

## Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan dan Bukan Perantauan

Eka Handayani

Mahasiswa Keperawatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta; anilyaherawati@gmail.com

Novita Nirmalasari

Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta;  
novitanirmalasari@gmail.com (koresponden)

### ABSTRACT

*The students who study in the Faculty of Health of Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta come from various area in Indonesia. Various socio-cultural aspects and academic aspects may cause some problems. It can make difficult for them to adapt with the environment which eventually make them stressful. This study aimed to find out the stress level difference between overseas students and domestic students. This study used a comparative descriptive design recruiting 188 respondents by stratified random sampling technique. Data were collected by using perceived of stress scale questionnaire. Data were analyzed using Chi square test. The results of this study showed that of 13(6,92%) female respondents who had severe stress. Domestic students tend to experience mild stress, which is 76 (80,85%) but overseas student more often severe stress 10 (10,64%). Students from Medical Records had more often mild stress 33 (17,55%). Data were analyzed using Chi Square test. The results showed that there were no significant differences in the stress level between overseas students and domestic students ( $p>0.05$ )*

**Keywords:** domestic students; overseas students; stress

### ABSTRAK

Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Perbedaan sosial, budaya dan sistem pembelajaran akan menimbulkan masalah bagi mahasiswa perantauan dan bukan perantauan. Masalah tersebut dapat memicu stres pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres mahasiswa perantauan dan bukan perantauan. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif komparatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling* dengan jumlah 188 mahasiswa. Teknik pengambilan data menggunakan kuesioner *Perceived of Stress Scale*. Uji statistik menggunakan *Chi square*. Hasil penelitian didapatkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan mengalami stres berat sebanyak 13(6,92%). Mahasiswa bukan perantauan mengalami stres sedang sebanyak 76(80,85%). Mahasiswa perantauan lebih banyak mengalami stres berat sebanyak 10(10,64%). Jurusan Rekam Medis merupakan jurusan dengan mahasiswa yang paling banyak mengalami stres sedang sebanyak 33(17,55%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat stres mahasiswa perantauan dan bukan perantauan di Fakultas Kesehatan Unjani Yogyakarta ( $p>0,05$ ).

**Keywords:** mahasiswa bukan perantauan; mahasiswa perantauan; stres

### PENDAHULUAN

Pendidikan dapat diartikan sebagai proses pembelajaran untuk mewujudkan dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Perwujudan pendidikan yang lebih baik diinginkan oleh setiap individu dengan menyelesaikan pendidikan sampai ke perguruan tinggi. Siswa-siswa terdorong untuk mencari pendidikan yang lebih baik. Perguruan tinggi yang masih menjadi pilihan utama adalah perguruan tinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). DIY mempunyai sistem pendidikan yang cukup baik dan cukup dikenal sebagai kota pelajar.<sup>(1)</sup>

Badan Pusat Statistik (BPS) DIY tahun 2015 mencatat bahwa jumlah perguruan tinggi di DIY sebanyak 110 institusi dengan rincian 4 institusi perguruan tinggi Negeri (PTN) dan 106 Perguruan Tinggi Swasta (PTS).<sup>(2)</sup> Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta merupakan salah satu perguruan tinggi swasta dengan mahasiswa yang berasal dari DIY dan luar DIY. Jumlah mahasiswa angkatan 2018 di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta adalah 510 mahasiswa dengan rincian 136 (26,67%) mahasiswa dari DIY (bukan perantauan) dan 374 (73,33%) mahasiswa berasal dari luar DIY (perantauan).

