



KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA RANTAU UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Yopi Putri Ramadani^a Anniez Rachmawati^b Faqih Purnomosidi^c

^{a,b,c} Fakultas Sosial Humaniora dan Seni / Jurusan Psikologi, Putriyopi99@gmail.com, Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

Students who leave their home area to live for some time in another area are called overseas students. Becoming an overseas student is not an easy thing, apart from the dissatisfaction of a student, it often creates feelings of discomfort and unhappiness which results in poor psychological well-being for overseas students. This research was conducted with the aim of knowing the Psychological Well-being of Overseas Students at Sahid University, Surakarta. In this study using qualitative methods with observation and interview data collection techniques. The informants of this study were students from overseas outside Java who studied at Sahid University, Surakarta, totaling 7 informants. The results of this research are the psychological well-being of overseas students outside Java who study at Sahid University, Surakarta, in general 4 have good psychological well-being, 3 of them have poor psychological well-being, these 3 informants must be able to improve aspects of self-acceptance and aspects of development self.

Keywords: Psychological Well-being, Overseas Students

Abstrak

Mahasiswa yang pergi dari daerah asalnya untuk tinggal beberapa waktu di daerah lain disebut dengan mahasiswa perantau. Menjadi Mahasiswa perantau bukanlah hal yang sangat mudah, di samping ketidakpuasan seorang mahasiswa seringkali timbulnya rasa tidak nyaman dan kurang bahagia yang mengakibatkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau kurang baik. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau Universitas Sahid Surakarta. Dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan Teknik pengumpulan data observasi dan wawancara. Informan penelitian ini adalah Mahasiswa Rantau Luar Pulau Jawa yang berkuliah di Universitas Sahid Surakarta yang berjumlah 7 informan. Hasil dari penelitian ini kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau luar pulau jawa yang berkuliah di Universitas Sahid Surakarta secara umum 4 di antaranya memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, 3 di antaranya memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik, 3 informan ini harus bisa meningkatkan aspek penerimaan diri dan aspek pengembangan diri.

Kata kunci : Kesejahteraan Psikologis, Mahasiswa Rantau

1. PENDAHULUAN

Surakarta merupakan sebuah kota yang ada di Jawa Tengah dengan pembauran sosial budaya yang kuat. Masyarakat dari beragam suku, bangsa, budaya dan agama dapat berbaur dengan harmonis. Fasilitas yang tersedia di kota Surakarta terbilang sudah sangat memadai, mulai dari sektor pendidikan, ekonomi dan sosial. Kota Surakarta terdapat Universitas Negeri maupun Swasta yang memiliki fakultas lengkap (mulai dari

Sains & Sosial) dan memiliki mutu tingkat nasional bahkan internasional. Biaya hidup di Solo terbilang sangat terjangkau, apalagi untuk seorang mahasiswa perantau yang banyak berkuliah di Surakarta bahkan hanya berbekal Rp.10.000 rupiah saja sudah mampu makan dengan kenyang, sehingga cocok untuk menjadi kota untuk tinggal seorang mahasiswa perantau maupun penduduk lainnya.

Knopfemacher (sarwono, 1978) Mahasiswa adalah seorang calon sarjana yang terlibat dengan perguruan tinggi. Mereka di didik dan diharapkan kedepannya mampu untuk menjadi calon –calon yang memiliki sikap intelektual.

Mahasiswa yang pergi dari daerah asalnya untuk tinggal beberapa waktu di daerah lain disebut dengan mahasiswa perantau. Ketika memutuskan untuk menjadi mahasiswa perantau tentu membuat seseorang mau tidak mau harus menghadapi tantangan-tantangan baru dalam hidupnya. Mahasiswa perantau tentu bukanlah hal yang mudah. Seorang mahasiswa perantau harus mulai beradaptasi dari nol. Semua harus dimulai dari awal seperti mempelajari budaya baru, kebiasaan baru, teman-teman baru dan lingkungan tempat tinggal yang baru. Mahasiswa perantau harus mampu menghadapi permasalahan yang mereka hadapi seorang diri tanpa bantuan keluarga. Masalah yang dihadapi pun beraneka ragam mulai dari masalah pendidikan, pergaulan dan masalah dengan lingkungan tempat tinggal yang baru. Ketika seseorang memutuskan untuk menjadi mahasiswa perantau maka akan dituntut menjadi individu yang mandiri dalam menyelesaikan semua permasalahan yang menerpa (Nina, 2014).

