

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Profil Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

1. Profil Wilayah

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi salah satu fakultas yang berada di UIN Antasari Banjarmasin. UIN Antasari Banjarmasin merupakan perguruan tinggi Negeri Islam yang berada dibawah naungan kementrian agama Republik Indonesia. Berdasarkan data yang didapatkan melalui website resmi Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Antasari Banjarmasin adalah salah satu fakultas yang berfokus pada ilmu dakwah, komunikasi, dan ilmu umum lainnya. Fakultas ini telah terakreditasi B dan memiliki empat program studi: Komunikasi Penyiaran Islam (KPI), Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI), Manajemen Dakwah (MD), serta Teknologi Informasi (TI). Program-program ini dirancang untuk mencetak lulusan yang kompeten dalam dakwah dan komunikasi berbasis nilai-nilai Islam.

Selain perkuliahan, fakultas ini juga mengadakan seminar, workshop, dan kegiatan sosial. Fasilitas pendukungnya meliputi berbagai laboratorium, perpustakaan, radio pemancar FM, serta ruang teater untuk mendukung proses pembelajaran.

Fakultas ini berkomitmen mencetak lulusan yang berintegritas dan berkontribusi bagi masyarakat. Awalnya, fakultas ini merupakan bagian dari Fakultas Ushuluddin, tetapi kemudian berkembang menjadi fakultas tersendiri karena meningkatnya kebutuhan akan dakwah Islamiyah di Indonesia.

Gambar 4. 1 Struktur Organisasi Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Antasari Banjarmasin



Sumber: Website resmi Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Antasari Banjarmasin

Berdasarkan data yang didapatkan melalui Sistem Informasi Akademik (SIKAD) mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi pada angkatan 2023 tercatat berjumlah 265 orang mahasiswa. Adapun data terkait mahasiswa Perantau angkatan 2023 yang berasal dari luar kota Banjarmasin didapatkan melalui data PBAK Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi dan tercatat sebagai mahasiswa aktif berdasarkan data siakad berjumlah 40 orang mahasiswa perantau dari luar provinsi Kalimantan Selatan dan 109 orang mahasiswa perantau dari luar kota Banjarmasin. Sehingga secara keseluruhan mahasiswa perantau Fakultas Dakwah dan Ilmu komunikasi pada angkatan 2023 tercatat berjumlah 149 orang. Dari keseluruhan mahasiswa perantau ini kemudian peneliti kerucutkan menggunakan *purposive sampling* sehingga dalam penelitian ini mendapatkan informan 9 orang mahasiswa perantau.

2. Profil Informan

Informan dalam penelitian ini berjumlah 9 orang mahasiswa perantau dari 4 jurusan yang berbeda. Penelitian ini melibatkan 4 informan laki-laki dan 5 informan perempuan. 7 dan 9 orang mahasiswa berasal dari luar provinsi sedangkan 2 lainnya berasal dari luar kota Banjarmasin. Dibawah ini merupakan profil informan yang peneliti peroleh di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, peneliti mendapatkan profil tersebut melalui proses observasi dan wawancara yang mendalam terhadap informan.

Tabel 4. 1 Jumlah Informan Penelitian

No.	Nama	Umur	Jurusan	Asal Daerah	Media Sosial yang sering digunakan
1.	Deo Renaldo	20 tahun	MD	Kec. Cempaga Hulu Kab. Kotawaringin Timur, Kalimantan Tengah	WhatsApp, Instagram, YouTube, TikTok
2.	M. Aqilil Hasani	20 tahun	BPI	Desa Talang Seleman, Kec. Payaraman Kab. Ogan Ilir Sumatera Selatan	Instagram, WhatsApp, Telegram, dan Twitter
3.	Ikhromul Muthotharoh	19 tahun	BPI	Tanah Grogot, Kab. Paser Kalimantan Timur	WhatsApp, Instagram, dan TikTok
4.	Lina Masrurrah	19 tahun	KPI	Desa Tuyau, Kec. Pematang Karau, Kab. Barito Timur, Kalimantan Tengah	WhatsApp, Instagram, YouTube, dan TikTok

5.	Fariasi Nuri Handayani	19 tahun	KPI	Daerah Transmigrasi, Kec. Dahadup, Kab. Kapuas, Kalimantan Tengah	WhatsApp, Instagram, YouTube dan TikTok,
6.	Aninda Veranika Rahayu	20 tahun	MD	Desa Rangan, Kec. Kuario, Kab. Paser Kalimantan Timur	WhatsApp, Instagram, Facebook, TikTok dan YouTube
7.	Tarawiyah	20 tahun	MD	Desa Baruh Jaya, Kec. Daha Selatan, Hulu Sungai Selatan	WhatsApp, Instagram, TikTok dan YouTube
8.	M. Azhiem Fadillah	19 tahun	TI	Buntok, Kec. Dusun Selatan, Kab. Barito Selatan Kalimantan Tengah	WhatsApp, Instagram, TikTok dan YouTube
9.	M. Lutfan	19 tahun	TI	Kintap, Kab. Tanah Laut Kalimantan Selatan.	WhatsApp, Instagram, TikTok, Facebook, Twitter,

					Discord dan YouTube
--	--	--	--	--	------------------------

B. Hasil Penelitian

1. Gejala Homesickness yang Dialami

Gejala *homesickness* merupakan respon emosional dan psikologis yang muncul ketika individu berpisah dari lingkungan asalnya dan menghadapi tantangan di lingkungan baru. Berdasarkan hasil wawancara dengan sembilan informan, ditemukan bahwa seluruh mahasiswa perantau mengalami gejala *homesickness* dengan karakteristik yang beragam, baik dari segi intensitas, waktu kemunculan, maupun faktor pemicunya.

a. Rasa Rindu terhadap Keluarga dan Rumah

Hampir semua informan menyatakan bahwa mereka merasakan kerinduan mendalam terhadap keluarga, terutama orang tua. Gejala ini paling dominan muncul pada awal masa perantauan. Informan seperti Aqil, Lina, Aninda, dan Azhiem mengalami kesedihan mendalam saat tidak bisa pulang saat liburan atau hari raya. Beberapa juga merindukan perhatian keluarga (Lina), suasana rumah (Lutfan), dan hewan peliharaan (Azhiem).

b. Perasaan Kesepian dan Hampa

Banyak informan yang mengungkapkan perasaan kesepian, terutama saat berada sendiri di kamar kos, seperti dialami oleh Deo, Aqil, dan Tara. Kondisi ini diperparah karena minimnya relasi sosial di awal perkuliahan. Tara, misalnya, merasa kesepian karena di rumah ia terbiasa dikelilingi keluarga dan keponakan. Hal ini juga dialami oleh Lutfan yang merasa kehilangan suasana sosial khas desa saat hidup di kota.

c. Gangguan Emosi dan Fisik

Homesickness juga berdampak pada kondisi emosional dan fisik para informan. Deo mengaku merasa bosan, kurang semangat, dan cemas. Aninda bahkan mengalami gejala fisik seperti jantung berdebar dan menangis sendiri di kamar. Sementara itu, Ikrom dan Fariasi mengaku kehilangan fokus belajar dan mengalami ketidakstabilan suasana hati. Kondisi ini menunjukkan bahwa *homesickness* memengaruhi keseimbangan psikologis mahasiswa.

d. Kesulitan Adaptasi Lingkungan Baru

Beberapa informan, seperti Ikrom, Deo, dan Fariasi, mengalami kendala dalam memahami bahasa lokal, terutama bahasa Banjar, yang menambah beban emosional mereka. Ketiadaan teman dari kampung halaman juga membuat proses adaptasi menjadi lebih berat, sebagaimana dialami Aqil

dan Aninda. Kurangnya kendaraan dan jaringan komunikasi juga menjadi pemicu stres (Aqil, Lina).

e. Pemicu Khusus yang Memperparah *Homesickness*

Beberapa momen tertentu menjadi pemicu kuat munculnya homesickness, seperti bulan Ramadhan dan Idul Fitri (Aqil, Lina), saat harus kembali ke kota setelah liburan (Lutfan, Aninda), atau ketika melihat teman bisa pulang sementara mereka tidak (Azhiem, Lina). Ada pula pemicu tak terduga, seperti melihat kucing yang mengingatkan Azhiem pada peliharaan di rumah.

