

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di UIN Antasari Banjarmasin pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI). Pada saat berdirinya sejak tahun 2007 program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam pada awalnya bernama Prodi Kependidikan Islam-Bimbingan Konseling Islam (KI-BKI) berdasarkan SK Dirjen Pendidikan Islam Kementerian Agama No. Dj.I/147/2007 tanggal 04 April 2007. Prodi yang diselenggarakan sejak April 2007 ini di passing out berdasarkan Keputusan Direktorat Jenderal Binbaga Islam. Selanjutnya SK izin operasional dengan No. Dj.I/202/2008 pada tanggal 20 Juni 2008 prodi KI-BKI memperoleh izin perpanjangan dari Direktorat Jenderal Pendidikan Islam. Kemudian berdasarkan surat dari BAN PT Nomor: 013/BAN-PT/AK-XII/S1/VI/2009, Jurusan/Prodi KI-BKI Fakultas Tarbiyah IAIN Antasari mendapatkan akreditasi dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Republik Indonesia berkualifikasi baik (B) dengan nilai 340. Selanjutnya Prodi KI-BKI mengajukan reakreditasi kepada Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) dan terakreditasi kembali dengan nilai 312 (B) pada tahun 2014 dengan Nomor 333/SK/BAN-PT/Ak-PNB/S/XII/2014 sejak tanggal 22 Desember 2014 sampai dengan 21 Desember 2019.

Berdasarkan SK Rektor No. 370/Un.14/I.3/KP.07.6/06/2018 tentang Ketua dan Sekretaris Program Studi (Prodi), Prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dan Prodi Manajemen Pendidikan Islam (MPI) yang semula bersamaan, kemudian dikelola secara terpisah yang dipimpin oleh seorang ketua yang dibantu seorang sekretaris dan seorang staf yang bertanggung jawab kepada dekan fakultas. Berdasarkan SK tersebut, sejak 25 Juni 2018 prodi ini berubah menjadi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) yang dipimpin oleh Haris Fadilah, S.Pd., M.Pd., ketua jurusan yang semula sebagai kajar Kependidikan Islam menjabat sebagai ketua jurusan BKI dengan status jabatan Lektor pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan berpangkat/ golongan Penata Tk.I (III/d). Demikian juga halnya dengan sekretaris jurusan yang dijabat oleh Nurul Rahmi, M.Pd., sebagai Lektor dan Penata Muda Tk. I (III/C) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Kemudian berdasarkan Keputusan Direktur Jenderal Pendidikan Islam Nomor 1053 tahun 2019 tentang penyesuaian nomenklatur Program Studi Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam sejak tanggal 21 Februari 2019 berubah menjadi Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Pada tanggal 13 Desember 2021 pergantian struktur kepengurusan terhadap jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, berdasarkan SK Rektor No. 407/Un.14/I.3/KP.07.06/12/2021 tentang ketua dan sekretaris prodi di lingkungan UIN Antasari Banjarmasin masa jabatan 2021-2025, dipimpin oleh Dra. Raihanatul Jannah, M.Pd., didampingi dengan Nurul Rahmi, M.Pd., sebagai sekretaris jurusan.

Program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin memiliki visi yaitu: menjadikan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang unggul dan berakhlak di tingkat nasional pada Tahun 2024. Sedangkan misi Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam adalah sebagai berikut.

1. Menyelenggarakan pendidikan dan pembelajaran Bimbingan dan Konseling yang Islami.
2. Mengembangkan ilmu Bimbingan dan Konseling yang terintegritas dengan keilmuan Islam berbasis kearifan lokal.
3. Melakukan penelitian di bidang Bimbingan dan Konseling Islam berbasis kearifan lokal.
4. Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat terutama di bidang Bimbingan dan Konseling Islami.
5. Menjalin dan menerapkan kerja sama melalui jaringan yang luas dan berkualitas dengan berbagai stakeholder.

Kompetensi Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam adalah sebagai berikut.

1. Mampu menampilkan kemampuan guru Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) dalam bidang tugas-tugas guru Bimbingan dan Konseling Islam secara profesional.
2. Menguasai dan melaksanakan layanan bimbingan dan konseling yang berlandaskan Islami.

3. Mampu mengelola informasi melalui pemanfaatan sistem informasi bimbingan konseling.
4. Mampu berkomunikasi (communication skill) secara efektif dalam layanan bimbingan dan konseling
5. Mampu bekerja sama dalam melakukan (problem solving) pada aspek layanan bimbingan dan konseling
6. Memiliki keterampilan menerapkan kompetensi pedagogis, profesional, kepribadian dan sosial di sekolah/madrasah.
7. Memiliki komitmen kerja sebagai guru bimbingan dan konseling yang baik

B. Penyajian Data

Bagian ini berusaha menyajikan bentuk-bentuk homesick pada mahasiswa BKPI 2022, responden penelitian terdiri atas 5 orang mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) angkatan 2022, ketika penelitian ini dilakukan semua responden masih berstatus mahasiswa baru atau mahasiswa tingkat pertama. Berdasarkan temuan lapangan dapat diketahui bentuk-bentuk homesick dan cara menanggulangi pada mahasiswa BKPI 2022 sebagai berikut.

1. Bentuk-bentuk Homesick pada Mahasiswa BKPI 2022

a. Responden 1 NMP

Responden pertama seorang mahasiswi asal kota Muara Teweh Provinsi Kalimantan Tengah dengan inisial NMP berusia 19 tahun. Selama berkuliah di UIN Antasari NMP tinggal di kos mahasiswi dan memiliki kegiatan sampingan

berjualan online. NMP mengaku hanya pulang ke Muara Teweh selama dua kali dalam setahun atau setiap liburan semester tiba.

Selama menjadi mahasiswa perantau NMP mengaku sering merindukan suasana rumah, keluarga dan teman dekat di kampung halaman.

“Perasaan nya sangat sedih karna pertama kali jauh dari orang tua, jikalau muara Teweh 4 jam aja jaraknya dari Banjarmasin mungkin tiap weekend saya pulang tetapi ini 12 jam perjalanan. Tiap malam selalu mengingatkan rumah dan masakan ibu”.¹

Menurut NMP saat pertama kali merantau ke Banjarmasin untuk berkuliah dirinya sangat sedih karena harus berjauhan dengan orang tua, ditambah lagi jarak antara Banjarmasin dengan daerah asal NMP di Muara Teweh yang cukup jauh memakan waktu 12 jam perjalanan membuat NMP tidak leluasa untuk pulang kampung. NMP menambahkan bahwa dirinya setiap malam selalu merindukan rumah dan masakan ibunya.

Selain merindukan keluarga, NMP juga merindukan teman-teman lama yang berada di kampung halaman.

“Rasanya rindu banget tapi masih kurang bahagia ketika melihat teman mempunyai teman yang baru”.²

Ketika penulis menanyakan perbandingan perasaan responden antara di rumah dan di perantauan, responden mengatakan lebih menyukai berada di rumah.