Menjadi Mahasiswa perantau bukanlah hal yang sangat mudah, di samping ketidakpuasan seorang mahasiswa seringkali timbulnya rasa tidak nyaman dan kurang bahagia pada mahasiswa.

Menurut Ryff dan Keyes (1995) kesejahteraan psikologis sebagai keadaan individu yang dapat menyadari dirinya serta memfungsikan seluruh fungsi dirinya, yang ditandai dengan mampu menerima dirinya sendiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan selalu melakukan pengembangan diri. Kebahagiaan pada seseorang adalah suatu bagian dari keadaan sejahteraan dan kepuasan yang menyenangkan, yang timbul karena terpenuhinya kebutuhan dan harapan seseorang dengan baik. Kesejahteraan psikologis adalah kondisi seseorang dilihat dari adanya suatu perasaan bahagia kepuasan hidup tidak adanya rasa depresi dan mampu melakukan pengembangan diri dengan baik, depresi mempunyai pemaknaan hidup yang tinggi dan mampu mengembangkan pribadi serta bakat minat yang dimiliki.

Mahasiswa perantau harus memiliki jiwa yang tangguh dan ketahanan serta memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Ketidakpuasan timbul sebagai akibat hambatan untuk mencapai kepuasan yang dicari individu dari kedudukannya. Sifat ketidakpuasan itu bergantung pada apa yang ingin dicapai seseorang dalam perkuliahannya atau keterlibatannya dalam perkuliahan. Kepuasan yang dicari oleh individu berbeda-beda. Perkuliahan yang dapat memberikan kepuasan kepada seseorang yang belum tentu akan memberi kepuasan terhadap orang lain, ketidak puasan tersebut dapat mengakibatkan seseorang merasa tidak memiliki kesejahteraan pada dirinya maupun psikologisnya.

Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang sangat penting dalam mencapai kesuksesan seorang mahasiswa. Setiap manusia menginginkan untuk hidup bahagia, sehat dan sejahtera baik fisik maupun psikologis. Seseorang akan merasa bahagia atau sejahtera bila keinginan dan harapan yang diinginkannya dapat tercapai. Pieper dan Uden (2006), kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak

mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi yang realistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya. Pieper dan Uden (2006), kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi yang realistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.

Huppert (2009) juga mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah hidup yang berjalan dengan baik. Hal ini merupakan kombinasi dari perasaan yang baik dan berfungsi secara efektif. Orang-orang dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi memiliki perasaan senang, mampu, mendapat dukungan dan puas dengan kehidupannya. Selain itu, Huppert (2009) juga memasukkan kesehatan fisik yang lebih baik dimediasi oleh pola aktivasi otak, efek neurokimia dan faktor genetik.

Wawancara awal yang dengan 2 orang dilakukan oleh peneliti pada 19 November 2022 di rumah kos daerah baturan, fenomena kecemasan yang dialami salah satu mahasiswa perantau asal kota Pontianak yang berinisial SU adalah sulitnya beradaptasi dengan lingkungan baru di mana kebudayaan, sosial, bahasa dan bahkan makanan yang terdapat di kota rantau berbeda dengan kota asalnya. Belum lagi ketakutan subjek di tolak oleh lingkungan baru di kampus dan kesulitan beradaptasi bahasa. Hal ini menimbulkan rasa kecemasan pada diri subjek, karena biasanya di rumah semua kebutuhan subjek sudah di sediakan oleh orang tua, sedangkan di kota rantau subjek harus mampu memenuhi kebutuhannya sendiri. Pada 23 November 2022 di kampus , salah satu mahasiswa rantau yang berasal dai Kalimantan berinisial RA memiliki keadaan yang berbanding terbalik dengan SU, RA memiliki kepercayaan yang tinggi pada saat beradaptasi dan penyesuaian diri yang cukup baik , mampu menyesuaikan dirinya di pada saat berada di perantauan tidak terpengaruh dengan perbedaan budaya dan dan berbagai perbedaan, hanya saja sedikit kesulitan dengan bahasa, tetapi sedikit demi sedikit RA memahaminya. Maka dari itu diperlukannya kesejahteraan psikologis yang harus di miliki seorang mahasiswa rantau yang ada di Universitas Sahid Surakarta.