Gejala *homesickness* yang dialami mahasiswa perantau mencakup aspek emosional (sedih, cemas, kesepian), kognitif (*overthinking*, merasa terasing), hingga fisik (lemas, jantung berdebar). Meskipun setiap informan memiliki pengalaman unik, terdapat pola umum berupa munculnya rasa rindu terhadap keluarga dan lingkungan asal, terutama pada awal masa perantauan. Faktor seperti tidak adanya kenalan, kendala bahasa, dan momen-momen emosional turut memperkuat gejala tersebut

2. Media Sosial yang Digunakan

Hampir seluruh informan dalam penelitian ini mengalami peningkatan intensitas penggunaan media sosial sejak mereka mulai merantau. Adapun platform yang paling umum digunakan meliputi WhatsApp, Instagram, TikTok,

dan YouTube, sementara beberapa informan juga menggunakan Telegram, Twitter, Facebook, dan Discord.

a. WhatsApp

WhatsApp merupakan media sosial yang paling konsisten digunakan oleh semua informan. Fungsinya sangat sentral sebagai alat komunikasi utama dengan keluarga. Informan seperti Aqil, Aninda, dan Tara memiliki jadwal komunikasi rutin dengan orang tua melalui panggilan telepon atau video, bahkan setiap malam atau setelah waktu salat Maghrib. Bagi Ikrom, WhatsApp digunakan sebagai bentuk tanggung jawab karena orang tuanya bersifat protektif dan selalu ingin mengetahui kabarnya. Keberadaan fitur panggilan video dan grup keluarga membuat WhatsApp menjadi saluran komunikasi yang paling personal dan emosional.

b. Instagram

Instagram juga digunakan oleh seluruh informan, namun dengan tingkat dan gaya penggunaan yang bervariasi. Beberapa informan, seperti Aqil, Ikrom, dan Fariasi, menggunakannya secara aktif untuk berbagi perkembangan diri, membagikan kutipan motivasi, atau berinteraksi dengan komunitas seperti Yuk Ngaji. Sementara itu, Lina dan Tara lebih bersifat pasif mereka hanya melihat story teman-teman sebagai cara untuk tetap merasa terhubung secara sosial. Uniknya, Aninda menggunakan akun

kedua (*second account*) untuk mengekspresikan perasaannya secara lebih leluasa kepada teman-teman dekat, sebagai bentuk pelarian dari tekanan sosial.

c. TikTok

TikTok menjadi platform hiburan populer, khususnya dalam mengatasi rasa jenuh dan *homesickness*. Deo, Ikrom, dan Fariasi sering mengakses konten motivasi dan hiburan sebagai cara untuk mengalihkan perhatian dari kerinduan terhadap rumah. Azhiem menggunakan TikTok secara lebih emosional dengan menelusuri hashtag nostalgia seperti “FYP TikTok 2020” untuk mengenang masa sebelum merantau. Sementara itu, Aninda menyadari bahwa meskipun TikTok menghibur, terkadang konten-konten yang muncul justru memperkuat rasa rindunya terhadap keluarga.

d. Youtube

YouTube juga menjadi platform yang banyak diakses oleh informan untuk menonton konten edukatif, motivatif, dan hiburan. Lina misalnya, gemar menonton podcast dari Habib Ja’far sebagai penenang hati. Tara mengandalkan YouTube untuk menonton video tutorial memasak, desain, hingga materi pelajaran. Fariasi dan Lutfan menggunakan YouTube tidak hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media pembelajaran dan eksplorasi hobi.

Selain keempat platform utama tersebut, terdapat pula penggunaan media sosial lain oleh beberapa informan. Aqil dan Fariasi menggunakan Telegram, khususnya untuk mengakses film dan hiburan. Aqil juga aktif di Twitter, yang digunakannya untuk memperoleh berita dan informasi terkini. Lutfan adalah satu-satunya informan yang menggunakan Discord, yaitu sebagai tempat berinteraksi dengan komunitas gamers dan grup berbagi meme. Ia juga memanfaatkan Facebook, bersama Aninda, untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosial dari komunitas online yang mereka ikuti.

Perbandingan ini menunjukkan bahwa meskipun jenis media sosial yang digunakan cenderung sama, motif, intensitas, dan cara pemanfaatannya berbeda-beda sesuai dengan karakter, kebutuhan emosional, dan preferensi masing-masing individu. Media sosial bukan hanya menjadi alat komunikasi, tetapi juga ruang aktualisasi, ekspresi emosi, sumber hiburan, hingga pembentukan identitas dan jejaring sosial baru di tanah rantauan.

3. Peran Media Sosial Dalam Mengatasi *Homesickness*

Media sosial memainkan peran sentral dalam kehidupan mahasiswa perantau, terutama dalam menghadapi perasaan *homesickness*. Meskipun terdapat kesamaan dalam pola pemanfaatan, setiap informan memiliki cara dan pengalaman yang berbeda dalam menjadikan media sosial sebagai alat

penenang emosional, pengalih perhatian, maupun sarana memperkuat hubungan sosial.

Informan 1 memanfaatkan media sosial secara multifungsi. WhatsApp membantunya tetap terhubung emosional dengan keluarganya, sementara Instagram dan TikTok menjadi tempat mencari motivasi dan hiburan. Media sosial juga menjadi pintu untuk membangun pertemanan baru dan mengekspresikan diri melalui desain dan konten. Meskipun terkadang justru memperkuat rasa rindu saat melihat aktivitas teman-temannya, ia tetap mengandalkan media sosial sebagai ruang penyemangat, terutama dengan mengonsumsi konten-konten inspiratif.

Adapun Informan 2 (Aqil), sebagai anak Tunggal laki-laki, sangat mengandalkan WhatsApp untuk menjaga kedekatan emosional dengan orang tuanya. Instagram membantunya membangun identitas dan jaringan baru, termasuk bergabung dalam komunitas seperti klub CBR. Twitter sebagai sumber berita dan informasi terkini. Namun, ia menyadari bahwa media sosial juga bisa menyita waktu, sehingga ia menyeimbangkannya dengan aktivitas nyata seperti organisasi kampus. Meskipun membantu, ia lebih memilih interaksi langsung dibandingkan hanya terpaku pada media sosial.

