

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam Pembukaan Undang-undang dasar (UUD) 1945 alinea keempat termaktub kata yang selalu didengar dan merupakan salah satu tujuan nasional bangsa Indonesia yakni “Mencerdaskan kehidupan bangsa” salah satu misi mencerdaskan kehidupan bangsa ialah melalui pendidikan.¹ Secara umum, pendidikan merupakan proses hidup yang bertujuan mengembangkan setiap individu agar mampu menjalani kehidupan dan memberikan kontribusi terbaiknya. Pendidikan adalah proses berkelanjutan dan tidak pernah berakhir yang akan membentuk individu menjadi orang yang bermanfaat bagi negara, tanah air, juga bangsa. Makadari itu menjadi seseorang yang terdidik adalah hal yang sangat penting.²

Pendidikan haruslah dipandang sebagai sebuah kebutuhan dasar manusia yang sama pentingnya dengan kebutuhan lain.³ Salah satu agen pendidikan bermakna ialah perguruan tinggi yang mempunyai tiga peran menurut Tri Dharma perguruan tinggi yakni melaksanakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat.⁴ Di Kalimantan elatan khususnya Kota Banjarmasin, telah

¹Retna Ngesti Sedyati, “Perguruan Tinggi Sebagai Agen Pendidikan Dan Agen Pertumbuhan Ekonomi,” *Jurnal Pendidikan Ekonomi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi, Dan Ilmu Sosial* 16, no. 1 (2022): 155, <https://doi.org/10.19184/jpe.v16i1.27957>.

²Jhon Firman Fau et al., *Pendidikan Jendela Dunia, Jurnal Visi Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 4, 2023, <https://doi.org/10.51622/pengabdian.v4i2.1350>.

³Maspa Makkawaru, “Pentingnya Pendidikan Bagi Kehidupan Dan Pendidikan Karakter Dalam Dunia Pendidikan,” *Jurnal Konsepsi* 8, no. 3 (2019): 116.

⁴Ibnu Chudzaifah, Afroh Nailil Hikmah, and Auliya Pramudiani, “Tridharma Perguruan Tinggi: Sinergitas Akademisi Dan Masyarakat Dalam Membangun Peradaban,” *AL-KHIDMAH:*

banyak tersebar perguruan tinggi negeri maupun swasta dengan kualitas dan segala prestasi akademik yang dimiliki, perbedaan tingkat kualitas menghasilkan pandangan yang beragam di kalangan calon mahasiswa baru dalam menentukan pilihan. Hal tersebut yang akan menarik minat calon mahasiswa dari luar daerah untuk merantau demi melanjutkan pendidikan dan meraih cita-cita.⁵ Menurut Sitorus tujuan mahasiswa pergi dari wilayah asalnya dan lebih memilih tinggal sementara di wilayah baru adalah karena ingin mencari pendidikan yang lebih baik dibandingkan di daerah asalnya, terbebas dari pengawasan orangtua, mencari pengalaman baru yang belum ditemui sebelumnya, mengenal adat dan budaya yang beragam di daerah tersebut, belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan dan juga melatih kemandirian.⁶

Merantau ialah meninggalkan desa untuk mengejar ilmu yang umumnya tidak secara permanen dilakukan dan tetap memiliki keterikatan emosional dengan desa asal mereka.⁷ Merantau masih dipercaya dan dijadikan tradisi di beberapa daerah karena memberikan pengaruh yang sangat baik, yakni sebagai ajang pembuktian kemandirian diri dengan berbagai tujuan seperti bekerja, berdagang, bersilaturahmi, maupun belajar untuk mengejar cita-cita ataupun sebagai upaya aktif interaksi mereka dengan lingkungan luar yang seringkali dijadikan tolak ukur

Jurnal Pengabdian Dan Pendampingan Masyarakat 1, no. 1 (2021): 79–93, <https://e-jurnal.iainsorong.ac.id/index.php/>.

⁵Hadawiah Hadawiah, “Fenomena (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Universitas Muslim Indonesia,” *Al-MUNZIR* 12, no. 1 (2019): 151, <https://doi.org/10.31332/am.v12i1.1310>.

⁶Hilya Diniyya Hediati and Nur Ainy Fandhana Nawangsari, “Perilaku Adaptif Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga,” *Doctoral Dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA*, no. 2014 (2020): 2, <https://repository.unair.ac.id/113281/>.

