



## **KOMUNIKASI ORANG TUA DAN TINGKAT STRES MAHASISWA PERANTAUAN PADA LARANGAN MUDIK COVID-19**

**Ahmad Khairul Nuzuli**

### **ABSTRACT**

*This research is motivated by a ban on going home which is treated by the government as a result of the Pandemic Covid-19. This study aims to see whether there is an influence between the intensity of communication with parents on the level of stress in overseas students who cannot go home. The paradigm of this research is positive, with explanatory type. The theoretical foundation in this study is the Reference Group Theory. The theory used to explain the effect of communication intensity with parents (Independent Variable) in reducing stress levels in overseas students of Amikom University Yogyakarta after the Covid-19 pandemic homecoming ban (dependent variable) is the theory of the Hyman referral group. The sample in this study were 50 overseas students of Amikom University in Yogyakarta who did not go home to their hometown. The results showed a significant influence between the variables of communication intensity with parents (X) on stress levels in overseas students of Amikom University Yogyakarta (Y)*

*Keywords: Communication With Parents; Covid-19; Stress Level.*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh larangan mudik yang diberlakukan oleh pemerintah sebagai hasil dari Pandemi Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada pengaruh antara intensitas komunikasi dengan orang tua terhadap tingkat stres pada siswa rantau yang tidak bisa pulang. Paradigma penelitian ini adalah positivistic dengan tipe eksplanatori. Landasan teoritis dalam penelitian ini adalah *Referensi Group Theory*. Teori yang digunakan untuk menjelaskan pengaruh intensitas komunikasi dengan orang tua (Variabel Independen) dalam mengurangi tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta pasca larangan mudik pandemi Covid-19 (Variabel Dependen) adalah teori kelompok rujukan Hyman. Sampel dalam penelitian ini adalah 50 mahasiswa luar negeri dari Universitas Amikom di Yogyakarta yang tidak pulang ke kampung halaman. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang signifikan antara variabel intensitas komunikasi dengan orang tua (X) pada tingkat stres pada mahasiswa luar negeri Universitas Amikom Yogyakarta (Y)

**Kata Kunci:** Komunikasi Orang Tua; Covid-19; Tingkat Stres.

### **PENDAHULUAN**

Yogyakarta merupakan sebuah daerah yang mendapat julukan kota pelajar. Menurut Aswin (2017) setidaknya kurang lebih 60 kampus yang ada di kota Yogyakarta dan sekitarnya. Selain banyaknya kampus, julukan kota pelajar juga diberikan karena tingginya minat mahasiswa untuk menuntun ilmu bahkan ada



yang merantau ke Yogyakarta. Mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) diidentikan dengan orang yang sedang menimba ilmu di sebuah perguruan tinggi.

Sejalan dengan pendapat (Hartaji, 2012), mengemukakan bahwa istilah mahasiswa mengacu pada seseorang yang belajar dan terdaftar di sebuah perguruan tinggi, seperti akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Sedangkan merantau menurut KBBI memiliki arti berlayar atau berpindah ke negeri (daerah) lain atau tanah rantau untuk mencari kehidupan (nafkah), menuntut ilmu dan sebagainya. Universitas Amikom Yogyakarta merupakan salah satu Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di kota Yogyakarta. Amikom merupakan salah satu perguruan tinggi yang mempunyai banyak mahasiswa yang berasal dari luar daerah (Perantau).

Saat ini, mahasiswa perantau menghadapi persoalan larangan mudik dari pemerintah, dalam mencegah penyebaran Covid-19 antar daerah di Indonesia. Larangan ini terbit dalam pidato Presiden RI pada rapat terbatas yang disiarkan di *Youtube* kepresidenan, bahkan sebelumnya larangan mudik sudah diberlakukan untuk kalangan Tentara Nasional Indonesia (TNI), Polisi Republik Indonesia (Polri), Pegawai Badan Usaha Milik Negara (BUMN) dan Aparatur Sipil Negara (ASN) (Dharmastuti, 2020). Mahardika (2020) mengatakan bahwa imbauan *stay at home* berdampak pada kesehatan mental mahasiswa.

Diana Setyawati dalam (Mahardika, 2020) mengatakan bahwa kesehatan mental mahasiswa ditengah pandemik harus sangat diperhatikan karena sebagai perantau para mahasiswa atau pelajar sangat rentan mengalami gangguan kesehatan mental. Hal ini dikarenakan pandemik Covid-19 yang tidak kunjung usai. Jika ada 10.000 mahasiswa ada kemungkinan 2000 mahasiswa yang perlu mendapatkan perhatian kesehatan mental (Mahardika, 2020).

