

Perbedaan *Homesickness* Mahasiswa Rantau Tahun Pertama antara Laki-Laki dan Perempuan di Universitas Negeri Padang

Geni Novella

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Alamat: Jl. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar Bar., Kec. Padang Utara, Kota Padang, Sumatera Barat 25171

Korespondensi penulis: genninovella@gmail.com

Abstract. *The aim of this study is to examine the differences in levels of homesickness between male and female first-year students who are away from home at Universitas Negeri Padang. This research uses a quantitative method with a comparative research design. The research population includes all active students from the 2024 cohort who are from outside the city and live far from their immediate family while pursuing their studies. The sample was determined using purposive sampling, with a total of 200 students, consisting of 100 male and 100 female students. Data was collected using a homesickness scale questionnaire developed by Archer (1998) and constructed by Sinantia et al. (2024). The results of the study reveal a significant difference in homesickness levels between male and female students, with a significance value of 0.000 (< 0.05). The score distribution shows that the majority of female students fall into the high category (51%), while the majority of male students fall into the moderate category (58%).*

Keywords: *Homesickness, First-Year overseas student, Male, Female*

Abstrak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan tingkat *homesickness* antara mahasiswa rantau laki-laki dan perempuan tahun pertama di Universitas Negeri Padang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian komparatif. Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa aktif angkatan 2024 yang berasal dari luar kota dan tinggal jauh dari keluarga inti selama menempuh pendidikan. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan total 200 mahasiswa, yang meliputi 100 laki-laki dan 100 perempuan. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner berbasis skala *homesickness* yang dikembangkan oleh Archer (1998) dan dikonstruksi oleh Sinantia et al. (2024). Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara tingkat *homesickness* mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$). Distribusi skor menunjukkan mayoritas mahasiswa perempuan berada dalam kategori tinggi (51%), sementara mayoritas mahasiswa laki-laki berada dalam kategori sedang (58%).

Kata kunci: *Homesickness, Mahasiswa Rantau Tahun Pertama, Laki-laki, Perempuan*

1. LATAR BELAKANG

Mahasiswa tahun pertama yang merantau adalah seseorang yang baru memulai pendidikan di universitas yang berada di luar tempat tinggal asalnya (Firdasari et al., 2024). Mereka menghadapi transisi signifikan dari lingkungan rumah ke lingkungan akademik yang baru (Fadlillah & Fauziah, 2022). Selain itu, mereka juga harus beradaptasi dengan rutinitas akademik yang lebih menuntut serta mengelola kehidupan mandiri tanpa dukungan langsung dari keluarga (Agustina & Deastuti, 2023). Proses adaptasi ini memerlukan keterampilan dalam manajemen waktu, pengambilan keputusan, dan pengelolaan stres (Herdi & Ristianingsih, 2022).

Mahasiswa rantau tahun pertama sering kali mengalami perasaan cemas, kesepian, dan stres akibat perubahan lingkungan yang signifikan (Hediati & Nawangsari, 2020).

Mereka mungkin merasa terisolasi karena jauh dari keluarga dan teman-teman lama. Selain itu, mereka harus menghadapi tantangan dalam mengatur kehidupan sehari-hari, seperti mengelola keuangan pribadi, memasak, dan menjaga kesehatan. Mereka biasanya tinggal di asrama, rumah kos, atau kontrakan, jauh dari keluarga dan lingkungan familiar (Muttaqin et al., 2022). Proses transisi ini menuntut mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, termasuk sistem pendidikan yang berbeda, budaya lokal, serta gaya hidup yang mungkin tidak mereka temui sebelumnya, yang dapat menimbulkan perasaan *homesickness* atau kerinduan akan rumah (Nur et al., 2023).

