

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Homesickness*

1. Definisi *Homesickness*

Arti kata *homesick* dalam kamus bahasa online diartikan sebagai rindu yang berkeinginan untuk pulang kampung²⁴. Sedangkan menurut Christopher A. Thurber dan Edward A. Walton adalah sebagai penderitaan yang terjadi karena pemisahan dari rumah²⁵. Pemisahan ini terjadi karena transisi ke perguruan tinggi atau universitas oleh seseorang yang baru berpengalaman. Seseorang yang mengalami *homesickness* akan menyibukkan pikirannya untuk memikirkan hal-hal yang berbau rumah²⁶.

Menurut Eurelings Bontekoe, Vingerhoets & Fontjin *homesickness* merupakan reaksi meninggalkan lingkungan lama disertai dengan perenungan tentang keakraban dengan lingkungan lama, serta kerinduan yang amat kuat untuk kembali ke lingkungan lama²⁷. *Homesickness* didefinisikan sebagai stress dan gangguan fungsional, disebabkan oleh pemisahan dari rumah, benda dan orang-orang disekitarnya. Rindu kampung halaman berfokus pada rumah (orang-orang terkasih, lingkungan, sahabat, teman, hewan peliharaan dan masakan rumah). Ketika pemisahan rumah terjadi, muncul stressor gangguan kecemasan, gangguan mood, dan gangguan penyesuaian²⁸.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *homesickness* adalah rasa kehilangan individu pada kampung halaman yang disebabkan karena pemisahan individu dengan rumah, kerinduan yang kuat terhadap rumah menyebabkan individu stress dan mengalami gangguan fungsional seperti gangguan kecemasan, gangguan mood dan gangguan penyesuaian.

²⁴ <https://kamuslengkap.id/kamus/inggris-indonesia/arti-kata/homesick/>

²⁵ Darrin Thomas, "Factors that contribute to *homesickness* among student in Thailand", *Kasetsart Journal of Social Sciences*, (2018), 2.

²⁶ Christopher A. Thurber & Edward A. Walton, "*Homesickness* and Adjusment in University Students", *Journal of American College Health*, (2012), 3.

²⁷ Margot J. Verschur, Elisabeth HM Eurelings-Bontekoe dkk. "*Homesickness*, Temperament and Character", *Personality and Individual Differences*, (2003), 258.

²⁸ Chris Thurber dan Exeter Academy, "*Homesickness* & Young People's Adjusment to Separation", *American Camp Association*, 1.

2. Aspek *Homesickness*

Menurut Turber dan Walton sebagaimana dikutip dari Edward A. Walton bahwa gejala dari *homesickness* ada 4 yaitu aspek emosi, aspek fisik, aspek sosial dan aspek kognitif²⁹.

a) Aspek emosi

Individu pada saat berpindah di lingkungan baru akan mengalami keresahan didalam hati. Muncul berbagai macam emosi negatif, dengan rasa ketidakpuasan dalam lingkungan baru. Individu merasa marah dan benci ketika lingkungan barunya tidak sesuai dengan yang diharapkan, merasakan kesepian, stress berkelanjutan hingga depresi dan gangguan kecemasan.

b) Aspek fisik/somatik

Individu yang mengalami *homesickness* akan kesusahan dalam melakukan hal yang baru, dikarenakan adanya perasaan ketidaknyamanan individu pada orang yang baru dikenal dalam hidupnya. Individu dalam kondisi fisik akan mengalami insomnia, nafsu makan hilang, gangguan pencernaan, sistem kekebalan tubuh menurun, dan juga diabetes.

c) Aspek sosial

Dalam aspek sosial individu kesusahan dalam proses penyesuaian diri di lingkungan baru dan mengalami kesulitan untuk berinteraksi di lingkungan baru. Hal ini menyebabkan individu mengalami penarikan diri yaitu menarik diri dari lingkungan masyarakat sekitar kos ataupun asrama dan penarikan diri dari sekolah yang menyebabkan tidak adanya pertemanan akrab.

d) Aspek kognitif

Karakteristik individu yang mengalami *homesickness* dengan ditandai kesulitan konsentrasi, kesulitan konsentrasi ini disebabkan karena pikiran yang selalu memikirkan tentang rumah, penyimpangan memori, perilaku neurotik, dan isolasi sosial.

3. Faktor *Homesickness*

²⁹ Edward A. Walton, "Preventing and Treating *Homesickness*", *Journal of American College Health*, (2007), 416.