“Saya lebih suka rumah di kampung karena disana saya bisa berkumpul dengan keluarga bisa menikmati dinginnya kampung ketika subuh. Namun saya tidak menyesal karna ini keputusan saya dan keluarga saya untuk berkuliah di kota orang”.³

¹ Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita

² Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita

³ Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita

Menurut NMP, ia lebih suka dengan suasana di rumah dari pada di kos tempatnya sekarang, suasana kampung yang sejuk bagi NMP lebih menyenangkan dari pada di perantauan. NMP juga menambahkan bahwa meskipun merindukan rumah selama di kampung halaman, hal itu tidak membuatnya merasa menyesal sebab keputusannya untuk kuliah di luar kota didukung oleh keluarga.

Meskipun merasakan rindu dengan keluarga, rumah serta teman-teman di kampung halaman, NMP mengaku tidak mengalami gangguan dalam beradaptasi dengan kehidupan sosial yang baru pasca menjadi mahasiswi perantau.

“Setelah jadi mahasiswi, rasanya memang enak tidak ada yang ngomel tidak ada yang negur ketika pulang malam waktu jalan, tapi mungkin salah satu dari saya, saya merindukan nasehat ketika saya pulang agak malam. Saya hanya bisa berdoa semoga orang dirumah selalu sehat rezekinya lancar dan umur panjang supaya bisa bertemu saya kembali ketika pulang. Pada awalnya saya seperti itu kan awalnya malu berteman dengan orang baru eh kelama lama an rame berteman sama orang baru”.⁴

Menurut NMP ketika menjadi mahasiswi perantau tidak ada lagi yang memarahinya jika pulang malam, namun justeru hal ini menjadi sesuatu yang dirindukannya. Untuk mengatasi hal tersebut NMP senantiasa mendoakan keluarga di rumah agar selalu berada dalam kondisi baik-baik saja. NMP mengaku tidak mengalami kesulitan yang berarti dalam beradaptasi dengan kehidupan sosial yang baru setelah menjadi mahasiswi perantau.

Selain merasakan rindu terhadap keluarga, NMP juga merasakan adanya gangguan fisik sebagai dampak yang timbul dari *homesick* yang dialaminya.

“Ketika merindukan rumah saya biasanya menelpon orang tua, namun saya tidak sampai jatuh sakit karena terlalu merindukan orang tua, paling-paling saya sering mengalami susah tidur dan kehilangan nafsu makan.

⁴ Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita

Makan-makanan yang enak dan kesukaan sendiri itu tidak lah enak ketika makan nya sendiri harus nya ada keluarga yang ikut makan juga”.⁵

Menurut NMP dampak *homesick* yang dideritanya adalah susah tidur dan kehilangan nafsu makan, ia teringat keluarga ketika makan makanan kesukaannya.

Homesick yang dialami NMP juga terlihat dalam bidang akademik, sebagaimana pengakuannya berikut.

“Saya tidak terlalu terganggu dalam akademik, saya tetap mengikuti kegiatan-kegiatan kampus, setiap pulang kuliah saya selalu menelpon orang tua saya. Tapi, kemampuan belajar saya turun dan merasa sulit mempelajari sesuatu”.⁶

Menurut NMP dirinya tidak terlalu mengalami gangguan dalam aktivitas akademik meskipun sedang mengalami *homesick*, dirinya selalu menyempatkan diri untuk menelpon orang tua di rumah. Namun, NMP mengaku mengalami penurunan dalam kemampuan belajar dan mempelajari sesuatu yang baru.

b. Responden 2 MAA

Responden kedua seorang mahasiswa asal Tanah Grogot Kabupaten Paser Kalimantan Timur dengan inisial MAA berusia 19 tahun. Selama berkuliah di UIN Antasari MAA tinggal di kos. MAA mengaku hanya pulang ke Tanah Grogot selama dua atau tiga kali dalam setahun.

Selama menjadi mahasiswa perantau di UIN Antasari MAA mengaku merindukan rumah.

Ya sudah biasa dengan nama nya rindu karena dari lulus SD sampai sekarang merantau di kampung orang dan ga tau di kampung sendiri sudah berubah kalo pulang ke rumah setiap tahun nya ya rindu nya bukan karena apa mereka sudah banyak jasa ke saya tapi saya sendiri belum banyak bisa

⁵ Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita.

⁶ Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita.

membuat mereka bangga dalam hal apapun. Tiap hari mikirin di rumah baik-baik aja kah atau gimana tapi malu nanya ke orang tua atau ngasih kabar haha ya karena udah biasa merantau mereka juga tau kalo saya sehat di sini kalo tiap minta uang mereka tau aja kalo saya sehat.⁷

Menurut MAA dirinya merasakan rindu selama berada jauh dari kampung halaman, namun dirinya sudah terbiasa berjauhan dengan orang tua sejak lulus dari sekolah dasar. Perasaan rindu tersebut tidak diungkapkan oleh MAA karena merasa malu dengan orang tua, menurutnya asalkan sama-sama mengetahui keadaan sehat sudah cukup. Disamping merindukan rumah dan keluarga MAA juga mengaku merasa kesepian di lingkungan baru.

Ya ga terlalu rindu teman sih kadang-kadang merasa kesepian aja karena teman lama dengan teman baru beda apalagi beda provinsi jadi ga tau banyak tempat di kuliah ini tau nya ya Siring aja hehe.⁸

Menurut MAA dirinya tidak terlalu merindukan teman-teman lama di kampung halaman, hanya saja dirinya merasa kesepian karena belum terlalu mengetahui tempat-tempat yang dapat dikunjungi, MAA hanya tau Siring Bekantan sebagai tempat bersantai yang bisa dikunjungi di Banjarmasin.

MAA juga mengatakan lebih menyukai suasana rumah di kampung halaman dari pada di kos tempat perantauan.

Sudah jelas lingkungan kampung lebih suka, karena menurut saya di kampung jauh lebih baik daripada sendiri entah terasa berbeda setelah lulus dari madrasah karena bertahun-tahun di sana punya banyak teman tapi setelah lulus beda vibes nya lebih ke sepi aja punya teman tapi beda rumah beda tempat jadi ga sering main atau ketemu kecuali masuk kuliah aja mereka punya kehidupannya masing-masing, di kampung juga lebih bisa rajin karena ada orang tua secara langsung ketemu ga bisa punya alasan ga ibadah atau hal lain nya di kampung ada teman yang berkualitas tanpa mandang apapun menerima apa ada nya itu lah teman atau bisa di sebut sahabat. Kadang rasa ya

⁷ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

⁸ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

menyesal merantau untuk saat ini dan masih sampai sekarang tapi demi orang tua yang meminta untuk kuliah ya udah jalanin rasakan dan nikmati hidup ga selalu mudah karena hidup penuh drama dan kepahitan.⁹

Menurut MAA, alasannya lebih menyukai suasana rumah di kampung halaman daripada di kos selama jadi mahasiswa perantau sebab pertemanan di lingkungan kampus hanya bertemu saat perkuliahan saja selanjutnya masing-masing memiliki kesibukan sendiri sehingga terasa berjarak. Sementara jika di kampung halaman lingkungan pertemanan terasa lebih dekat bahkan dapat dikatakan sahabat. Selain itu menurut MAA adanya orang tua di kampung halaman mengawasi kedisiplinannya dalam melakukan sesuatu seperti ibadah. MAA menambahkan, bahwa sebenarnya terlintas rasa menyesal dalam dirinya karena telah merantau dan meninggalkan kampung halaman, namun semuanya tetap dijalani demi menjalani kuliah dan memenuhi harapan orang tua.