⁷Rayhanatul Fitri and Erin Ratna Kustanti, “Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang,” *Jurnal EMPATI* 7, no. 2 (2020): 67, <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21669>.

keberhasilan.⁸ Bagi mahasiswa semua aspek kehidupan menjadi berbeda dan lebih berarti ketika meninggalkan tempat asalnya. Pengalaman hidup yang didapat membantunya menjadi mandiri dan berdiri di atas kaki sendiri. Setiap sudut kota baru membawa makna kebersyukuran, sementara teman-teman menjadi tempat untuk berbagi ilmu dan mengakses pengetahuan global.⁹ Disamping itu, seiring penyesuaian diri ditempat baru, mahasiswa perantau sangat mungkin dihadapkan pada berbagai masalah salahsatunya ialah perasaan kesepian atau *loneliness*.

Berdasarkan wawancara pada studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 14 juli 2024 dengan lima orang mahasiswa perantau angkatan 2021 berjenis kelamin perempuan yang tengah berkuliah di UIN Antasari Banjarmasin yakni NB, DW, IP, DM, dan AG Penulis memperoleh informasi bahwasanya keempat subjek mengaku mengalami kesepian yang cukup sering dari awal menjadi mahasiswa sampai saat ini yakni di semester 8 perkuliahan.¹⁰ IP dan DA mengatakan bahwa perasaan kesepian tersebut dikarenakan jauh dari orangtua dan hilangnya hubungan dekat dengan lingkungan awal mereka, pada akhirnya mereka merasakan perasaan cemas, khawatir dan berujung menangis di kamar kos sendirian.¹¹ Kemudian dari kelima subjek yang peneliti wawancarai, mereka sependapat bahwa perasaan kesepian akan lebih memuncak ketika sedang sakit, di timpa banyak tugas dan masalah di tempat rantau. Disaat itu subjek memerlukan

⁸Meygi Mansyah Putra, “Konstruksi Makna Merantau Dikalangan Mahasiswi Asal Sumatera Barat Di Kota Bandung,” *Journal of Chemical Information and Modeling*, 2018, 2.

⁹Nur Shabrina Atsarina Ramadhani et al., “Mahasiswa Perantauan Dan Konsumerisme : Terbawa Arus Atau Tetap Bergaya Irit? (Studi Pada Mahasiswa Rantau UNESA Di Kecamatan Wonokromo),” *Universitas Negeri Surabaya 2022* | 339 (2022): 339–47.

¹⁰NB, DW, IP, DM, dan AG, Mahasiswa Perantau, Wawancara, Banjarbaru, Minggu, 14 Juli 2024

¹¹IP dan DA, Mahasiswa Perantau, Wawancara, Banjarbaru, Minggu, 14 Juli 2024.

dukungan dari keluarga, dan teman dekat tetapi hal tersebut tidak didapatkan lantaran komunikasi dengan orangtua yang kurang intens karena hanya melalui telepon dan keberadaan teman dekat yang tidak sedekat sebelum pergi merantau, apalagi sudah memiliki kesibukannya masing-masing. Mereka juga merasa sungkan untuk meminta bantuan kepada teman baru di perantauan karena khawatir akan mengganggu waktu istirahat se usai perkuliahan dan kesibukan organisasi masing-masing. Akibatnya, perasaan tersebut kerap mereka pendam dan luapkan melalui tangisan pada malam hari.¹² Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Weiss dalam Maharani bahwa perasaan kesepian disebabkan oleh tidak adanya hubungan yang diharapkan, selain itu dalam beberapa aspek menyebutkan bahwa perasaan kesepian adalah respon dari ketiadaan pertemanan, keterhubungan pada komunitas dan keterikatan yang dekat dan intim.¹³

Gejala yang dirasakan ke-5 mahasiswa perantau ini menunjukkan kurangnya rasa aman, rendahnya harga diri, perasaan ditinggalkan, dan gangguan fungsi sehari-hari yakni gangguan dalam berkonsentrasi dan kualitas tidur yang juga ikut berdampak pada performa akademik maupun aktivitas harian mereka. Jika tidak ditangani dengan baik perasaan *loneliness* yang berkepanjangan akan berdampak serius terhadap kesehatan mental dan fisik seseorang. *Loneliness* dapat memicu berbagai gangguan mental seperti depresi, penyalahgunaan alkohol, pelecehan anak, masalah tidur, gangguan kepribadian, dan penyakit Alzheimer. Selain itu, kesepian juga berkontribusi pada gangguan fisik seperti diabetes,

¹²NB, DW, IP, DM, dan AG, Mahasiswa Perantau, Wawancara, Banjarbaru, Minggu, 14 Juli 2022.