Ikrom Informan 3 menjadikan media sosial sebagai penopang utama dalam mengelola rasa kesepian. WhatsApp menjaga komunikasi keluarga, sementara Instagram dan TikTok menjadi sarana hiburan, refleksi diri, serta tempat

membagikan motivasi. Ia bergabung dalam komunitas mahasiswa Kalimantan Timur yang memperkuat dukungan sosialnya. Walaupun menyadari sisi negatifnya, seperti kecanduan, Ikrom lebih nyaman menyalurkan perasaan melalui media sosial daripada berharap teman selalu tersedia untuk mendengarkan.

Informan 4 (Lina) menemukan kenyamanan dari panggilan video di WhatsApp, khususnya dengan ibunya. Ia menggunakan YouTube dan TikTok untuk mengisi waktu dan memperbaiki suasana hati. Media sosial juga menjadi tempatnya tetap terhubung dengan komunitas dan teman-teman lama. Meski kadang membuatnya kecanduan, Lina merasa lebih nyaman dengan interaksi digital karena sifatnya yang tidak mengharuskan keterlibatan fisik, terlebih ia merasa belum sepenuhnya diterima di lingkungan baru.

Fariasi mengekspresikan rasa rindunya melalui TikTok, baik sebagai penonton maupun kreator. YouTube dan Instagram menjadi sumber informasi, motivasi, serta jejaring komunitas, seperti Yuk Ngaji dan Mimbar Puan. Media sosial menjadi tempatnya mencari keseimbangan antara kegiatan produktif dan pemulihan emosi. WhatsApp menjadi jembatan untuk tetap terhubung dengan keluarga terutama sang ibu. Meski lebih memilih interaksi nyata, ia mengakui bahwa media sosial menyediakan ruang untuk tumbuh dan menemukan makna baru dari keterasingan.

Aninda menjadikan media sosial sebagai "kotak darurat emosional". WhatsApp membantunya terhubung rutin dengan keluarga, dan berbagai platform seperti TikTok, Facebook, dan podcast menjadi media pelarian dari kesepian. Ia menikmati fleksibilitas media sosial, terutama untuk mengekspresikan diri tanpa merasa diawasi. Namun, ia juga menyadari adanya potensi distraksi seperti lupa ibadah. Meski demikian, media sosial tetap menjadi pilihan utama karena kepraktisannya.

Tara melihat media sosial sebagai alat bantu, bukan solusi utama. Ia lebih memilih kegiatan langsung seperti organisasi dan bekerja untuk mengalihkan perasaan *homesick*. Namun, saat tidak memungkinkan, ia menggunakan WhatsApp dan YouTube untuk menjaga koneksi dan mencari hiburan spiritual maupun islami. Baginya, *homesickness* berkaitan dengan makna hidup, dan media sosial adalah salah satu jembatan untuk tetap terhubung dengan nilai-nilai rumah.

Lutfan menggunakan media sosial sebagai ruang sementara untuk berlabuh secara emosional. Ia tetap menjaga komunikasi keluarga melalui WhatsApp, namun juga aktif di komunitas Discord dan Facebook untuk mencari koneksi sosial berdasarkan hobi. Saat media sosial memperburuk mood, ia memilih menjauh dan mencari kegiatan lain, seperti bermain game atau keluar rumah. Ia memaknai *homesickness* sebagai krisis identitas sementara yang bisa dijembatani lewat koneksi digital.

Azhiem menjadikan media sosial sebagai arena nostalgia dan pelampiasan. Ia kerap melihat arsip story lama dan konten masa lalu di TikTok untuk mengenang suasana rumah. WhatsApp membantunya terhubung dengan keluarga, sementara fitur-fitur seperti “api” di TikTok membuatnya merasa tetap dekat dengan pacar dan teman. Saat media sosial tak cukup, ia bermain game sebagai pengalih. Baginya, media sosial memungkinkan untuk menyendiri secara nyaman tanpa terlihat kesepian.

C. Pembahasan

Studi ini dilakukan dengan melakukan wawancara mendalam dengan mahasiswa-mahasiswa perantau yang mengalami *homesickness*. Kebutuhan mahasiswa terhadap media sosial dalam mengatasi *homesickness* berbeda-beda. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi secara menyeluruh mengenai bagaimana penggunaan media sosial dalam mengatasi gejala *homesickness* pada mahasiswa perantau.

1. Analisis Berdasarkan Teori *Uses And Gratification*

Berdasarkan teori *Uses and Gratifications*, individu aktif menggunakan media sesuai dengan kebutuhan dan kepuasan yang ingin dicapai. Tujuan utama UGT adalah untuk mengklarifikasi alasan mengapa orang memilih media tertentu dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang gratifikasi sosial dan individu dalam menggunakan

media.⁵⁰ Dalam konteks penelitian ini, mahasiswa perantau memanfaatkan media sosial untuk memenuhi kebutuhan dalam mengatasi gejala *homesickness*.

Adapun menurut Elihu Katz, Jay G blumler, dan Michael Gurevitch menggambarkan dalam 5 kebutuhan bagaimana khalayak aktif menggunakan media sosial untuk memenuhi kebutuhan pribadi dan sosialnya.

- a. Kebutuhan Kognitif (*Cognitive Needs*)
- b. Kebutuhan Afektif (*Affective Needs*)
- c. Kebutuhan Integrasi Sosial (*Social Integrative Needs*)
- d. Kebutuhan Identitas Pribadi (*Personal Identity Needs*)
- e. Kebutuhan Pelepasan (*Escapist Needs*)⁵¹

Pada hasil wawancara peneliti menemukan peran media sosial memenuhi kebutuhan mahasiswa perantau dalam mengatasi gejala *homesickness* yaitu sebagai berikut:

a. Kebutuhan Kognitif (*Cognitive Needs*)

Kebutuhan yang berkaitan dengan peneguhan informasi, pengetahuan dan pemahaman mengenai lingkungan sekitar. Keseluruhan terkait kognitif

⁵⁰ Md Alamgir Hossain, 'Effects of Uses and Gratifications on Social Media Use: The Facebook Case with Multiple Mediator Analysis', *PSU Research Review*, 3.1 (2019), 16–28.

⁵¹ Dr. Humaidi. *Uses and Gratifications Theory*.h. 24

secara garis besar hanya memenuhi kebutuhan 8 dari 9 orang informan. Mayoritas informan lebih banyak mengandalkan YouTube sebagai alat penggalian informasi, *life hack* dan tips untuk bertahan hidup menjadi mahasiswa perantau.

Mahasiswa perantau menggunakan media sosial, seperti YouTube untuk mengakses berupa konten yang mengandung informasi atau tips terkait kehidupan di perantauan. Seperti yang diungkapkan oleh Ikhrom, "Saya sering mencari video di YouTube tentang tips hidup di perantauan dan pengalaman mahasiswa lain agar bisa lebih siap menghadapi tantangan."⁵²

Lutfan jua mengungkapkan hal sama "Biasanya konten edukasi biasa saya akses di YouTube si ka, konten apa aja yang informatif" Kegiatan ini menunjukkan bahwa media sosial digunakan sebagai sumber pembelajaran dan wawasan baru yang dapat mengalihkan pikiran dari rasa rindu kampung halaman. Hal ini juga dilakukan oleh Lina, ia mengaku "akses YouTube biasanya nonton podcast nya Habib Ja'far yang Login itu na ka yang sama Onad, jadi sedikit banyaknya bukan hanya mengobati kesepian tapi juga menambah ilmu" Jelasnya.