Kehidupan sosial MAA selama menjadi mahasiswa perantau tidak mengalami kendala yang berarti sebagaimana pengakuannya dalam wawancara berikut.

Ketika saya ingat rumah, mungkin menelpon atau kasih kabar atau tanya-tanya sesuatu apa saja keadaan di rumah saat ini. Ketika berada di lingkungan baru ya beradaptasi seperti pertama kali merantau lingkungan baru sama seperti pertama kali merantau ya karena sekarang lebih dewasa jadi berteman tidak susah kecuali kalo sudah di ajak berteman tapi ga mau ya gapapa santai aja.¹⁰

Menurut MAA, kondisi homesick yang dialaminya tidak sampai mengganggu kehidupannya, saat merasakan rindu terhadap rumah dan keluarga MAA akan menelpon untuk menanyakan bagaimana kabar di rumah.

⁹ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

¹⁰ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

MAA juga tidak kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru di perantauan sebab sudah terbiasa merantau.

MAA juga mengatakan kondisi fisiknya selama mengalami homesick.

Tidak sakit tapi lebih ke rindu aja, rindu boleh tapi jangan sampai sakit karena kita sakit mereka juga yang khawatir kita boleh rindu tapi jaga kesehatan. Saya juga ya susah tidur lumayan sering tapi ga terlalu kadang teringat bagaimana keadaan mereka di sana bagaimana ini itu sebagai nya sehat kah mereka di sana apa kabar mereka di sana itu kadang terpikir begitu aja entah mau tidur atau lagi diam.¹¹

Menurut MAA dirinya tidak mengalami gangguan fisik selama merasakan homesick, meskipun begitu MAA mengaku kadang-kadang mengalami susah tidur karena memikirkan bagaimana keadaan keluarga yang jauh di kampung halaman.

MAA juga mengungkapkan kondisi kehidupan akademiknya selama menjadi mahasiswa perantau.

Akademik baik saja walaupun ada sedikit kendala mungkin bukan karena rindu rumah tapi lebih ke diri yg malas. Kurang semangat aja sih kaya ga ada penyemangat secara langsung mereka jauh di sana mensupport dengan dana dan tenaga kita di sini harus lebih baik.¹²

Menurut MAA, kehidupan akademiknya terasa baik-baik saja meskipun ada sedikit mengalami kesulitan, akan tetapi hal itu bukan disebabkan karena homesick akan tetapi mengalami malas dan kurang mendapatkan dorongan semangat dari keluarga secara langsung.

¹¹ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

¹² Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

c. Responden 3 HAB

Responden 3 mahasiswa berinisial HAB berusia 19 tahun asal kota Barabai Kabupaten Hulu Sungai Tengah. Selama berkuliah di UIN Antasari HAB tinggal di kos mahasiswa, selain menjalani aktivitas kuliah HAB juga aktif dalam kegiatan organisasi mahasiswa. HAB mengaku jarang pulang ke kampung halaman karena kesibukan kegiatan di kampus yang diikutinya.

HAB mengaku selama menjadi mahasiswa perantau dirinya kerap merindukan rumah dan keluarga.

Saya sering mengingat rumah setiap malam. Rasanya ketika merindukan orang tua senang bercampur sedih tetapi bisa membangkitkan semangat karena ingat orang tua.¹³

Menurut HAB, setiap malam dirinya selalu teringat dengan rumah di kampung halaman. Perasaan rindu terhadap orang tua memang membuat HAB sedih sekaligus juga membangkitkan semangatnya untuk berjuang kuliah di perantauan.

Selain merindukan keluarga, HAB juga mengaku merindukan teman-teman lama di kampung halaman, hal ini diketahui dari petikan wawancara penulis dengan HAB yang mengatakan sebagai berikut. “Biarpun berpisah dengan teman-teman, rasanya senang karena akan bertemu lagi nanti saat sudah di kampung halaman dengan wajah yang berbeda”.¹⁴ Menurut HAB saat menjadi mahasiswa perantau dan terpisah dengan teman-teman lama dirinya merasa

¹³ Wawancara dengan HAB pada 16 Mei 2023 Pukul 19.36 Wita.

¹⁴ Wawancara dengan HAB pada 16 Mei 2023 Pukul 19.36 Wita.

senang sebab nanti akan bertemu lagi dengan wajah yang berbeda ketika sudah pulang dari perantauan.

Ketika penulis menanyakan mana yang lebih disukai antara rumah dan kos, HAB menjawab “Saya lebih menyukai rumah dari pada kos, tapi rasanya tidak menyesal merantau karena selalu dipesankan untuk bersemangat”.¹⁵ Menurut HAB, dirinya lebih menyukai tinggal di rumah kampung halaman daripada di kos saat ini, namun HAB tidak merasa menyesal karena sudah memilih untuk merantau serta selalu mengingat pesan keluarga agar bersemangat berkuliah di perantauan.

Penulis juga menanyakan apakah ada gangguan dalam beradaptasi ketika berada di lingkungan baru, HAB menjawab sebagai berikut. “Ketika di lingkungan baru saya berusaha mempermudah diri untuk berteman”.¹⁶ Menurut HAB, ketika berada di lingkungan baru dirinya berusaha untuk mempermudah diri berteman dengan orang baru, sehingga dirinya tidak mengalami gangguan hubungan sosial.

HAB juga mengatakan adanya gangguan fisik ketika merindukan rumah. “sesekali saya merasa susah untuk tidur, namun tidak sampai sakit”.¹⁷ Menurut HAB dirinya pernah merasakan sulit tidur ketika merindukan rumah sebagai bentuk dari gangguan fisik, namun hal ini tidak sampai membuat tubuhnya jatuh sakit.

¹⁵ Wawancara dengan HAB pada 16 Mei 2023 Pukul 19.36 Wita.

¹⁶ Wawancara dengan HAB pada 16 Mei 2023 Pukul 19.36 Wita.

¹⁷ Wawancara dengan HAB pada 16 Mei 2023 Pukul 19.36 Wita.

Meskipun merindukan rumah, kegiatan akademik HAB di kampus tidak mengalami gangguan sebagaimana yang diungkapkannya.