¹³Farah Hanifah Maharani, *Pengaruh Strategi Coping Terhadap Loneliness Pada Mahasiswa Perantau*, 2023.

autoimun seperti rheumatoid arthritis dan lupus, serta penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung koroner, hipertensi (HTN), obesitas, penuaan fisiologis, kanker, gangguan pendengaran, dan kesehatan yang buruk.¹⁴ Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ami Rokach & Patel bahwa secara khusus, orang yang merasa *loneliness* memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih lemah saat mencoba beradaptasi dengan situasi stres. Perasaan *loneliness* memiliki dampak negatif terhadap kesehatan seperti penyakit tekanan darah tinggi, obesitas, depresi, kesemasan, penyakit kardiovaskular, penggunaan rokok, dan resiko demensia. Kesepian tidak hanya dapat menyebabkan penyakit, tetapi juga dapat menghambat proses penyembuhan.¹⁵ Oleh karena itu, diperlukan berbagai cara untuk menangani perasaan *loneliness* agar tidak berkembang dan sampai pada tahap yang lebih serius.

Berdasarkan beberapa referensi, salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam mengurangi perasaan *loneliness* ialah dengan menanamkan sifat kebersyukuran. Dalam penelitian Caputo kebersyukuran memberikan pengaruh negatif terhadap *loneliness*, itu artinya ketika seseorang bersyukur maka tingkat *loneliness* yang mereka punya akan cenderung berkurang. Kebersyukuran dapat meredakan *loneliness* karena di dalamnya terdapat hubungan erat antara kemampuan menerima dan memberi yang merupakan bagian dari interaksi atau

¹⁴Raheel Mushtaq et al., "Relationship between Loneliness, Psychiatric Disorders and Physical Health ? A Review on the Psychological Aspects of Loneliness," *Journal of Clinical and Diagnostic Research* 8, no. 9 (2014): 3, <https://doi.org/10.7860/JCDR/2014/10077.4828>.

¹⁵Ami Rokach and Karishma Patel, "The Health Consequences of Loneliness," *Environment and Social Psychology* 9, no. 6 (2024): 3–8, <https://doi.org/10.54517/esp.v9i6.2150>.

koneksi dengan seseorang yang membawa manfaat positif.¹⁶ Adapun penelitian yang dilakukan oleh Chui & Diehl menghasilkan penemuan yang sama yakni terdapat hubungan negatif antara kebersyukuran dan *loneliness*. Individu dengan karakter kebersyukuran cenderung melihat segala sesuatu dalam hidup sebagai sebuah hal yang harus diapresiasi dan dihargai.¹⁷ Kebersyukuran menghadirkan emosi positif yang berperan dalam memelihara hubungan sosial sehingga mengurangi perasaan *loneliness*. Kebersyukuran dianggap sebagai karakter yang mencakup pandangan hidup dan melibatkan fokus pada aspek-aspek mendalam terhadap pembentukan serta penghargaan pada hal-hal positif. Rasa syukur mendorong individu untuk memenuhi kebutuhan esensial terkait pengembangan diri, interaksi sosial, dan komunitas. Mereka yang selalu bersyukur umumnya lebih bahagia, sebab rasa syukur mampu memperbaiki suasana hati.¹⁸

Dalam Islam, kebersyukuran diartikan sebagai pujian atas segala kenikmatan yang diberikan. Kebersyukuran adalah bentuk ekspresi atas nikmat dari Allah Swt, menerima nikmat tersebut dengan hati yang ikhlas, dan mengekspresikannya dengan tindakan yang baik.¹⁹ Kebersyukuran memberikan dampak bagi orang yang bersyukur, sebagaimana perkataan Nabi Sulaiman A.S

¹⁶Andrea Caputo, "The Relationship between Gratitude and Loneliness: The Potential Benefits of Gratitude for Promoting Social Bonds," *Europe's Journal of Psychology* 11, no. 2 (2015): 324–29, <https://doi.org/10.5964/ejop.v11i2.826>.

¹⁷ Helena Chui and Manfred Diehl, "Gratitude and Loneliness in Daily Life across the Adult Lifespan," *Current Psychology* 42, no. 14 (2023): 11793–808, <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02488-8>.

¹⁸Dzikrina Anggie Pitaloka and Annastasia Ediaty, "Rasa Syukur Dan Kecenderungan Perilaku Prosocial Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro," *Jurnal EMPATI* 4, no. 2 (2015): 45–46, <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14890>.

¹⁹Ahmad Rusdi, "Syukur Dalam Psikologi Islam Dan Konstruksi Alat Ukurnya," *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* 2, no. 2 (2016): 42, <https://www.researchgate.net/publication/316824938>.

dalam Surah *An-Naml* ayat 40 yang berbunyi:

هَذَا مِنْ فَضْلِ رَبِّي لِيَبْلُوَنِي ؕ أَشْكُرْ أَمْ أَكْفُرْ ۚ وَمَنْ شَكَرَ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ رَبِّي غَنِيٌ كَرِيمٌ ﴿٤٠﴾

Artinya: “Ini termasuk karunia Tuhanku untuk mengujiku, apakah aku bersyukur atau mengingkari (nikmat-Nya). Barangsiapa bersyukur, maka sesungguhnya dia bersyukur untuk (kebaikan) dirinya sendiri, dan barangsiapa ingkar, maka sesungguhnya Tuhanku Maha Kaya, lagi Maha Mulia.” (Q.S *An-Naml*/27:40).