Pendapat di atas menjelaskan bahwa SU memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik menurut aspek penerimaan dirinya, sehingga mengakibatkan keadaan suasana hati dan timbulnya rasa yang kurang nyaman dan kurang bahagia dalam menjalankan perkuliahannya. Berdasarkan uraian di atas dimana di temukannya rasa kurang bahagia dan kurang nyaman pada mahasiswa rantau di Universitas Sahid Surakarta. Pendapat di atas menjelaskan bahwa SU memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik menurut aspek penerimaan dirinya, sehingga mengakibatkan keadaan suasana hati dan timbulnya rasa yang kurang nyaman dan kurang bahagia dalam menjalankan perkuliahannya. Berdasarkan uraian di atas dimana di temukannya rasa kurang bahagia dan kurang nyaman pada mahasiswa rantau di Universitas Sahid Surakarta.

Hasil dari RA telah mencakup enam aspek yang ada di kesejahteraan psikologis, maka RA memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup baik akan keadaannya menjadi mahasiswa perantau, RA juga memiliki perasaan nyaman, bahagia pada saat menjalankan perkuliahannya pada saat menjadi mahasiswa rantau. dan dari hasil uraian latar belakang masalah, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan

judul : "Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Sahid Surakarta".

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Landasan Teori

2.1.1. Pengertian *Kesejahteraan Psikologis*

Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya penerimaan diri (*Self Acceptance*), membentuk hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*environmental master*), memiliki tujuan hidupnya (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kintinu (*personal growth*) (Ryff,1989).

2.1.2. Aspek *kesejahteraan psikologis*

Kesejahteraan Psikologis terdiri dari enam aspek yaitu penerimaan diri, hubungan positif terhadap orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pengembangan diri. Ryff (1989) mendefinisikan konsep kesejahteraan psikologis dalam enam dimensi, yakni:

Penerimaan diri adalah bagaimana seseorang dapat menerima diri apa adanya dan pengalamannya. Definisi penerimaan diri berhubungan dengan rasa percaya diri. Individu mampu menerima dirinya dan masa lalunya baik yang menyenangkan maupun tidak dalam kondisi apapun.

Hubungan positif dengan orang lain berarti tingkat kemampuan dalam membangun hubungan dengan orang lain yang hangat dan hubungan interpersonal yang didasari atas kepercayaan, perasaan empati, mencintai, serta kasih sayang. Kelima guru yang menjadi responden pada penelitian ini mampu membangun hubungan hangat dengan orang lain.

Penguasaan lingkungan adalah kemampuan memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikis. Menurut Ryff (1995) individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang tinggi mempunyai rasa menguasai, dapat mengatur kegiatan-kegiatan eksternal yang kompleks, menggunakan kesempatan yang ditawarkan di lingkungan secara efektif, berkompetensi dalam mengontrol lingkungan, serta mampu memilih atau menciptakan konteks lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadinya.

Kemandirian adalah tingkat kemampuan seseorang dalam menentukan nasib, kebebasan, pengendalian dan pengaturan perilaku internal individual. Hal ini menjadi dasar kepercayaan bahwa pikiran dan tindakan individu berasal dari dirinya sendiri, tanpa adanya kendali dari orang lain. Orang yang memiliki kemandirian dapat mengontrol dirinya sendiri serta mempunyai keinginan sesuai standar individu tersebut sehingga mampu membentuk kepercayaan pada diri sendiri, bukan kepercayaan pada orang lain.

Tujuan hidup individu yang positif merasa bahwa hidupnya berarti. Mereka memiliki tujuan dan arah hidup. Sebaliknya, individu yang kurang memiliki tujuan hidup, mereka kurang memiliki arah kehidupan yang jelas, hanya memiliki sedikit keinginan, tidak memandang pengalaman masa lalu, serta tidak mempunyai bakat yang menjadikan hidupnya lebih berarti.

Pertumbuhan pribadi adalah tingkat kemampuan individu dalam mengembangkan potensinya secara berkelanjutan serta menumbuhkan dan memperluas diri sebagai manusia. Kemampuan ini adalah gagasan dari individu untuk terus memperkuat kondisi internal alamiahnya. Jika dilihat dari komponen pertumbuhan diri (personal growth),

2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi *kesejahteraan psikologis*

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut ryff yaitu Faktor Demografis, Dukungan Sosial, Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup, *Locus Of Control (LOC)*.

3. METODOLOGI PENELITIAN

penelitian yang di gunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian ini menggunakan pengumpulan data yang berbentuk kata-kata dan gambar sebagai dokumentasi pendukung. Menurut Hanurawan (2012), penelitian kualitatif merupakan suatu pendekatan untuk melakukan penelitian dengan tujuan dapat mendeskripsikan makna subjektif partisipan tentang suatu fenomena psikologi yang terjadi secara kualitatif. Dengan kata lain, jenis penelitian tersebut, tidak bisa menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu berusaha mendapatkan informasi yang selengkap mungkin mengenai Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Sahid Surakarta.

