

***SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN KECEMASAN SOSIAL
MAHASISWA ACEH PERANTAUAN DI DAERAH
ISTIMEWA YOGYAKARTA**



Disusun oleh:

Oleh :

Ramazana

NIM : 21200012029

TESIS

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Master of Arts (M.A.)

Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam

YOGYAKARTA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ramazana
NIM : 21200012029
Jenjang : Magister
Jurusan : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 22 November 2023

Saya yang menyatakan,



Ramazana

NIM: 21200012029

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ramazana
NIM : 21200012029
Jenjang : Magister
Jurusan : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan hasil penelitian yang bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terdapat plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai dengan ketetapan hukum berlaku.

Yogyakarta, 22 November 2023

Saya yang menyatakan,



Ramazana

NIM: 21200012029

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1153/Un.02/DPPs/PP.00.9/12/2023

Tugas Akhir dengan judul : Subjective Well-Being dan Kecemasan Sosial Mahasiswa Aceh Perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RAMAZANA, S. Sos
Nomor Induk Mahasiswa : 21200012029
Telah diujikan pada : Jumat, 08 Desember 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 6582a0d1f50137

Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Ahmad Fauzi, M.S.I
SIGNED



Valid ID: 658291b56b6fab

Penguji II

Dr. Nina Mariani Noor, S.S., M.A.
SIGNED



Valid ID: 65828f523a09d

Penguji III

Dr. Ramadhanita Mustika Sari
SIGNED



Valid ID: 6582a64f187e0

Yogyakarta, 08 Desember 2023
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,

Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul :

***SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN KECEMASAN SOSIAL MAHASISWA
ACEH PERANTAUAN DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Oleh

Nama : Ramazana
NIM : 21200012029
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar *Master Of Arts (M.A.)*.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 21 November 2023

Pembimbing


Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA.

MOTTO

“Penyesalan tidak pernah mengubah masa lalu. Kecemasan tidak pernah mengubah masa depan.”

Umar Bin Khatab



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya tulis ini saya persembahkan untuk:

Almamaterku Tercinta

**Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam Fakultas
Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta**

Untuk orang-orang tercinta dalam hidupku, terimakasih telah berada disisiku dan memberikan dukungan tanpa henti

Orang Tuaku Tercinta

Bapak Marzuki dan Ibu Zubaidah

Kedua Adik Tercinta

Muhammad Khatami dan Rahmatul Azqia

yang selalu penulis banggakan, cintai, dan menjadi support dalam segala hal.

Dengan rendah hati, saya ingin menyampaikan terimakasih kepada semua orang yang telah mendukung dan percaya pada potensi saya. Sehingga, saya selaku penulis dapat menyelesaikan Tesis ini.

ABSTRAK

Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mengungkap kecemasan sosial dan *subjective well-being* yang dialami oleh mahasiswa Aceh perantauan dengan menggunakan teori dari Diener, dan menganalisis bentuk-bentuk dukungan yang diperoleh dari keluarga, teman dekat, dan komunitas sosial. Untuk mencapai tujuan tersebut, penelitian ini menjawab dua pertanyaan sebagai berikut: Pertama, apa saja kecemasan sosial yang dihadapi mahasiswa Aceh perantauan di D.I Yogyakarta?. Kedua, bagaimana *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial di D.I Yogyakarta?. Penelitian ini menerapkan metodologi kualitatif deskriptif dengan observasi selama satu tahun enam bulan serta melibatkan sembilan subjek sebagai partisipan utama dalam wawancara dengan mahasiswa Aceh perantauan untuk mengkaji lebih dalam tentang kecemasan sosial dan *subjective well-being* yang dialami mahasiswa Aceh perantauan. Sehingga nantinya pada penelitian ini mengungkapkan kecemasan sosial yang dihadapi dan *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial di D.I Yogyakarta.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan sosial yang dihadapi seperti masalah dengan berinteraksi dengan orang lain, tidak percaya diri, dan cemas menghadapi lingkungan sosial. Cemas menghadapi situasi sosial seperti perasaan takut, ragu, cemas, dan gelisah pada saat menghadapi situasi sosial. Kemudian, kesulitan berinteraksi dengan orang lain timbulnya perasaan seperti takut, ragu, kurang nyaman, cemas dan gugup ketika berinteraksi dengan orang lain. Kemudian, tidak percaya diri adanya perasaan minder dan tidak percaya diri yang dialami. Hal ini dapat dilihat namun ada perbedaan tingkat kecemasan yang dialami baik itu tingkat kecemasan ringan, sedang dan berat. Selanjutnya, *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial. Faktor-faktor yang berpengaruh sebagai berikut: *Pertama*, jenis kelamin, ketika adanya dukungan teman dengan jenis kelamin yang sama dapat berpengaruh terhadap

peningkatan *subjective well-being* kearah yang lebih positif. *Kedua*, tujuan ketika tujuan tercapai adanya pengaruh positif. *Ketiga*, religius seperti tawakal, sabar, ikhlas, doa dan menunaikan shalat dapat meningkatkan *subjective well-being* kearah yang lebih positif. *Keempat*, kepribadian jika kepribadian *ekstrovert* dapat meningkatkan *subjective well-being* kearah yang lebih positif. *Kelima*, hubungan sosial dengan adanya dukungan keluarga dan teman dekat dapat meningkatkan *subjective well-being* kearah yang lebih positif.

Kata kunci: Mahasiswa Aceh Perantauan, Kecemasan Sosial, *Subjective Well-Being*.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Segenap puji dan syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT, yang maha mengetahui dan penyayang sehingga dengan melimpahkan rahmat dan hidayahNya penulis dapat menyelesaikan penulis mampu menyelesaikan penulisan Tesis dengan judul *“Subjective Well-Being dan Kecemasan Sosial Mahasiswa Aceh Perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta Studi Kasus Himpunan Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta”*. Sholawat beserta salam semoga selalu tercurahkan kepada penutup segala rasul baginda Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat serta pengikutnya hingga akhir zaman.

Dalam menyelesaikan penulisan tesis ini setidaknya penulis sudah melalui segala perjuangan dan pengorbanan, tenaga dan energi yang telah terkuras sebagai wujud untuk memenuhi syarat memperoleh gelar magister pada Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies, Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis menyadari segala kelancaran dan kesuksesan dalam proses penulisan hingga pada tahap penyelesaian, tentu tidak terlepas dari segala bentuk bimbingan, arahan serta dukungan dari seluruh pihak yang telah relah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membantu penulis. Sehubungan dengan itu, maka penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang tidak ternilai kepada yang terhormat:

1. Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A. yang telah memberikan kesempatan dan dorongan untuk seluruh mahasiswa dalam menempuh pendidikan.
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, M. Ag selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan, bimbingan dan pelayanan dalam menempuh pendidikan pada program studi Interdisciplinary Islamic Studies.
3. Ibu Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA. selaku Dosen Pembimbing Tesis, penulis mengucapkan ribuan terima kasih atas kesediaan, arahan, bimbingan dan masukannya sehingga penulisan tesis ini dapat diselesaikan dengan baik.
4. Bapak Dr. Moh. Mufid selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan semangat dan motivasi akademik selama di Pascasarjana.
5. Segenap para dosen program studi Interdisciplinary Islamic Studies konsentrasi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga yang telah memberikan pencerahan dan pengembangan ilmu pengetahuan.
6. Kedua orang tua yang penulis cintai, bapak Marzuki dan ibu Zubaidah. Terimakasih atas segala doa, bimbingan, dan keridhaanya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.

7. Kedua Adik yang penulis dan banggakan cintai, M. Khatami dan Rahmatul Azqia terimakasih atas seluruh dukungan dan menjadi support dalam segala hal.
8. Bapak Dr. Danial, M. Ag., Bapak Dr. Iskandar, M. Si dan Bapak Dr. Al. Husaini selaku Rektor, Wakil Rektor I, Wakil Rektor III IAIN Lhokseumawe yang selalu membimbing dan support dalam segala bentuk agar penulis melanjutkan dan menyelesaikan studi.
9. Ketua Umum PW Ansor Aceh Abangda Azwar Aghani dan segenap pengurus yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan perkuliahan.
10. Keluarga Besar PMII Aceh yang telah banyak membantu mensupport penulis sehingga mampu menyelesaikan perkuliahan.
11. Teman-teman Keluarga Besar Himpunan Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta seperjuangan dalam menempuh stadi di perantauan, yang setiap harinya mendukung, membantu, dan bertukar pikiran perihal penyelesaian perkuliahan.
12. Rekan-rekan mahasiswa konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam satu angkatan seperjuangan yang insyaallah bersama menyelesaikan studi ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
14. Ramazana sebagai penulis sendiri, terimakasih karna sudah melakukan yang terbaik.

Semoga segala kebaikan yang diberikan oleh semua pihak, tercatat sebagai amal kebaikan. Penulis menyadari, dalam penulisan tesis ini tentu masih ada banyak sekali kekurangan. Maka dari itu kritik dan saran yang sarat akan substansi dan membangun sangat dibutuhkan untuk disempurnakan oleh peneliti selanjutnya. Semoga karya ilmiah ini dapat dibaca secara keseluruhan dan dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta seluruh umat manusia.