Sejalan dengan pendapat (Yoanita, 2020) mengatakan bahwa mahasiswa dan pelajar rentan mengalami gangguan kesehatan mental selama pandemi Covid-19, karena selama ini mereka terbiasa dengan aktivitas pertemanan dan perkuliahan



lalu berubah dalam sekejap. Menurut Wahyuni (2015) *Homesick* merupakan salah satu bentuk stres yang dialami oleh perantau akibat lokasi geografis yang jauh dari keluarga. *Homesick* dapat merubah suasana hati dan menghambat aktivitas sehari-hari seseorang.

Yoanita (2020) mengatakan komunikasi yang baik antara orang tua dan anak merupakan salah satu faktor penting dalam mengurangi gangguan kesehatan mental dan stres pada mahasiswa atau pelajar perantauan yang penuh tekanan. Kesehatan mental merupakan hal yang harus dijaga ditengah pandemic Covid-19 dikarenakan panik dan stres bisa menurunkan daya tahan tubuh ditengah corona (Purwitasari, 2020). Wiene Dewi dalam (Purwitasari, 2020) mengatakan bahwa berfikir positif dan tenang merupakan hal yang sangat penting dalam mengurangi stres, hal ini dikarenakan daya tahan tubuh tidak melemah.

Dari beberapa data tentang rentannya stres yang dialami oleh mahasiswa perantau dan pentingnya komunikasi orang tua dan mahasiswa perantau, maka peneliti tertarik meneliti tentang pengaruh intensitas komunikasi dengan orang tua dalam mengurangi tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta pasca larangan mudik pendemi Covid-19. Dalam penelitian sebelumnya, (Hasanah, 2015) mengatakan bahwa komunikasi interpersonal berpengaruh terhadap penurunan problem tekanan emosi mahasiswa. Tekanan emosi mahasiswa dipengaruhi oleh dua faktor, yakni faktor internal yang disebabkan kondisi psikis, dan faktor eksternal dipengaruhi kurikulum kampus dan lingkungan.

Dalam penelitian (Pratidina, 2019) mengatakan bahwa komunikasi efektif dengan orang tua berperan signifikan dalam kemampuan mengontrol diri pada anak remaja. Terdapat berbagai tekanan yang bisa memengaruhi kemampuan remaja dalam mengontrol diri, salah satunya adalah komunikasi dengan orang tua dan teman, agar remaja jauh dari rasa frustrasi (Pratidina 2019). Sedangkan (Hidayati, 2019) mengatakan bahwa komunikasi tatap muka antara orang tua dan anak



berperan sebagai kontroling perilaku anak, khususnya hal-hal yang negative terkait penggunaan gadget.

Secara umum penelitian-penelitian sebelumnya (Hasanah, 2015; Pratidin, 2019; dan Hidayati, 2019) lebih menyoroti pengaruh komunikasi antara orang tua dan anak dalam permasalahan penggunaan gadget, emosi, dan kontrol diri. Sedangkan penelitian ini lebih fokus tentang bagaimana dampak atau pengaruh intensitas komunikasi antara orang tua dan tingkat stres yang dihadapi oleh mahasiswa perantauan yang tinggal jauh dari keluarga. Penelitian (Situmorang, dkk, 2016) mengatakan bahwa komunikasi dan kedekatan anak dengan orang tua berpengaruh positif terhadap perasaan moral, tindakan moral, dan karakter anak secara menyeluruh, menunjukkan bahwa kedekatan orang tua dan anak akan berpengaruh pada karakter sang anak.

Istilah intensitas merujuk pada upaya melakukan suatu usaha (Kartono, 1987). Usaha yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kegiatan komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak. Anak dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantauan yang mengenyam pendidikan di Univeristas Amikom Yogyakarta.

Untuk mengukur sebuah intensitas dalam sebuah komunikasi, (DeVito, 2009) mengatakan terdapat beberapa aspek, yaitu: 1) Frekuensi, merujuk pada tingkat keseringan dalam melakukan kegiatan komunikasi; 2) Durasi, merujuk pada waktu atau lama sebuah aktivitas komunikasi dilakukan; 3) Sejauh apa perhatian terhadap pesan yang diberikan saat aktivitas komunikasi.

Tingkat stres menurut (Smet, 1994) merujuk pada kondisi ketegangan psikologis manusia yang dipengaruhi oleh system biologis, psikologis, dan sosial seorang individu. Taylor dalam (Walia, 2005) mengatakan salah satu penyebab stres adalah dimana kejadian negative yang lebih banyak dari pada kejadian negatif. Dalam penelitian ini kejadian negatif merujuk kepada wabah Covid-19 yang menyerang masyarakat.