Tidak terganggu dan aktivitas kuliah saya bisa saya katakan lumayan memuaskan untuk saya. Saya sering menghadiri kegiatan mahasiswa demi menghilangkan kerinduan dengan ikut kegiatan dengan teman teman perantauan. Saya juga tidak mengalami penurunan akademik dan punya kemampuan belajar mandiri dengan membaca buku, juga banyak kemajuan dalam hal sosial.¹⁸

Menurut HAB dirinya tidak mengalami gangguan akademik selama menjadi mahasiswa perantau, HAB merasa kualitas perkuliahan yang dijalannya lumayan memuaskan. HAB mengaku sering mengikuti kegiatan-kegiatan mahasiswa demi menghilangkan perasaan rindu dengan rumah dan keluarga. Secara umum dirinya merasa mengalami banyak perubahan positif selama berkuliah.

d. Responden 4 SN

Responden 4 mahasiswi berinisial SN berusia 20 tahun asal Bontang Kalimantan Timur. Selama berkuliah di UIN Antasari SN tinggal di kos mahasiswi, SN mengaku hanya pulang kampung ke Bontang sebanyak 2 kali dalam setahun atau setiap liburan semester. Selain berkuliah SN juga aktif dalam kegiatan-kegiatan organisasi mahasiswa di kampus.

Setelah merantau ke Banjarmasin untuk berkuliah di UIN Antasari, SN mengaku sering merasa merindukan rumah dan keluarga di kampung halaman. Hal ini diketahui dari petikan wawancara berikut. “Ketika merindukan orang tua saya sedih terkadang saya sampe menangis, saya mengingat rumah hampir setiap

¹⁸ Wawancara dengan HAB pada 16 Mei 2023 Pukul 19.36 Wita.

hari”.¹⁹ Menurut SN, dirinya merasa sedih dan terkadang sampai menangis ketika merindukan orang tua, dirinya mengaku hampir setiap hari mengingat rumah di kampung halaman.

Selain merindukan orang tua, SN juga merindukan teman-teman lama di kampung halaman, sebagaimana pengakuannya. “Terkadang saya sangat sedih mengingat-ingat teman lama jadi ketika saya sedih saya biasanya melakukan VC”.²⁰ Menurut SN setelah merantau ke Banjarmasin, terkadang dirinya merasa sedih karena teringat dengan teman-teman lama, untuk mengatasinya SN biasanya melakukan interaksi dengan mereka melalui panggilan video call.

Selanjutnya, penulis juga menanyakan mana yang lebih disukai SN antara suasana rumah di kampung halaman dengan suasana kos di perantauan, SN mengungkapkan sebagaimana petikan wawancara berikut. “Saya lebih suka rumah kampung halaman karena disana ada orang tua saya keluarga-keluarga saya. Iya saya pernah merasa menyesal merantau karena saya tipe orang yang tidak bisa ldr”.²¹ Menurut SN dirinya lebih menyukai rumah di kampung halaman sebab di sana ada orang tua dan keluarga, dirinya juga mengaku pernah merasa menyesal merantau meninggalkan keluarga dan kampung halaman sebab dirinya merasa bukan tipe orang yang mudah menjalani kehidupan yang berjauhan dengan orang tersayang yang diistilahkan SN dengan ldr (*long distance relationship*).

¹⁹ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

²⁰ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

²¹ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

Penulis juga menanyakan bagaimana kehidupan sosial SN ketika menjadi mahasiswi perantau. SN mengatakan sebagaimana petikan wawancara berikut.

Setelah jadi mahasiswi jauh dari keluarga rasanya sangat tidak enak, makan memikirkan sendiri apa-apa dilakukan sendiri. Saya lebih sering mencari teman baru karena menurut saya kalo bukan teman siapa lagi yang membuat kita betah berada di kota orang ini. Saya menjalaninya dengan enjoy-enjoy aja jika banyak yang suka sama saya Alhamdulillah jika ada yang tidak suka dengan saya ya udah itu hak mereka.²²

Menurut SN, setelah menjadi mahasiswi jauh dari keluarga dirinya merasa terpaksa harus lebih mandiri, untuk itu SN berusaha mencari teman baru sebab menurutnya di perantauan teman lah yang membuatnya merasa betah. Dalam kehidupan sosial, SN mengaku merasa mudah menjalin hubungan dengan lingkungan baru dan tidak mempermasalahkan apakah orang lain menyukainya atau tidak.

Ketika merindukan rumah, SN juga mengaku pernah mengalami gejala gangguan fisik sebagaimana pengakuannya berikut.

Pernah saya kesulitan tidur, saya bisa tidak tidur semalaman mengingat orang tua saya. Biasanya ketika saya demam tinggi saya selalu mengingat orang tua saya, tapi saya tidak pernah sampai kehilangan nafsu makan.²³

Menurut SN dirinya pernah merasakan sulit tidur karena teringat dengan orang tua, ketika demam tinggi dirinya juga kerap mengingat orang tua, akan tetapi meskipun SN mengalami beberapa gangguan fisik ketika merindukan orang tua hal ini tidak sampai membuatnya kehilangan nafsu makan.

Kehidupan akademik SN selama menjadi mahasiwi perantau yang merindukan rumah dapat diketahui pada penggalan wawancara berikut.

²² Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

²³ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

Aktivitas kuliah tidak terganggu, paling-paling saya menelpon orang tua saya meminta doa dipermudahkannya dalam akademik. Saya pernah tidak menghadiri kelas karena saya menangis seharian membuat saya tidak masuk kelas hari itu, alhamdulillah saya lebih mandiri sekarang.²⁴

Menurut SN, dirinya merasa tidak mengalami gangguan dalam kegiatan akademik meskipun tengah mengalami homesick. Namun, dirinya mengaku pernah menangis seharian karena merindukan keluarga yang membuatnya tidak masuk kelas, dan sekarang SN mengaku dapat hidup lebih mandiri.

e. Responden 5 M

Responden kelima mahasiswa berinisial M berusia 18 tahun asal Kuala Kapuas, selama berkuliah di UIN Antasari M tinggal di kos mahasiswa. Selain berkuliah, M juga aktif dalam kegiatan organisasi mahasiswa. M juga mengatakan bahwa dirinya pulang kampung ke Kuala Kapuas setidaknya sekali dalam seminggu.

Meskipun tergolong sering pulang kampung, M tetap merasakan homesick. Hal ini dapat diketahui pada petikan wawancara berikut. “Sejak jadi mahasiswa saya sangat merindukan orang tua dan keluarga, rasanya tak bisa dijelaskan. Saya mengingat rumah setiap hari”.²⁵ Menurut M, dirinya sangat merindukan orang tua dan setiap hari mengingat rumah.