Dari ayat diatas, dapat kita pahami bahwa kebersyukuran memberikan dampak yang positif kepada hambanya yang dianalisis dari Al-Qur’an Al-‘Adzhim dan Al-Hadits Asy-Syarif yakni terbebas dari siksa Allah Swt, ditambahkannya nikmat, dan Allah akan ridha kepadanya yakni orang-orang yang selalu bersyukur.²⁰ Dalam tafsir Al-Mishbah ayat tersebut juga turut memberikan pengajaran tentang pentingnya rasa syukur atas segala nikmat Allah Swt, sekecil dan sebesar apapun. Semua karunia adalah ujian, dan respons kita terhadapnya entah itu syukur atau kufur, akan menentukan kebaikan dan kerugian yang kembali kepada diri sendiri. Karna kesyukuran hamba tidak menambah kekayaan Allah Swt dan kekufuran mereka tidak mengurangi kesempurnaan-Nya.²¹

Kebersyukuran dalam Islam turut memberikan perspektif penting tentang bagaimana individu dapat menghadapi tantangan hidup sehari-hari karena setiap tantangan dipandang sebagai ujian dari Allah Swt dan bersyukur diajarkan sebagai cara untuk menghadapinya. Melalui rasa syukur, seseorang mengakui bahwa semua

²⁰Karimulloh, Novika Grasiawaty, and Riselligia Caninsti, “Tiga Tema Konsep Kebersyukuran Dalam Perspektif Al-Qur’an: Sebuah Literatur Review,” *Jurnal Online Studi Al-Qur An* 17, no. 02 (2021): 257–59, <https://doi.org/10.21009/jsq.017.2.05>.

²¹M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah* (Tangerang: Lentera Hati, 2002).

peristiwa dalam hidupnya merupakan bagian dari ketetapan Allah Swt yang sedemikian rupa. Ini membantu individu menerima tantangan dengan hati yang lapang, tidak mengeluh yang berlebihan, dan mencari solusi yang lebih baik. Individu yang memiliki sikap syukur cenderung memandang kehidupan dengan cara yang positif. Hal tersebut membantu mengurangi perasaan tidak puas, cemas, atau depresi sebagai jalan untuk penyakit-penyakit lain. Dengan mengembangkan sifat kebersyukuran, seseorang dapat lebih baik dalam menghadapi setiap tantangan hidup dan merasa lebih bahagia dengan apa yang dimilikinya.²²

Kebersyukuran dapat mendorong individu untuk lebih aktif dalam membangun hubungan sosial yang berperan dalam mengembangkan persepsi akan ketersediaan dukungan sosial tersebut. Persepsi tersebut akan memberikan rasa aman, diterima, dan didukung, yang pada akhirnya dapat mereduksi perasaan *loneliness*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sadoughi dan Hesampour yang menghasilkan penemuan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *perceived social support* dengan *loneliness* itu artinya semakin tinggi *perceived social support* yang diterima maka semakin rendah tingkat *loneliness* yang dirasakan.²³

Perceived social support merupakan faktor protektif potensial untuk membangun komitmen timbal balik antar manusia dimana seseorang merasa dicintai, dihargai, dan memiliki hubungan sosial yang memuaskan dan pada

²²W Wantini, R Yakup - Jurnal Studia Insania, and Undefined 2023, "Konsep Syukur Dalam Al-Quran Dan Hadis Perspektif Psikologi Islam," *Studia Insania* 11, no. 1 (2023): 35–36, <https://doi.org/10.18592/jsi.v11i1.8650>.

²³Majid Sadoughi and Fatemah Hasampour, "The Relationship Between Perceived Social Support and Loneliness among University Student," *Multilingual Academic Journal Of Education and Social Sciences* 5, no. 1 (2017): 5.

akhirnya mencegah berkembangnya perasaan *loneliness*. Hal tersebut didukung oleh temuan Melanita dan Rositawati dengan penelitiannya pada 157 orang mahasiswa rantau di Bandung yang memperoleh hasil selaras dengan studi sebelumnya bahwa terdapat pengaruh negatif *perceived social support* dan *loneliness*.²⁴ *Perceived social support* yang bersumber dari lingkungan sekitar seperti keluarga, teman dekat, dan rekan kerja dapat membantu individu mengelola masalah dengan lebih efektif sehingga dikenal sebagai salah satu perawatan klinis yang umum digunakan.²⁵ *Perceived social support* mencakup berbagai proses dalam lingkungan sosial yang meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan individu. Proses ini melibatkan pertukaran emosi, informasi, dan dukungan instrumental untuk membantu individu dari masalah yang dihadapi.²⁶