Pendidikan yang dijalani oleh mahasiswa baru seringkali menimbulkan beberapa permasalahan. Permasalahan yang sering muncul meliputi perbedaan sistem pembelajaran atau akademik, perbedaan budaya, dan permasalahan individu. Sistem pendidikan di perguruan tinggi memiliki pilihan fakultas dan jurusan dengan materi pembelajaran yang berbeda-beda. Perubahan gaya belajar dari sekolah ke pendidikan tinggi seperti tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, dan prestasi akademik.<sup>(3)</sup>

Perbedaan budaya, nilai, tata cara berkomunikasi, gaya bahasa membuat mahasiswa merasa kesulitan dalam memahami maupun bersosialisasi.<sup>(4)</sup> Mahasiswa yang berasal dari DIY kental dengan budaya Jawa. Hal ini ditunjukkan dalam berbicara dengan sopan, halus dan bernada rendah. Mahasiswa yang berasal dari luar DIY cenderung berbicara dengan lebih keras, ritme cepat dan bernada lebih tinggi.<sup>(5)</sup>

Permasalahan individu juga menjadi masalah bagi mahasiswa perantauan ialah kondisi tempat tinggal yang harus jauh dari orang tua menimbulkan keinginan untuk bertemu. Kehidupan jauh dari orang tua juga menuntut individu untuk dapat mengelola keuangan.<sup>(3)</sup> Hambatan- hambatan yang muncul tersebut menuntut mahasiswa untuk mampu beradaptasi dengan baik. Adaptasi yang kurang baik akan menimbulkan stress yang cukup berpengaruh dalam kehidupan.<sup>(6)</sup>

Permasalahan yang muncul sebagai stressor akan mempengaruhi individu mengalami stress baik secara biologis, psikososial, dan sosikultural yang berasal dari lingkungan luar maupun pribadi individu.<sup>(7)</sup> Stres merupakan kondisi yang tidak menyenangkan dimana manusia dihadapkan pada tuntutan suatu situasi yang dirasakan sebagai beban atau diluar batas kemampuan mereka untuk memenuhi tuntutan tersebut. Kecenderungan individu mengalami stres menimbulkan ketidaknyamanan akibat ketegangan fisik dan emosional yang dialaminya.<sup>(6)</sup>

Studi pendahuluan dilakukan bulan Desember 2018 - Januari 2019 pada 12 responden. Responden merupakan mahasiswa semester awal yang terdiri dari 8 mahasiswa perantauan dan 4 mahasiswa bukan perantauan. Studi tersebut mengungkapkan bahwa mahasiswa yang perantauan menganggap bahwa DIY sebagai kota pendidikan sehingga ingin melanjutkan pendidikan di DIY. Hal ini menyebabkan sebagian besar mahasiswa di Fakultas Kesehatan Unjani Yogyakarta berasal dari luar DIY. Mahasiswa perantauan mengalami kesulitan memahami dan mengerti Bahasa Jawa. Selain itu, mahasiswa masih ada perasaan merindukan orang tua karena tidak tinggal bersama orang tua. Latar belakang diatas membuat peneliti tertarik melakukan penelitian terkait perbedaan tingkat stres terhadap mahasiswa semester awal perantauan dan bukan perantauan. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat stress mahasiswa semester awal perantauan dan bukan perantauan di Fakultas Kesehatan Unjani Yogyakarta.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif komparatif. Pengambilan data dilakukan pada bulan Mei 2019 di Fakultas Kesehatan Unjani Yogyakarta. Pengambilan sampel dengan menggunakan *stratified random sampling* dengan kriteria inklusi mahasiswa semester awal yang aktif di Fakultas Kesehatan. Kriteria eksklusi adalah mahasiswa yang turun tingkat dengan alasan cuti atau sks tidak mencukupi. Sampel berjumlah 188 responden berdasarkan kriteria tersebut. Variabel penelitian adalah tingkat stres. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah lembar data karakteristik responden, dan kuisisioner *Perceived of Stress Scale* (PSS-10) yang terdiri atas 10 pertanyaan. Instrumen tersebut telah di uji validitas dan reliabilitas.<sup>(8)</sup> Peneliti melakukan pengambilan data dengan memberikan kuisisioner kepada responden saat selesai perkuliahan. Data yang sudah terkumpul kemudian dilakukan *editing, scoring, coding, entry data, tabulating*, dan *cleaning*. Analisis data yang digunakan adalah *Chi square*. Peneliti telah melakukan uji etik di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan telah dinyatakan layak etik.