Selain merindukan orang tua dan keluarga, M juga mengaku merindukan teman-teman lama di kampung halaman. M mengungkapkan, “Tentu sangat ingin kembali dengan teman-teman seperti dulu ketika sudah dikampung”.²⁶ Menurut

²⁴ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

²⁵ Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

²⁶ Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

M, dirinya merasa ingin kembali bertemu dengan teman-teman lama di kampung halaman.

M juga mengungkapkan mengenai persepsinya tentang perbandingan tempat tinggal rumah dan kos. M mengatakan, “Sebenarnya lebih suka kampus sih, merantau juga tidak menyesal selagi itu baik untuk diri saya”.²⁷ Menurut M dirinya merasa lebih menyukai kehidupan di kampus dibanding dengan rumah di kampung halaman. Dirinya juga mengaku tidak merasa menyesal ketika memutuskan untuk menjadi mahasiswa perantau demi kebaikan diri sendiri.

Ketika menjadi mahasiswa perantau dan menghadapi kehidupan sosial yang baru, M mengatakan perasaannya sebagai berikut. “Sangat susah beradaptasi dengan lingkungan baru, teman dan kehidupan baru di kampus sangat menarik dan sangat berbeda tentunya”.²⁸ Menurut M, dirinya merasa sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru setelah menjadi mahasiswa perantau, namun kehidupan kampus M rasakan sangat menarik dan berbeda.

Meskipun M mengalami homesick ketika menjadi mahasiswa perantau, namun hal ini tidak sampai membuatnya sakit atau mengalami gangguan akademik, sebagaimana pengakuan M berikut. “Tidak ada sakit, Kuliah saya Alhamdulillah lancar-lancar saja”.²⁹

²⁷ Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

²⁸ Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

²⁹ Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

2. Cara Mengatasi Homesick pada Mahasiswa BKPI 2022

a. Responden 1 NMP

Ketika mengalami homesick NMP berusaha untuk mengatasi dengan beberapa cara, seperti dengan berusaha menenangkan diri sendiri, mencari kesibukan, meningkatkan religiusitas, dan meminta bantuan pada pihak luar.

Usaha NMP untuk menenangkan diri sendiri ketika mengalami homesick dapat diketahui berdasarkan petikan wawancara berikut.

Ketika saya merindukan rumah saya hanya bisa menelepon orang tua dan mengirimkan doa untuk mereka, ketika tidak bisa pulang kampung saya akan video call bersama keluarga.³⁰

Menurut NMP ketika dirinya merindukan rumah, usaha yang dapat dilakukannya untuk menenangkan dirinya sendiri adalah dengan cara menelepon orang tua dan mendoakan mereka, selain itu ketika NMP merasa ingin pulang ke kampung halaman namun tidak bisa melakukannya, ia akan melakukan video call untuk melepas rindu.

Selain berusaha menenangkan diri sendiri, upaya NMP untuk mengatasi homesick yang dideritanya adalah dengan cara mencari kegiatan lain sebagaimana yang disampaikan “untuk mengurangi rasa teringat keluarga kegiatan saya terkadang kumpul bersama teman-teman”.³¹ Menurut NMP berkumpul bersama teman-teman adalah salah satu kegiatan yang dapat mengalihkan perhatian ketika merasa merindukan keluarga.

³⁰ Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita.

³¹ Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita.

NMP juga berusaha menanggulangi homesick dengan jalan religius yakni bersabar dan bersyukur dengan keadaan yang ada.

Biarpun merindukan keluarga, saya berusaha bersabar dengan cara saya bawa diri saya kejalan yang benar dan meminta kepada Allah agar rezeki lancar supaya pulang kampung. Saya sangat bersyukur dapat kuliah karena saya ingin membahagiakan orang tua saya.³²

Menurut NMP, untuk menanggulangi homesick yang dialaminya dirinya juga menempuh jalan religius dengan senantiasa bersabar dan berdoa kepada Allah agar dapat pulang kampung. Selain itu NMP juga berusaha bersyukur karena berkesempatan untuk berkuliah dan dengan demikian dirinya ingin membahagiakan orang tuanya.

Cara lain yang dilakukan NMP dalam mengatasi homesick adalah dengan meminta bantuan pada pihak luar, dalam hal ini teman-teman NMP.

Ketika merindukan rumah saya mencari teman buat saling support, saya memberi tahu teman bahwa saya merindukan rumah, bagi saya mereka sangat baik ku bersyukur memiliki mereka. Tapi saya tidak meminta bantuan orang tua ketika merasa merindukan rumah, saya tidak memberi tahu mereka.³³

Menurut NMP, dalam mengatasi homesick dirinya jua mencari bantuan dari teman-temannya, bagi NMP teman berperan sebagai wadah saling dukung ketika merindukan rumah dan baginya temannya sangat berharga. Namun NMP tidak berusaha mencari bantuan dan memberitahukan kepada orang tua ketika mengalami homesick.

³² Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita.

³³ Wawancara dengan NMP pada 16 Mei 2023 Pukul 19.38 Wita.

b. Responden 2 MAA

Ketika mengalami homesick, MAA berusaha mengatasinya sendiri dengan melakukan kegiatan yang dapat mengalihkan perhatian.

Saya akan jalan-jalan, makan, main game, rokok, telpon orang yang ada di rumah jika merindukan rumah.³⁴

Menurut MAA ketika dirinya merindukan rumah, hal yang dapat dilakukannya untuk mengatasi perasaan tersebut adalah dengan melakukan jalan-jalan, makan, main game, merokok, atau menelepon orang tua.

c. Responden 3 HAB

Ketika mengalami homesick, HAB mempunyai beberapa cara untuk mengatasinya. HAB mengatakan.

Saya berusaha mencari kegiatan positif membaca buku, bermain game, minum kopi sambil bercerita dengan teman. Juga menelpon orang tua atau orang terdekat.³⁵

Menurut HAB ketika dirinya merindukan rumah dan orang tua, hal yang dilakukannya adalah mencari kegiatan positif seperti membaca buku atau minum kopi sambil bercerita dengan teman. Selain itu juga bisa dengan cara menelpon orang tua dan orang terdekat.

HAB juga menempuh jalur religius untuk mengatasi homesick dengan cara bersabar dan bersyukur

Biasanya saya sabar dengan berdiam diri dan menyemangati diri, juga bersyukur dengan banyak mengingat dengan berkuliah di perantauan kita diberi bekal untuk kembali ke kampung halaman.³⁶

³⁴ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

³⁵ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

³⁶ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

Menurut pengakuan HAB, dalam mengatasi perasaan homesick dirinya berusaha bersabar sambil menyemangati diri sendiri, selain itu HAB juga berusaha bersyukur dengan kondisinya sekarang yang dapat berkuliah di perantauan.