Faktor *homesickness* dalam setiap individu kadarnya berbeda, hal ini dikarenakan perbedaan *problem solving* dan perbedaan pengalaman. Berikut ini faktor individu yang beresiko dalam kecenderungan mengalami perasaan *homesickness* menurut Thurber dan Walton³⁰:

- a) Sedikitnya pengalaman, individu yang tidak mempunyai pengalaman jauh dari keluarga rentan kesusahan untuk proses penyesuaian diri yang dapat memicu *homesickness*. Berbeda dengan pelajar yang sudah pernah mondok sebelumnya, dia sudah terbiasa tinggal jauh dari keluarga dan hidup mandiri.
- b) Keterikatan terhadap pengasuh atau orang tua, individu dengan ketergantungan terhadap seseorang terutama anggota keluarga membuat kesusahan untuk melanjutkan hidup mandiri.
- c) Kontrol diri yang rendah, kontrol diri perlu ditanamkan untuk mengontrol individu dalam memutuskan sesuatu hal.
- d) Preseparation sikap negatif, dalam artian sikap negatif yang membawa sikap masa bodoh, masa bodoh pada diri sendiri atau orang lain.
- e) Pemutusan hubungan sosial dengan lingkungan sekitar.
- f) Perubahan budaya dan lingkungan yang signifikan, setiap kota mempunyai budaya dan kebiasaan masing-masing. Hal ini mengakibatkan pelajar akan menyesuaikan dengan budaya dan kebiasaan baru di lingkungan sekitarnya.

4. Pencegahan *Homesickness*

Perasaan *homesick* muncul karena gagalnya proses penyesuaian diri di lingkungan baru, yang mengakibatkan individu rindu pada keluarga. Menurut Thurber dan Walton *homesickness* bisa diminimalisir dengan melakukan hal-hal yang positif seperti, melakukan kegiatan positif didalam kampus maupun diluar kampus, seperti mengikuti kegiatan sosial, mengikuti UKM, mengikuti organisasi, dan kegiatan yang positif lainnya. Komunikasi dengan orang-orang di rumah, seperti tanya kabar, sedang apa, apa yang telah dilakukan selama satu hari ini, dan tanya hal lainnya. Mencari dukungan sosial, seperti meminta dukungan pada orang tua, teman dan orang terdekat dalam melakukan atau memutuskan sesuatu.

³⁰ Edward A. Walton, "Preventing and Treating *Homesickness*", *Journal of American College Health*, (2007), 416.

Selalu berpikir positif dalam pemisahan dari rumah bahwa hal itu wajar dan tiap orang pasti mengalaminya³¹.

B. Mahasiswa

Mahasiswa itu sendiri berasal dari terjemahan *student* yang berarti *a person who studies or investigates*, yaitu seorang yang belajar dan meneliti, *to study* dapat disimpulkan sebagai menggunakan akal pikiran secara aktif dan cermat serta penuh perhatian untuk dapat memahami suatu ilmu pengetahuan. Dengan kata lain mahasiswa atau *student* harus aktif belajar secara mandiri maupun dengan bimbingan dan arahan dosen³².

Menurut Hartaji mahasiswa itu sendiri merupakan individu yang sedang dalam proses mencari ilmu, dalam tahap belajar dan sudah terdaftar di pendidikan akademik maupun non akademik, disuatu perguruan tinggi seperti perguruan tinggi yaitu politeknik, akademik, sekolah tinggi, institut, dan universitas³³. Dalam bersosialisasi mahasiswa akan menghadapi konflik yang dipicu dengan banyaknya perbedaan yang dihadapi dari antar mahasiswa.

Menurut Havighurst mengungkapkan bahwa tugas perkembangan pada mahasiswa yaitu memperluas hubungan dan komunikasi interpersonal, peranan sosial, menerima keadaan sosial, menerima keadaan tubuhnya, memperoleh kebebasan emosional dari orang tua dan orang dewasa³⁴. Hal tersebut dilakukan untuk mencapai kemandirian, mempersiapkan pekerjaan, mempersiapkan diri dalam membentuk keluarga, dan membentuk sistem nilai-nilai moral. Sependapat dengan Fletr mengungkapkan mahasiswa mengalami masalah dalam hidup terutama meliputi masalah pendidikan, finansial, kemandirian dan kehidupan sosial³⁵. Ketidakseimbangan kehidupan sosial dan kemandirian mahasiswa dalam lingkungan baru menjadikan mahasiswa mengalami perasaan kesepian dan keinginan untuk kembali kerumah. Sementara itu mahasiswa pada umumnya berumur antara 18-25

³¹ Christopher A. Thurber, "Multimodal *Homesickness* Prevention in Boys Spending 2 Weeks at a Residential Summer Camp", *Journal of Consulting and Clinical Psychology* Vol. 73 No. 3 (2005), 555.