Yogyakarta, 20 November 2023

Ramazana, S.Sos.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	ii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL DAN GAMBAR	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian	10
D. Kajian Pustaka	11
E. Kerangka Teoritis.....	20
1. Kecemasan Sosial	20
2. Bentuk-Bentuk Kecemasan Sosial	21
3. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Kecemasan Sosial.....	22
4. <i>Subjective well-being</i>	24
5. Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Subjective Well-Being</i>	25

F. Metode Penelitian	27
1. Lokasi Penelitian.....	28
2. Sumber Data.....	29
3. Teknik Pengumpulan Data.....	30
4. Teknik Analisis Data.....	33
5. Uji Keabsahan.....	34
G. Sistematika Pembahasan.....	36
BAB II PROBLEMATIKA MAHASISWA ACEH	
YOGYAKARTA	38
A. Pendahuluan.....	38
B. Kehidupan Mahasiswa Aceh Perantauan.....	39
C. Profil Mahasiswa Aceh Perantauan	51
1. Ibrahim.....	51
2. Mae.....	53
3. Nabon.....	54
4. Cut.....	55
5. Iflah.....	56
6. Fatimah.....	57
7. Ampon.....	57
8. Boy.....	58
9. Ramulah.....	59
BAB III KECEMASAN SOSIAL MAHASISWA	
ACEH YOGYAKARTA.....	61
A. Pendahuluan.....	61
B. Bentuk-Bentuk Kecemasan Sosial Mahasiswa Aceh Perantauan	63

1. Cemas Menghadapi Situasi Sosial	64
2. Kesulitan Berinteraksi dengan Orang Lain.....	71
3. Tidak Percaya Diri	77
C. Gejala Kecemasan Sosial yang terjadi pada Mahasiswa Aceh Perantauan	82
1. Gangguan Somatik.....	82
2. Gangguan Kognitif.....	82
3. Gangguan Perilaku.....	83
4. Gangguan Persepsi.....	83
D. Faktor Penyebab Kecemasan Sosial Mahasiswa Aceh Perantauan	84
1. Cara Berpikir (<i>Thinking Style</i>).....	85
2. Fokus Perhatian (<i>Focusing Attention</i>)	87
3. Konten Evaluasi	89
a) Aspek-Aspek Konten Evaluasi	93
1) Faktor Menunda Menikah.....	93
2) Faktor Belum Mendapat Pekerjaan.....	97
3) Faktor Belum Selesai Kuliah	100
E. Tingkat Kecemasan Sosial Mahasiswa Aceh Perantauan.....	103
1. Kecemasan Sosial Ringan.....	103
2. Kecemasan Sosial Sedang.....	104
3. Kecemasan Sosial Berat.....	105

BAB IV SUBJECTIVE WELL-BEING MAHASISWA ACEH PERANTAUAN.....106

A. Pendahuluan.....	106
---------------------	-----

B. Faktor-Faktor Mempengaruhi Peningkatan	
<i>Subjective Well-Being</i>	108
1. Jenis Kelamin.....	110
2. Tujuan	114
3. Religiusitas.....	115
4. Kepribadian.....	120
5. Hubungan Sosial	121
C. Aspek-Aspek <i>Subjective Well-Being</i> pada	
Mahasiswa Aceh Perantauan	125
1. Aspek Kognitif.....	125
2. Aspek Afektif.....	126
3. Aspek Kepuasan Hidup.....	126
D. Dimensi <i>Subjective Well-Being</i> pada Mahasiswa	
Aceh Perantauan	127
1. Dimensi Kognitif	127
2. Dimensi Afektif	128
BAB V PENUTUP.....	129
A. Kesimpulan	129
B. Saran	131
DAFTAR PUSTAKA.....	132
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	140

DAFTAR TABEL DAN GAMBAR

Gambar 3.1 Bagan Bentuk-Bentuk Kecemasan Sosial Mahasiswa Aceh Perantauan	81
Gambar 3.2 Bagan Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Sosial Mahasiswa Aceh Perantauan	92
Gambar 3.3 Diagram Aspek-Aspek Konten Evaluasi Penyebab Kecemasan Sosial Mahasiswa Aceh Perantauan	102

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Yogyakarta, sebagai salah satu provinsi yang berada di Pulau Jawa, menarik banyak perantau, baik dari dalam maupun luar Pulau Jawa. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa Yogyakarta memiliki sejumlah perguruan tinggi yang dianggap memiliki kualitas yang baik. Menurut data dari Badan Pusat Statistik Provinsi D.I Yogyakarta tahun 2022, ada 05 Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan 104 Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di bawah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.¹ Sedangkan jumlah Perguruan Tinggi di Bawah Kementerian Agama terdapat 1 Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan 16 Perguruan Tinggi Swasta (PTS).²

Pada tanggal 1 Juli 2020, Asosiasi Perguruan Tinggi Swasta Indonesia (APTISI) DIY telah melakukan survei terhadap 51 PTS di DIY. Survei ini melibatkan 403 program studi, 142.219 mahasiswa aktif, 5.225 dosen, dan 3.894 tenaga pendidik. Hasil survei menunjukkan bahwa sebanyak 57.334 mahasiswa (40%) berasal dari warga asli DIY,

¹https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/3400/api_pub/cmdTdG5vU0IwKzBFR20rQnpuZEYzdz09/da_04/1 diakses pada tanggal 20 Agustus 2023.

²https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/3400/api_pub/dnF4TTdwbEcwbTFHazAwZUtOMVRBQT09/da_04/1 diakses pada tanggal 20 Agustus 2023.

sedangkan 84.885 mahasiswa (60%) merupakan pendatang.³ Hal ini salah satu bukti kecenderungan masyarakat memilih untuk berpindah atau melanjutkan ke D.I Yogyakarta guna untuk mendapatkan hajat pendidikan yang lebih baik untuk mereka.

D.I Yogyakarta sebuah provinsi yang dikenal dengan istilah kota pelajar, istilah tersebut bukanya sebutan tanpa ada hubungan tersendiri. Namun, sebutan itu sangatlah pantas karena mengingat D.I Yogyakarta memiliki sangat banyak perguruan tinggi di daerah tersebut. Semakin banyak kampus di suatu daerah tentu akan banyak peluang orang berdatangan ke daerah tersebut untuk menuntut ilmu. Hal ini, menjadi salah satu alasan bagi sebagian umum mahasiswa di luar pulau jawa yang masih menganggap dan merasakan bahwa pendidikan dan fasilitas pendidikan yang ada di pulau jawa lebih unggul dan maju ketimbang daerah asalnya. Demikian tekad besar untuk mengenyam pendidikan yang lebih bagus harus diwujudkan dengan cara merantau.

Pada umumnya, mahasiswa merupakan individu yang berasal dari luar wilayah dan tinggal di tempat yang berbeda untuk mengejar pendidikan di perguruan tinggi. Mereka berkomitmen dalam memperoleh keahlian dan mencapai

jenjang pendidikan seperti diploma, sarjana, magister, doktor, atau spesialis.⁴ Di tingkat pendidikan yang baru ditempuh pada jenjang yang lebih tinggi ada sangat beragam tantangan yang harus dihadapi, seperti adanya interaksi mahasiswa dengan mahasiswa lain yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia dengan berbagai keragaman budaya.

Perpindahan ke jenjang pendidikan yang tinggi dan lebih unggul sehingga memiliki daya saing yang lebih tinggi, dan berfokus ke peningkatan kapasitas akademik yang lebih baik. D.I Yogyakarta, selain terkenal sebagai kota yang menjadi pusat pendidikan, juga memiliki kekayaan sosial, tradisi dan budaya dan yang sangat kental. Bukti nyata akan hal ini dapat ditemukan dalam perilaku masyarakatnya yang tetap mematuhi nilai-nilai dan norma-norma yang tercermin dalam kebudayaan Jawa dalam kehidupan sehari-hari mereka. Aturan dan kepercayaan yang merupakan bagian dari budaya Jawa masih dipegang teguh oleh mayoritas masyarakat di D.I Yogyakarta.

Maka dengan itu, tidak menutup kemungkinan banyaknya mahasiswa Aceh yang memilih untuk melanjutkan studinya di Kota Pelajar Yogyakarta mengalami suatu kondisi gegar budaya di tempat barunya. Mahasiswa yang

⁴ Muflihah Azahra Iska Hasibuan, Novia Anindhita, Nurul Hikmah Maulida, dan Fuad Nashori, "Hubungan Antara Amanah dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Perantau", *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3. No. 1 (2018): 101-116.

berasal dari Aceh tentu memiliki sosial, tradisi, dan budaya yang berbeda dengan masyarakat D.I Yogyakarta serta dengan para perantau dari daerah lainya yang menetap D.I Yogyakarta sehingga hal dapat menimbulkan emosional secara keseluruhan serta dinamika yang sangat kompleks dengan seiring waktu adanya interaksi antar etnis yang terjadi baik di kampus atau di luar kampus.

Selain itu, budaya Jawa yang kuat dan penghargaan masyarakat terhadap sosial, tradisi dan budaya Jawa tercermin dalam perilaku mereka sehari-hari, termasuk tata krama, unggah-ungguh, dan norma-nilai. Salah satu contohnya adalah dalam penggunaan bahasa, di mana sebagian besar penduduk D.I Yogyakarta menggunakan bahasa Jawa dalam berkomunikasi sehari-hari yang terkenal sopan, lembut, dan dengan intonasi yang rendah. Namun, mahasiswa perantau yang berkuliah di D.I Yogyakarta memiliki latar belakang bahasa, sosial, dan budaya yang berbeda secara signifikan dengan kondisi bahasa, sosial, dan budaya yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta.⁵ Bukan hanya itu kecemasan juga banyak ditimbulkan dari pengaruh citra rasa makanan yang sangat jauh berbeda dengan kampung halaman sehingga hal ini juga dapat menimbulkan penurunan nafsu makan serta sangat susah

⁵ Marshellena Devinta / Nur Hidayah dan Grendi Hendrastomo, "Fenomena (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta", *Jurnal Pendidikan Sosiologi* 2015 12, Vol. 1 (2019): 1-25.

bagi mahasiswa Aceh perantauan menyesuaikan diri mereka sehingga hal ini dapat menimbulkan kegelisahan tersendiri dari dalam diri mereka.

Tidak mengherankan jika kemungkinan terjadinya kejutan budaya di antara seorang perantau yang tinggal di daerah baru semakin meningkat. Pada awalnya, mereka akan menghadapi masalah ketidaknyamanan terhadap lingkungan baru mereka yang kemudian akan berdampak baik secara emosional maupun fisik sebagai respons terhadap perpindahan dan kehidupan di lingkungan baru, terutama jika budayanya berbeda. Adanya budaya baru dapat berdampak pada munculnya tekanan yang tidak diharapkan, kegelisahan dan kecemasan dikarenakan tidak dapat menerima dan memahami makna dan nilai budaya lain bukanlah sesuatu yang mudah serta menjadi sesuatu yang tidak dapat sepenuhnya berproses dengan lancar.