⁵² Wawancara dengan Ikromul Muthoharoh pada Senin 10 Februari 2025

YouTube juga membantu mahasiswa menambah wawasan dan keterampilan mahasiswa dalam bidang yang diminati, Tara mengatakan “YouTube biasanya buat nonton video-video tutorial masak, referensi desain grafis, sama kalau ada tugas-tugas tertentu, ini membantu saya supaya ga terlalu mikirin rumah”.⁵³ Hal ini selaras pengalaman Fariasi menggunakan YouTube saat mengalami *homesick* “kalau saya lagi *homesick* kebanyakan buka video di YouTube yang bisa menambah semangat buat belajar, contohnya kan kaya *Clash of Clans* (CoC) keren banget jadi kaya mau belajar lagi ajalah” Ungkapnya.⁵⁴

Fariasi juga menambahkan bahwa melalui instagram ia juga dapat memenuhi kebutuhannya dalam mencari informasi sebagai mahasiswa perantau “tapi kalau menurut saya lebih banyak dampak positifnya karena terbantu menyelesaikan tugas, bikin banyak relasi juga selama disini, juga banyak dapat info kajian, info loker selama disini” Jelasnya.

Melalui media sosial Facebook mahasiswa merasa terbantu saat mengalami *homesick* terutama saat rindu masakan rumah, mahasiswa mengaku dengan menggunakan aplikasi Facebook memudahkannya mencari informasi dan referensi menu masakan rumahan yang mampu mengobati perasaannya saat *homesick* “Di facebook saya biasa cari

⁵³ Wawancara dengan Tarawiyah Pada Selasa 18 Februari 2025

⁵⁴ Wawancara dengan Fariasi Nuri Handayani pada Selasa 11 Februari 2025

referensi menu masakan kalau merasa rindu sama masakan rumahan” kata Aninda.⁵⁵

Twitter selalu menghadirkan *trendig news* sehingga mampu memudahkan mahasiswa untuk mengetahui informasi terkini atau berita aktual “twitter juga bantu saya buat cari info-info *trendig* dan biasanya cepat gitu kalau disini” ungkap Aqil.⁵⁶

TikTok juga berperan memenuhi kebutuhan kognitif mahasiswa perantau seperti yang dialami oleh Deo, Ia mengaku “kalau udah merasa mau banget pulang ni, saya suka akses TikToknya @Laskar, dia orang perantauan yang cukup sukses dari situ aku suka konten-kontennya yang inspiratif dan suka *sharing* hal-hal baru” ungkapnya. Deo mendapatkan wawasan dan motivasi yang membantunya dalam memahami berbagai hal, termasuk cara menghadapi tantangan sebagai mahasiswa perantau.

Adapun Azhiem tidak menggunakan kebutuhan kognitif karena ia lebih memanfaatkan media sosial untuk hiburan dan pelarian dari rasa *homesick* daripada untuk mencari informasi atau pengetahuan yang bersifat edukatif seperti yang dilakukan oleh informan lainnya.

Media sosial yang dominan digunakan dalam kebutuhan ini ialah YouTube. Mahasiswa perantau menggunakan YouTube untuk belajar,

⁵⁵ Wawancara dengan Aninda Veranika Rahayu Pada Selasa 18 Februari 2025

⁵⁶ Wawancara dengan M.Aqilil Hasani Pada Rabu 7 Februari 2025

menonton tutorial, dan konten motivasi. Twitter dan Instagram dimanfaatkan untuk mengikuti informasi dan isu terkini, sementara TikTok digunakan untuk konten edukatif singkat yang praktis dan ringan. Dalam kebutuhan ini, perasaan *homesick* pada mahasiswa perantau cukup teratasi karena dengan aktifnya mahasiswa dalam mencari informasi saat di perantauan maka akan memudahkannya untuk cepat beradaptasi.

b. Kebutuhan Afektif (Affective Needs)

Kebutuhan yang berkaitan dengan peneguhan pengalaman-pengalaman yang estetis, menyenangkan dan emosional. Keseluruhan informan lebih banyak mengandalkan TikTok, Reels video Instagram dan YouTube dalam memenuhi aspek hiburan saat mengalami *homesickness*. Kebutuhan akan hiburan ini hanya berlaku pada 8 orang informan dari 9 orang mahasiswa perantau.

Media sosial menjadi sarana bagi mahasiswa perantau untuk mengekspresikan emosi mereka, baik dengan berbagi pengalaman melalui unggahan Instagram maupun dengan menonton konten hiburan di TikTok. Seperti yang dikatakan oleh Deo, "Saya sering melihat *reels* di Instagram yang membahas motivasi hidup, itu membantu saya lebih semangat menjalani hari di sini"⁵⁷

⁵⁷ Wawancara dengan Deo Renaldo pada Rabu 7 Februari 2025

Tara menyebutkan “*nonton film keluarga, komedi (Toko Sebelah), podcast-podcast di YouTube, ini jadi bikin saya terhibur*” sama halnya yang dilakukan oleh Lina “Saya *Introvert* ka jadi kebanyakan kalau *homesick* sukanya cari hiburan di TikTok atau nonton *podcast* di YouTube” Ungkapnya.

“Kebanyakan pas saya ngalamin *homesick*, *scrolling* TikTok, kayak merasa puas dan terhibur” terang Ikromul.

Melalui media sosial seperti TikTok dan Instagram mahasiswa dapat melihat kembali arsip foto, video, unggahan lama, dan mensearch konten-konten pada masa masa tertentu dapat membangkitkan emosi positif, seperti nostalgia, kebahagiaan, atau perasaan dekat dengan orang-orang yang dirindukan. Hal ini sesuai dengan pengalaman Azhiem, “kalau lagi *homesick* biasanya cara saya kaya nostalgia, caranya buka TikTok misalnya kaya *searching* di fyp TikTok 2020 di rumah aja hastagnya jadi kaya nostalgia gitu kaya nikmatin beberapa lagu di zaman-zaman kaya lagunya taylor swift yang viral di waktu covid itu, jadi menurut saya kalau *homesick* tinggal buka aja gitu yg begitu lembaran-lembaran kenangan” ujarnya.

“kalau di Instagram bisa juga, biasanya kalo *homesick* buka-buka arsipan Instagram melihat postingan yang dulu dulu lebih flashback diwaktu-waktu itu, lebih mencoba merasakan lagi di memori saya bagaimana suasana di rumah iya lewat nostalgia dari moment-moment

yang pernah saya posting, rasanya kaya lebih lega aja kalau sudah liat itu” tambah Azhiem.⁵⁸

Berbeda dengan Lutfan, ia mengungkapkan “kalau merasa rindu sama rumah saya buka Instagram buat scroll meme yang lucu reels atau di postingan sesuai yang lewat fyp selepas itu kaya merasa terhibur”⁵⁹ ia menggunakan instagram semata-mata untuk menikmati konten hiburan seperti meme dan reels yang membuatnya tertawa dan merasa lebih baik.