Terdapat faktor eksternal dari seorang individu yang bisa menyebabkan stres, yaitu sebuah persoalan relatif besar yang menimpa individu tersebut, dalam hal ini larangan mudik larangan mudik pandemi Covid-19 (Amin, 2007). Tingkat stres dibagi menjadi beberapa tingkatan. *Pertama*, ditandai dengan semangat yang besar, kemampuan dalam menyelesaikan masalah menjadi bertambah dan meningkatnya daya penglihatan; *kedua*, ditandai dengan keluhan energi, perasaan letih ketika bangun pagi, perasaan letih ketika habis makan, dan perasaan letih ketika sore hari yang kadang-kadang diikuti gangguan pencernaan, perasaan tidak tenang, dan jantung yang berdebar; *ketiga*, ditandai dengan otot yang lebih tegang, mengalami gangguan tidur (suka bangun tidur pagi-pagi, susah untuk melanjutkan tidur), perasaan tegang dan gangguan usus lebih meningkat, kadang terasa oyong dan mau pingsan (Hawari, 1997).

*Keempat*, ditandai dengan kehilangan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, hari-hari terasa sulit, suka mimpi yang menegangkan dan terbangun, perasaan takut dan negatif meningkat, konsentrasi menurun; *kelima*, ditandai dengan kelelahan mendalam, melakukan pekerjaan sederhana sudah tidak mampu, gangguan maag dan sukar buang air besar; dan *keenam* ditandai dengan sering pingsan, sesak nafas, badan gemetar dan jantung berdebar sangat keras.

Teori yang digunakan untuk menjelaskan pengaruh intensitas komunikasi dengan orang tua (Variabel Independen) dalam mengurangi tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta pasca larangan mudik pandemi Covid-19 (Variabel Dependen) adalah teori kelompok rujukan Hyman dalam (Rakhmat, 2013). Kelompok rujukan adalah kelompok yang mampu menilai seseorang, memberi serangkaian norma, dan membimbing individu dalam kehidupan. Tingkat stres pada mahasiswa perantauan juga dipengaruhi oleh *social drivernya* dalam lingkungan sosial, yakni orang tua. Orang tua sebagai kelompok rujukan mempunyai pengaruh antara lain; 1) pengaruh informasi, merujuk kepada bagaimana orang tua memberikan gambaran realitas kepada anak berupa petunjuk informasi; 2) Pengaruh nilai ekspresif, merujuk kepada bagaimana orang tua



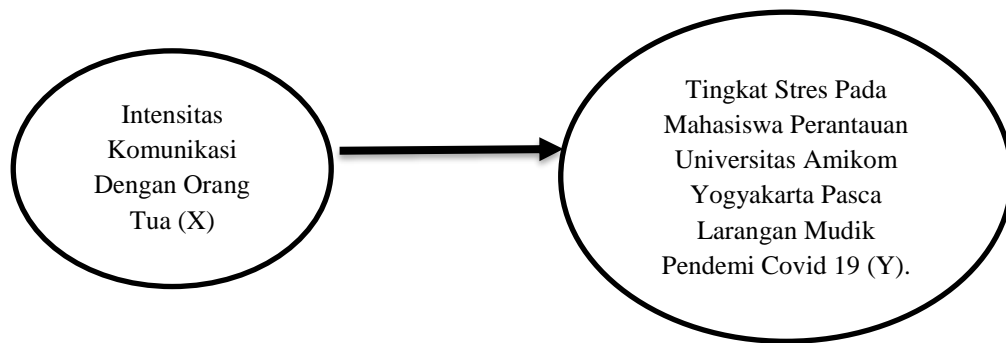
menjadi seseorang yang dikagumi dan memberi perasaan tenang disaat ada masalah dan tekanan; 3) Pengaruh utilitarian atau normatif, merujuk kepada kepatuhan anak terhadap nasehat dan informasi yang diberikan orang tua selaku kelompok rujukan (Engel dkk, 1994).

Seseorang akan cenderung melakukan tindakan yang sama dengan kelompok rujukan yang menjadi acuannya (Rakhmat, 2013). Teori ini juga diperkuat pendapat (Nuzuli, 2019) yang mengatakan bahwa sikap atau perilaku seseorang ditentukan dari intensitasnya berinteraksi dan berkomunikasi dengan kelompok rujukan, salah satunya keluarga.

## **METODOLOGI**

Paradigma penelitian ini adalah paradigma positivistik yang mengarah ke relasi kausalitas antar variabel independen dan dependen. Paradigma mengarahkan penelitian untuk diklasifikasi dengan konsep-konsep tertentu sehingga penelitian ini bisa fokus kepada beberapa konsep saja (Littlejohn, 2011). Adapun variabel independen dalam penelitian intensitas komunikasi dengan orang tua (Variabel Independen) dan tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta pasca larangan mudik pandemi Covid-19 (Variabel Dependent).