Kondisi berbeda sehingga shock culture sangat rentan terjadi terhadap mahasiswa yang baru saja datang ke suatu daerah yang berbeda. *Culture shock* adalah fenomena yang dapat terjadi saat seseorang mengalami transisi dari suatu daerah ke daerah lain di dalam negeri (intranasional) atau saat seseorang berpindah ke negara lain untuk jangka waktu yang panjang.⁶ Kecemasan sosial yang dialami bukan hanya tentang budaya, jauh dari orang, citarasa makanan, namun

⁶ Tri Dayakisni, *Psikologi Lintas Budaya*, (Malang : UMM Press. 2012), 266.

ada juga ketakutan terhadap keaman dari segala pengaruh kejahatan di tempat yang baru ditempatinya.

Kemudahan akses media social sehingga menjadi mudah untuk mengakses segala informasi mengenai tindakan kejahatan di suatu daerah. Baru-baru ini ada beberapa tindakan kejahatan sehingga menimbulkan kegelisahan tersendiri bagi mahasiswa perantauan di Yogyakarta. Pada tahun 2020, terdapat 29 kasus tindakan mengakhiri hidup sendiri atau bunuh diri yang tercatat. Namun, jumlah ini meningkat menjadi 37 kasus tindakan mengakhiri hidup sendiri dengan cara gantung diri dan terdapat satu kasus dengan cara meminum racun pada tahun 2021. Dengan demikian, total kasus bunuh diri selama tahun 2021 mencapai 38 kasus.⁷ Dalam beberapa hari terakhir, terjadi serangkaian kasus bunuh diri di D.I Yogyakarta. Hingga saat ini, sudah ada 30 orang warga D.I Yogyakarta yang meninggal karena bunuh diri sepanjang tahun 2023.

Jika melihat fakta bahwa tahun ini baru berjalan selama 6 bulan atau sekitar 180 hari, maka dapat disimpulkan bahwa terjadi satu kasus bunuh diri setiap 6 hari atau kurang dari satu minggu. Angka tersebut juga hampir separuh dari total kasus bunuh diri di D.I

⁷ <https://fk.uui.ac.id/kenaikan-angka-dan-temuan-pesan-kematian-kasus-bunuh-diri-di-yogyakarta-pada-era-pandemi/> di akses pada tanggal 16 Agustus 2023

Yogyakarta pada tahun 2021 yang mencapai 66 kasus.⁸ Sedangkan kriminalitas sangat rentan terjadi di D.I Yogyakarta sendiri tindak kriminalitas atau kejahatan yang dilaporkan pada tahun 2022 mencapai angka 5.166 kasus.⁹ Semakin banyak informasi yang didapatkan oleh mahasiswa Aceh tentang fenomena sosial yang berbau kriminalitas yang kerap terjadi di D.I Yogyakarta semakin cenderung pula kekhawatiran atau kecemasan itu timbul di keseharian.

Masyarakat Aceh memiliki reputasi yang sangat religius dan memiliki budaya yang secara khas terkait dengan Islam. Harmoni antara adat istiadat dan Islam menjadi ciri khas yang meluas ke beragam sektor kehidupan masyarakat, dan juga menjadi Identitas yang perlu dipertahankan. Setiap orang yang berasal dari Aceh memiliki identitas Aceh yang melekat pada dirinya.¹⁰ Keharmonisan di daerah asal menimbulkan kenyamanan tersendiri sehingga apabila di tempat baru yang ia tempati terjadi kriminalitas serta budaya yang berbeda cenderung

⁸ <https://www.gatra.com/news-575903-kesehatan-empat-kasus-bunuh-diri-dalam-5-hari-total-30-warga-yogyakarta-akhiri-hidup-tahun-ini.html> di akses pada tanggal 16 Agustus 2023

⁹ <https://jogja.solopos.com/daerah-dengan-angka-kriminalitas-tertinggi-di-diy-tahun-2022-sleman-nomor-satu-1662040> di akses pada tanggal 16 Agustus 2023

¹⁰ Buwaizhi, Rini Iswari, dan Asma Luthfi. Ekspresi Identitas Keacehan Dalam Interaksi Sosial di Tengah Lingkungan Non-Syariat Islam (Studi Kasus pada Komunitas Ikatan Pelajar Aceh Semarang). *SOLIDARITAS* 6, No. 1 (2017): 21-38.

menimbulkan kecemasan terhadap keamanan dan kenyamanan mereka.

Hal ini yang mendasari mahasiswa Aceh untuk mencari dan membentuk komunitas sosial nya sebagai upaya mewujudkan kesejahteraan sosial mereka terhadap berbagai masalah yang dihadapinya. Orang Aceh sangat menghargai nilai-nilai kebersamaan. Hal ini terlihat dari kebiasaan mereka untuk berkumpul, seperti di warung kopi, saling kunjung, kenduri, dan berbagai upacara adat yang melibatkan banyak orang.¹¹ Kebiasaan berkumpul masyarakat Aceh mewujudkan kondisi yang harmonis untuk saling bertukar pikiran, pengalaman dan pandangan bukan hanya sebatas tradisi kulinernya yang menjadi penggugah selera namun lebih dari itu menjadi sarana untuk mewujudkan kesetaraan sosial dan kesejahteraan psikologis. Kebiasaan tersebut sudah menjadi jati diri masyarakat Aceh sehingga mahasiswa Aceh yang melanjutkan studinya di D.I Yogyakarta memiliki hal yang sama. Hal tersebut dapat dilihat dengan adanya sebuah komunitas mahasiswa Aceh di D.I Yogyakarta. Komunitas mahasiswa Aceh perantauan di D.I Yogyakarta hadir sebagai wadah silaturahmi dan diskusi mahasiswa Aceh perantauan untuk berbagi pengalaman, pandangan, serta menguatkan satu sama lainnya

¹¹ Sri Astuti A. Samad, “Agama, Budaya dan Perubahan Sosial Perspektif Pendidikan Islam di Aceh”, *Jurnal Mudarrisuna* 7, No. 1 (2017): 25-46.

terhadap berbagai permasalahan yang dihadapi baik dari segi kecemasan sosial budaya yang ada di D.I Yogyakarta atau Kampus serta permasalahan individu yang merasakan kecemasan tertentu.

Penulis memilih mahasiswa Aceh perantauan yang datang ke D.I Yogyakarta sebagai objek penelitian dikarenakan beberapa hal. Pertama provinsi Aceh memiliki kekhususan dan keistimewaan dengan memberlakukan dan menerapkan syariat islam dalam penerapan hukum nya. Hal ini, berimplikasi terhadap identitas mahasiswa Aceh yang merantau ke D.I Yogyakarta. Kedua, perbedaaan budaya Aceh dan D.I Yogyakarta menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa Aceh perantauan. Ketiga, budaya akademik di Aceh dan DIY jauh berbeda. Hal ini dapat dilihat dari pendidikan sebelumnya mahasiswa Aceh perantauan yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang terakreditasi A dan B. Sedangkan perguruan tinggi yang ditempuh saat ini di D.I Yogyakarta sudah terakreditasi unggul bahkan terakreditasi internasional. Hal ini, menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa Aceh perantauan sehingga diawal perkuliahan atau dalam menyelesaikan perkuliahan mengalami kesulitan tersendiri sehingga berimplikasi terhadap kecemasan akademik dan kecemasan sosial

B. Rumusan Masalah

1. Apa saja kecemasan sosial yang dihadapi mahasiswa Aceh perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta ?
2. Bagaimana *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial di Daerah Istimewa Yogyakarta?

C. Tujuan & Signifikansi Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmiah guna memperdalam pemahaman tentang masalah yang dihadapi oleh mahasiswa Aceh perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta, sehingga dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai kecemasan sosial yang dihadapi mahasiswa Aceh perantauan. Selain itu, juga tujuan penelitian ini untuk memberikan kontribusi dalam rangka peningkatan *subjective well-being* yang lebih positif pada mahasiswa Aceh perantauan dan mahasiswa perantauan lainnya sehingga mereka dapat mengatasi permasalahan dengan lebih efektif dan berhasil dalam menjalani peran ganda antara lingkungan sosial dan perkuliahan. Langkah-langkah konkret dapat diambil untuk menciptakan individu yang mendukung pertumbuhan pribadi, kesejahteraan subjek (*Subjective Well-being*), serta memudahkan dalam menerima dan

berinteraksi dalam ruang sosial, budaya dan perkuliahan di D.I Yogyakarta.

2. Signifikansi Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat membantu dalam pengembangan teori mengenai *subjective well-being*, serta tantangan yang dihadapi oleh seorang mahasiswa perantauan dalam mengatasi ruang sosial budaya serta akademik. Penelitian ini juga diharapkan dapat membantu pengembangan teori *subjective well-being* bagi individu dalam menghadapi kecemasan sosial dapat meningkatkan kekuatan dan ketangguhan dalam kehidupan.

Hasil penelitian diharapkan berguna untuk pengembangan program bimbingan dan konseling islam dalam memberikan layanan yang lebih tepat untuk membantu mahasiswa Aceh perantauan dan mahasiswa perantauan secara umum dalam mengatasi kecemasan sosial stres dan masalah sehari-hari sehingga dapat mewujudkan *subjective well-being* yang positif bagi konseli.

D. Kajian Pustaka

Setelah melakukan telaah dari beberapa hasil penelitian, ditemukan beberapa studi yang relevan dengan penelitian ini. Berdasarkan telaah tersebut, penulis mengklaster tema-tema yang sama agar fokus penelitian lebih terarah pada setiap kelompoknya mengenai kecemasan

sosial dan *subjective well-being*, pada mahasiswa Aceh perantauan, serta dukungan yang mereka terima.

Pertama, yang membahas tentang kecemasan sosial terdapat lima penelitian terkait. Penelitian Darma Syahrullah Ekajaya dan Jufriadi,¹² menunjukkan bahwa pengaruh kecemasan sosial terhadap ketergantungan media sosial sangat signifikan, semakin besar ketergantungan pada media sosial maka akan semakin besar kecemasan sosial di kalangan mahasiswa tersebut. Darma Syahrullah Ekajaya dan Jufriadi,¹³ kepercayaan diri menjadi faktor yang mengakibatkan terjadi kecemasan sosial maka penelitian ini menunjukkan semakin menurunnya kepercayaan diri narapidana menjelang bebas, maka semakin meningkatnya kecemasan sosial yang ada dalam diri narapidana menjelang bebas begitu pula sebaliknya.