Instagram juga memiliki fitur thread, fitur ini sering digunakan untuk berbagi cerita, opini, pengalaman pribadi, atau informasi dalam format yang lebih panjang daripada satu unggahan biasa. Dengan fitur ini membantu mahasiswa dalam mengatasi *homesick* seperti yang dirasakan oleh Fariasi “Kalo di Instagram suka banget sama fitur thread ka itu bantu banget buat suasana hati kita jadi baik kalo lagi *homesick*.” Jelasnya.

Dengan adanya media sosial YouTube juga memenuhi kebutuhan mahasiswa dalam mengatasi *homesickness* yakni memberikan hiburan “Kalau biasanya kaya nonton drama korea, film-film kartun, Upin Ipin, video *unboxing* barang, supaya jadi hiburan aja” kata Annida.

⁵⁸ Wawancara dengan M. Azhiem Fadillah di Ruang Tunggu Saintek UIN Antasari Banjarbaru pada 19 Februari 2025

⁵⁹ Wawancara dengan M. Lutfan di Ruang Tunggu Saintek UIN Antasari Banjarbaru pada 19 Februari 2025

Dengan mengakses Video lucu, musik, dan cerita inspiratif di TikTok atau YouTube memperbaiki suasana hati dan meredam emosi negatif. Namun, Sebagian informan menonton konten keluarga atau suasana kampung, justru bisa memperdalam kerinduan. Artinya, dalam kebutuhan ini memiliki efek ganda yakni positif dan negatif seperti meredakan stress tapi disisi lain juga memicu *homesick*. Adapun Aqil tidak menggunakan kebutuhan afektif karena ia lebih fokus mencari hiburan lewat aktivitas yang ia sukai seperti latihan silat daripada berpaku dengan hiburan di media sosial.

c. Kebutuhan Integrasi Sosial (Social Integrative Needs)

Kebutuhan yang berkaitan dengan peneguhan kontak dengan keluarga, teman dan dunia. Hal-hal tersebut didasarkan pada hasrat berafiliasi. Kebutuhan ini menjadi kunci utama mahasiswa perantau saat mengalami *homesick*, yakni melakukan komunikasi via *online*. Keseluruhan informan menggunakan kebutuhan ini dalam mengatasi *homesick* dan WhatsApp menjadi media sosial yang dominan digunakan informan dalam kebutuhan ini.

Seluruh Informan menjadikan WhatsApp sebagai alat utama untuk menjaga hubungan dengan keluarga dan teman di kampung halaman. "Saya hampir setiap malam menelepon ibu saya lewat WhatsApp video call, biar tetap merasa dekat dengan keluarga," ujar Deo. Selaras dengan yang Aqil

katakan “Seringnya via telepon di WhatsApp kebetulan juga di asrama di fasilitasi wifi jadi interaksi sama orang tua juga nggak terbatas, tapi biasanya lebih intens komunikasi di malam hari”. Masih dalam pembahasan yang sama “Biasa aja ka, video call sama mama kalau lagi ngerasa *homesick*” kata Lutfan. “Ya kebanyakannya yang membantu banget mengatasi *homesick* video call sama telepon di WhatsApp ka.” Ungkap Lina.

Tara menyatakan hal serupa “Komunikasi lebih intens ke kakak, karena ya kalo ke mama kurang sepaham aja, jadi kalau mau menyampaikan ke mama harus telepon via WhatsApp ke kaka dulu, takut mama khawatir berlebih aja”

Dengan adanya WhatsApp mahasiswa merasa lebih dekat dengan orang tua dan teman-teman di kampung halaman, mereka merasa mendapatkan perhatian khusus dan dukungan secara emosional “media sosial pali membantu tetap terhubung sama keluarga ya WhatsApp ka, karena strict parent kan itu mengharuskan saya mengabari keluarga di setiap kondisi apapun yang saya alami disini, jadi dengan adanya fitur video call, telepon grup dan chat ini membantu ulun untuk tetap selalu merasa dipedulikan sama keluarga” kata Ikromul.

Sama dengan yang diungkapkan Azhiem “Sering dan dekatnya komunikasi sama mama, minta uangkan contohnya juga, lewat chat,

telepon, video call, dalam satu minggu video call biasanya dua kali minimalnya jadi kalau *homesick* pun ya langsung ke mama”

Selain itu, mahasiswa perantau bergabung dalam komunitas *online* atau grup mahasiswa perantau yang memberikan dukungan emosional dan sosial. "Saya bergabung dengan komunitas mahasiswa perantau asal Kalimantan Timur di WhatsApp, jadi bisa berbagi cerita, informasi dan pengalaman selama di perantauan dengan teman-teman lain, jadi merasa nggak sendiri" tambahnya.⁶⁰

Media sosial Instagram membantu mahasiswa dalam membangun pertemanan baru di komunitas lingkungan perantauan. "Waktu awal merantau dan merasa *homesick* aku coba cari kegiatan terus nemu akun CBR Banjarmasin di Instagram iseng DM mau ikut malah keterusan sampai sekarang, ini menyenangkan karena sesuai minat saya dan jadi punya keluarga baru disini" ungkap Aqil.

Hal serupa juga diungkapkan oleh Fariasi “saya juga gunakan Instagram cari aktivitas supaya punya komunitas di lingkungan baru, contohnya kayak tadi mimbar puan sama yuk ngaji itu jadi peluang untuk uln supaya ada aktifitas baru untuk menghindari rasa *homesick* ka” katanya.

⁶⁰ Wawancara dengan Ikromul Muthoharoh pada Senin, 10 Februari 2025

Aninda juga menyatakan “Saya waktu *homesick* juga suka curhat sama sahabat *online* yang kenal karena iseng follow orang-orang di Instagram eh nemu satu orang di Jawa sampe sekarang sering cerita2 lewat dm Instagram”

Sama dengan yang dilakukan Aqil mengikuti komunitas yang diminati selama di perantauan membuat perasaan kesepian yang dirasakan Lutfan berkurang dari biasanya. “Ikut grup-grup gitu komunitas di Facebook, biasanya karena saya kebetulan suka gambar liat-liat referensi aja, atau grup-grup komunitas meme gitu banyak kadang orang kirim-kirim yang lucu-lucu suka terhibur aja kalo udah buka grup itu” kata Lutfan.

TikTok juga turut memenuhi kebutuhan mahasiswa saat *homesick* dengan membangun dan mempertahankan komunikasi dengan teman maupun orang terdekat dengan menciptakan fitur Api yang membuat interaksi aktif setiap hari dan membuat sensasi yang menyenangkan bagi penggunaanya “ini sih ka, fitur api yang di TikTok yang kita pertahankan supaya ga mati, itu kadang kalau *homesick* membantu banget, selain jaga api itu kaya jaga interaksi juga sama teman atau pacar biar lupa kita ga sendiri dan banyak yang bisa kita lakukan, ini salah satu fitur dari medsos yang asik sih” kata Azhiem.

WhatsApp menjadi media utama untuk menjaga komunikasi dengan keluarga dan teman, terutama lewat video call dan grup chat. Sementara

Instagram dan Telegram dipakai untuk membangun relasi baru dan bergabung dalam komunitas sesama perantau. Maka, pemenuhan kebutuhan integrasi sosial secara signifikan mengurangi *homesickness* dengan cara menciptakan rasa diterima dan tidak sendirian

d. Kebutuhan Identitas Pribadi (*Personal Identity Needs*)

Mahasiswa perantau juga menggunakan media sosial untuk membentuk dan menegaskan identitas diri mereka. Kebutuhan ini hanya terpenuhi pada 5 informan dari 9 orang mahasiswa perantau. Media sosial yang dominan digunakan dalam kebutuhan ini meliputi Instagram dan TikTok.