Berdasarkan data awal yang diperoleh dari 30 partisipan, analisis terhadap dua aspek utama *homesickness* yaitu keterikatan pada rumah dan kesulitan menyesuaikan diri (Archer, 1998). Pada aspek keterikatan pada rumah, 20 partisipan (66,7%) melaporkan mengalami pikiran yang mengganggu terkait rumah, sementara 10 partisipan (33,3%) tidak mengalaminya. Sebanyak 18 partisipan (60%) merasa sedih karena kehilangan keterikatan dengan rumah, sementara 12 partisipan (40%) tidak merasakannya. Sebanyak 15 partisipan (50%) berusaha keras untuk mempertahankan keterikatan dengan rumah, sementara 15 partisipan lainnya (50%) tidak melakukannya. Selain itu, 18 partisipan (60%) sering teringat tentang rumah, sedangkan 12 partisipan (40%) tidak pernah mengalaminya. Pada aspek kesulitan menyesuaikan diri, 16 partisipan (53,3%) merasa gelisah terkait penyesuaian diri, sementara 14 partisipan (46,7%) tidak merasakannya. Sebanyak 16 partisipan (53,3%) sering menyalahkan keadaan terkait penyesuaian diri, sedangkan 14 partisipan (46,7%) tidak melakukannya. Sebanyak 15 partisipan (50%) merasa bersalah terkait penyesuaian diri, sementara 15 partisipan (50%) tidak merasakannya. Terakhir, 17 partisipan (56,7%) merasa kehilangan diri sendiri dalam proses penyesuaian diri, sementara 13 partisipan (43,3%) tidak pernah mengalaminya.

Homesickness adalah kondisi psikologis yang dialami individu ketika merasa kehilangan atau rindu terhadap lingkungan rumah yang akrab (Van Tilburg & Vingerhoets, 2005). Fenomena ini umum dialami oleh mahasiswa, terutama pada tahun pertama mereka, ketika mereka mulai menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang penuh tantangan (Thurber & Walton, 2012). Thurber dan Walton (2007) menjelaskan bahwa *homesickness* mencakup rasa kehilangan hubungan emosional dengan keluarga, rumah, atau komunitas, yang sering kali memengaruhi kesehatan mental individu. Selain itu, Archer (1998) mengemukakan bahwa *homesickness* adalah bentuk distress yang terjadi ketika individu mengalami kesulitan emosional dalam beradaptasi dengan lingkungan baru akibat keterikatan emosional mereka terhadap rumah dan keluarga yang ditinggalkan. Hal ini

sering kali melibatkan perasaan kehilangan, kerinduan, dan ketidakmampuan untuk merasa nyaman di tempat baru. Archer (1998), *homesickness* terdapat dua aspek: pertama, keterikatan pada rumah, yang mencakup perasaan rindu terhadap keluarga, teman, dan lingkungan yang familiar; dan kedua, kesulitan dalam menyesuaikan diri, yang berhubungan dengan tantangan yang dihadapi individu dalam beradaptasi dengan lingkungan baru.

Thurber dan Walton (2007) mengatakan faktor risiko *homesickness* terbagi menjadi empat kategori: pengalaman, kepribadian, keluarga, dan sikap. Faktor pengalaman mencakup sedikitnya pengalaman sebelumnya jauh dari rumah dan usia yang masih muda, yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap *homesickness*. Faktor kepribadian meliputi keterikatan yang tidak aman dengan pengasuh utama, rendahnya persepsi kontrol, serta perasaan cemas atau depresi sebelum perpisahan. Faktor keluarga mencakup rendahnya "kontrol keputusan", di mana individu dipaksa berpisah tanpa partisipasi dalam keputusan tersebut, serta kecemasan atau ambivalensi yang diekspresikan oleh pengasuh mengenai perpisahan. Faktor sikap mencakup keyakinan bahwa *homesickness* akan kuat, kesan pertama yang negatif, dan ekspektasi rendah terhadap lingkungan baru, yang dapat menjadi prediktor kuat dari *homesickness*.

Penelitian menunjukkan bahwa perasaan kesepian, terutama di tempat tinggal seperti rumah indekos, menjadi faktor utama yang memicu *homesickness* (Putri et al., 2023). Selain itu, kecerdasan budaya juga berperan penting, dengan mahasiswa yang memiliki kecerdasan budaya lebih tinggi cenderung mengalami *homesickness* lebih rendah (Nur et al., 2023). Dukungan sosial ditemukan memiliki hubungan negatif yang signifikan dimana dukungan sosial yang tinggi, *homesickness* juga rendah (Istanto & Engry, 2019). Kematangan emosi juga turut memengaruhi tingkat *homesickness*, dengan mahasiswa yang memiliki kematangan emosi rendah cenderung mengalami *homesickness* lebih tinggi (Kamilah et al., 2024).