Selanjutnya, diungkapkan oleh Bram Kristian Santoso, IGAA Noviekayati, dan Amherstia Pasca Rina,¹⁴ semakin meningkatnya ketergantungan remaja pada media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial yang

¹² Fatih Azka, Dendih Fredi Firdaus dan Elisa Kurniadewi. "Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa". *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, No. 2, (2018): 201-210.

¹³ Darma Syahrullah Ekajaya dan Jufriadi, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas Iia Muaro Padang", *Jurnal PSYCHE* 165 12, No. 1, (2019): 93-102.

¹⁴ Bram Kristian Santoso. IGAA Noviekayati. dan Amherstia Pasca Rina, "Kecemasan sosial pada remaja akhir : Bagaimana peranan adiksi media sosial", *INNER: Journal of Psychological Research* 2, No. 3 (2022): 373-384.

mereka alami dan sebaliknya. Agar dapat mencegah dampak buruk dari kecemasan sosial ini, disarankan agar setiap individu dapat mengatur waktu penggunaan media sosial mereka. Fitria Rachmawaty,¹⁵ terdapat pengaruh yang penting antara pola asuh otoriter dan kecemasan sosial pada remaja. Dengan memahami hubungan ini, salah satu cara untuk mengurangi kecemasan sosial pada remaja adalah dengan meningkatkan pola pengasuhan orang tua terhadap anak. Hal ini dapat dilakukan dengan mendengarkan apa yang perlu dipertimbangkan mengenai harapan dan keinginan anak, atau dengan kata lain, pola pengasuhan yang demokratis-otoriter.

Hal tersebut berbeda yang dikatakan oleh Stefan G. Hofmann, Anu Asnaani, dan Devon E. Hinton,¹⁶ disimpulkan bahwa keprihatinan sosial individu perlu diperiksa dalam konteks orang tersebut latar belakang budaya, ras, gender dan etnis untuk menilai secara memadai derajat dan ekspresi gangguan kecemasan sosial, faktor sosiokultural utama, termasuk kolektif atau individu, persepsi norma-norma sosial, konstruksi diri, peran gender, dan identifikasi peran gender. Hal ini menunjukkan bahwa gangguan kecemasan sosial (*social anxiety disorder*) harus

¹⁵ Fitria Rachmawaty, "Peran Pola Asuh Orang Tua terhadap Kecemasan Sosial pada Remaja", *JURNAL PSIKOLOGI TABULARASA* 10, No. 1 (2015): 31-42.

¹⁶ Stefan G. Hofmann, Anu Asnaani, dan Devon E. Hinton, "Cultural Aspects In Social Anxiety And Social Anxiety Disorder", *DEPRESSION AND ANXIETY*, 27 (2010): 1117-1127.

didefinisikan dalam kaitannya dengan kelompok referensi tertentu karena perilaku sosial yang sama dapat dianggap sangat berbeda dalam subkelompok sosiokultural yang berbeda.

Secara keseluruhan kelima penelitian ada beberapa faktor yang terdapat berpengaruh terhadap kecemasan sosial, baik itu dari faktor sosial media, dukungan orang tua, percaya diri. Selanjutnya tingkat kecemasan sosial individu atau kelompok juga dipengaruhi oleh sosial kultural, ras, agama dan gender asal dari individu atau kelompok.

Kedua, jika berbicara tentang *subjective well-being*, terdapat lima penelitian yang memberikan sumbangsih pemikiran menarik tentang *subjective well-being*. Cut Metia,¹⁷ di dalam disertasinya menyatakan *religiusitas* dan dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap peningkatan optimisme muslim penyintas *Covid-19*, kemudian menjadi mediator yang sangat berpengaruh dalam peningkatan *subjective well-being* bagi muslim penyintas *Covid-19*. Muflihah Azahra Iska Hasibuan, Novia Anindhita, Nurul Hikmah Maulida & Fuad Nashori,¹⁸ temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara

¹⁷ Disertasi Cut Metia, *Pengaruh Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap subjective wellbeing melalui Mediator Optimisme pada Muslim Penyintas Covid-19*, Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2023

¹⁸ Muflihah Azahra Iska Hasibuan Novia Anindhita. Nurul Hikmah Maulida & Fuad Nashori, "Hubungan antara Amanah dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Perantau", *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* 3, No. 1, (2018).

dukungan sosial yang diterima dan dirasakan dengan peningkatan *subjective well-being* pada mahasiswa perantau. Hal ini disebabkan oleh adanya keterkaitan antara aspek-aspek dalam *subjective well-being* dengan dukungan sosial yang diberikan kepada individu.

Kemudian Wen-Chun Chang,¹⁹ mengungkapkan bahwa perolehan atau kehilangan identitas gender seseorang menyebabkan peningkatan atau penurunan tingkat kebahagiaan, identitas gender mempunyai pengaruh positif yang kuat terhadap *subjective well-being*, sejauh mana tindakan individu sesuai dengan ideal kategori sosial yang ditetapkan untuknya baik di dunia kerja, politik, lingkungan sosial, dan keluarga. Werner Nell dan Sebastiaan Rothmann,²⁰ dalam penelitiannya menunjukkan bahwa religiusitas menjelaskan kesejahteraan subjektif melalui harapan agensi (institusi atau lembaga), agama dapat berperan memberdayakan individu dengan keyakinan bahwa mereka mampu mencapai tujuan masa depan yang diinginkan. Jika lebih tinggi tingkat harapan lembaga dapat mendorong peningkatan subjektif kesejahteraan dalam bentuk peningkatan kepuasan hidup dan dampak baik, dan menurunkan tingkat dampak buruk.

¹⁹ Wen-Chun Chang, "Identity, Gender, and Subjective Well-Being", *Review of Social Economy* 69, No. 1 (2011): 97-121.

²⁰ Werner Nell dan Sebastiaan Rothmann, "Hope, Religiosity, and Subjective Well-Being", *Journal of Psychology in Africa* 28, No. 4 (2018): 253-260.

Selanjutnya berbeda yang dikemukakan oleh Nanxi Yana, Jessica De Bloom, dan Elizabeth Halpenny,²¹ membahas *subjective well-being* dan liburan (rekreasi) dimana dalam penelitiannya mengemukakan bahwa dengan berlibur dapat memicu individu mengalami pengalaman psikologis tertentu yang pada akhirnya dapat mempengaruhi peningkatan *subjective well-being* melalui mekanisme berikut: keterkaitan (silaturahmi atau kebersamaan dengan komunitas sosial), otonomi, penguasaan medan, suasana atau situasi baru, aktualisasi diri, perubahan emosi, pelarian kondisi, dan makna (kepuasan, syukur).

Secara keseluruhan, kesimpulan kelima penelitian tentang upaya peningkatan *subjective well-being* baik itu dukungan sosial dan liburan. Kemudian, membahas tentang beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penurunan *subjective well-being*, baik itu *religiusitas*, identitas gender. Sedangkan nantinya yang menjadi pembeda dalam penelitian ini mengkaji lebih luas tentang faktor peningkatan *subjective well-being* berdasarkan faktor psikologis, sosiologis dan budaya. Kemudian, faktor yang menjadi peningkatan pun berbeda berdasarkan upaya individu dan komunitas mahasiswa Aceh di Yogyakarta yang memiliki suatu tradisi yang berbeda.

²¹ Nanxi Yana, Jessica De Bloom dan Elizabeth Halpenny, "Integrative Review : Vacations and Subjective Well-being", *JOURNAL OF LEISURE RESEARCH*. (2023): 1-30

Ketiga, terkait tentang mahasiswa perantauan terdapat enam penelitian yang memberikan pandangan menarik terkait mahasiswa perantauan dan Masyarakat Aceh. Bolanle A. Olaniran,²² dalam penelitiannya menunjukkan bahwa mahasiswa asing (perantauan) pascasarjana dan sarjana berbeda dalam tingkat sosial kesulitan yang mereka alami dalam budaya tempatnya mantap menempuh pendidikan, mahasiswa perantauan berbeda dalam komposisi jaringan karena tidak memiliki teman dekat (hubungan dekat) untuk memperoleh informasi di tempat baru. Sifat hubungan tersebut menunjukkan bahwa ketika pelajar asing berasal dari budaya yang mirip dengan budaya daerah yang ditempati, mereka mengalami tingkat kesulitan sosial yang lebih rendah. Scherto Gill,²³ menyatakan bahwa perlu pembelajaran antar budaya dapat dengan mudah dipandang memiliki potensi untuk membentuk kembali pengalaman individu dalam ruang antar budaya di suatu universitas yang mahasiswa multi etnis atau multi budaya.

²² Bolanle A. Olaniran, Social Skills Acquisition: A Closer Look At Foreign Students on College Campuses and Factors Influencing Their Level of Social Difficulty In Social Situations, *Communication Studies* 47, No. 2 (1996): 72-88.

²³ Scherto Gill, "Overseas Students' Intercultural Adaptation as Intercultural Learning: A Transformative Framework", *Compare: A Journal of Comparative and International Education* 37, No. 2, (2007): 167-183.

Marshellena Devinta, Nur Hidayah & Grendi Hendrastomo,²⁴ dalam penelitiannya menyatakan pada awal semester perkuliahan di Yogyakarta, terdapat mahasiswa yang berasal dari luar Jawa dan menetap di sana menunjukkan bahwa setiap individu mengalami *culture shock* dengan tingkat yang berbeda-beda dalam mempengaruhi kehidupannya. Hal ini disebabkan oleh perbedaan situasi dan kondisi lingkungan sosial budaya di daerah baru yang berbeda dengan daerah asalnya. Amelia Susanto Putri dan Anggaunita Kiranantika,²⁵ menyatakan pola interaksi yang terjadi antara mahasiswa perantauan dari Timur Indonesia dengan masyarakat lokal Yogyakarta seringkali tidak berjalan dengan harmonis. Hal ini disebabkan oleh perbedaan kebudayaan yang mempengaruhi tingkah laku sehari-hari mereka. Selain itu, perbedaan budaya juga menyebabkan pandangan mengenai apa yang benar dan apa yang salah menjadi berbeda.