Dalam penelitian yang dilakukan Ni dkk pada mahasiswa di China menyatakan bahwa *social support* memediasi pengaruh *gratitude* terhadap *loneliness*. Kebersyukuran yang dimiliki seseorang akan memusatkan perhatiannya kepada rangsangan positif yang ada di lingkungan sekitar, serta akan menghambat persepsinya terhadap perasaan *loneliness* sehingga dapat mengurangi perasaan tersebut. Sementara itu, ketika tingkat kebersyukuran yang dimiliki seseorang itu tinggi, mereka akan memperoleh lebih banyak *social support* yang akan

²⁴Kezkia Meianisa and Sita Rositawati, "Pengaruh Social Support Terhadap Loneliness Pada Mahasiswa Rantau Di Kota Bandung," *Bandung Conference Series: Psychology Science* 3, no. 1 (2023): 642, <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.6698>.

²⁵Qori Natul Hasanah, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesepian Pada Lanjut Usia Di Upt Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dinas Sosial Binjai Provinsi Sumatera Utara," 2022, 5–6, <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/19269%0Ahttps://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/19269/2/188600251> - Qori Natul Hasanah - Fulltext.pdf.

²⁶Sheldon Cohen and Hoberman Harry, "Positive Events and Social Support as Buffers of Life Change Stress," *Journal of Applied Psychology* 13, no. 2 (2006): 114.

mengurangi perasaan *loneliness*.²⁷ Namun, kurangnya penelitian yang menghubungkan ketiga variabel tersebut membuat peneliti tertarik mengambil topik ini untuk diteliti pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin. Peneliti ingin mengetahui peran *perceived social support* dalam pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness*. Hasil penelitian nantinya juga dapat memberikan solusi efektif yang dapat digunakan seseorang khususnya mahasiswa perantau untuk mengurangi perasaan *loneliness*.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka penelitian ini akan membahas mengenai **“Pengaruh Kebersyukuran Terhadap *Loneliness* Dengan *Perceived Social Support* Sebagai Variabel Moderator Pada Mahasiswa Perantau di UIN Antasari Banjarmasin”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kebersyukuran pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin?
2. Bagaimana tingkat *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin?
3. Bagaimana tingkat *perceived social support* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin?
4. Apakah terdapat pengaruh antara kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin?

²⁷Shiguang Ni et al., “Effect of Gratitude on Loneliness of Chinese College Students: Social Support as a Mediator,” *Social Behavior and Personality* 43, no. 4 (2015): 559–66, <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.4.559>.

5. Apakah *perceived social support* memoderasi pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin
2. Mengetahui tingkat kebersyukuran pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin
3. Mengetahui tingkat *perceived social support* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin
4. Menganalisis pengaruh antara kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin
5. Menganalisis peran *perceived social support* sebagai variabel moderator dalam pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin

D. Signifikansi Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan sumbangan pemikiran yang berarti bagi perkembangan ilmu Psikologi Klinis. Khususnya dalam pengembangan ilmu yang terkait dengan *loneliness* yang dipengaruhi oleh kebersyukuran dan dimoderasi oleh *perceived social support*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberi manfaat bagi para pembaca khususnya bagi para

peneliti, dan dapat dipakai sebagai bahan rujukan pada penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi masyarakat luas, khususnya subjek dalam penelitian yakni mahasiswa perantau mengenai pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* dengan *perceived social support* sebagai variabel moderator. Kemudian, bagi pihak akademisi ataupun universitas diharapkan dapat menggunakan temuan penelitian ini untuk merancang atau memperkuat layanan konseling dan kesehatan mental yang sudah ada. Praktik kebersyukuran dapat dimasukkan dalam sesi konseling dan program penyuluhan. *Workshop* mengenai *perceived social support* dalam lingkup kampus juga dapat dilaksanakan untuk mengurangi perasaan *loneliness* dan meningkatkan kesejahteraan emosional.

E. Definisi Oprasional

1. *Loneliness*

Loneliness menurut Russell, dkk adalah perasaan subjektif yang tidak menyenangkan yang muncul karena ketidakspuasan antara kualitas dan kuantitas hubungan sosial yang diinginkan dengan realitas yang sebenarnya dimiliki sebagai akibat dari perubahan besar dalam lingkungan sosialnya. Russell kemudian membagi aspek-aspek *loneliness* menjadi *personality*, *social desirability*, dan *depression*.²⁸

²⁸Dan Russell, Letitia Anne Peplau, and Mary Lund Ferguson, "Developing a Measure of Loneliness," *Journal of Personality Assessment* 42, no. 3 (1978): 290–94, https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11.