Hipotesis tersebut menjelaskan adanya pengaruh intensitas komunikasi dengan orang tua (X) terhadap tingkat stres pada mahasiswa perantauan universitas amikom yogyakarta pasca larangan mudik pandemi Covid-19 (Y). Penelitian ini menggunakan tipe *explanatory*, yaitu jenis penelitian yang menghubungkan atau mencari sebab akibat antara dua atau lebih variabel serta menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya (Sugiyono, 2018). Alasan mendasar peneliti menggunakan *explanatory research* karena penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji pengaruh antara pengaruh intensitas komunikasi dengan orang tua (Variabel Independen) dan tingkat stres pada mahasiswa perantauan universitas amikom yogyakarta pasca larangan mudik pandemi Covid-19 (Variabel Dependent).



Gambar 1. Visualisasi Geometri Hipotesis

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Amikom Yogyakarta yang berasal dari luar daerah atau merantau ke Yogyakarta untuk mengenyam pendidikan. Jumlah Sampel dalam penelitian ini adalah 50 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah proporsive sampling atau penentuan sampel dengan menetapkan kriteria-kriteria yang sebelumnya telah dipertimbangkan (Sugiyono, 2018 ; 68).

Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mahasiswa Aktif Univerisitas Amikom Yogyakarta.
2. Mahasiswa perantau yang berasal dari luar Provinsi Yogyakarta.
3. Mahasiswa yang masih memiliki orang tua (Ayah dan Ibu).
4. Mahasiswa yang aktif berkomunikasi dengan orang tua.
5. Mahasiswa yang terkena dampak larangan tidak mudik, akibat pandemic Covid-19 pada Tahun 2020.

Teknik analisis yang dipakai dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear sederhana. Regresi linear sederhana adalah analisis yang didasarkan uji pembuktian pengaruh antar dua variabel (Sugiyono, 2018). Adapun alat yang digunakan untuk melakukan uji regresi linear sederhana adalah *Statistical Product and Service Solution* (SPSS). Definisi konsep dan definisi operasional variabel intensitas berkomunikasi dengan orang tua merujuk pada upaya melakukan suatu usaha mahasiswa perantauan dalam melakukan aktivitas komunikasi dengan orang tuanya selama larangan mudik pandemic Covid-19. Adapun dimensi dan indikator variabel intensitas berkomunikasi dengan orang tua adalah sebagai berikut.

*Komunikasi Orang Tua dan Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan Pada Larangan Mudik Covid 19*

Ahmad Khairul Nuzuli



Tabel 1. Definisi Operasional Variabel Intensitas Komunikasi Dengan Orang Tua

No	Dimensi	Indikator
1	Frekuensi	Seberapa sering mahasiswa berkomunikasi dengan orang tuanya.
2	Durasi	Berapa lama rata-rata durasi yang dibutuhkan mahasiswa untuk berkomunikasi dengan orang tuanya dalam satu kali.
3	Perhatian	Sejauh mana mahasiswa bisa mengerti pokok pembicaraan selama berkomunikasi dengan orang tua.

Variabel tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta merujuk kepada kondisi gangguan ketegangan psikologis yang disebabkan oleh sistem sosial, psikologis, dan sosial mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta yang tidak bisa mudik selama larangan mudik Covid-19. Variabel intensitas berkomunikasi dengan orang tua merujuk pada upaya melakukan suatu usaha mahasiswa perantauan dalam melakukan aktivitas komunikasi dengan orang tuanya selama larangan mudik pandemic Covid-19.

Dalam operasional variabel intensitas komunikasi dengan orang tua dan tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta, indikator diukur menggunakan pertanyaan-pertanyaan kuesioner, yang jawabannya disusun dari yang tertinggi dan terendah menggunakan skala likert. Skala likert merupakan jenis skala yang digunakan untuk sikap, pendapat, dan persepsi responden (Sugiyono, 2018).