Sementara itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Buwaizhi, Rini Iswari, dan Asma Luth,²⁶ mengungkapkan

²⁴ Marshellena Devinta / Nur Hidayah dan Grendi Hendrastomo, "Fenomena (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta", *Jurnal Pendidikan Sosiologi* 2015 12, Vol. 1 (2019): 1-25.

²⁵ Amelia Susanto Putri dan Anggaunita Kiranantika, "Segregasi Sosial Mahasiswa Perantau di Yogyakarta", *IJSED: Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development* 2 No. 1 (2020): 49-57.

²⁶ Buwaizhi, Rini Iswari, dan Asma Luth, "Ekspresi Identitas Keacehan Dalam Interaksi Sosial Di Tengah Lingkungan Non-Syariat Islam (Studi Kasus pada Komunitas Ikatan Pelajar Aceh Semarang)", *Solidarity: Journal of Education, Society and Culture* 6, No. 1 (2017): 57-68.

mahasiswa Aceh di Semarang Untuk menunjukkan identitas keacehannya di lingkungan non-syariat Islam, ada beberapa cara yang dilakukan, seperti melalui aspek sosial, budaya, dan agama. Tujuan dari upaya ini adalah untuk mendapatkan pengakuan dari individu atau komunitas yang memiliki latar belakang dan budaya yang berbeda. Al Makin,²⁷ dalam penelitiannya menyatakan dampak dari gerakan keterbukaan dan demokratisasi setelah reformasi tentu terasa karena adanya unsur-unsur dari luar yang masuk ke Aceh juga dapat dirasakan dalam ekspresi masyarakat Aceh. Namun, keunikan identitas Aceh tetap kuat yang dapat terlihat dari bagaimana masyarakat Aceh mengungkapkan kekhawatiran mereka akan kehilangan jati diri.

Kesimpulan dari semua telaah yang dilakukan terdapat kesamaan unsur penelitian terkait masalah sosial yang dihadapi mahasiswa perantau dengan identitas budaya asalnya yang berbeda dengan tempat ditempati untuk melanjutkan studi serta terkait penelitian tentang budaya masyarakat Aceh yang menjadi identitas keacehan dalam setiap individu. Namun, dalam penelitian ini nantinya ada perbedaan yang berkaitan dengan sosial dan budaya D.I Yogyakarta yang berbeda karakter budaya dan sosial dengan

²⁷ Al Makin, "Identitas Keacehan dalam Isu-Isu Syariatisasi, Kristenisasi, Aliran Sesat, dan Hegemoni Barat", *ISLAMICA: Jurnal Studi Keislaman* 11, No. 1 (2016): 113-134.

daerah lainya serta karakteristik sosial dan budaya mahasiswa Aceh perantauan pun menjadi perbedaan dalam penelitian dengan penelitian sebelumnya.

E. Kerangka Teoritis

Penelitian ini menganalisa bentuk kecemasan sosial yang dialami oleh mahasiswa Aceh perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta, serta mengidentifikasi *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial di Daerah Istimewa Yogyakarta. Saat ini kecemasan sosial yang dihadapi oleh mahasiswa perantauan bukanlah sesuatu yang dianggap remeh atau tabu. Oleh karena itu, penelitian ini dipandang penting untuk mendalami atau menggali lebih lanjut tentang kecemasan sosial dan *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan.

1. Kecemasan Sosial

Penelitian ini menggunakan Teori Gillian Butler. Ia mengidentifikasi kecemasan sosial yang merujuk pada perasaan takut, cemas, dan gugup yang dialami oleh seseorang ketika berinteraksi dengan orang lain dalam konteks sosial.²⁸ Teori tersebut digunakan untuk menganalisa kecemasan sosial mahasiswa Aceh perantauan di D.I Yogyakarta.

²⁸ Gillian Butler, *Overcoming Social Anxiety and Shyness: A self-help using Cognitive Behavioral Techniques*. (New York: Basic Book. 2008), 1.

2. Bentuk-bentuk Kecemasan Sosial

a) Cemas Menghadapi Situasi Sosial

Menurut Gerungan, situasi sosial adalah kondisi di mana terdapat interaksi antara individu satu dengan individu lainnya.²⁹ Dalam menghadapi situasi sosial, mahasiswa Aceh perantauan seringkali mengalami kecemasan sosial yang ditandai dengan perasaan gugup, cemas, dan tidak nyaman. Kecemasan sosial ini timbul karena mahasiswa Aceh perantauan merasa takut untuk diperhatikan, dikritik, dan dinilai oleh orang lain.

b) Kesulitan Berinteraksi Dengan Orang Lain

Menurut Walgito, interaksi sosial adalah suatu bentuk hubungan antara dua individu atau lebih, di mana tindakan dari satu individu dapat mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki tindakan individu lainnya, dan sebaliknya. Dalam interaksi sosial, terjadi saling ketergantungan di antara individu-individu tersebut.³⁰ Kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar dapat disebabkan oleh rasa malu atau minder yang dialami oleh mahasiswa Aceh perantauan.

²⁹ Gerungan, Psikologi Sosial (Bandung: PT Refika Aditama, 2010), 78.

³⁰ Walgito, *Psikologi Sosial: Suatu Pengantar*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2007), 65.

c) Tidak Percaya Diri

Seseorang yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah atau minder cenderung merasa tidak puas dengan dirinya sendiri, mudah menyerah, bersikap egois, mengasihani diri sendiri, dan merasa bahwa kemampuannya tidak berarti.³¹ Kurangnya percaya diri atau minder yang dialami mahasiswa Aceh perantauan ketika adanya perasaan ketidakmampuan dan inferioritas terhadap orang lain.

3. Faktor-faktor yang Menyebabkan Kecemasan Sosial

Terkait faktor-faktor yang mempengaruhi individu mengalami kecemasan sosial dalam teorinya Rapee berpendapat bahwa faktor-faktor yang mempengaruhinya sebagai berikut:³²

a) Cara berpikir (*thinking style*)

Seseorang yang mengalami kecemasan sosial cenderung mengalami kesulitan dalam mengendalikan pikiran dan tidak mampu berpikir secara logis ketika berada dalam situasi yang tidak nyaman. Hal ini menjadi contoh yang terjadi pada mahasiswa Aceh perantauan dilihat adanya dominasi rasa cemas yang menguasai cara berpikir individu

³¹ Vivin Musriani, *Penyebab Perilaku Kurang Percaya Diri Saat Pembelajaran Bahasa Indonesia Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 4 Tanggul*, (Tanggul, 2014), 3-4.

³² Rapee, *Overcoming Shyness and Social Phobia Chapter II* (Lifestile Press, 1998), 11-12.

tersebut, sehingga sulit baginya untuk berpikir dengan jernih.

b) Fokus perhatian (*focusing attention*)

Saat mengalami kecemasan sosial, individu akan menghadapi kesulitan dalam membagi fokus perhatiannya atau memberikan perhatian secara bersamaan dalam satu waktu atau waktu yang sama. Contoh yang terjadi pada mahasiswa Aceh perantauan dengan adanya situasi dan kondisi mereka saat berinteraksi dan situasi sosial mengalami kesulitan untuk membagikan suatu hal yang menjadi prioritas.

c) Konteks evaluasi

Individu yang berada pada situasi sosial merasa kurang nyaman akan cenderung berpikir atau menganggap bahwa orang lain akan memberikan evaluasi atau penilaian secara berlebihan atau buruk.³³ Hal ini dapat dirasakan oleh mahasiswa Aceh perantauan dengan adanya kekhawatiran dan ketidaknyamanan yang dialami mereka ketika adanya evaluasi negatif terhadap mereka.

³³ Schlenker dan Leary, "Social Anxiety and Self-Presentation A Conceptualization and Model", *Psychology Bulletin* 92, No.3 (1982): 641-669

4. *Subjective Well-Being*

Dalam penelitian ini menggunakan teori Diener untuk melihat *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial. *Subjective well-being* yang tinggi ketika mahasiswa Aceh perantauan sering merasakan emosi positif dan jarang merasakan emosi negatif, ketika mereka terlibat dalam aktivitas yang menarik, ketika mereka memiliki banyak pengalaman yang menyenangkan dan sedikit pengalaman yang menyedihkan, serta ketika mereka merasa puas dengan kehidupan mereka.³⁴ *Subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan terkait penilaian mereka mengenai kehidupannya yang mencakup penilaian pikiran (kognitif) tentang kepuasan hidupnya serta penilaian perasaan (afektif) yang meliputi perasaan-perasaannya terhadap perasaan positif dan negatif yang telah dialami mahasiswa Aceh perantauan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

³⁴ Ed Diener, "Subjective Well Being: The Science of Happiness and a Proposal for National Index", *American Psychologist* 55, No. 1 (2000): 34.

5. Faktor-Faktor yang mempengaruhi *Subjective Well-Being*

Diener menjelaskan apa saja faktor yang berefek pada *subjective well-being*, faktor tersebut adalah :³⁵

a) Jenis kelamin

Diener dan Myers menyebutkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap depresi, kecemasan, dan stres dibandingkan pria.³⁶ Dengan demikian, faktor jenis kelamin atau gender menjadi salah satu faktor yang berpengaruh bagi seseorang terhadap kepuasan hidupnya. Bagi mahasiswa Aceh perantauan

b) Tujuan

Orang-orang merasakan kebahagiaan saat mereka berhasil mencapai tujuan yang dianggap lebih berharga dibandingkan dengan tujuan yang dianggap kurang berharga.³⁷ Hal ini dapat dirasakan oleh mahasiswa Aceh perantauan ketika tujuan tercapai mereka merasa bahagia atas capai yang mereka harapkan sudah terwujud sehingga berpengaruh terhadap *subjective well-being*.

³⁵ Diener, E, Lucas, R. E., & Oishi, S., *Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction (2nd ed.)*, (Oxford: Oxford University Press. 2005).

³⁶ Diener, E dan Myers, D, "Psychological science human well-being and economic goals", *Neva Goodwin* 3, No. 6 (1995): 10-19.