Informan utama dalam penelitian ini adalah tujuh mahasiswa rantau luar pulau jawa yang berkuliah di Universitas Sahid Surakarta. Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah *metodo observasi rating scale* dan wawancara. *Observasi rating scale* adalah data mentah yang biasanya diperoleh oleh seorang peneliti dalam penelitian kualitatif. Sehingga skala yang menjadi model *rating scale* ini dibentuk melalui tanggapan responden menjawab wawancara yang dijukan Sugiyono (2009). Wawancara adalah teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan oleh dua orang atau lebih yang di lakukan secara sistematis guna mencapai tujuan suatu penelitian (Sutoyo, 2012).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Pengumpulan Data

Tabel 1. Informan Utama

No.	Informan	Keterangan	Tanggal	Waktu	Tempat
1.	LT	Utama	20 Desember 2022	13:01-13:44	Surakarta
2.	RB	Utama	20 Desember 2022	13:50-14:11	Surakarta
3.	AL	Utama	20 Desember 2022	14:26-15:21	Surakarta
4.	RF	Utama	20 Desember 2022	14:46-16:55	Surakarta
5.	AI	Utama	20 Desember 2022	19:01-19:56	Surakarta
6.	JG	Utama	28 Desember 2022	13:01-13:52	Surakarta
7.	LS	Utama	28 Desember 2022	14:44-15:38	Surakarta

4.2 Pembahasan umum

Kesejahteraan psikologis adalah tingkat kondisi seseorang dapat menerima dirinya apa adanya secara psikis dari beberapa aspek kehidupan yang ada. Kondisi tersebut disebabkan oleh adanya pengaruh orang-orang disekitar, lingkungan, dan keadaan yang ada. Kesejahteraan Psikologis adalah sebuah kondisi seseorang yang di liputi rasa Bahagia dan memiliki kepuasan hidup serta tidak memiliki gejala stress (Lupito,2009).

Selain itu, (Ryff, 1989) juga menyatakan bahwa dalam dimensi hubungan dengan orang lain atau interpersonal, wanita memiliki nilai signifikan yang lebih tinggi dibanding pria karena kemampuan wanita dalam berinteraksi dengan lingkungan lebih baik dibanding pria. Sebagai sosok yang digambarkan tergantung dan sensitif terhadap perasaan sesamanya, sepanjang hidupnya wanita terbiasa untuk membina keadaan harmoni dengan orang-orang di sekitarnya (Papalia, D. E., Olds, S.W., & Feldman, 2008). Inilah yang menyebabkan mengapa wanita memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dalam dimensi hubungan positif karena ia dapat mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain (Papalia, D. E., Olds, S.W., & Feldman, 2008).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, dimana subjek pria dalam penelitian ini memiliki skor dimensi hubungan positif dengan orang lain yang kurang lebih dibandingkan subjek perempuan, sehingga perempuan cenderung memiliki skor kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Meskipun begitu, peneliti belum dapat menarik kesimpulan berdasarkan hasil penelitian ini karena jumlah subjek laki-laki dan perempuan dalam penelitian ini tidak sama, dimana jumlah subjek perempuan lebih sedikit dibandingkan subjek laki-laki.

Dapat di lihat dari informan LT bahwa kesejahteraan psikologis yang di miliki cukup baik, awalnya memiliki penerimaan diri yang kurang baik kemudian memiliki penerimaan diri yang baik Ketika memiliki kemandirian dan penguasaan lingkungan yang cukup baik, setelah bisa beradaptasi dan kebahagiaan serta kebersyukuran yang dimiliki dengan baik di lingkungan baru yang saat ini ia tinggali.

Keseimbangan indicator dari suatu kondisi diri yang ada pada individu antara dampak positif dan negatif merupakan kesejahteraan psikologis, Mills (2010).

Pada informan RB memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik di lihat dari aspek penerimaan diri yang sangat kurang dan masih belum bisa menerima keadaan dirinya, belum memiliki hubungan yang positif terhadap orang lain tetapi memiliki kemandirian yang cukup baik dimana RB bisa menyesuaikan dirinya bahwa RB adalah seorang anak kost, namun RB memiliki penguasaan lingkungan yang negatif dimana lingkungan yang RB tinggali saat ini memiliki dampak negatif kepada dirinya, memiliki tujuan hidup yang cukup menarik dengan keinginan membanggakan keluarga, mengembangkan potensi dalam dirinya dan menjadi orang sukses, kemudian RB memiliki pengembangan diri yang kurang baik dimana RB masi belum mengenali potensinya dan belum mengerti kekuarangan dan kelebihan akan dirinya.