Adapun dimensi dan indikator tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Definisi Operasional Variabel Tingkat Stres Pada Mahasiswa Perantauan Universitas Amikom Yogyakarta

No	Dimensi	Indikator
1	Tingkat pertama	<ul style="list-style-type: none"><li>• Seberapa semangat mahasiswa menjalani hari selama larangan mudik</li></ul>





---

		<ul style="list-style-type: none"><li>• Seberapa besar kemampuan mahasiswa menyelesaikan tugas selama larangan mudik</li><li>• Seberapa besar kemampuan penglihatan anda selama larangan mudik</li></ul>
2	Tingkat Kedua	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apakah mahasiswa mengalami gangguan keletihan setelah bangun pagi selama larangan mudik</li><li>• Apakah mahasiswa mengalami gangguan keletihan setelah habis makan selama larangan mudik</li><li>• Apakah mahasiswa mengalami gangguan keletihan di sore hari makan selama larangan mudik</li></ul>
3	Tingkat Ketiga	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apakah mahasiswa mengalami otot tegang selama larangan mudik</li><li>• Apakah mahasiswa mengalami gangguan tidur selama larangan mudik</li></ul>
4	Tingkat Keempat	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apakah mahasiswa masih bisa melakukan aktivitas sehari-hari dengan normal selama larangan mudik</li><li>• Apakah perasaan cemas dan takut pada mahasiswa meningkat selama larangan mudik</li><li>• Apakah konsentrasi mahasiswa menurun selama larangan mudik</li></ul>
5	Tingkat Kelima	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apakah mahasiswa mengalami keletihan mendalam selama larangan mudik</li><li>• Apakah mahasiswa tidak mampu melakukan pekerjaan kecil/ sederhana selama larangan mudik</li><li>• Apakah mahasiswa mengalami gangguan pencernaan (usus dan magh) selama larangan mudik</li></ul>
6	Tingkat Keenam	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apakah mahasiswa sering mengalami jantung tiba-tiba berdebar kencang selama larangan mudik</li><li>• Apakah mahasiswa sering mengalami pingsan selama larangan mudik</li><li>• Apakah mahasiswa sering mengalami sesak nafas selama larangan mudik</li></ul>

---



Tabel 3. Pengaplikasian Indikator pada Item Instrument Penelitian

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban Responden				
1.	Seberapa kamu berkomunikasi dengan orang tua selama larangan mudik?	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah
2.	Berapa lama rata-rata durasi yang kamu butuhkan untuk satu kali berkomunikasi dengan orang tua?	• Lebih dari 2 jam	• 2 jam menit	• 1 jam	• 30 menit	• Kurang dari 20 menit
3.	Sejauh mana kesaling pahaman bisa terpenuhi dalam proses komunikasimu dengan orang tua selama larangan mudik?	• Sangat paham	• Paham	• Sedang	• Tidak paham	• Sangat tidak paham
4.	Seberapa semangat kamu hari selama larangan mudik?	• Sangat semangat	• Semangat	• Sedang	• Tidak semangat	• Sangat tidak semangat
5.	Seberapa besar kemampuan kamu menyelesaikan tugas selama larangan mudik?	• Sangat besar	• Besar	• Sedang	• Kecil	• Sangat kecil
6.	Seberapa besar kemampuan penglihatanmu selama larangan mudik?	• Sangat besar	• Besar	• Sedang	• Kecil	• Sangat kecil



---

7.	Apakah kamu mengalami gangguan keletihan setelah bangun pagi selama larangan mudik?	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah
8.	Apakah kamu mengalami gangguan keletihan setelah habis makan selama larangan mudik?	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah
9.	Apakah kamu mengalami gangguan keletihan di sore hari makan selama larangan mudik?	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah
10.	Apakah kamu mengalami otot tegang selama larangan mudik	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah
11.	Apakah mahasiswa kamu gangguan tidur selama larangan mudik	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah
12.	Apakah kamu masih bisa melakukan aktivitas sehari-hari dengan normal selama larangan mudik	• Sangat bisa	• Bisa	• Sedang	• Tidak bisa	• Sangat tidak bisa

---



13.	Apakah perasaan cemas dan takutmu meningkat selama larangan mudik?	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah
14.	Apakah konsentrasi kamu menurun selama larangan mudik?	• Sangat setuju	• Setuju	• Sedang	• Tidak setuju	• Sangat tidak setuju
15.	Apakah kamu mengalami kelelahan mendalam selama larangan mudik?	• Sangat setuju	• Setuju	• Sedang	• Tidak setuju	• Sangat tidak setuju
16.	Apakah kamu tidak mampu melakukan pekerjaan kecil/ sederhana selama larangan mudik?	• Sangat setuju	• Setuju	• Sedang	• Tidak setuju	• Sangat tidak setuju
17.	Apakah kamu mengalami gangguan pencernaan (usus dan magh) selama larangan mudik?	• Sangat setuju	• Setuju	• Sedang	• Tidak setuju	• Sangat tidak setuju
18.	Apakah kamu sering mengalami jantung tiba-tiba berdebar kencang selama larangan mudik?	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah



---

19.	Apakah kamu sering mengalami pingsan selama larangan mudik?	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah
20.	Apakah kamu sering mengalami sesak nafas selama larangan mudik?	• Sangat sering	• Sering	• Sedang	• Hampir tidak pernah	• Sangat tidak pernah

---

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Temuan Data

### Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah tahapan untuk mengukur alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data. Valid adalah istilah ketepatan alat ukur dengan apa yang kita ukur (Sugiyono, 2018). Pertanyaan dikatakan valid jika tabel *corrected item-total correlation*nya perpertanyaannya memiliki nilai  $> 0,30$  (Sugiyono, 2018).