³⁷ Ed Diener, Shigehiro Oishi, and Richard E. Lucas, 'Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life', *Annual Review of Psychology*, 54 (2003): 403-425.

c) Religiusitas

Individu yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan religius memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi; pengalaman religius membuat mereka lebih mampu memaknai hidup mereka meskipun dalam keadaan sulit.³⁸ Kesulitan cenderung membawa mahasiswa Aceh perantauan memiliki *subjective well-being* yang negatif maka peran religius seperti syukur, dzikir, shalat dan doa untuk memaknai segala permasalahan dalam kehidupan dipandang berpengaruh terhadap *subjective well-being* kerah yang lebih positif mahasiswa Aceh perantauan.

d) Kepribadian

Beberapa studi telah mengindikasikan bahwa kepribadian dapat memengaruhi *subjective well-being*. Khususnya ekstrasversi, yang menurut Larsen adalah kepribadian ekstrasversi, membuat seseorang lebih cenderung menanggapi situasi saat ini dengan cara yang lebih positif.³⁹ Pada mahasiswa Aceh perantauan dengan ekstrasversi lebih mudah berbaur dan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya sehingga mereka dengan mudah untuk saling

³⁸ Diener. E dan Myers. D, "Psychological science human well-being and economic goals", *Neva Goodwin* 3, No. 6 (1995): 10-19.

³⁹ Larsen. R. J dan Ketelaar. T, "Personality and susceptibility to positive and negative emotional states", *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 No. 1(1991): 132-140.

mendukung sehingga hal ini berpengaruh terhadap *subjective well-being*.

e. Hubungan sosial

Menurut Diener dan Seligman, memiliki hubungan sosial yang baik akan membuat seseorang merasa puas, yang pada gilirannya akan meningkatkan tingkat *subjective well-being* seseorang.⁴⁰ Hal ini berpengaruh terhadap *subjective well-being* yang mengalami kecemasan sosial mahasiswa Aceh perantauan dengan adanya dukungan teman dan keluarga sehingga mereka dapat lebih tegar dalam menghadapi situasi dan kondisi sosial mereka

F. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif merupakan jenis penelitian yang dapat menghasilkan berbagai data deskriptif yang berasal dari berbagai data tertulis dan lisan tentang subjek yang diamati. Data yang dikaji dalam penelitian ini berasal dari hasil studi lapangan (*field research*). Penulis melakukan analisis terhadap berbagai sumber literatur yang berkaitan dengan penelitian ini, seperti buku, artikel jurnal, media cetak dan online, serta sumber-sumber lain yang relevan dengan topik

⁴⁰ Diener. E dan Seligman. M. E. P, "Very happy people", *Psychological Science* 13, (2002): 81-84.

penelitian.⁴¹ Dengan menggunakan metode ini, penulis melihat dan mengkaji berbagai fenomena yang terjadi dilapangan dan menganalisanya dengan teori yang penulis tetapkan.

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Daerah Istimewa Yogyakarta pada mahasiswa Aceh yang tergabung dalam Himpunan Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta (HIMPASAY) berdomisili dan menetap di Yogyakarta. HIMPASAY sebagai lembaga tertinggi dikalangan mahasiswa Aceh yang melanjutkan studi strata 2 (magister) dan strata 3 (doktor) pada beberapa universitas yang ada di D.I Yogyakarta. Mahasiswa Aceh perantauan menetap dibeberapa asrama Aceh dan kos-kosan yang tersebar di Kota Yogyakarta, Kabupaten Sleman, dan Kabupaten Bantul. Secara geografis tempat tinggal mereka berjauhan antara satu sama lainnya sehingga dengan adanya HIMPASAY sebagai sebuah lembaga yang menjadi wadah untuk silaturahmi dan diskusi. Hal ini, dipandang dapat memudahkan penulis dalam melakukan penelitian. Adapun penelitian yang penulis lakukan terfokus kepada mahasiswa Aceh perantauan yang menetap dan berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai objek penelitian. Namu

⁴¹ Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), hal. 26.

hal ini, juga tidak terlepas dari peran komunitasnya terkait kecemasan sosial dan *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Sumber Data

Dalam rangka menghasilkan data yang valid untuk penelitian yang dilakukan oleh penulis, terdapat dua jenis data yang digunakan, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang dikumpulkan penulis secara langsung dari dokumentasi lapangan, observasi, dan wawancara dengan mahasiswa Aceh perantaraan. Data primer juga berasal dari dokumentasi yang dikumpulkan secara langsung oleh penulis selama penelitian ini. Data yang diperoleh melalui cara tidak langsung dari sumber penelitian sebelumnya dianggap sebagai data sekunder dalam penelitian ini. Data sekunder dapat berupa laporan penelitian, buku, artikel, media cetak dan online, dan berbagai dokumen lainnya yang terkait dengan subjek penelitian. Data sekunder dapat berupa laporan penelitian, buku, artikel, media cetak dan online, dan berbagai dokumen lainnya yang terkait dengan subjek penelitian.⁴²

⁴² Ali Maksum, *Data Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian* (Bandung: Cakrawala, 2012), hal. 23.

3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam studi ini, dilakukan usaha untuk menghimpun informasi dengan menerapkan teknik-teknik sebagai berikut :

a. Observasi

Observasi merupakan suatu metode pengamatan yang dilakukan oleh penulis secara langsung terhadap objek penelitian.⁴³ Dalam penelitian ini, penulis melakukan observasi yang berfokus terhadap kecemasan sosial dan *subjective well-being* yang dialami oleh mahasiswa Aceh perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penulis melakukan observasi yang berkaitan dengan kondisi mereka dalam jangka waktu observasi hampir satu tahun enan bulan lamanya. Dalam observasi ini, penulis mengamati juga terkait pengaruh situasi akademik, sosial dan budaya yang berkaitan dengan mahasiswa Aceh perantauan yang mereka hadapi. Hal ini meliputi, kondisi dan profil mahasiswa Aceh perantauan yang tergabung dalam Himpunan Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta, baik kegiatan mereka serta sosial dan budaya keacehan yang ada. Selanjutnya bagaimana kecemasan sosial yang berpengaruh dan dialami oleh mahasiswa Aceh perantauan.

⁴³ Serdamayanti, *Metodologi Penelitian* (Bandung: Mandar Maju, 2011), hal. 75

Kemudian, juga mengamati upaya peningkatan *subjective well-being* terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa Aceh perantauan di D.I Yogyakarta yang tergabung dalam Himpunan Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta.

b. Wawancara

Tahap selanjutnya dalam penelitian ini dalam pengumpulan data yaitu wawancara. Dalam proses ini, penulis mengumpulkan data beragam informasi dari informan secara langsung dari mahasiswa Aceh perantauan. Informan dalam penulisan ini berjumlah sembilan orang mahasiswa Aceh perantauan satu diantara sembilan orang tersebut yaitu ketua umum HIMPASAY dalam rangka memperoleh data lengkap terkait data mahasiswa Aceh perantauan, kondisi dan kegiatan selama ini di wawancara pada tanggal 13 Juli 2023. Kemudian, informen selanjutnya yaitu delapan orang mahasiswa Aceh perantauan yang menempuh pendidikan di tiga kampus yang berbeda serta secara umur dan jenis kamin yang berbeda. Dalam proses pengambilan data ini penulis peroleh baik berupa dengan tanya jawab secara langsung yang penulis lakukan maupun dengan cara percakapan lainnya yang bersifat perlukan dan penting untuk menghasilkan informasi terkait dengan

permasalahan yang penulis teliti. Delapan informen tersebut adalah Ampon diwawancara pada tanggal 28 Juli 2023, saudari Nabon diwawancara pada tanggal 27 Juli 2023, saudara Mae diwawancara pada tanggal 25 Juli 2023. Kemudian, saudari Cut diwawancara pada tanggal 26 Juli 2023, Iflah diwawancara pada tanggal 24 Juli 2023, Ramulah diwawancara pada tanggal 23 Juli 2023, Fatimah diwawancara pada tanggal 29 Juli 2023. Selanjutnya wawancara dengan saudara Boy pada tanggal 30 Juli 2023.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan tahapan pengumpulan informasi yang berasal dari berbagai sumber literatur seperti buku, artikel, dan berita dari media online yang berkaitan dengan permasalahan yang sedang diinvestigasi.⁴⁴ Dalam hal ini penulis dalam penelitian mengutip dokumen yang membahas tentang isu-isu sosial, budaya, dan akademik terkait kesecamatan sosial dan *subjektiv will-being* yang dialami individu baik nasional dan internasional.

⁴⁴ Raco, *Metode Penelitian Kualitatif* (Grasindo: Jakarta, 2010), 116.

4. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa teknik yang digunakan untuk menganalisis data, yaitu sebagai berikut:

a. Menghimpun data

Proses pengumpulan data dilakukan melalui tahapan studi pendahuluan. Tahapan ini bertujuan untuk memverifikasi dan membuktikan kebenaran fenomena yang terjadi pada mahasiswa Aceh perantauan. Selama proses pengumpulan data penelitian ini, penulis telah menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, seperti observasi selama satu tahun enam bulan, wawancara dengan sembilan mahasiswa Aceh perantauan, dan dokumentasi dari buku, jurnal, dan berita online terkait penelitian ini.

b. Tahap reduksi data

Pada langkah ini, penulis melakukan proses pengurangan dan modifikasi data yang berupa informasi yang masih belum terstruktur yang dari mahasiswa Aceh perantauan. Di sisi lain, langkah ini juga berfungsi sebagai langkah pemilahan data secara berkesinambungan untuk menghasilkan sebanyak mungkin data yang diperlukan oleh penulis.

c. Tahap Penyajian Data atau Data Display.

Pada tahap ini, penulis menata informasi yang telah diperoleh dari mahasiswa Aceh perantauan berdasarkan hasil reduksi data. Tahap ini bertujuan untuk memperoleh informasi mahasiswa Aceh perantauan yang terstruktur secara ilmiah agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

d. Penarikan kesimpulan

Tahap tersebut dalam penulisan ini adalah tahap di mana informasi dan hasil penelitian penulis kumpulkan dan disusun agar dapat dipahami dengan lebih mudah.