## HASIL

Tabel 1. Gambaran karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, asal daerah dan jurusan (n=188)

Karakteristik responden		Frekuensi	Persentase
Jenis kelamin	Laki-laki	53	28,19
	Perempuan	135	71,81
Asal daerah	Perantauan	94	50,00
	Bukan Perantauan	94	50,00
Jurusan	S1 Keperawatan	43	22,86
	D3 Kebidanan	38	20,22
	S1 Farmasi	38	20,22
	D3 Teknologi Bank Darah	21	11,17
	D3 Rekam Medis	48	25,53

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan dengan jumlah responden yang sama dari perantauan dan bukan perantauan. Responden sebagian besar berasal dari program studi D3 rekam medis.

Tabel 2. Gambaran tingkat stres berdasarkan jenis kelamin, asal daerah dan jurusan (n=188)

Karakteristik responden		Stres ringan; f (%)	Stres sedang; f (%)	Stres berat; f (%)
Jenis kelamin	Laki-laki	15 (7,98)	38 (20,21)	0 (0)
	Perempuan	18 (9,57)	104 (55,32)	13 (6,92)
Asal daerah	Bukan Perantauan	15 (15,96)	76 (80,85)	3 (3,19)
	Perantauan	18 (19,15)	66 (70,21)	10 (10,64)
Jurusan	S1 Keperawatan	11 (5,85)	30 (15,96)	2 (1,06)
	D3 Kebidanan	1 (0,53)	32 (17,02)	5 (2,67)
	S1 Farmasi	2 (1,06)	32 (17,02)	4 (2,13)
	D3 Teknologi Bank Darah	5 (2,66)	15 (7,98)	1 (0,53)
	D3 Rekam Medis	14 (7,45)	33 (17,55)	1 (0,53)

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan mempunyai tingkat stres sampai berat. Mahasiswa yang bukan perantauan cenderung mengalami stres sedang namun mahasiswa perantauan mengalami stres berat lebih banyak jika dibandingkan dengan mahasiswa bukan perantauan. Jurusan Rekam Medis merupakan jurusan dengan mahasiswa yang paling banyak mengalami stres sedang.

Tabel 3. Perbedaan tingkat stres berdasarkan asal daerah

Asal Daerah	Stres ringan; f (%)	Stres sedang; f (%)	Stres berat; f (%)	<i>p-value</i>
Bukan Perantauan	15 (15,96)	76 (80,85)	3 (3,19)	0,093
Perantauan	18 (19,15)	66 (70,21)	10 (10,64)	

Tabel 3 menunjukkan analisa statistik menggunakan uji *Chi-Square* yang diperoleh tingkat signifikan  $p > 0,05$  maka menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara tingkat stres mahasiswa perantauan maupun mahasiswa bukan perantauan di Fakultas Kesehatan Unjani Yogyakarta.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan persentase stres responden berjenis kelamin perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan persentase jenis kelamin laki-laki. Hal itu disebabkan perempuan menggunakan emosional dalam menentukan dan menyelesaikan suatu masalah. Sedangkan laki-laki menggunakan logika saat menghadapi dan menyelesaikan suatu masalah. Laki-laki dapat memutuskan sesuatu secara mandiri dibandingkan perempuan.<sup>(9)</sup> Hal ini menyebabkan perempuan lebih mudah mengalami stres dibandingkan dengan laki-laki.<sup>(10)</sup> Perbedaan hormonal dan kondisi psikologis antara perempuan dan laki-laki menyebabkan perbedaan emosi. Laki-laki lebih stabil dalam emosi karena pengaruh dari hormone testosterone dan progesterone. Perempuan lebih cemas dan sensitif terhadap kondisi-kondisi tertentu karena dipengaruhi oleh hormone estrogen.<sup>(11)</sup>

Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa seluruh mahasiswa mengalami stres tingkat ringan, sedang dan berat. Namun, sebagian besar mengalami stres tingkat sedang. Hal ini membuktikan bahwa stressor yang sama dalam beradaptasi dengan hal baru dialami oleh seluruh mahasiswa perantauan dan bukan perantauan. Mahasiswa adalah kelompok yang rentan terhadap stres. Mahasiswa mengalami banyak perubahan dalam hidupnya seperti perbedaan lingkungan sosial, perbedaan latar belakang budaya, perbedaan akademik.<sup>(5,12)</sup> Stressor tersebut akan berdampak pada psikologis mahasiswa yang dapat memicu terjadinya stres Perubahan tidak hanya beberapa jam namun dapat berlangsung selama berhari-hari hingga dapat mengakibatkan stres sedang dan berat.<sup>(13)</sup> Penelitian sebelumnya tentang pola komunikasi lintas budaya mahasiswa asing dengan mahasiswa menyatakan bahwa mahasiswa luar daerah dan mahasiswa lokal dapat berinteraksi dengan baik jika didasari oleh keinginan pribadi untuk berinteraksi dengan sesama. Mahasiswa berusaha berkomunikasi dengan lingkungan sekitar dengan beberapa cara. Hal ini seperti mencari makna komunikasi di internet atau bertanya dengan teman yang lebih memahami bahasa mahasiswa lokal. Keinginan untuk bersosialisasi, berinteraksi, dan hidup bergaul bersama dengan mahasiswa lokal dapat mengatasi kondisi baru dan meminimalisir terjadinya disorientasi atau sebuah konflik dalam kehidupannya.<sup>(14)</sup>

Mahasiswa perantauan mengalami stres tingkat berat lebih banyak dibandingkan dengan mahasiswa bukan perantauan. Mahasiswa perantauan mengalami kesulitan dalam berinteraksi sehingga mengalami tekanan atau stressor. Perbedaan ini meliputi cara berkomunikasi, logat, nada, intonasi berbicara. Hal tersebut membuat kegelisahan dan kecemasan saat melakukan komunikasi. Mahasiswa yang mempunyai kegelisahan dan kecemasan akan membuat keinginan mahasiswa rendah untuk berinteraksi dengan teman yang berbeda latar belakang.<sup>(14)</sup> Hal tersebut jika secara terus menerus terjadi dalam jangka waktu yang lama akan berdampak pada kondisi psikososialnya. Mahasiswa akan merasa dirinya terisolasi sehingga akan meningkatkan stres.<sup>(15)</sup> Stressor akan memberikan dampak stres yang akan direspon oleh mahasiswa. Kemampuan mahasiswa dalam mempersepsikan stressor berbeda-beda. Mahasiswa yang dapat mempersepsikan stressor dengan baik akan menurunkan tingkat stres yang dialami, namun sebaliknya jika mahasiswa mempersepsikan stressor dengan kurang baik akan meningkatkan stres yang dialami.<sup>(16)</sup>

Uji *Chi-Square* pada penelitian ini diperoleh tingkat signifikan  $p \text{ value} = 0,093$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara tingkat stres mahasiswa perantauan maupun mahasiswa bukan perantauan di Fakultas Kesehatan Unjani Yogyakarta. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan tidak terdapat perbedaan stress yang signifikan pada mahasiswa yang tinggal bersama orangtua dengan mahasiswa yang tidak tinggal bersama orang tua. Kemampuan masing-masing mahasiswa yang berbeda-beda dalam mempersepsikan stressor sebagai penyebab stres. Mahasiswa yang mempersepsikan stressor sebagai penyebab sesuatu yang akan berakibat buruk bagi mahasiswa tersebut, maka tingkat stres yang dirasakan akan semakin berat. Sebaliknya jika stressor yang dipersepsikan tidak mengancam dan mahasiswa tersebut mampu mengatasinya, maka tingkat stres yang dirasakan akan lebih ringan. Mahasiswa yang menganggap bahwa tempat

tinggal yang jauh dari orang tua dan keluarga bukanlah suatu hal yang mengancam dirinya, maka tingkat stress yang di alami oleh mahasiswa tersebut akan jauh lebih ringan.<sup>(16)</sup>