HAB juga mengaku meminta bantuan dari pihak lain dalam hal ini teman dan orang tua ketika mengalami homesick. “Saya biasanya bergabung dengan teman-teman, biasanya kami bermain dan bercerita. Orang tua juga memberikan semangat”.³⁷ Menurut HAB ketika mengalami homesick dirinya akan meminta bantuan kepada teman-teman untuk mengurangi perasaan itu seperti dengan melakukan kumpul bersama dan bermain bersama, selain itu HAB juga memiliki orang tua yang memberikan semangat ketika HAB mengalami homesick.

d. Responden 4 SN

SN ketika mengalami homesick mengaku memiliki beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasinya. Hal ini diungkapkan SN dalam wawancara dengan penulis.

SN memiliki cara untuk menenangkan diri sendiri ketika mengalami homesick, dirinya mengatakan “Saya biasanya shalat mendoakan mereka dan menelepon mereka, bercerita panjang lebar di telepon”.³⁸ Menurut SN, ketika mengalami homesick hal yang dapat dilakukannya untuk menenangkan diri sendiri adalah dengan mendoakan orang tua dalam shalat, menelepon orang tua untuk menceritakan semua hal yang SN alami dan rasakan.

³⁷ Wawancara dengan MAA pada 19 Mei 2023 Pukul 20.05 Wita.

³⁸ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

SN juga berusaha mengusir perasaan homesick dengan melakukan kegiatan yang dapat mengalihkan perhatiannya, sebagaimana pengakuannya “Biasanya saya bawa bekawanon sekira tidak ingat rumah terus”.³⁹ SN mengatakan bahwa dirinya akan berkumpul bersama teman-teman agar tidak teringat dengan rumah.

Selain itu SN juga berupaya menempuh jalur religius untuk mengatasi homesick dengan bersyukur. SN mengatakan, “Saya sangat bersyukur, biasanya saya mengingat berapa banyak dah orang tua saya mengeluarkan duit”.⁴⁰ Menurut SN, meskipun mengalami homesick dirinya berusaha tetap merasa bersyukur dan mengingat betapa banyak pengorbanan orang tua untuk dirinya.

SN juga meminta bantuan pihak luar dalam hal ini teman dan orang tua ketika mengalami homesick. SN mengatakan “Biasanya saya menyuruh kawan saya bekawanon di kost, iya saya juga biasanya menyuruh orang tua saya datang ke sini”.⁴¹ Menurut SN dirinya kerap meminta teman atau orang tua nya untuk datang ke kos ketika dirinya mengalami homesick.

e. Responden 5 M

M ketika mengalami homesick mempunyai cara untuk mengatasinya sendiri, M mengatakan, “saya menenangkan diri sendiri dengan healing self, dan bersabar saja ketika belum bisa pulang”.⁴² Menurut M, dirinya bisa menenangkan

³⁹ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

⁴⁰ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

⁴¹ Wawancara dengan SN pada 17 Mei 2023 Pukul 19.33 Wita.

⁴² Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

diri sendiri ketika mengalami homesick dan bersabar ketika belum bisa pulang kampung.

M juga mempunyai kegiatan yang dapat mengurangi perasaan tidak nyaman ketika mengalami homesick, M mengatakan “saya biasanya berkumpul teman kampus berorganisasi”.⁴³ Menurut M dengan mengikuti organisasi dan berkumpul dengan teman-teman di kampus dapat mengurangi perasaan homesick.

M juga mengaku menempuh jalan religus dalam mengatasi homesick, M mengatakan “Saya bersabar minimal berdoa semoga orang tua sehat selalu”.⁴⁴ Menurut M, dirinya bersabar ketika mengalami homesick dan mendoakan orang tua agar selalu dalam keadaan sehat.

M selain berusaha mengatasi homesick sendiri juga berusaha meminta bantuan dengan orang lain. M mengatakan, “Yaa berkumpul dengan orang-orang, saya lebih suka diam dengan orang tua”.⁴⁵ Menurut M, dirinya akan mencari bantuan dengan berinteraksi dengan banyak orang atau teman-teman ketika mengalami homesick, M memilih tidak menceritakan kondisi homesick yang dialaminya kepada orang tua.

⁴³ Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

⁴⁴ Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

⁴⁵ Wawancara dengan M pada 14 Mei 2023 Pukul 19.37 Wita.

C. Pembahasan

Bagian ini berusaha menganalisis temuan yang sudah dipaparkan pada bagian penyajian data dengan menghadirkan teori-teori yang relevan.

1. Bentuk-bentuk homesick pada mahasiswa BKPI 2022

Homesick merupakan perasaan rindu dengan rumah, keluarga, dan suasana kehidupan di dalamnya. *Homesick* menjadi masalah paling penting bagi mahasiswa perantau di kebanyakan universitas di seluruh dunia.⁴⁶ Temuan lapangan yang penulis dapatkan mengenai bentuk-bentuk homesick pada mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 dapat diketahui pada tabel berikut.

Tabel 4.1 Bentuk-bentuk homesick pada mahasiswa BKPI 2022

No	Responden	Bentuk-bentuk homesick			
		Merindukan rumah	Gangguan kehidupan sosial	Gangguan fisik	Gangguan akademik
1.	NMP	Merindukan orang tua, teman lama, dan lebih menyukai rumah di kampung halaman.	Tidak mengalami kesulitan.	Susah tidur dan kehilangan nafsu makan.	Tidak mengalami gangguan.
2.	MAA	Tidak terlalu merindukan orang tua dan teman lama, sebab sudah terbiasa merantau. Namun lebih menyukai rumah di	Tidak mengalami kesulitan, sudah terbiasa merantau.	Kadang susah tidur karena mengingat orang tua.	Tidak mengalami gangguan.

⁴⁶ Asti Mariska. "Pengaruh penyesuaian diri dan kematangan emosi terhadap homesickness." *Jurnal Psikoborneo* 6, no. 3 (2018): 312.

		kampung halaman.			
3.	HAB	Setiap malam merindukan rumah dan orang tua, dan lebih menyukai tinggal di rumah.	Tidak mengalami kesulitan.	Kesulitan tidur saat merindukan orang tua.	Tidak mengalami gangguan.
4.	SN	Merindukan orang tua dan teman lama, setiap hari mengingat rumah. Lebih menyukai rumah di kampung halaman.	Tidak mengalami kesulitan.	Kesulitan tidur saat merindukan orang tua.	Pernah tidak masuk kelas karena menangis seharian merindukan orang tua.
5.	M	Merindukan orang tua dan teman lama, juga setiap hari merindukan rumah.	Susah beradaptasi dengan lingkungan baru.	Tidak mengalami gangguan	Tidak mengalami gangguan.

Tabel 4.1 di atas memperlihatkan bentuk-bentuk homesick yang ditemukan pada mahasiswa BKPI 2022 UIN Antasari Banjarmasin, analisis lebih lanjut penulis sajikan dalam uraian berikut.

a. Merindukan rumah

Bentuk homesick pertama yang terdapat pada mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 adalah merindukan rumah. Kondisi merindukan rumah merupakan bentuk paling umum dari fenomena homesick dalam penelitian ini. Individu yang merindukan rumah biasanya menunjukkan gejala sering teringat rumah dan keluarga.

Mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 sebagai responden dalam penelitian ini mengungkapkan selama merantau menjadi mahasiswa dan hidup terpisah dari keluarga sering kali merindukan rumah. Empat dari lima responden mengaku setiap hari teringat dengan rumah dan keluarga di kampung halaman, hanya satu responden MAA yang mengaku sudah terbiasa tinggal di perantauan dan tidak mengalami homesick.

Munculnya perasaan rindu kepada keluarga, teman lama dan rumah di kampung halaman merupakan dampak dari adanya *attachment* atau perlekatan antara mahasiswa dengan keluarga atau teman lama di kampung halaman. *Attachment* ini terbentuk seiring terjadinya interaksi yang intens antara mahasiswa dengan orang yang dirindukannya.⁴⁷

Penulis juga menemukan bahwa empat dari lima responden lebih menyukai rumah di kampung halaman dari pada tinggal di kos sekarang. Hal ini dapat dijelaskan sebab *attachmen* juga menyebabkan adanya kenangan-kenangan tertentu seperti aktivitas keseharian yang biasa dilakukan yang akan diingat oleh individu yang bersangkutan, sehingga tidak jarang penderita homesick juga merindukan suasana rumah.⁴⁸

Responden yang mengaku merindukan orang tua, teman lama dan suasana rumah dapat dikatakan memiliki *attachment* yang kuat, sementara responden MAA yang mengaku tidak terlalu merindukan keluarga, teman dan rumah dapat dikatakan tidak memiliki *attachment* yang kuat, MAA mengaku bahwa dirinya

⁴⁷ Clement Eko Prasetyo., Esther Gustara Nadine Sirait, and Aulia Hanafitri. "Rumah, tempat kembali: pemaknaan rumah pada mahasiswa rantau." *Mediapsi* 6, no. 2 (2020): 137.

⁴⁸ *Ibid.*

terbiasa merantau sejak lulus SD. Berdasarkan hal ini dapat diketahui interaksi MAA dengan keluarga tidak terjadi secara intens.

b. Gangguan kehidupan sosial

Sebagai mahasiswa perantau, menghadapi lingkungan tempat tinggal dan lingkungan pertemanan baru tentu memerlukan kemampuan beradaptasi yang baik. Tak jarang mahasiswa perantau yang mengalami *homesick* justru gagal beradaptasi dengan lingkungan baru.⁴⁹

Berdasarkan hasil temuan lapangan pada penelitian ini, diketahui mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 tidak mengalami *homesick* dalam bentuk gangguan kehidupan sosial. Responden mengaku mudah beradaptasi dengan lingkungan baru baik di kos ataupun di kampus. Hanya satu responden M yang mengaku kesulitan beradaptasi dengan lingkungan barunya.

Kemampuan responden dalam penelitian ini beradaptasi dengan lingkungan baru tentu menghindarkan mereka dari gangguan kehidupan sosial. Hal ini didukung oleh temuan penelitian Mariska menemukan bahwa kemampuan menyesuaikan diri berpengaruh negatif terhadap kondisi *homesickness*.⁵⁰ Artinya semakin bagus kemampuan individu menyesuaikan diri, maka semakin minim individu tersebut mengalami *homesick*.

⁴⁹ Ajeng Febrianti Rahayu, Bagas Aidi, Meirna Mega Rizki, and Ayik Mirayanti Mandagi. "Hubungan Kemampuan Adaptasi Dan Tempat Tinggal Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Baru." *Journal of Community Mental Health and Public Policy* 3, no. 2 (2021): 55.

⁵⁰ Asti Mariska. "Pengaruh penyesuaian diri dan kematangan emosi terhadap *homesickness*." *Jurnal Psikoborneo* 6, no. 3 (2018): 312.

c. Gangguan fisik

Bentuk homesick yang ditemukan pada mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 selanjutnya adalah gangguan fisik. Gangguan fisik yang muncul akibat factor psikologis disebut juga dengan gejala somatik, dimana tubuh akan memberikan respon tertentu sebagai akibat dari perasaan stress atau gangguan psikologis lainnya.

Penelitian ini menemukan bahwa bentuk homesick pada mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 adalah gangguan fisik berupa kesulitan tidur dan berkurangnya nafsu makan, semua responden mengatakan mengalami gangguan tidur ketika mengalami homesick, dan satu responden NMP mengaku sampai mengalami nafsu makan yang berkurang. Literatur juga mengatakan bahwa salah satu bentuk gangguan fisik yang terjadi pada individu yang mengalami *homesick* adalah berkurangnya nafsu makan.⁵¹

d. Gangguan akademik

Bentuk *homesick* yang ditemukan pada mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 selanjutnya adalah gangguan akademik. Gangguan akademik merupakan fenomena yang sering muncul pada mahasiswa baru yang mengalami *homesick*.⁵²

⁵¹ Dyah Luthfia Kirana. "Penanganan Kasus Homesickness Melalui Cognitive Behaviour Terapi Dengan Teknik Restruktursasi Kognitif Dan Terapi Sabar Di Yayasan Peduli Anak." *QAWWAM* 15, no. 1 (2021), 70.

⁵² Poyrazli, S., & Lopez, M. (2007). An exploratory study of perceived discrimination.... 263-280.

Perasaan terasing atau *loneliness* merupakan pangkal terjadinya gangguan akademik pada mahasiswa baru.⁵³

Temuan dalam penelitian ini memang memperlihatkan bahwa empat dari lima responden tidak mengalami gangguan akademik sebagai salah satu bentuk homesick. Hanya satu responden SN yang mengaku pernah mengalami gangguan akademik dimana dirinya tidak masuk kelas karena menangis merindukan orang tua.

Homesick salah satunya dipengaruhi oleh kondisi intrapersonal individu termasuk kematangan emosi. Mahasiswa perantau dapat dikatakan memiliki kematangan emosi yang bagus jika telah dapat berpikir secara objektif yang ditandai dengan kemampuan mengontrol emosi, mampu berpikir realistik, memahami diri sendiri, serta mampu menempatkan pada waktu dan tempat yang tepat.⁵⁴ Dengan demikian, ketika mahasiswa baru matang secara emosi maka terjadinya gangguan dalam kehidupan akademik dapat terminimalisir.

2. Upaya mengatasi homesick pada mahasiswa BKPI 2022

Homesick yang terjadi pada mahasiswa merupakan kondisi yang harus mendapatkan penanganan, agar dampaknya tidak menyebabkan terganggunya aktifitas penting mahasiswa, terlebih dalam kehidupan akademik.

⁵³ Junaidin, Karimatul Mufidah, Kartika Mustafa, Solihin Solihin, Nurulsani S. Abd Latief, and Ayuning Atmasari. "Hubungan Antara Loneliness Dengan Meaning In Life Pada Mahasiswa Rantau." *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)* 4, no. 3 (2022): 1319.