5. Uji keabsahan

Untuk memastikan keabsahan dan kredibilitas data dalam penulisan ini, peneliti menggunakan metode triangulasi. Terdapat tiga poin dalam triangulasi yang digunakan untuk menguji keabsahan data penelitian, yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu.⁴⁵

a. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber adalah suatu proses yang digunakan untuk memverifikasi dan menguji keandalan data yang diperoleh dari berbagai sumber

⁴⁵ Bachtiar S Bachri, "Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif," *Jurnal Teknologi Pendidikan* 10, Vol. 1 (2010): 46–62.

yang telah ditentukan. Hasil yang diperoleh oleh penulis dalam bentuk kesimpulan diperiksa melalui kesepakatan dari sumber-sumber tersebut.

b. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik merupakan suatu cara yang digunakan untuk memeriksa keabsahan data dengan membandingkan sumber yang sama namun menggunakan teknik yang berbeda. Dalam proses triangulasi teknik, penulis memverifikasi apakah data yang diperoleh akurat atau tidak.

c. Triangulasi Waktu

Triangulasi waktu adalah aspek yang sangat penting dalam proses pengumpulan data yang dapat dipercaya, karena data yang diperoleh dari seorang informan dapat berubah-ubah. Oleh karenanya, Triangulasi waktu merupakan metode yang dapat digunakan untuk memverifikasi kebenaran informasi yang diberikan dengan menggunakan teknik pengumpulan data pada waktu dan tempat yang berbeda. Dengan melakukan pengecekan ini, data yang diperoleh menjadi lebih valid dan kredibel.⁴⁶

⁴⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Cetakan 19 (Bandung: CV. Alfabeta, 2013), 273–274.

G. Sistematika Pembahasan

Bab I adalah bagian awal yang disajikan oleh penulis dalam penulisan ini. Dalam bab ini, penulis menguraikan latar belakang masalah penelitian. Setelah menyimpulkan masalah berdasarkan fenomena dan permasalahan yang terjadi, penulis kemudian melanjutkan dengan merumuskan masalah dan tujuan dari penulisan ini. Selanjutnya, penulis menyajikan tinjauan pustaka yang relevan dan tinjauan teori yang penulis angkat untuk melihat lebih lanjut tentang kecemasan sosial dan *subjective well-being*. Kemudian, metode penelitian yang digunakan penulis untuk menjelaskan dan menganalisis permasalahan penelitian. Selanjutnya, terdapat sistematika pembahasan yang menjelaskan poin-poin yang dibahas dalam bab tesis ini.

Bab II pada bab ini bagian awal membahas tentang bagian hasil penelitian dan pembahasan dimana mendeskripsi dan analisis data dari penelitian yang dilakukan. Bab ini membahas tentang problematika mahasiswa Aceh perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta. Pada bab ini, penulis membahas terkait kondisi secara menyeluruh mahasiswa Aceh perantauan yang meliputi data organisasi dan asrama mahasiswa Aceh perantauan. Kemudian, kehidupan keseharian mahasiswa Aceh perantauan yang tergabung dalam Himpunan Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta, baik fungsi dan

sosial dan budaya. Kemudian, profil mahasiswa Aceh perantauan

Pada bab III, yaitu membahas tentang kecemasan sosial mahasiswa Aceh perantauan di Daerah Istimewa Yogyakarta. Dalam bab ini, penulis menyajikan terkait bagaimana bentuk-bentuk kecemasan sosial yang dialami oleh mahasiswa Aceh perantauan serta faktor-faktor penyebab terjadinya kecemasan sosial pada mahasiswa Aceh perantauan. Kemudian, mengkategorisasikan tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa Aceh perantauan baik dari kecemasan ringan, kecemasan sedang dan kecemasan berat.

Bab IV. Bab ini ini menggambarkan bagaimana *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial di Daerah Istimewa Yogyakarta serta faktor-faktor yang mempengaruhi terhadap peningkatan *subjective well-being*. Kemudian, membahas tentang dimensi yang mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan.

Bab terakhir dalam tesis ini adalah Bab V sebagai bab penutup. Pada bab ini, penulis menyampaikan dua poin penting, yaitu kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan dan saran sebagai masukan bagi pihak terkait dengan penelitian tersebut. Di akhir tesis ini, penulis juga menyertakan daftar pustaka, lampiran, dan daftar riwayat hidup.

BAB V

PENUTUP

Dalam bab ini, penulis akan mengungkapkan secara rinci hasil akhir dari penelitian yang telah dilakukan. Hasil ini mencakup temuan-temuan utama yang ditemukan berdasarkan analisis data dan informasi yang telah dikumpulkan sepanjang proses penelitian. Kesimpulan dari penelitian ini akan memberikan gambaran menyeluruh. Dengan demikian, bab ini merupakan bagian penting dari penelitian, karena menyajikan temuan dan kesimpulan dari upaya penelitian yang telah dilakukan, serta memberikan sumbangsih berharga bagi perkembangan pengetahuan di masa mendatang.

A. Kesimpulan

Penulis menyimpulkan bahwa kecemasan sosial adalah fenomena di mana seseorang harus berhadapan dengan lingkungan sosial barunya, sehingga seseorang diharuskan melakukan interaksi dengan individu atau kelompok lainnya sehingga mengakibatkan kekhawatiran, gugup dan takut menghadapi realitas sosialnya. pada mahasiswa Aceh perantauan untuk memenuhi peran sebagai mahasiswa Aceh perantauan dapat mengakibatkan tekanan psikologis dan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa asli Yogyakarta yang memiliki pemahaman dan wawasan sosial dan budaya di Yogyakarta. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana dukungan keluarga dan teman dekat memainkan peran

terhadap *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : *Pertama* kecemasan sosial yang dihadapi seperti masalah dengan berinteraksi dengan orang lain, tidak percaya diri, dan cemas menghadapi lingkungan sosial. Cemas menghadapi situasi sosial seperti perasaan takut, ragu, cemas, dan gelisah pada saat menghadapi situasi sosial. Kemudian, kesulitan berinteraksi dengan orang lain timbulnya perasaan seperti takut, ragu, kurang nyaman, cemas dan gugup ketika berinteraksi dengan orang lain. Kemudian, tidak percaya diri adanya perasaan minder dan tidak percaya diri yang dialami. Hal ini dapat dilihat namun ada perbedaan tingkat kecemasan yang dialami baik itu tingkat kecemasan ringan, sedang dan berat.

Kedua, *subjective well-being* mahasiswa Aceh perantauan yang mengalami kecemasan sosial. Faktor-faktor yang berpengaruh sebagai berikut: *Pertama*, jenis kelamin, ketika adanya dukungan teman dengan jenis kelamin yang sama dapat berpengaruh terhadap peningkatan *subjective well-being* kearah yang lebih positif. *Kedua*, tujuan ketika tujuan tercapai adanya pengaruh positif. *Ketiga*, religius seperti tawakal, sabar, ikhlas, doa dan menunaikan shalat dapat meningkatkan *subjective well-being* kearah yang lebih positif. *Keempat*, kepribadian jika kepribadian *ekstrovert* dapat meningkatkan *subjective well-being* kearah yang lebih

positif. *Kelima*, hubungan sosial dengan adanya dukungan keluarga dan teman dekat dapat meningkatkan *subjective well-being* kearah yang lebih positif .

B. Saran

Saran yang diajukan oleh penulis untuk penelitian berikutnya adalah untuk lebih mendalami dalam mengeksplorasi perbedaan dan dampak yang diakibatkan oleh kecemasan sosial pada mahasiswa pribumi dan pendatang dalam meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa secara umum. Penelitian ini disarankan untuk menggunakan pendekatan kuantitatif, yang memungkinkan analisis yang lebih terperinci. Selain itu, dalam penyelidikan ini, akan sangat bermanfaat untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang juga mungkin memainkan peran dalam pengaruh sumber daya yang dimiliki oleh mahasiswa secara umum.

Untuk menghasilkan temuan yang lebih komprehensif, diharapkan agar penelitian ini melibatkan sejumlah partisipan yang lebih besar. Dengan melibatkan kelompok yang lebih beragam mahasiswa, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam dan holistik tentang berbagai situasi yang mereka hadapi dalam skala yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Antony, dan Swinson. *Shyness & Social Anxiety Workbook* (2nd). Canada: New Harbinger Publication, Inc, 2008.
- Ayu, Lodiana. *Psikologi Sosial 1: Diperbanyak Hanya Untuk Kalangan Sendiri*. Medan : Universitas Medan Area, 2010.
- Bahri, Syaiful. *Guru dan Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif Suatu Pendekatan Teoritis Psikologis*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006.
- Butler, Gillian. *Overcoming Social Anxiety and Shyness: A self-help using Cognitive Behavioral Techniques*. New York: Basic Book. 2008.
- Brecht, Grant. *Sorting Our Stress Mengenal dan Menanggulangi Stress*. Jakarta: Prenhalindo, 2000.
- Dayakisni, Tri. *Psikologi Lintas Budaya*. Malang : UMM Press. 2012.
- Diener. E.D, Lucas, R. E., dan Oishi, S., *Subjective well-being: The science of happiness and life statisfication (2nd ed.)*, Oxford: Oxford University Press. 2005.
- Eddington dan Shuman. *Subjective Well-being (Happiness)*, California: Continuing Psychology Education Inc, 2008.
- Effendi. *Sumber Daya Manusia Peluang Kerja dan Kemiskinan*. Yogyakarta: Tiara Wacana, 1995.
- Gerungan. *Psikologis Sosial*. Bandung: PT. Refika Aditama, 2010.
- Gunarsah. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001.
- Herma. "Pelaksanaan Akad Nikah di Luar KUA pada Masa Pandemi Covid-19". *Skripsi IAIN Metro*, 2021.
- Lubis, Namora Lumongga. *Depresi Tinjau Psikologis*. Jakarta: Kencana, 2009.