Homesickness, atau perasaan rindu terhadap rumah, dapat memiliki dampak signifikan pada mahasiswa rantau, termasuk kecemasan, depresi, kesepian, penurunan motivasi akademik, dan gangguan mental lain seperti stres (Afrilia et al., 2024; Rohmatun, 2024). Selain itu, *homesickness* dapat memengaruhi kesehatan fisik, seperti kelelahan, sakit kepala, dan masalah pencernaan, serta berdampak pada fungsi sosial, emosional, dan kognitif individu (Rohmatun, 2024; Kamilah et al., 2024). Dampak ini meluas oleh individu yang kurang iap jauh dari rumah, terutama mereka yang memiliki keterbatasan dalam

dukungan sosial dan kemampuan adaptasi, yang seringkali juga mengalami kecemasan dan kesepian (Nur et al., 2023).

Medallon Calaguas (2016) melakukan penelitian mengenai perbedaan tingkat *homesickness* antara mahasiswa. Penelitian menemukan bahwa *homesickness* lebih rendah pada laki-laki disbanding perempuan. dengan persentase 24,55% pada 251 responden perempuan, sementara pada laki-laki mencapai 21,72% dari 165 responden. Stroebe et al. (2002) menemukan bahwa perempuan mengalami *homesickness* lebih tinggi daripada laki-laki, disebabkan oleh keterikatan emosional yang lebih kuat dengan keluarga dan rumah. Perempuan cenderung lebih terbuka mengungkapkan perasaan ini, sementara laki-laki lebih cenderung menyembunyikan atau menginternalisasi perasaan mereka. Archer (1998) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan gender dalam respons terhadap *homesickness*. Laki-laki melaporkan *homesickness* yang lebih rendah dibandingkan perempuan. Gardner dan Wooseley (2011) menyimpulkan bahwasanya laki-laki lebih jarang mengalami *homesickness* daripada perempuan.

Beberapa penelitian telah mengkaji perbedaan tingkat *homesickness* berdasarkan jenis kelamin. Fifi (2021) menemukan laki-laki memiliki tingkat *homesickness* lebih rendah ketimbang perempuan, sejalan dengan temuan Sabila (2022) yang menunjukkan santri perempuan lebih rentan terhadap *homesickness*. Namun, Fadly (2018) dan Lestari (2021) menyimpulkan bahwa gender tidak memengaruhi tingkat *homesickness*, keduanya sama-sama mengalami.

Berdasarkan perbedaan temuan dari penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti tertarik untuk mengkaji "**Perbedaan *Homesickness* Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama antara Laki-Laki dan Perempuan di Universitas Negeri Padang**".

2. METODE PENELITIAN

Studi ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain komparatif untuk menganalisis perbedaan tingkat *homesickness* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan tahun pertama di Universitas Negeri Padang. Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa aktif angkatan 2024 yang berasal dari luar kota dan tinggal jauh dari keluarga inti selama menempuh pendidikan. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan total 200 mahasiswa, yang meliputi 100 laki-laki dan 100 perempuan.

Data diperoleh melalui kuesioner mengacu pada skala Likert, yang menurut Azwar (2021) digunakan untuk mengukur persepsi, pendapat, dan sikap individu terhadap suatu

peristiwa. Instrumennya adalah skala homesickness yang dikembangkan oleh Archer (1998) dan konstruksi oleh Sinantia et al. (2024), mencakup 29 item dengan reliabilitas 0,921. Data dianalisis menggunakan uji statistik inferensial, mencakup uji normalitas, uji homogenitas, dan uji t dua sampel independen untuk membandingkan tingkat *homesickness* antara kelompok laki-laki dan perempuan. Seluruh analisis dilakukan dengan bantuan SPSS 25.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Kategori *Homesickness* dan Distribusi Skor Responden

Kategori	Perempuan		Laki-laki	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Tinggi	51	51%	0	0%
Sedang	49	49%	58	58%
Rendah	0	0%	42	42%
Jumlah	100	100%	100	100%

Distribusi Distribusi skor *homesickness* menunjukkan ada perbedaan antar keduanya. Sebagian besar perempuan (51%) berada dalam kategori tinggi, sementara 49% berada dalam kategori sedang, tanpa ada yang masuk kategori rendah. Sebaliknya, mayoritas laki-laki (58%) berada dalam kategori sedang, kategori rendah sebanyak 42%, dan kategori tinggi sebanyak 0%.