Penelitian lain juga menyebutkan bahwa mahasiswa lokal lebih mudah menyesuaikan diri daripada mahasiswa perantauan. Hal tersebut disebabkan mahasiswa perantauan cenderung memiliki masalah dalam dalam penyesuaian sosial, antara lain kurangnya keinginan untuk mengenal nilai, norma, atau aturan lingkungan baru serta kurangnya penerimaan individu.<sup>(17)</sup> Penelitian lain juga melihat bahwa derajat stress mahasiswa baru mengalami stress rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dapat meminimalisir situasi baru tersebut dengan coping yang efektif.<sup>(18)</sup>

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat stres sedang. Mahasiswa perantauan lebih banyak mengalami tingkat stres berat dibandingkan mahasiswa bukan perantauan. Hasil statistik menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna antara tingkat stres mahasiswa perantauan maupun mahasiswa bukan perantauan di Fakultas kesehatan Unjani Yogyakarta

## DAFTAR PUSTAKA

1. Swasono SE, Macarcus S. *Kebudayaan Mendesain Masa Depan*. Yogyakarta: Aditya Media; 2012.
2. Badan Pusat Statistik. *Jumlah Perguruan Tinggi, Mahasiswa, dan Tenaga Edukatif (Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Menurut Provinsi tahun ajaran 2013/2014-2014/2015*. 2017. Available from: <https://www.bps.go.id/statistictable/2015/09/14/1839/jumlah-perguruan-tinggi-mahasiswa-dan-tenaga-edukatif-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-pendidikan-dan-kebudayaan-menurut-provinsi-2013-2014-2014-2015.html>
3. Hary ZA. *Hubungan Antara Kelekatan Terhadap Ibu Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Perantauan*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta; 2017.
4. Brochner S, Furham S. Culture Shock Due to Contact with Unfamiliar Cultures. *Online Readings in Psychology Culture*. 2003;8(1).
5. Devinta M, Hendrastomo G. Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta. *E-Societas Jurnal Pendidik Sosiologi*. 2019;8(8):1–15.
6. Vidyanindita AN, Agustin RW, Setyanto AT. Perbedaan Penyesuaian Diri Ditinjau dari Konsep Diri dan Tipe Kepribadian antara Mahasiswa Lokal dan Perantau di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Wacana*. 2017;9(2).
7. Sutejo. *Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2018.
8. Klein EM, Brahler E, Dreier M, Reinecke L, Muller K, Beutel M. The German Version of the Perceived Stress Scale Psychometric Characteristics in a Representative German Community Sample. *BMC Psychiatry*. 2016;15(159):1–10.
9. Santrock JW. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga; 2007.
10. Kountul DPY, Kolibu KF, Korompis CEG. Hubungan Jenis Kelamin dan Pengaruh Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Kesmas*. 2018;7(5).
11. Fitriani A, Hidayah N. Kepekaan Humor dengan Depresi pada Remaja ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Humanit*. 2015;9(1):76–89.
12. Maulina B, Sari DR. Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara TA 2016-2017. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*. 2018; 4(1).
13. Priyoto. *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.
14. Mardolina Y. *Pola Komunikasi Lintas Budaya Mahasiswa Asing dengan Mahasiswa Lokal di Universitas Hasanuddin*. Universitas Hasanudin; 2015.
15. Musradinur. Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi*. 2016;2(2):183-200.
16. Legiran, Azis ZM, Bellinawati N. Faktor Resiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 2015;2(2):197–202.
17. Vidyanindita NA, Agustin WR, Setyanto TA. Perbedaan Penyesuaian Diri Ditinjau dari Konsep Diri dan Tipe Kepribadian antara Mahasiswa Lokal dan Perantauan di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Wacana*. 2017;9(1):39–52.
18. Maulina B, Sari DR. Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidik Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidik dan Bimbingan Konseling*. 2018;4(1):1–5.