Dari tabel 4 bisa dilihat bahwa semua *corrected item-total correlation*nya pertanyaan dalam penelitian ini memiliki nilai  $> 0,30$ . Sehingga, semua pertanyaan dianggap memenuhi unsur validitas.

Reliabilitas merujuk kepada adanya konsistensi dan stabilitas pada variabel dari waktu ke waktu (imam Ghozali, 2016: 47). Sugiyono (2018:121) menjelaskan bahwa sebuah variabel *reliable* jika alpha lebih dari 0,7 dilihat dari tabel *alpha cronbach*.

Dari tabel 5. bisa dilihat bahwa semua variabel memiliki nilai alpha  $> 0.7$  sehingga variabel intensitas komunikasi dengan orang tua (X) dan tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta (Y), memenuhi standar reable untuk dilakukan uji hipotesis.

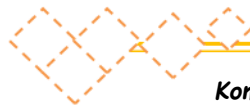


Tabel 4. Uji Validitas Pengaruh Intensitas Komunikasi Dengan Orang Tua terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan Universitas Amikom Yogyakarta Pasca Larangan Mudik Covid-19

No	Variabel	Item	Correlated Item-Total Corelation	Angka Ambang Batas Validitas	Valid
1.	Intensitas Komunikasi Dengan Orang Tua (X)	X1	0.345	> 0.30	√
		X2	0.434	> 0.30	√
		X3	0.562	> 0.30	√
2.	Tingkat Stres Pada Mahasiswa Perantauan Universitas Amikom Yogyakarta (Y)	Y1	0.414	> 0.30	√
		Y2	0.520	> 0.30	√
		Y3	0.343	> 0.30	√
		Y4	0.549	> 0.30	√
		Y5	0.450	> 0.30	√
		Y6	0.348	> 0.30	√
		Y7	0.535	> 0.30	√
		Y8	0.544	> 0.30	√
		Y9	0.455	> 0.30	√
		Y10	0.534	> 0.30	√
		Y11	0.443	> 0.30	√
		Y12	0.545	> 0.30	√
		Y13	0.454	> 0.30	√
		Y14	0.489	> 0.30	√
Y15	0.399	> 0.30	√		
		Y17	0.334	> 0.30	√

Tabel 5. Uji Reabilitas Pengaruh Intensitas Komunikasi Dengan Orang Tua terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan Universitas Amikom Yogyakarta Pasca Larangan Mudik Covid-19

No	Variabel	Cronbach's Alpha	Angka Standar Reliabel	Reliabel
1	Intensitas Komunikasi Dengan Orang Tua (X)	0.738	0.7	√
2	Tingkat Stres Pada Mahasiswa Perantauan Universitas	0.773	0.7	√

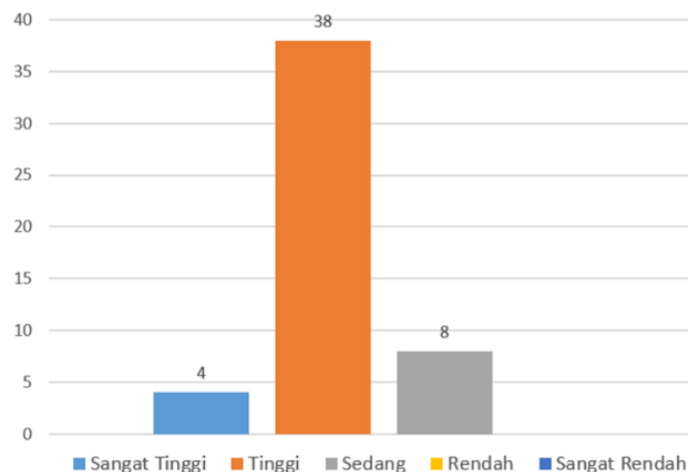


## **Temuan Intensitas Komunikasi Dengan Orang Tua dan Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan Universitas Amikom Yogyakarta Pasca Larangan Mudik Covid-19**

Untuk mengukur jawaban responden mengenai intensitas komunikasi dengan orang tua (X) dan tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta (Y), jawaban responden dibagi menjadi lima kategori kategoris disusun dari yang tertinggi dan terendah menggunakan skala likert. Skala likert merupakan jenis skala yang digunakan untuk sikap, pendapat, dan persepsi responden (Sugiyono, 2018).