³² Mei Mits Bella dan Luluk Widya Ratna, "Perilaku Malas Belajar Mahasiswa di Lingkungan Kampus Universitas Trunojoyo Madura", *Jurnal Kompetensi*, Vol. 12, No 2, Oktober 2018, 285

³³ Wenny Hulukati dan Moh Rizki Djibran, "Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo", *Jurnal Bikotetik*, Vol 02 No 01 Tahun 2008, hlm.74

³⁴ Ayun Octaviana, "Hubungan Antara Kestabilan Emosi Dengan Pembelian Impulsif Pada Mahasiswa", Universitas Muhammadiyah, 2017, 1

³⁵ Ayun Octaviana, "Hubungan Antara Kestabilan Emosi Dengan Pembelian Impulsif Pada Mahasiswa", Universitas Muhammadiyah, 2017, 2

tahun, pada usia tersebut individu berada pada tahap remaja akhir dan dewasa awal. Artinya mahasiswa baru berada pada tahap remaja akhir yang tidak lepas dari berbagai permasalahan lingkungan dan akademik.

Istilah remaja sendiri menurut Hurlock berasal dari kata *adolescence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa³⁶. Pengertian remaja menurut Gunarsa merupakan masa peralihan antara masa anak-anak menuju dewasa dengan rentang usia antara usia 12-21 tahun³⁷. Sedangkan menurut WHO rentang usia remaja antara 10-19 tahun dan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja masuk pada rentang usia 10-18 tahun. Rentang usia menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) adalah antara 10-24 tahun³⁸.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah masa transisi, dari tahap anak-anak menuju tahap dewasa. Dengan perkembangan dan pertumbuhan fisik maupun psikis. Dari berbagai pendapat terhadap rentang usia, Amita Diananda membagi tahapan remaja menjadi 3 bagian³⁹ yakni:

1. Pra Remaja (usia 11-14 tahun)

Tahap pra remaja dikatakan fase yang negatif, hal ini karena remaja terlihat tingkah laku yang cenderung negatif. Fase yang sukar untuk hubungan komunikasi antara anak dengan orang tua. Perkembangan fungsi-fungsi tubuh juga terganggu karena mengalami perubahan-perubahan termasuk hormonal yang dapat menyebabkan perubahan emosi yang tidak terduga.

2. Remaja Awal (14-17 tahun)

Tahap ini perubahan-perubahan sangat pesat dan mencapai pada puncaknya, terjadi ketidakseimbangan emosional dan ketidakseimbangan dalam berbagai hal. Pola-pola hubungan sosial mulai berubah, mencari identitas diri, dan menyerupai orang dewasa. Perkembangan pencapaian mandiri, identitas sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak dan idealistis.

3. Remaja Akhir (17-21 tahun)

Tahap ini remaja ingin menjadi pusat perhatian dan ingin menonjolkan dirinya. Mempunyai cita-cita tinggi, punya semangat tinggi dan berusaha untuk

³⁶ Nurhaedar Jafar, "Pertumbuhan Remaja", Universitas Hasanuddin, 2005, 1

³⁷ Lilik Maria Ulfa, "Perbedaan Kemandirian Antara Remaja Laki-laki dan Perempuan di MTS Pondok Pesantren Aulia Cendikia Palembang", Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, 2017, 13

³⁸ Amita Diananda, "Psikologi Remaja dan Permasalahannya", Vol. 1, No 1, 2018, 117

³⁹ Amita Diananda, "Psikologi Remaja dan Permasalahannya", Vol. 1, No 1, 2018, 117

memantapkan identitas diri. Mempunyai energi yang besar dan ingin mencapai ketergantungan emosioanal.

Tahap remaja akhir merupakan tahap dalam mempersiapkan kematangan emosi untuk tugas perkembangan selanjutnya yakni tahap dewasa awal. Perilaku dan keterampilan idealnya harus diselesaikan sesuai dengan tahapnya, agar tidak mengalami suatu hambatan. Tugas-tugas perkembangan individu bersumber pada faktor kematangan fisik, tuntutan kultural kemasyarakatan, cita-cita dan norma-norma agama. Menurut Danim berikut adalah tugas-tugas remaja akhir⁴⁰:

- 1) Hubungan antara teman sebaya lebih matang.
- 2) Pencapaian peran sosial sebagai laki-laki dan perempuan.
- 3) Menerima keadaan fisik serta menggunakannya secara efektif.
- 4) Mempunyai rasa kemandirian emosi dari orang tua serta orang dewasa lainnya.
- 5) Mempersiapkan karir dan juga memilih serta memilahnya.
- 6) Mempersiapka pernikahan untuk hidup berkeluarga.
- 7) Mencapai perilaku sosial dan bertanggung jawab penuh pada dirinya.

⁴⁰ Wenny Hulukati, “Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo”, Jurnal Bikotetik, Volume 02 Nomor 01 Tahun 2018, 75