Berbagi pengalaman melalui Instagram, atau membuat konten di TikTok mereka dapat mencerminkan perjalanan dan perkembangan diri mereka selama merantau. "Saat *homesick* sempat mikir bahwa merantau ini pasti orang mau tau kabar kita, jadi untuk menyatakan kabar dan memperlihatkan perkembangan kita sama orang-orang di dusun dan di daerah-daerah jadi saya upload di Instagram yang saya jadikan *branding*, jadi mereka bisa melihat oh ini sudah berubah jadi begini begini." Ungkap Aqil.⁶¹

Aninda menyebutkan "Saya suka posting *story* di Instagram kalau *homesick* atau bingung mau cerita ke siapa kita lebih mengungkapkan ke

⁶¹ Wawancara dengan M. Aqilil Hasani pada Rabu 7 Februari 2025

Instagram tapi di *second account* kayak bebas aja mau cerita apa aja karena disitu semuanya perempuan.” media sosial memberinya ruang lebih pribadi untuk mengekspresikan diri tanpa tekanan sosial yang tinggi.

Lewat TikTok mahasiswa juga dapat mengekspresikan dirinya dengan membuat konten sesuai bidang kesukaan “Biasanya dulu waktu awal-awal ngerasa *homesick* suka iseng bikin konten-konten di TikTok seperti konten dakwah yang bikin sampai ribuan banget *viewersnya* tapi karena udah kesini ya ngikutin ai perkembangannya ada upload foto-foto kegiatan sama tugas kuliah atau organisasi” kata Fariasi.

Ikromul menjelaskan "Kalau di Instagram, saya suka liat-liat reels kata-kata sesuai keadaan yang dirasakan gitu ka, terus dari reels itu uln share buat story Instagram, dari situ banyak respon kawan-kawan kayak memberi semangat." Ia menggunakan Instagram sebagai media untuk mengekspresikan perasaannya dan mendapatkan validasi dari teman-temannya. Dengan membagikan reels motivasi, ia dapat merefleksikan emosi dan sekaligus membangun citra dirinya sebagai seseorang yang memiliki kesadaran akan perkembangan diri.

Sedangkan Azhiem mengungkapkan “kalau *homesick* dan kebetulan ada kegiatan saya suka bikin story di Instagram banyak memposting kegiatan di perkuliahan kaya lagi praktikum sama latihan dan kegiatan organisasi, ini biar orang rumah tau saya ada kegiatan disini dan jadi pencapaian aja plus jadi arsip”

Dalam hal ini, mahasiswa cenderung mengekspresikan diri melalui Instagram dengan membagikan foto dan aktivitas pribadi. Twitter dan TikTok digunakan untuk menyuarakan opini, membangun citra diri, dan berbagi pengalaman sebagai mahasiswa rantau.

Pada Kebutuhan ini hanya sedikit digunakan oleh informan, ini menandakan kurang terpenuhinya kepuasan pada mahasiswa perantau lainnya dalam menggunakan media sosial saat merasa *homesick*. Seperti Tara dan Lina, mereka cenderung lebih tertutup karena mereka tidak nyaman membagikan kehidupan pribadi di media sosial dan lebih memilih menggunakan *platform* tersebut secara pasif untuk hiburan dan menjaga hubungan dengan orang terdekat daripada mengekspresikan diri secara terbuka di ruang publik digital.

Adapun Lutfan dan Deo mengaku kurang memanfaatkannya saat merasa *homesick*, mereka lebih banyak menggunakannya sebagai hiburan, pencarian informasi, dan sebagai pelepasan bukan untuk membentuk citra diri atau pencapaian pribadi.

e. Kebutuhan Pelepasan (*Escapist Needs*)

Kebutuhan yang berkaitan dengan upaya menghindarkan tekanan, ketegangan, dan hasrat akan keanekaragaman (Pelampiasan rasa jenuh). Tujuh dari sembilan informan mengungkapkan bahwa mereka menggunakan TikTok untuk mengalihkan perhatian dari perasaan

homesickness dengan mengonsumsi konten sesuai *for you page*. “Kadang biasa nonton drama china yang ada di YouTube buat menghindari supaya tidak kepikiran sama rumah terus” kata Ikrom.

Hal ini persis dengan pengalaman Azhiem “kebanyakan buka TikTok sih selama *homesick* random aja ka yang lewat-lewat gitu, kalau nggak baru main game kaya ML atau CODM” ia menggunakan game sebagai bentuk pelarian dari perasaan *homesick* dan mencari kesenangan di luar media sosial. “Di TikTok saya suka scrolling biasa aja kalau merasa *homesick*, karena ya sudah sesuai dengan apa yang kita suka kan, algoritmanya.” Ungkap Fariasi. Aktivitas ini menjadi bentuk pelarian dari perasaan *homesick* yang muncul secara tiba-tiba. Tara juga menyatakan TikTok mengambil peran penting dalam mengalihkan perasaannya saat ia merasa *homesick* “scroll TikTok paling ampuh, lebih menghindari supaya tidak terlalu kepikiran, supaya nggak stress juga disini, jadi praktis aja tinggal buka hp, kalau udah capek tidur sendiri.” Kata Tara.

YouTube juga berperan dalam mengatasi *homesick* khususnya pada kebutuhan pelepasan sesuai dengan keterangan Deo “di YouTube saya juga akses beberapa podcast, kayak podcast nya Deddy Corbuzier, atau Raditya Dika, itu supaya biar lupa sejenak dari kepikiran pengen pulang dan merasa stress”

Aqil mengakses YouTube dalam memenuhi kebutuhannya sebagai mahasiswa perantau saat mengalami gejala rindu rumah “Merasa

teralihkan perasaan saya, contohnya kayak awalnya merasa pengen banget pulang tapi coba iseng waktu itu nonton di YouTube video per part, keasikan terus gak terasa sudah berjam-jam.” Kata Aqil.

Dengan YouTube mahasiswa merasa dapat melepaskan suasana hati yang buruk sesuai dengan yang diungkapkan oleh Aninda. “supaya rileks dan ga terlalu mikirin pengen pulang, suka iseng akses YouTube untuk menikmati video masak”.

Adapun 2 orang yang kebutuhan bermedianya tidak terpenuhi yakni Lutfan lebih memilih aktivitas nyata seperti berkumpul dengan teman atau mencari kesibukan di luar media sosial untuk mengalihkan perasaan rindu. Sedangkan Lina lebih nyaman mengatasi *homesickness* dengan cara yang tenang dan pribadi, seperti menyendiri atau melakukan aktivitas *offline* seperti kajian Islami yang tidak melibatkan interaksi sosial berlebihan.

Untuk melarikan diri dari stress dan rasa rindu, mahasiswa memilih TikTok sebagai sarana hiburan cepat dan ringan. YouTube juga digunakan untuk menonton film atau drama, membantu mengalihkan perhatian dari tekanan emosional. Dengan adanya peran ini tentu memberi hiburan instan dan mengalihkan pikiran dari rindu. Namun, sebagian informan mengaku kebutuhan ini membuat *homesickness* berkurang sesaat karena fokus mereka terkait perasaan *homesick* teralihkan dengan kesibukan bermedia.

