Metodologi Penelitian, berisikan metode dan jenis dari penelitian yang akan dilakukan yang terdiri dari lokasi penelitian, subjek juga objek penelitian, sumber data dan teknik pengumpulan data
4. Bab IV Hasil Penelitian, berisikan pemaparan dan pembahasan hasil penelitian yang didapat serta pengkajian teori dikaitkan dengan penemuan data serta analisis data dalam penelitian
5. Bab V Penutup, berisikan tentang kesimpulan, keterbatasan penelitian dan saran