- Maksum, Ali. *Data Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian*. Bandung: Cakrawala, 2012.
- Maqhfirah, “Makna Hidup Pada Wanita Dewasa yang Terlambat Menikah” *Skripsi Universitas Medan Area Medan*, 2009.
- Mardalis. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006.
- Mastuti dan Aswi. *Kiat Percaya Diri*. Jakarta: PT Buku Kita, 2008.
- Metia, Cut. “Pengaruh Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap subjective wellbeing melalui Mediator Optimisme pada Muslim Penyintas Covid-19”, *Disertasi Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*, 2023
- Musriani, Vivin. “Penyebab Perilaku Kurang Percaya Diri Saat Pembelajaran Bahasa Indonesia Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 4 Tanggul”. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Jember*, 2020.
- O’Connor, Elodie. “Student Well-Being: A Dimension of Subjective Well-Being ?” *Bachelor of Arts (Honours) Degree School of Psychology, Thesis Deakin University*, 2005.
- Raco. *Metode Penelitian Kualitatif*. Grasindo: Jakarta, 2010.
- Rahma, Ulfia. *Bimbingan Karier Siswa*. Malang: UIN Maliki Press, 2010.
- Ramaiah, Savitri. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003.
- Rapee, M. R. *Overcaming Shyness and Social Phobia Chapter II*. Australia: Lifestyle Press, 1998.
- Rasyid Al-uwaid. Muhammad, *Telat Menikah tapi Bahagia*. Jakarta Timur: Al Itishom Cahaya Umat, 2005.
- Santrock, J. W. *Life-span development*. Jakarta: Erlangga, 2002.

Serdamayanti, *Metodologi Penelitian*. Bandung: Mandar Maju, 2011.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, Cetakan 19*. Bandung: CV. Alfabeta, 2013.

Walgito. *Psikologi Sosial: Suatu Pengantar*. Yogyakarta: Andi Offset, 2007.

Wawancara dengan Ampon pada tanggal 28 Juli 2023

Wawancara dengan Boy pada tanggal 30 Juli 2023

Wawancara dengan Cut pada tanggal 26 Juli 2023

Wawancara dengan Fatimah pada tanggal 29 Juli 2023

Wawancara dengan Iflah pada tanggal 24 Juli 2023

Wawancara dengan Ketua Umum Himpunan Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta 2023-2024 pada tanggal 13 Juli 2023

Wawancara dengan Mae pada tanggal 25 Juli 2023

Wawancara dengan Nabon pada tanggal 27 Juli 2023

Wawancara dengan Ramulah pada tanggal 23 Juli 2023

JURNAL

Al Makin, “Identitas Keacehan dalam Isu-Isu Syariatisasi, Kristenisasi, Aliran Sesat, dan Hegemoni Barat”, *ISLAMICA: Jurnal Studi Keislaman* 11, No. 1 (2016): 113-134.

Amelia Susanto Putri dan Anggaunita Kiranantika, “Segregasi Sosial Mahasiswa Perantau di Yogyakarta”, *IJSED: Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development* 2 No. 1 (2020): 49-57.

Bachtiar S. Bachri, “Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif,” *Jurnal Teknologi Pendidikan* 10, Vol. 1 (2010): 46–62.

- Bolanle A. Olaniran, Social Skills Acquisition: A Closer Look At Foreign Students on College Campuses and Factors Influencing Their Level of Social Difficulty In Social Situations, *Communication Studies* 47, No. 2 (1996): 72-88.
- Bram Kristian Santoso. IGAA Noviekayati. dan Amherstia Pasca Rina, “Kecemasan sosial pada remaja akhir : Bagaimana peranan adiksi media sosial”, *INNER: Journal of Psychological Research* 2, No. 3 (2022): 373-384.
- Buwaizhi, Rini Iswari, dan Asma Luthfi. “Ekspresi Identitas Keacehan Dalam Interaksi Sosial di Tengah Lingkungan Non-Syariat Islam (Studi Kasus pada Komunitas Ikatan Pelajar Aceh Semarang)”. *SOLIDARITAS* 6, No. 1 (2017): 21-38.
- Coutinho, S. A., & Woolery, L. M, “The Need For Cognition And Life Satisfaction Among College Students”, *College Student Journal* 2, No. 38 (2004): 203–206.
- Darma Syahrullah Ekajaya dan Jufriadi, “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Klas Iia Muaro Padang”, *Jurnal PSYCHE* 165 12, No. 1, (2019): 93-102.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E, “Personality, Culture, And Subjective Well-Being: Emotional And Cognitive Evaluations Of Life”, *Annual Review of Psychology* 54, (2003): 403–425.
- Diener. E dan Myers. D, “Psychological Science Human Well-Being And Economic Goals”, *Neva Goodwin* 3, No. 6 (1995): 10-19.
- Diener. E dan Seligman. M. E. P, “Very happy people”, *Psychological Science* 13, (2002): 81-84.
- Ed Diener and Katherine Ryan, "Subjective Well-Being : A General Overview", *South African Journal of Psychology* 39, No. 4 (2015): 391-406.

- Ed Diener, "Subjective Well Being: The Science of Happiness and a Proposal for National Index", *American Psychologist* 55, No. 1 (2000): 34.
- Ed Diener, "Subjective Well-Being", *Psychological Bulletin* 95, No. 3 (1984): 542-575.
- Ed Diener, Shigehiro Oishi, and Richard E. Lucas, "Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life", *Annual Review of Psychology*, 54 (2003), 403-425.
- Ed Diener, Shigehiro Oishi, and Richard E. Lucas, "Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction", *Psychology, Social Psychology, Clinical Psychology*, (2009): 1-16.
- Eileen Trzcinski and Elke Holst, "Gender Differences in Subjective Well-Being In and Out of Management Positions", *Social Indicators Research* 107, No. 3 (2010): 449-463.
- Evelynta br. Bukit & Yohanes Heri Widodo, "Tingkat Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Perantau Berdomisili di Yogyakarta", *Solution: Jurnal of Counseling and Personal Development* 4, No 1 (2022): 44-49.
- Fatih Azka, Dendih Fredi Firdaus dan Elisa Kurniadewi. "Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa". *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, No. 2, (2018): 201-210.
- Fitria Rachmawaty, "Peran Pola Asuh Orang Tua terhadap Kecemasan Sosial pada Remaja", *JURNAL PSIKOLOGI TABULARASA* 10, No. 1 (2015): 31-42.
- La Greca, "Social Anxiety Among Adolescent: Linkages with Peer Relationship", *Journal of Abnormal Child Psychology* 26, No. 2 (1998): 83-94
- Larsen. R. J dan Ketelaar. T, "Personality And Susceptibility To Positive And Negative Emotional States", *Journal of*

Personality and Social Psychology, 61 No. 1(1991): 132-140.

- Lee. J, Koesker. G.F, dan Sales. E, “Social Support Buffering Of Acculturative Stress: A Study Of Mental Health Symptoms Among Korean International Students”. *International Journal of Intercultural Relations* 28, Vol. 5 (2004): 399-414.
- Marshellena Devinta / Nur Hidayah dan Grendi Hendrastomo, "Fenomena (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta", *Jurnal Pendidikan Sosiologi* 2015 12, Vol. 1 (2019): 1-25.
- Muflihah Azahra Iska Hasibuan, Novia Anindhita, Nurul Hikmah Maulida, dan Fuad Nashori, “Hubungan Antara Amanah dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Perantau”, *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3. No. 1 (2018): 101-116.
- Murti Mujamiasih, Rahmawati Prihastuty, and Sugeng Hariyadi, “Subjective Well-Being (SWB): Studi Indigenous Karyawan Bersuku Jawa”, *Journal of Social and Industrial Psychology* 2, No. 2 (2013): 36-42.
- Nanxi Yana, Jessica De Bloom dan Elizabeth Halpenny, “Integrative Review : Vacations and Subjective Well-being”, *JOURNAL OF LEISURE RESEARCH*. (2023): 1-30
- Scherto Gill, “Overseas Students’ Intercultural Adaptation as Intercultural Learning: A Transformative Framework”, *Compare: A Journal of Comparative and International Education* 37, No. 2, (2007): 167-183.
- Schlenker dan Leary, “Social Anxiety and Self-Presentation A Conseptualization and Model”, *Psychology Bulletin* 92, No. 3 (1982): 641-669
- Sri Astuti A. Samad, “Agama, Budaya dan Perubahan Sosial Perspektif Pendidikan Islam di Aceh”, *Jurnal Mudarrisuna* 7, No. 1 (2017): 25-46.

- Stefan G. Hofmann, Anu Asnaani, dan Devon E. Hinton, “Cultural Aspects In Social Anxiety And Social Anxiety Disorder”, *DEPRESSION AND ANXIETY*, 27 (2010): 1117–1127.
- Utami. M. S, “Keterlibatan dalam Kegiatan dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa”. *Jurnal Psikologi* 36, Vol. 2 (2009), 144–163.
- Wen-Chun Chang, “Identity, Gender, and Subjective Well-Being”, *Review of Social Economy* 69, No. 1 (2011): 97-121.
- Werner Nell and Sebastiaan Rothmann, “Hope, Religiosity, and Subjective Well-Being”, *Journal of Psychology in Africa* 28, No. 4 (2018): 253-260.
- Widia Sartika, “Masalah-Masalah Interaksi Sosial Siswa dengan Teman Sebaya di Sekolah”, *Jurnal Ilmiah Konseling* 2, No. 1, (2013): 157.

WEB

- <https://fk.uii.ac.id/kenaikan-angka-dan-temuan-pesan-kematian-kasus-bunuh-diri-di-yogyakarta-pada-era-pandemi/> di akses pada tanggal 16 Agustus 2023
- <https://jogja.solopos.com/daerah-dengan-angka-kriminalitas-tertinggi-di-diy-tahun-2022-sleman-nomor-satu-1662040> di akses pada tanggal 16 Agustus 2023
- <https://jogjapolitan.harianjogja.com/read/2020/08/02/510/1046059/lebih-dari-60.000-mahasiswa-saat-ini-memilih-meninggalkan-jogja> di akses pada tanggal 15 Desember 2023.
- https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/3400/api_pub/cmdTdG5vU0IwKzBFR20rQnpuZEYzd09/da_04/1 di akses pada tanggal 20 Agustus 2023.
- https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/3400/api_pub/dnF4TTdwbEcwbTFHazAwZUtOMVRBQT09/da_04/1 di akses pada tanggal 20 Agustus 2023.

<https://www.gatra.com/news-575903-kesehatan-empat-kasus-bunuh-diri-dalam-5-hari-total-30-warga-yogyakarta-akhiri-hidup-tahun-ini.html> di akses pada tanggal 16 Agustus 2023