Berikut penyajian kategori jawaban responden, dari diagram 1 diketahui mayoritas responden memiliki intensitas berkomunikasi dengan orang tua berada di kategori Tinggi, yakni sebanyak 38 responden. Sedangkan 8 responden berada pada kategori sedang, 4 responden di kategori sangat tinggi. Tidak ada responden yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah.

Diagram 1. Penyajian Temuan Penelitian Variabel Intensitas Komunikasi Dengan Orang Tua

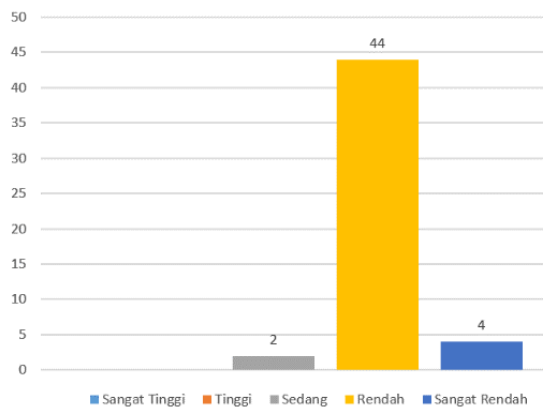


Dari diagram 1.2 diketahui bahwa pada variabel tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta, mayoritas responden berada pada kategori rendah, yakni 44 responden. Hanya 4 responden yang berada pada kategori sangat rendah, dan 2 responden di kategori sedang.



Uji Regresi Linear Sederhana Pengaruh Intensitas Komunikasi Dengan Orang Tua terhadap terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan Universitas Amikom Yogyakarta Pasca Larangan Mudik Covid-19

Diagram 2. Penyajian Temanu Penelitian Variabel Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan Universitas Amikom Yogyakarta Pasca Larangan Mudik Covid-19



Tabel 6. Uji Regresi Linear Sederhana

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients		
1	(Constant)	1.342	.396		3.392	.001
	X	-.158	.100	-.221	-1.572	.003

a. Dependent Variable: Y

Dari tabel 6 diperoleh signifikansi 0,003 lebih kecil dari 0.05, menunjukkan terdapat pengaruh signifikan antara variabel intensitas komunikasi dengan orang tua (X) terhadap tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta (Y). Karena koefisiennya bernilai negatif/minus (-) maka ditarik kesimpulan variabel intensitas komunikasi dengan orang tua (X) berpengaruh negatif terhadap tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta (Y).





## PEMBAHASAN

Dari hasil uji regresi linear sederhana ditemukan bahwa terdapat pengaruh signifikan dengan arah negatif antara variabel intensitas komunikasi dengan orang tua (X) terhadap tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta (Y). Semakin tinggi intensitas mahasiswa berkomunikasi dengan orang tua, maka tingkat stres yang dialaminya semakin rendah. Hal ini mengkonfirmasi bahwa hasil penelitian ini sejalan dengan teori kelompok rujukan, bahwa ketika seseorang melakukan komunikasi keluarga, keluarga telah memiliki fungsi informasi, ekspresif, dan utilitarian atau normative (Engel dkk, 1994).

Hasil uji hipotesis yang signifikan juga menunjukkan bahwa komunikasi dengan orang tua dengan intensitas yang tinggi bisa menjadi salah satu faktor untuk mengurangi stres disaat larangan pulang kampung dan tekanan pandemik Covid-19. Perbedaan hasil penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya (Hasanah, 2015; Pratidina, 2019; dan Hidayati, 2019) terletak pada objek penelitian ini yakni mahasiswa Universitas Amikom yang tinggal atau berada terpisah dengan orang tua.

## SIMPULAN

Penelitian ini mengonfirmasi bahwa pengaruh signifikan dengan arah negatif antara variabel intensitas komunikasi dengan orang tua (X) terhadap tingkat stres pada mahasiswa perantauan Universitas Amikom Yogyakarta (Y). Hal ini menunjukkan bahwa intensitas berkomunikasi dengan orang tua menjadi salah satu faktor penting dalam mengurangi tingkat stres dikalangan mahasiswa perantauan yang tidak bisa mudik ke kampung halaman dengan keluarganya ditengah tekanan Covid-19 di tanah rantau tempat mereka menimba ilmu.