Dalam konteks penelitian ini *loneliness* merujuk pada pengalaman emosional yang disebabkan oleh hilangnya hubungan dekat atau ketidakpuasan dengan ikatan sosial yang dijalin mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin saat ini, sebagai akibat dari perubahan yang terjadi dalam lingkungannya. Dalam penelitian yang akan dilakukan, peneliti menggunakan teori dan skala *loneliness* dari Russell dengan melihat tiga aspek yakni *personality*, *social desirability*, dan *depression*.

2. Kebersyukuran

Menurut Imam Al-Ghazali dalam bukunya *Ihya Ulumiddin* Jilid 8, kebersyukuran merupakan suatu penghormatan kepada Allah Swt atas segala kenikmatan yang telah diberikan dan dinyatakan dengan menyadari bahwa tiada pemberi kenikmatan selain Allah Swt, kemudian jika seseorang mengetahui segala nikmat yang telah Allah Swt berikan, maka akan timbul rasa gembira. Kebersyukuran dapat mencegah dari perbuatan maksiat karena dengan bersyukur seseorang akan selalu mengingat nikmat yang diberikan. Kebersyukuran tersusun dalam tiga pokok menurut Imam Al-Ghazali diantaranya, ilmu, keadaan, dan amal.²⁹

Kebersyukuran yang dimaksud pada penelitian ini ialah pengakuan penuh atas nikmat yang telah diberikan Allah Swt, baik rasa syukur atas kemudahan maupun kesulitan yang memunculkan rasa gembira pada subjek yang akan diteliti yakni mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin. Kebersyukuran disini

²⁹Imam al Ghazali, *Minhajul Abidin Jalan Para Ahli Ibadah*, ed. Abu Hamas As-Sasaky, pertama (Jakarta Selatan: Khatulistiwa Press, 2013).

diukur dengan menggunakan skala dari teori Imam Al-Ghazali yang tersusun dari tiga pokok yakni ilmu, hal (keadaan), dan amal.

3. *Perceived Social support*

Perceived social support menurut Zimet dkk (1988) merupakan kepercayaan seseorang akan penerimaan bantuan dari orang-orang terdekat yakni keluarga sebagai pemberi dukungan dalam pengambilan keputusan dan kebutuhan emosional, teman sebagai pemberi dukungan dalam aktivitas sehari-hari atau melalui cara lainnya, serta dukungan dari orang-orang yang spesial baginya (*significant others*) yaitu perasaan nyaman, dihargai, dan dapat merasa berarti.³⁰

Perceived social support yang dimaksud dalam penelitian ini ialah penerimaan perhatian penghargaan dan bantuan yang diberikan oleh orang-orang terdekat, dan terbagi menjadi 3 aspek dukungan menurut Zimet yakni dukungan dari keluarga, teman, dan orang-orang spesial dalam hidup subjek yang merupakan mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

4. Mahasiswa Perantau

Menurut Fauzia, Asmaran, dan Komalasari mahasiswa perantau adalah mahasiswa yang meninggalkan kampung halamannya untuk menempuh pendidikan dan menjalani kehidupannya sendiri tanpa adanya keluarga. Mereka dituntut untuk menangani segala situasi dan kondisi yang dijalani secara mandiri karena peluang untuk bergantung akan sangat minimal dan pemenuhan kebutuhan hidup haruslah

³⁰Gregory D. Zimet et al., "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support," *Journal of Personality Assessment*, 1988.

ditangani sendiri.³¹

Dari penjelasan diatas, mahasiswa perantau yang dimaksud dalam penelitian ini ialah mahasiswa yang meninggalkan daerah asalnya dan pindah sementara ke daerah lain untuk mengejar pendidikan di perguruan tinggi yang secara otomatis menuntut adanya penyesuaian diri dan sikap mandiri terhadap segala situasi dan kondisi yang sedang dihadapinya. Mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin merupakan mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah seperti Kota Baru, Batulicin, Balangan, Barabai, Hulu Sungai, Tanjung, Kalua, Amuntai, Rantau dan dari luar provinsi, pulau, ataupun negeri.

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara yang diajukan untuk diuji kebenarannya melalui penelitian yang akan dilakukan. Keberadaan hipotesis yang kuat menunjukkan bahwa peneliti telah melakukan kajian literatur yang cukup sehingga mampu merumuskan dugaan sementara yang relevan. Hipotesis juga berguna sebagai pedoman dalam perencanaan penelitian, pengumpulan data, analisis data, dan penyusunan laporan penelitian.