⁵⁴ Mariska, Asti. "Pengaruh penyesuaian diri dan kematangan emosi terhadap homesickness." *Jurnal Psikoborneo* 6, no. 3 (2018): 310-316. H. 312.

Mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 memiliki beberapa upaya untuk mengatasi homesick yang mereka alami. Upaya-upaya tersebut dapat diketahui pada tabel berikut.

Tabel 4.2 Upaya mengatasi homesick pada mahasiswa BKPI 2022

No	Responden	Upaya mengatasi homesick			
		Menenangkan diri	Mencari kesibukan	Meningkatkan religiusitas	Meminta bantuan pihak lain
1.	NMP	Menelepon atau video call orang tua & teman lama	Berkumpul dengan teman	Bersabar dan senantiasa bersyukur dengan adanya kesempatan berkuliah	Meminta bantuan teman untuk saling dukung
2.	MAA	Menelepon orang tua.	melakukan jalan-jalan, makan, main game, merokok,	-	-
3.	HAB	Menelpon orang tua dan orang terdekat.	-	Bersabar dan menyemangati diri sendiri, serta bersyukur atas kesempatan berkuliah yang dimilikinya.	Berkumpul bersama teman, dan mendapat semangat dari orang tua.
4.	SN	Mendoakan orang tua, menelepon orang tua untuk menceritakan semua hal yang dialami dan dirasakan	Berkumpul bersama teman-teman	Berusaha bersyukur dan mengingat pengorbanan orang tua.	Meminta teman atau orang tua datang ke kos.
5.	M	Bersabar ketika tidak bisa pulang kampung	Mengikuti kegiatan organisasi kampus.	Bersabar dan senantiasa mendoakan orang tua.	Berinteraksi dengan orang banyak.

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, diketahui terdapat empat upaya yang dilakukan mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 dalam mengatasi homesick yakni dengan cara menenangkan diri, mencari kesibukan, meningkatkan religusitas, serta meminta bantuan pihak lain.

a. Menenangkan diri

Upaya pertama yang dilakukan mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 adalah dengan menenangkan diri sendiri ketika mengalami homesick. Upaya ini diwujudkan dengan aktivitas menelpon orang-orang terdekat seperti orang tua, keluarga atau teman lama. Upaya berkomunikasi dengan orang tua ketika menghadapi homesick pada mahasiswa perantau juga disebutkan dalam penelitian Gunandar yang mengatakan dukungan sosial dari orang tua dapat mendukung proses penyesuaian diri mahasiswa perantau.⁵⁵

b. Mencari kesibukan

Upaya kedua yang dilakukan mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 untuk mengatasi homesick adalah dengan mencari kesibukan yang dapat mengalihkan perhatian mereka dari perasaan homesick. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa kesibukan yang dipilih oleh responden sangat beragam, seperti berkumpul bersama teman, jalan-jalan, mengikuti organisasi, sampai main game dan merokok. Kegiatan-kegiatan tersebut dapat mempercepat mahasiswa mengenali daerah baru tempatnya tinggal. Bersosialisasi atau berkumpul dengan sesama

⁵⁵ Maria Stephanie Gunandar, dan Muhana Sofiati Utami. "Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau." *Jurnal Psikologi UGM* 3, no. 2 (2017): 98.

teman mahasiswa di perantauan dapat mengurangi dampak *culture shock* akibat perpindahan lingkungan mahasiswa dari daerah asal ke kota tempat perkuliahan.⁵⁶

c. Meningkatkan religiusitas

Upaya ketiga yang dilakukan mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 untuk mengatasi *homesick* adalah dengan meningkatkan religiusitas lebih tepatnya dengan cara memupuk perasaan sabar dan syukur. Para responden mengaku meskipun tengah mengalami *homesick* namun mereka tetap berusaha untuk bersabar dan bersyukur dengan keadaan itu. Sikap sabar mereka ungkapkan dengan tidak meratapi perasaan rindu atau *homesick* yang mereka alami. Sedangkan syukur mereka ungkapkan dengan senantiasa merasa beruntung dengan kesempatan berkuliah yang mereka miliki sekarang.

Kondisi individu yang menempuh jalur religius ketika menghadapi tekanan atau masalah disebut juga dengan istilah *coping religius*, dimana individu akan menempuh jalan yang telah agama ajarkan untuk mengatasi masalah yang tidak dapat diatasinya sendiri baik secara kognitif maupun secara perbuatan langsung.⁵⁷

Upaya bersabar dan bersyukur yang dilakukan mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 untuk mengatasi *homesick* juga senada dengan hasil penelitian

⁵⁶ Dwi Rohma Wulandari. "Proses dan Peran Komunikasi dalam Mengatasi Culture Shock (Studi Kasus pada Mahasiswa Universitas Tadulako)." *Jurnal Audience: Jurnal Ilmu Komunikasi* 3, no. 2 (2020): 187.

⁵⁷ Dwi Sulistyani, Ratna Supradewi, dan Diany Ufieta Syafitri. "Hubungan Antara Koping Religius dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tingkat Awal di Universitas Islam Sultan Agung Semarang." *Proyeksi: Jurnal Psikologi* 14, no. 1 (2020): 25.

Sulistiyani dkk yang menemukan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *coping religius* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru.⁵⁸

d. Meminta bantuan pihak lain

Upaya lain yang dilakukan mahasiswa BKPI UIN Antasari 2022 untuk mengatasi homesick adalah dengan meminta bantuan pihak lain dalam hal ini orang tua dan teman sebaya. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa empat dari lima responden dalam penelitian ini mengaku meminta bantuan dari teman dan orang tua ketika mengalami *homesick*. Namun, para responden lebih memilih meminta bantuan pada teman sesama mahasiswa perantau dari pada orang tua. Hal ini dikarenakan bagi mahasiswa perantau teman menjadi orang terdekat di perantauan. Temuan penelitian Siswandi dkk mengatakan bahwa dukungan teman sebaya pada mahasiswa baru di perantauan dapat mengontrol regulasi emosi individu.⁵⁹ Dukungan sosial dari orang terdekat dapat membantu mahasiswa baru menyesuaikan diri dengan lingkungan kehidupan yang baru.⁶⁰

⁵⁸ Sulistiyani, Dwi, Ratna Supradewi, and Diany Ufieta Syafitri. "Hubungan Antara ... 22.

⁵⁹ Weldina Siswandi, dan Riselligia Caninsti. "Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Regulasi Emosi Mahasiswa Perantau Tahun Pertama di Jakarta (The Role Of Peer Social Support Toward Emotion Regulation of Migrated Student in the First Year in Jakarta). Dimuat dalam." *Jurnal Psikogenesis* 8, no. 2 (2020): 241.

⁶⁰ Asmalia Alnadi, dan Citra Ayu Kumala Sari. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera Di Uin Sayyid Ali Rahmatullah." *Proyeksi: Jurnal Psikologi* 16, no. 2 (2021): 153.