Penelitian ini hanya fokus kepada bagaimana peran komunikasi dengan orang tua memberi pengaruh kepada tingkat stres mahasiswa. Kedepannya diharapkan adanya penelitian yang membahas bagaimana pola komunikasi yang efektif dalam mengurangi tingkat stres dikalangan mahasiswa perantauan yang tidak bisa mudik ke kampung halaman, akibat larangan mudik Covid-19.



## DAFTAR PUSTAKA

- Aswin (2017). “Kenapa Yogyakarta Disebut Kota Pelajar dan Budaya?”. Portalpalapa.com, 20 Januari 2017, <<https://www.portalpalapa.com/forum/thread/1049/Kenapa-Yogyakarta-Disebut-Kota-Pelajar-dan-Budaya->> diakses 20 Juli 2020
- Dharmastuti, Hestiana. (2020). “Poin-poin Penjelasan Terbaru Jokowi Akhirnya Larang Mudik Lebaran Saat Pandemi”, Detik.com, 21 April 2020 <<https://news.detik.com/berita/d-4985790/poin-poin-penjelasan-terbaru-jokowi-akhirnya-larang-mudik-lebaran-saat-pandemi/2>>, diakses 20 Juli 2020
- Devito, Joseph A (2009). *Essentials of Human Communication*. Pearson College Division.
- Engel, James dkk. (1994). *Perilaku Konsumen Jilid 1 (6 th ed)*. Jakarta : Binarupa Aksara.
- Ghozali, Imam. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS* Semarang: Universitas Diponegoro.
- Hawari. (1997). *Alqur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : Dana Bakti Karya Yasa.
- Hasanah, Hasyim (2015) Pengaruh Komunikasi Interpersonal Dalam Menurunkan Problem Tekanan Emosi Berbasis Gender. *Jurnal SAWWA*. 11(1), 51-74.
- Hartaji, D. A. (2012). *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orang tua*. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. (tidak diterbitkan).
- Hidayati, Rahmad. (2019) Peran Orang Tua : Komunikasi Tatap Muka Dalam Mengawal Dampak Gadget Pada Masa Golden Age. *Source : Jurnal Ilmu Komunikasi*. 5(2) , 2-10.
- Kartono, Kartini dan Gulo, Dali. (1987) . *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionir Jaya.
- Littlejohn, Stephen W & Karen A. Foss. (2011). *Teori Komunikasi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Mahardika, Anjar. (2020). “7 Penyebab Gangguan Kecemasan Mahasiswa di Tengah Pandemi Corona”, Detik.com, 17 April 2020 <<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-4980442/7-penyebab-gangguan-kecemasan-mahasiswa-di-tengah-pandemi-corona>>, diakses 20 Juli 2020.
- Nuzuli, Ahmad Khairul. (2019). Pengaruh Intensitas Membaca Travel.Detik.Com dan Interaksi dengan Kelompok Rujukan terhadap Minat untuk Berwisata. *Jurnal Pikma : Publikasi Ilmu Komunikasi Media dan Cinema*. 1 (2), 27-34.



- Perwitasari, Nur Hidayah (2020), “Panik & Stres Bisa Picu Turunnya Daya Tahan Tubuh Saat Wabah Corona”, Tirto.id, 19 Maret 2020 <<https://tirto.id/panik-stres-bisa-picu-turunnya-daya-tahan-tubuh-saat-wabah-corona-eGdA>>, diakses 20 Juli 2020.
- Pratidina, Putu Ayu Onik. (2019). Peran Komunikasi Efektif Orangtua Remaja dan Kontrol Diri terhadap Tingkat Agresivitas Remaja SMA di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana. Edisi Khusus Kesehatan Mental*, 58-67.
- Rakhmat J. (2013). *Psikologi Komunikasi*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Smet (1994) *Psikologi Kesehatan*. Jakarta Grasindo.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Situmorang, dkk. (2016). Pengaruh Kelekatan dan Komunikasi Dengan Orang Tua terhadap Karakter Remaja Perdesaan. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*. 9 (2), 113-123.
- Walia, MM. (2005). *Hidup Tanpa stres*. Jakarta ; Bina Ilmu Populer.
- Wahyuni, Tri. (2015), “Yang Perlu Dilakukan Perantau Saat 'Homesick' Melanda”, CnnIndonesia.com, 21 Januari 2015 <<https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20150121071258-255-26124/yang-perlu-dilakukan-perantau-saat-homesick-melanda>> diakses 20 Juli 2020.
- Yoanita, Desi. (2020). “Rentannya Para Remaja di Masa Pandemi”, Kumparan.com, 4 Mei 2020<<https://kumparan.com/desi-yoanita/rentannya-para-remaja-di-masa-pandemi-1tLbOwth6FX>> diakses 20 Juli 2020.