Tabel 2. Uji Normalitas

Homesickness	Sig
Laki-laki	0,167
Perempuan	0,200

Uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov test* menghasilkan signifikansi untuk laki-laki sebesar 0,167 dan untuk perempuan sebesar 0,200, yang keduanya lebih besar dari 0,05. Disimpulkan bahwa data *homesickness* pada keduanya terdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Homogenitas

Variabel	Sig.
<i>Homesickness</i>	0,639

Levene's test untuk uji homogenitas menghasilkan signifikansi sebesar 0,639 (> 0,05). Mengindikasikan bahwa varians antar kelompok untuk variabel *homesickness* adalah homogen atau sama, sehingga asumsi homogenitas varians terpenuhi untuk analisis lebih lanjut.

Tabel 4. Uji Independent Samples T-Test

Homesickness	Mean Difference	Sig. (2-tailed)
Perempuan – Laki-laki	28.69000	0,000

Nilai Sig. 2-tailed sebesar 0,000 ($< 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara tingkat homesickness pada laki-laki dan perempuan, dengan selisih rata-rata (Mean Difference) sebesar 28,69000.

Pembahasan

Archer (1998) mengemukakan bahwa *homesickness* adalah bentuk stres emosional yang terjadi ketika individu mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru akibat keterikatan emosional mereka terhadap rumah dan keluarga yang ditinggalkan. Hal ini sering kali melibatkan perasaan kehilangan, kerinduan, dan ketidakmampuan untuk merasa nyaman di tempat baru. Archer (1998) mengatakan *homesickness* terdapat dua aspek utama: pertama, keterikatan pada rumah, yang mencakup perasaan rindu terhadap keluarga, teman, dan lingkungan yang familiar; dan kedua, kesulitan dalam menyesuaikan diri, yang berkaitan dengan tantangan yang dihadapi individu dalam beradaptasi dengan lingkungan baru.

Penelitian menunjukkan bahwa perasaan kesepian, terutama di tempat tinggal seperti rumah indekos, menjadi faktor utama yang memicu *homesickness* (Putri et al., 2023). Selain itu, kecerdasan budaya juga berperan penting, dengan mahasiswa yang memiliki kecerdasan budaya lebih tinggi cenderung mengalami *homesickness* yang lebih rendah (Nur et al., 2023). Dukungan sosial ditemukan memiliki hubungan negatif yang signifikan dimana dukungan sosial yang tinggi, *homesickness* juga rendah (Istanto & Engry, 2019). Kematangan emosi juga turut memengaruhi tingkat *homesickness*, dengan mahasiswa yang memiliki kematangan emosi rendah cenderung mengalami *homesickness* yang lebih tinggi (Kamilah et al., 2024).

Penelitian ini menemukan adanya perbedaan signifikan dalam tingkat *homesickness* antara perempuan dan laki-laki. Penelitian mengungkapkan bahwa mahasiswa perempuan cenderung mengalami *homesickness* lebih tinggi dibandingkan laki-laki, yang sejalan dengan penelitian sebelumnya (Calaguas, 2016; Stroebe et al., 2002; Archer, 1998). Penelitian ini juga mendukung hasil temuan sebelumnya yang mengungkapkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap *homesickness* dibandingkan laki-laki (Fifi, 2021; Sabila, 2022).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Homesickness adalah bentuk stres emosional yang terjadi ketika individu mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru akibat keterikatan emosional mereka terhadap rumah dan keluarga yang ditinggalkan. Penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan tingkat *homesickness* antara mahasiswa rantau tahun pertama laki-laki dan perempuan di Universitas Negeri Padang. Mahasiswa perempuan cenderung mengalami tingkat *homesickness* yang lebih tinggi, dengan kategori tinggi sebesar 51%, sementara mayoritas mahasiswa laki-laki dengan kategori sedang (58%). Temuan ini mendukung teori bahwa perempuan lebih rentan terhadap *homesickness* karena keterikatan emosional yang lebih kuat dengan keluarga, serta perbedaan cara mereka mengekspresikan perasaan dibandingkan laki-laki.