Hipotesis terdiri dari hubungan antara variabel-variabel yang perlu diuji kebenarannya dengan proses penyusunan yang melibatkan identifikasi landasan teori, pembentukan hubungan kausal antara variabel, dan pemilihan statistik yang sesuai untuk menguji hipotesis tersebut. Hasil uji statistik akan menentukan apakah hipotesis nol dapat ditolak atau diterima. Jika hipotesis nol diterima, maka secara

³¹Nadia Fauzia, Asmaran Asmaran, and Shanty Komalasari, "Dinamika Kemandirian Mahasiswa Perantauan," *Jurnal Al-Husna* 1, no. 3 (2021): 169, <https://doi.org/10.18592/jah.v1i3.3918>.

statistik tidak ada bukti yang cukup untuk menyatakan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara variabel-variabel yang dibandingkan. Jika hipotesis nol ditolak maka terdapat bukti empiris yang cukup untuk menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara variabel-variabel yang dibandingkan. Menolak hipotesis nol secara implisit berarti menerima hipotesis alternatif, yaitu pernyataan yang berlawanan dengan hipotesis nol.³²

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yakni:

1. H_a^1 : Terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

H_o^1 : Tidak terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

2. H_a^2 : Terdapat peran *perceived social support* dalam memoderasi pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

H_o^2 : Tidak terdapat peran *perceived social support* dalam memoderasi pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

G. Penelitian Terdahulu

1. Pada penelitian yang dilakukan oleh Novitasari & Aulia dengan judul “Kebersyukuran dan Kesepian Pada Lansia Yang Menjadi Janda/Duda” yang mengambil 82 lansia di kabupaten Sleman sebagai subjek dengan

³²Jim Hoy Yam and Ruhiyat Taufik, “Hipotesis Penelitian Kuantitatif. Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi” 3, no. 2 (2021): 3–4.

rata-rata usia 60-90 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel yang diuji. Itu artinya, semakin tinggi kebersyukuran yang dimiliki subjek maka akan semakin rendah tingkat *loneliness* yang mereka miliki, begitupun sebaliknya.³³ Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat pada subjek dan lokasi penelitian. Subjek merupakan mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin yang berlokasi di Kalimantan Selatan. Kemudian pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan variabel moderator yakni *social support* untuk dilihat perannya pada pengaruh kebersyukuran dan *loneliness*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Putu Diva, Ratna Jatnika, dan Yanti rubiyanti dengan judul “Hubungan Antara *Perceived Social Support* Dengan *Loneliness* Pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19” dalam *Jurnal Of Psychology Science and Profession*, Vol.3, No.1, tahun 2023. Variabel bebas pada penelitian ini ialah *Perceived Social Support* dan variabel terikatnya ialah *loneliness*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan jenis penelitian *correlational study* untuk melihat bagaimana variabel bebas *perceived social support* mempengaruhi variabel terikat *loneliness*. Dengan melibatkan 290 mahasiswa Universitas Padjajaran, hasil yang diperoleh

³³Resnia Novitasari and Diah Aulia, “Kebersyukuran Dan Kesepian Pada Lansia Yang Menjadi Janda/Duda,” *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 7, no. 2 (2019): 148–49, <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i2.8951>.

melaporkan korelasi negatif signifikan antara *loneliness* dan *perceived social support* selama pandemi Covid-19. Mahasiswa merasakan tingkat dukungan sosial yang cukup tinggi, khususnya dari *significant others*.³⁴ Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan. Perbedaan tersebut terletak pada subjek dan lokasi penelitian yang diambil serta waktu penelitian bukan pada masa terjadinya wabah Covid-19. Penelitian yang akan dilakukan juga memasukkan *perceived social support* sebagai variabel moderator.

3. Penelitian dengan judul “*The Power Of Positivity: The Roles Of Prosocial Behavior And Social Support Toward Gratitude*” yang dilakukan oleh Taufik Akbar dalam jurnal Jurnal Psikologi Ulayat Vol.7, No.1, Tahun 2020 dengan partisipan sebanyak 250 orang remaja hingga dewasa berumur 13-55 tahun. hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku prososial dan dukungan sosial memberikan kontribusi yang positif terhadap *gratitude* (rasa syukur). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel yang digunakan, yakni memasukkan kebersyukuran sebagai variabel bebas, *loneliness* sebagai variabel terikat dan *perceived social support* sebagai variabel

³⁴I Putu Diva Adiartha Nandana, Ratna Jatnika, and Yanti Rubiyanti, “Hubungan Antara Perceived Social Support Dengan Loneliness Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19,” *Journal of Psychological Science and Profession* 7, no. 2 (2023): 14, <https://doi.org/10.24198/jpsp.v7i2.45496>.

moderator. Selain itu terdapat perbedaan pada pengambilan subjek, jumlah subjek, dan lokasi penelitian yang akan dilakukan.³⁵