Dalam hal ini menunjukkan bahwa media sosial tidak sepenuhnya menghilangkan *homesickness*, namun berperan nyata dalam

mengurangnya. Melalui komunikasi dengan keluarga, hiburan, ekspresi diri, serta membangun relasi sosial baru, mahasiswa perantau merasa lebih tenang dan terbantu secara emosional. Media sosial juga memberikan rasa kontrol dan stabilitas selama proses adaptasi. Meski begitu, penggunaannya harus seimbang, karena jika berlebihan justru dapat memperburuk isolasi sosial dan menimbulkan kecanduan.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan kecenderungan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam memanfaatkan media sosial untuk mengatasi *homesickness*. Mahasiswa laki-laki cenderung memanfaatkan media sosial untuk informasi, komunitas, dan pelarian aktivitas, dengan pola penggunaan yang lebih ekstensif namun emosionalnya lebih tertutup. Sebaliknya, mahasiswa perempuan lebih banyak menjadikan media sosial sebagai sarana pelampiasan emosi dan menjaga koneksi keluarga, dengan penggunaan yang lebih terarah pada kebutuhan afektif dan spiritual. Perbedaan ini menunjukkan bahwa strategi coping melalui media sosial dalam menghadapi *homesickness* tidak hanya dipengaruhi oleh jenis platform, tetapi juga oleh faktor gender, emosionalitas, dan tujuan interpersonal masing-masing individu.

2. Analisis Tingkat *Homesickness* dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Homesickness* pada Mahasiswa Perantau

Dalam penelitian ini, *homesickness* yang dialami oleh mahasiswa perantau menunjukkan adanya variasi tingkat keparahan berdasarkan gejala yang dialami, respon emosional, jarak dan cara mereka mengatasi kondisi tersebut. Secara umum, *homesickness* pada mahasiswa dapat diklasifikasikan menjadi dua tingkat, yaitu:

a. Tingkat *Homesickness* Ringan

Tingkatan ini ditandai dengan adanya perasaan rindu terhadap rumah, keluarga, dan suasana kampung halaman, namun individu masih mampu beraktivitas secara normal. Mahasiswa pada tingkatan ini tetap bisa fokus pada kuliah, menjalin pertemanan, dan mengikuti kegiatan organisasi. Perasaan rindu biasanya muncul pada waktu-waktu tertentu, seperti malam hari atau saat melihat unggahan teman yang sedang berkumpul dengan keluarga.

Sebagian besar informan dalam penelitian ini menunjukkan gejala *homesickness* ringan. Mereka menggunakan media sosial sebagai alat untuk tetap terhubung dengan keluarga misalnya melalui WhatsApp atau mencari hiburan melalui Instagram, TikTok, dan YouTube, sehingga mampu mengalihkan perhatian dari perasaan rindu secara efektif. Selain itu, mereka aktif mencari kesibukan di dunia

nyata seperti organisasi dan kegiatan komunitas untuk menyeimbangkan kondisi emosional.

b. Tingkat *Homesickness* Berat

Pada tingkatan ini, mahasiswa menunjukkan gejala yang lebih intens, seperti menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami kecemasan, kehilangan motivasi belajar, gangguan tidur, perubahan suasana hati yang drastis hingga gangguan fisik seperti sakit.

Informan 6 mengalami fase ini terutama pada awal masa perantauan, ketika proses adaptasi terhadap lingkungan baru belum optimal. Informan 6 saat berada pada tingkat ini cenderung lebih sensitif dan membutuhkan waktu serta strategi coping yang lebih kuat. Dia lebih sering menggunakan media sosial sebagai pelarian emosional, baik untuk berkomunikasi dengan keluarga maupun mengakses konten motivasi.

Perbedaan pada 7 mahasiswa perantau dari luar provinsi dengan 2 mahasiswa perantau dari luar kota Banjarmasin juga terlihat pada tingkat *homesickness* yang lebih tinggi dialami oleh mahasiswa dari luar provinsi karena jarak yang lebih jauh, keterbatasan akses untuk pulang, dan perbedaan budaya yang lebih signifikan dibandingkan dengan mahasiswa dari luar kota yang masih berada dalam provinsi yang sama. Tingkat *homesick* mahasiswa perantau dari luar Provinsi akan meningkat jadi berat pada situasi-situasi seperti hari-hari penting,

perayaan hari raya maupun acara-acara penting keluarga yang tidak dapat dihadiri.

Adapun berdasarkan hasil wawancara terhadap sembilan mahasiswa perantau Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Antasari Banjarmasin, ditemukan bahwa tingkat *homesickness* yang mereka alami dipengaruhi oleh beberapa faktor penting, yaitu:

1) *Sense of Belonging*

Hampir semua informan mengaku pada awal kedatangan merasa kurang memiliki ikatan dengan lingkungan baru. Kesulitan berbahasa lokal (seperti dialek Banjar) dan belum adanya teman dari daerah asal menyebabkan rasa keterasingan, yang memperparah *homesickness*. Seiring waktu, setelah mulai berinteraksi dengan teman kampus dan komunitas (seperti komunitas mahasiswa daerah atau organisasi kampus), *sense of belonging* meningkat dan membantu menurunkan rasa rindu rumah.

2) Dukungan Sosial dan *Insecure Attachment*

Media sosial seperti WhatsApp, Instagram, dan TikTok digunakan seluruh informan untuk memenuhi kebutuhan integrative sosial dalam mempertahankan hubungan dengan keluarga dan teman dekat. Mereka yang memiliki hubungan emosional yang hangat dengan keluarga ditandai dengan video call rutin, komunikasi harian

seperti yang ditemui pada seluruh informan cenderung mengalami *homesickness* yang lebih ringan. Sebaliknya, mahasiswa yang menunjukkan pola *insecure attachment* akan merasa ditinggalkan, merasa kurang diperhatikan dan lebih rentan terhadap perasaan rindu berlebih.

3) Tipe Kepribadian

Mahasiswa yang terbuka (*extrovert*) seperti informan 2 dan 5 lebih cepat beradaptasi melalui aktivitas sosial seperti organisasi, komunitas motor, dan aktivitas sosial lainnya. Sedangkan mahasiswa dengan kecenderungan *introvert* seperti informan 4,7, dan 9 lebih banyak mengandalkan media sosial untuk melampiaskan perasaan, namun rentan terhadap *overthinking* dan isolasi emosional.

4) *Coping Stress*

Strategi coping sangat beragam di antara informan. Ada yang aktif mencari kegiatan *offline* (seperti organisasi kampus, melakukan hobi), ada pula yang pasif dengan hanya mencari hiburan di media sosial. Mahasiswa dengan coping aktif, seperti mengikuti komunitas Yuk Ngaji atau kajian yang dilakukan oleh informan 5 menunjukkan pengelolaan *homesickness* yang lebih baik dibandingkan mereka yang hanya bergantung pada *scrolling* media sosial.