Ryff (1995) individu yang memiliki otonomi yang tinggi mampu menentukan keputusan bagi dirinya sendiri, dalam arti mampu melepaskan tekanan sosial dan sebaliknya, individu yang memiliki otonomi yang rendah akan mengevaluasi dirinya, melalui pandangan orang lain dan menyesuaikan diri terhaap tekanan sosial.

Hal ini dapat di liat dari informan AL yang memiliki otonomi yang rendah dan selalu berpandangan bahwa dirinya tidak bisa mngevaluasidirinya sendiri dengan kata lain menurut pandangan orang lain, dimana AL memiliki penguasaan lingkungan yang sangat kurang karna AL beranggapan bahwa ia tidak bisa menerima orang lain dan terbiasa sendiri atau sulit beradaptasi dengan lingkungan baru.

A.Daniella B.B (2012), Menyatakan jika seseorang memiliki nilai yang baik atau positif pada dirinya, dapat bertindak secara mandiri, mampu mengusai lingkungan, memiliki tujuan yang jelas

dan bermakna pada hidupnya, melakukan pengembangan yang baik pada dirinya tersebut dapat di katakan memiliki kesejahteraan psikologis. Teori tersebut menggambarkan individu yang memiliki kehidupan positif yang dapat di lihat dari informan RF yang memiliki kehidupan yang baik mampu memahami lingkungannya dengan baik dan memaknai segala perjalanan hidupnya dengan sangat baik, RF memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup baik di lihat dari hasil observasi dan mampu meliputi 6 aspek kesejahteraan psikologis.

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu ketertarikan pada dunia, memahami arti dari sebuah tujuan kehidupan dan hubungan seseorang kepada orang lain maupun pada hal yang lain (Nelwan, 2016) hal tersebut dapat di lihat dari informan AI yang dapat memahami suatu tujuan hidup yang sesungguhnya, memiliki hubungan yang cukup baik dengan orang lain, AI memiliki hubungan yang harmonis dengan keluarga dan rekan perkuliahannya.

Kesejahteraan psikologis yakni penerimaan diri suatu tingkat kemampuan dan keinginan seseorang untuk hidup dalam segala karakteristik yang ada pada kehidupannya. Seorang yang dapat menerima dirinya di artikan sebagai seorang yang tidak bermasalah dengan diri pribadinya (Hurlock, 2004). Dapat di lihat dari informan JG yang memiliki karakteristik yang unik dalam menjalankan kehidupan di lihat dari hubungan positif terhadap orang lain yang JG miliki mampu menjalin sebuah hubungan yang positif.

Ryff (1989) mengatakan kesejahteraan psikologis adalah sebuah kondisi dimana seseorang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, bisa membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan serta mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhan tujuan hidupnya, membuat hidup mereka lebih bermakna dan mampu mengeksplorasi pengembangan dirinya. Dapat di lihat dari informan LS dimana ia memiliki penerimaan yang baik dan memiliki hubungan positif yang baik dengan rekan dan lingkungannya, memiliki kemandirian yang sangat baik dimana ia mampu mengambil keputusan untuk dirinya sendiri dan penguasaan lingkungan yang sangat baik dilihat dari hasil wawancara yang di dapatkan peneliti LS memanfaatkan hubungan baik dengan lingkungan luas untuk menjalin sebuah relasi, memiliki tujuan hidup yang jelas dan sudah terencana, serta mampu mengembangkan diri dengan berbagai potensi yang ia miliki.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan ke-7 informan mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Sahid Surakarta mereka mengungkapkan bahwa semua dari mereka bersyukur dan menikmati keadaan mereka hingga saat ini. Memiliki kebahagiaan dan rasa nyaman dari lingkungan tempat tinggal dan perkuliahan yang baik walaupun selain itu juga ada salah 2 dari informan yang masih belum bisa bersosialisasi dengan baik di lingkungannya saat ini, 1 di antaranya berada di lingkungan yang berdampak negative pada dirinya. Sebagai seorang mahasiswa mereka sangat bersungguh-sungguh pada saat belajar dan menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan dengan baik, Ada beberapa dari mereka yang sangat bersungguh-sungguh melakukan tanggung jawab sebagai seorang mahasiswa sesuai dengan kemauannya dan sesuai dengan potensinya tetapi ada juga yang melakukannya dengan tuntutan orang tua dengan beda pendapat dan tidak sesuai jurusan serta tidak berpotensi dalam bidangnya.