4. Pada penelitian skripsi tahun 2023 dengan judul “Dukungan Teman Sebaya Terhadap Kesenian Pada Mahasiswa Rantau” yang menggunakan desain korelasional, dimana sesuai dengan tujuan peneliti yakni mengetahui pengaruh antara dukungan teman sebaya terhadap kesepian pada mahasiswa rantau. Studi ini melibatkan 501 mahasiswa perantau berusia 18 hingga 24 tahun yang berasal dari luar Pulau Jawa dan sedang menempuh pendidikan di Pulau Jawa. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan teman sebaya terhadap kesepian. Artinya, semakin besar dukungan dari teman sebaya yang diterima maka akan semakin rendah kecenderungan mereka untuk mengalami kesepian. Sebaliknya, kurangnya dukungan dari teman sebaya akan meningkatkan perasaan kesepian.³⁶ Penelitian yang akan dilaksanakan memiliki perbedaan dengan studi ini, yaitu pada lokasi penelitian, variabel, dan subjek yang digunakan. Selain itu, pada penelitian yang akan dilakukan tidak hanya menyoroti peran dukungan teman sebaya saja, tetapi juga *family* dan *signifikan other support* dalam skala *perceived social support*.

³⁵Taufik Akbar Rizqi Yunanto, “The Power of Positivity: The Roles of Prosocial Behavior and Social Support toward Gratitude,” *Jurnal Psikologi Ulayat* 7, no. 1 (2020): 57–68, <https://doi.org/10.24854/jpu100>.

³⁶Fani Rizki Darmawan, *Dukungan Teman Sebaya Terhadap Kesenian Pada Mahasiswa Rantau*, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2023.

5. Pada Penelitian yang dilakukan oleh Khairina & Alimatus dengan judul “Dukungan Sosial Sebagai Moderator Antara Konflik Peran Ganda Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Wanita Angkatan Udara” dalam Jurnal Psikologi Ulayat: *Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, Vol.10, No.1 tahun 2023 dengan 76 subjek yang merupakan wanita angkatan udara (WARA) *Lanud Adisucipto Yogyakarta*. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dan merupakan penelitian non-eksperimental. Variabel terikat penelitian ini adalah kesejahteraan subjektif, variabel bebas ialah konflik peran ganda, dan dukungan sosial sebagai variabel moderator. Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara interaksi konflik peran ganda dengan dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai moderator yang dapat memperkuat hubungan antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan subjektif.³⁷ Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan, yang mana menggunakan kebersyukuran sebagai variabel bebas dan *loneliness* sebagai variabel terikat. Selain itu, subjek penelitian yang di ambil ialah mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin

Pada penelitian sebelumnya yang telah diuraikan diatas, belum adanya studi yang secara spesifik meneliti bagaimana kebersyukuran mempengaruhi *loneliness*

³⁷Khairina Khairina and Alimatus Sahrah, “Dukungan Sosial Sebagai Moderator Antara Konflik Peran Ganda Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Wanita Angkatan Udara,” *Jurnal Psikologi Ulayat* 10 (2022): 79–95, <https://doi.org/10.24854/jpu380>.

pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin, serta bagaimana peran *perceived social support* sebagai variabel moderator dalam pengaruh tersebut. Meskipun ada banyak penelitian tentang kebersyukuran, *loneliness*, dan *perceived social support* secara terpisah, penelitian yang mengintegrasikan ketiga aspek ini dalam konteks mahasiswa perantau di lokasi tersebut belum dilakukan. Selain itu penelitian sebelumnya banyak menggunakan teori dan alat ukur dari tokoh barat seperti McColleggh dengan alat ukur GQ-6 ataupun Watkins dengan alat ukur GRAT. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan teori kebersyukuran dan alat ukur yang telah dimodifikasi peneliti dari penelitian Syafirradita Aulia dan didasari pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin*.

H. Sistematika Penulisan

1. BAB I PENDAHULUAN, memuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu dan sistematika penulisan.
2. BAB II. KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR, berisikan pembahasan teori dari setiap variabel, aspek-aspek, faktor yang mempengaruhi, keterkaitan variabel dalam Islam, serta kerangka pikir dalam penelitian ini.
3. BAB III METODE PENELITIAN, membahas terkait metode penelitian yang terdiri dari jenis penelitian, lokasi penelitian, populasi dan sampel, sumber data, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

4. BAB IV LAPORAN HASIL PENELITIAN, yang terdiri dari hasil penelitian yang telah didapatkan dalam penelitian ini dan pembahasan.
5. BAB V PENUTUP, yang berisi simpulan dan saran untuk peneliti dan untuk penelitian selanjutnya. Kemudian pada kesimpulan akan memuat masalah dan hasil dari penelitian yang telah dilakukan.