5) *Attachment*

Mahasiswa yang memiliki *secure attachment* dengan orang tua seperti yang dialami informan 5 dan 7 menunjukkan kemandirian emosional lebih tinggi dan *homesickness* lebih cepat mereda. Sementara mahasiswa dengan *anxious attachment* seperti informan 1, 2 dan 4 akan tampak lebih sering merasa cemas dan gelisah saat tidak bisa melakukan komunikasi intens dengan keluarga.

6) Pola Asuh

Mahasiswa yang dibesarkan dalam pola asuh otoriter atau permisif mengalami gejala *homesickness* yang lebih berat. Misalnya, yang dialami oleh informan 1 dan 4 yang selama di rumah terlalu bergantung pada keluarga merasa sangat kesulitan ketika harus hidup mandiri di perantauan.

7) *Self-Efficacy*

Mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* tinggi, seperti yang aktif dalam organisasi dan mencari solusi saat mengalami kendala contohnya menggunakan komunitas *online* sebagai *support system* seperti yang dilakukan oleh informan 2 dan 5 cenderung lebih cepat mengatasi *homesickness*. Sementara mahasiswa yang ragu-ragu terhadap kemampuannya sendiri lebih lama mengalami kesulitan emosional.

8) *Self-Esteem*

Harga diri berperan besar dalam proses adaptasi. Mahasiswa yang percaya diri dengan kemampuan akademik maupun sosialnya seperti informan 1,2,5 dan 6 terbukti mampu mengalihkan rasa rindu terhadap rumah dengan aktivitas produktif. Mereka lebih jarang mengalami *mood swing* parah dibandingkan mahasiswa yang merasa rendah diri seperti informan 4,7 dan 8.

9) Pengalaman Jauh dari Rumah

Mahasiswa yang sebelumnya pernah tinggal di pondok pesantren atau pernah bersekolah di luar rumah mengaku lebih siap menghadapi perpisahan jangka panjang. Mereka yang baru pertama kali jauh dari keluarga menunjukkan gejala *homesickness* lebih berat, seperti perubahan *mood* drastis, sulit tidur, dan gelisah saat awal masa perpisahan seperti yang dirasakan oleh informan 4,5, dan 7.

3. Analisis Dampak Positif dan Dampak Negatif

Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa meskipun media sosial memberikan banyak manfaat, ada beberapa dampak negatif yang perlu diperhatikan:

a. Dampak Positif dan Negatif Penggunaan Media Sosial dalam Mengatasi *Homesickness*

Penggunaan media sosial dalam mengatasi *homesickness* memiliki dampak positif maupun negatif. Dampak positifnya, media sosial memberikan akses komunikasi yang lebih mudah dengan keluarga dan teman, sehingga mahasiswa tetap merasa terhubung meskipun berada jauh dari rumah. Selain itu, media sosial juga menyediakan berbagai peran seperti hiburan yang membantu mengurangi stress dan kecemasan, seperti video motivasi, podcast, atau konten komedi yang sering diakses oleh mahasiswa perantau. Dengan adanya komunitas *online*, mahasiswa juga dapat memperoleh dukungan sosial, berbagi pengalaman, dan mendapatkan motivasi dari sesama perantau yang mengalami situasi serupa. Informasi yang diperoleh dari media sosial juga membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan perantauan, baik dalam bentuk tips akademik, pengalaman hidup, maupun strategi menghadapi *homesickness*.

b. Dampak Negatif

Di sisi lain, penggunaan media sosial juga memiliki dampak negatif. Beberapa mahasiswa mengakui bahwa mereka cenderung menghabiskan waktu berjam-jam di media sosial tanpa sadar, akan tetapi tidak mempengaruhi tingkat produktivitas dalam kegiatan akademik maupun sosial. Selain itu, melihat postingan teman-teman yang bisa pulang kampung terkadang justru memperburuk perasaan *homesickness*, karena mereka merasa semakin jauh dari rumah. Kurangnya interaksi sosial secara langsung juga menjadi masalah, karena beberapa mahasiswa lebih memilih menghabiskan waktu di media sosial daripada berkomunikasi langsung dengan teman-teman di lingkungan sekitar mereka. Oleh karena itu, penggunaan media sosial dalam mengatasi *homesickness* harus dilakukan dengan bijak agar manfaatnya dapat dioptimalkan tanpa menimbulkan dampak negatif yang berlebihan.

4. Implikasi Temuan terhadap Kehidupan Mahasiswa Perantau

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa implikasi penting yang dapat ditarik terkait dengan kehidupan mahasiswa perantau di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Antasari Banjarmasin:

a. Pentingnya Dukungan Sosial dan *Sense of Belonging*

Mahasiswa perantau yang merasa memiliki ikatan sosial yang kuat di lingkungan baru lebih mampu mengatasi *homesickness*. Ini menunjukkan bahwa membangun jejaring sosial di kampus, baik melalui organisasi, komunitas daerah, maupun pertemanan informal, sangat penting untuk mempercepat proses adaptasi emosional mahasiswa rantau.

b. Media Sosial sebagai Alat Coping yang Efektif

Temuan menunjukkan bahwa media sosial menjadi sarana penting untuk memenuhi kebutuhan komunikasi, hiburan, dan motivasi mahasiswa perantau. Platform seperti WhatsApp untuk video call keluarga, Instagram dan TikTok untuk hiburan dan motivasi, serta YouTube untuk edukasi, memainkan peran sentral dalam membantu mahasiswa menjaga stabilitas emosional. Oleh karena itu, pemanfaatan media sosial secara sehat dan terarah dapat menjadi strategi coping yang efektif dalam menghadapi *homesickness*.

c. Risiko Ketergantungan pada Media Sosial

Walaupun media sosial bermanfaat, penelitian ini juga menunjukkan risiko ketergantungan, seperti penggunaan berlebihan yang mengganggu aktivitas akademik dan sosial di dunia nyata. Ini mengindikasikan perlunya mahasiswa memiliki kesadaran akan penggunaan media sosial secara seimbang, serta perlu adanya upaya pengelolaan waktu dan aktivitas digital yang lebih baik.

d. Pentingnya Peningkatan *Self-Efficacy* dan *Self-Esteem*

Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi (*self-efficacy*) dan harga diri positif (*self-esteem*) menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap lingkungan baru. Ini menandakan pentingnya program-program kampus yang dapat membangun kepercayaan diri mahasiswa, seperti pelatihan *soft skills*, seminar motivasi, atau mentoring mahasiswa baru.

e. Kebutuhan Layanan Dukungan Psikososial di Kampus

Temuan ini memperlihatkan bahwa sebagian mahasiswa merasakan kesulitan emosional yang cukup berat, terutama pada awal masa perkuliahan. Oleh karena itu, diperlukan penguatan layanan konseling di kampus, khususnya yang menargetkan mahasiswa perantau, dengan pendekatan berbasis pada peningkatan *sense of belonging* dan *coping stress* adaptif.

f. Mendorong Kegiatan *Offline* sebagai Alternatif Coping

Selain penggunaan media sosial, aktivitas dunia nyata seperti mengikuti organisasi, komunitas religius, kegiatan olahraga, atau seni, dapat menjadi alternatif yang efektif untuk mengatasi *homesickness*. Pihak universitas perlu mendukung terciptanya berbagai wadah pengembangan diri ini, agar mahasiswa lebih banyak memiliki opsi coping selain mengandalkan media sosial.