4.3 Pembahasan Khusus

Pembahasan khusus dalam penelitian ini di dapat dari hasil observasi dan wawancara yang telah di lakukan oleh peneliti, dalam pembahasan ini mengambil informan yang memiliki kesejahteraan psikologis baik dan informan yang memiliki kesejahteraan psikologis kurang baik.

Hal ini dapat di lihat dari informan RF, bahwa RF memiliki kesejahteraan psikologis yang sangat baik, dapat di lihat dari hasil observasi dan wawancara yang di lakukan peneliti bahwa RF mampu memenuhi 6 aspek yang ada pada kesejahteraan psikologis, dimana penerimaan diri, hubungan

positif terhadap orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan diri yang di miliki RF dan menjadikan RF memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Kemudian informan RB, menjelaskan bahwa RB memiliki kesejahteraan yang kurang baik menurut aspek penerimaan dirinya yang belum bisa menerima keadaan dirinya, aspek kemandirian yang masi sangat kurang, aspek penguasaan lingkungan dimana RB berada di lingkungan yang negatif, aspek tujuan hidup yang masi belum jelas kemana arahnya, aspek pengembangan diri dimana RB belum sepenuhnya memahami potensi yang ada dalam dirinya. Menimbulkan kurangnya pemahaman diri di lingkungan yang baru dan tujuan yang belum jelas mengakibatkan RB memiliki kesejahteraan psikologisnya kurang baik.

Hasil pembahasan di atas di dapatkan dari hasil observasi dan wawancara dapat di simpulkan bahwa informan RF memiliki kesejahteraan psikologis yang baik berbanding terbalik dengan informan RB memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis pada 7 informan mahasiswa Universitas Sahid Surakarta 4 di antaranya memiliki penerimaan diri yang baik dengan rasa syukur dan rasa Bahagia yang dimiliki, tetapi tidak dengan 3 sisanya mereka memiliki kesejahteraan yang kurang baik karna belum bisa menerima kondisi dirinya dengan baik an buruknya keadaan mereka, beberapa dari mereka berada di lingkungan yang baik yang membuat mereka mampu mengekspresikan dirinya, tetapi ada di antara mereka yang berada di lingkungan yang kurang baik yang memberikan dampak negative pada dirinya. Dari semua informan memiliki kemandirian yang cukup baik dalam keadaan yang saat ini mereka jalankan dan dari beberapa mereka mampu menguasai lingkungan dan menempatkan posisi dimana ia berada, mereka pun memiliki tujuan hidup yang sangat berfariatif dan beragam serta sangat berarti bagi kehidupan mereka, dan dari Sebagian mereka mampu mengembangkan potensi yang mereka miliki.

Hasil dari penelitian ini kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau luar pulau jawa yang berkuliah di Universitas Sahid Surakarta 4 di antaranya memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dan harus terus meningkatkan kebahagiaan dan rasa bersyukur yang dimiliki, 3 di antaranya memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik, ke 7 informan ini harus bisa memahami keadaan diri sendiri baik dan buruknya agar dapat memperbaiki kondisi dan memiliki rasa syukur serta kebahagiaan dalam kehidupannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Nina, I. (2014, 11 10). *Suka dan Duka Mahasiswa Rantau*. Dipetik 9 20, 2017, dari berkuliah.com: <http://www.berkuliah.com/2014/11/suka-dan-duka-mahasiswa-rantau.htm>.
- Pieper, J. dan Uden, M.V. 2006. *Religion in Coping and Mental Health Care*. New York: Yord University Press, Inc.
- Ryff, C.D. (1989). *Happiness Is Everything, or Is It? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being*. Madison: University of Wisconsin
- Ryff, C.D., & Keyes, C.L.M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. (American Psychological Association. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 69 No. 4
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C.D (1995). *Psychological well-being in adult life*. Current Directions in Psychological Science, 4, 99-104
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*. Bandung : Alfabet
- Sutoyo, A 2012. *Pemahaman Individu (observasi, cheklist, interviu, kuesioner, dan Sosuometri.)* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suwono. 1978. *Definisi Mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Tersedia dalam: <http://www.pengertianku.net/2014/11/kenali-pengertian-mahasiswa-dan-menurut-para-ahli.html> (Diakses tanggal 17 Maret 2017).