DAFTAR REFERENSI

- Agustina, M., & Deastuti, P. W. (2023). Hardiness dan stres akademik pada mahasiswa rantau. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 7(1), 34–45.
- Archer, J., Ireland, J., Amos, S., Broad, H., & Currid, L. (1998). Derivation of a homesickness scale. *British Journal of Psychology*, 89, 205–221.
- Azwar, S. (2021). *Metode penelitian psikologi* (Edisi ke-2). Pustaka Belajar.
- Calaguas, G. M. (2011). College academic stress: Differences along gender lines. *Journal of Social and Development Sciences*, 1(5), 194–201.
- Fadlillah, M., & Fauziah, S. (2022). Analysis of Diana Baumrind's parenting style on early childhood development. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 14(2), 2127–2134.
- Fadly, I. W. (2018). *Hubungan antara insecure attachment dengan homesickness pada santriwati di pondok pesantren* [Tesis, Universitas Negeri Makassar].
- Fifi, D. M. (2021). *Perbedaan tingkat homesickness pada mahasiswa baru antara laki-laki dan perempuan di IAIN Kediri* [Skripsi, IAIN Kediri].
- Firdasari, N., Suarni, W., & Pambudhi, Y. A. (2024). Homesickness dengan motivasi belajar pada mahasiswa rantau. *Jurnal Sublimapsi*, 5(1), 131.
- Hediati, H. D., & Nawangsari, N. A. F. (2020). *Perilaku adaptif mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga* [Disertasi doktor, Universitas Airlangga].
- Herdi, H., & Ristianingsih, F. (2022). Perbedaan resiliensi mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan gear budaya. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(1), 30–40.
- Istanto, T. L., & Engry, A. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan homesickness pada mahasiswa rantau yang berasal dari luar Pulau Jawa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City. *Jurnal Experientia*, 7(1), 19–30.

- Kamilah, M., Khotimah, H., & Christia Sera, D. (2024). Kematangan emosi dan homesickness mahasiswa rantau tahun pertama. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 3(3), 1–11.
- Lestari, M. (2021). Hubungan antara sense of belonging dengan homesickness pada siswa baru di Pondok Pesantren. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 12(1), 39–50.
- Muttaqin, V. A., Hidayati, I. A., & Hidayati, A. (2022). Pengalaman kesepian pada mahasiswa rantau selama pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Psikostudia*, 11(4), 587–602.
- Nur, M., Nisa, K., & Santi, D. E. (2023). Homesickness pada mahasiswa rantau tahun pertama: Apakah berhubungan dengan cultural intelligence dan happiness? *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 304–313.
- Putri, H. W., Priyatmono, A. F., & Setiawan, W. (2023). Analisis hubungan antara perasaan homesickness pada mahasiswa rantau terhadap keberadaan fasilitas indekos. *SIAR 2023: Seminar Ilmiah Arsitektur*, 964–973.
- Sabila, E. (2021). *Bimbingan individu bagi santri homesick: Penelitian pada kelas VII Pondok Pesantren Modern Asy Syifa, Desa Tambakmekar, Kecamatan Jalan Cagak, Kabupaten Subang* [Skripsi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung].
- Sinantia, V., Nariswari, A. T., Ramadhani, I. D., Alghifari, M. M., Tjarliman, K. A., & Qisthi, Y. K. (2024). Konstruksi alat ukur homesickness pada mahasiswa rantau. *Jurnal Empati*, 13(2), 97–105.
- Stroebe, M., Tony, M. V., Hazel, W. M., & Hazel, W. (2002). Homesickness among students in two cultures: Antecedents and consequences. *British Journal of Psychology*, 93(2), 147–168.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2007). Preventing and treating homesickness. *Pediatrics*, 119(1), 192–201.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health*, 60(5), 415–419.
- Van Tilburg, M. A., & Vingerhoets, A. J. (2005). Psychological aspects of geographical moves. *Amsterdam Academic Press*.
- Woosley, S. A., & Dustin, K. (2011). Understanding the early integration experiences of first-generation college students. *College Student Journal*, 45(4).