

HARAPAN ETAM: HOPE PLANT (ORCHIDACEAE) TREATMENT KATARSIS EMOSIONAL MAHASISWA BARU TERINDIKASI HOMESICKNESS

¹⁾Andreas Agung Kristanto, ²⁾Nurlita Adha Apriliani, ³⁾Sri Roman Doni, ⁴⁾Pebria Saputra

¹⁾Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman Samarinda
email: andreasagungk@gmail.com

²⁾Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman Samarinda
email: adhaapriliani@gmail.com

³⁾Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman Samarinda
email: sriromandoni98@gmail.com

⁴⁾Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman Samarinda
email: saputrapebria@gmail.com

ABSTRACT. *The first year of college is a new moment for the new generation of students. These various biases are happy moments or even sad moments. All new students will definitely feel with their family for a while. In order to realize their ideals, they must be willing to leave home and start new habits in their new place. Not infrequently sometimes the new students indicated symptoms of Homesickness. This type of research is quantitative experimental research. Experimental research is research that provides treatment (manipulation) of a research sample (behavior change). In this study, researchers used a group of research subjects from a particular study. Then grouped randomly into two groups, namely the experimental group and the control group. In this study the researchers used a true experimental design. Research on true experimental design is a study in which there were two groups, namely the dick group and the experimental group selected randomly. Data analysis techniques using independent sample T-Test. Before the hypothesis test is carried out, it will first be carried out a descriptive test, normality test, and homogeneity test using SPSS (Statistical Packages for Social Science) computer program version 21.0 Windows. The results of data analysis showed a decrease in the level of anxiety in the subject indicated Homesickness after giving "treatment hope plant orchidaceous" seen from the value of $p = 0.003$ ($p < 0.05$) then H_0 was accepted, so H_1 was rejected which means there was a decrease in anxiety in students. Integrative Government Student of 2017 Mulawarman University Student.*

Keywords: *Homesickness, emotional catharsis, treatment hope plant orchidaceous*

INTISARI. Tahun pertama kuliah merupakan suatu *moment* baru bagi para mahasiswa angkatan baru. *Moment* tersebut beranekaragam bias merupakan *moment* bahagia atau bahkan mement yang sedih. Semua mahasiswa baru pasti akan merasakan dengan keluarganya untuk sementara waktu. Demi mewujudkan cita-cita, mereka harus rela untuk meninggalkan rumah dan memulai kebiasaan baru di tempat barunya. Tak jarang terkadang para mahasiswa baru tersebut terindikasi mengalami gejala *Homesickness*. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang memberikan perlakuan (manipulasi) terhadap suatu sampel penelitian (perubahan perilaku). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan sekelompok subjek penelitian dari suatu penelitian tertentu. Kemudian dikelompokkan lagi secara random menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada penelitian ini peneliti menggunakan bentuk rancangan penelitian *true experimental design*. Penelitian true eksperimental design merupakan penelitian yang dimana ada dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang dipilih secara random. Tehnik analisis data menggunakan *independent sample T-Test*. Sebelum uji hipotesis dilakukan, terlebih dahulu akan dilakukan uji deskriptif, uji normalitas, dan uji homogenitas dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (Statistical Packages for Social Science) versi 21.0 Windows. Hasil analisis data menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada subjek yang terindikasi *Homesickness* setelah diberikannya "*treatment hope plant orchidaceae*" terlihat dari nilai $p=0,003$ ($p<0,05$) maka H_0 diterima, sehingga H_1 ditolak yang artinya ada penurunan kecemasan pada mahasiswa terindikasi *Homesickness* pada Mahasiswa Pemerintahan Integratif Angkatan 2017 Mahasiswa Uiversitas Mulawarman.

Kata kunci: *Homesickness, katarsis emosional, treatment hope plant orchidaceae*

1 PENDAHULUAN

Tahun pertama kuliah merupakan suatu moment baru bagi para mahasiswa baru. Moment tersebut bere-nakaragam bisa merupakan moment bahagia atau bahkan moment yang sedih. Semua mahasiswa baru pasti akan merasakan moment-moment tersebut, tak terkecuali para mahasiswa baru yang berpisah dengan keluarganya untuk sementara waktu. Demi mewujudkan citacita, mereka harus rela untuk meninggalkan rumah dan memulai kebiasaan baru di tempat barunya. Tak jarang terkadang para mahasiswa baru tersebut terindikasi mengalami gejala *Homesickness*. *Homesickness* adalah kerinduan atau gangguan yang disebabkan oleh pisah dari rumah yang sebenarnya (Thurber & Walton, 2012).

Homesickness pada mahasiswa baru menjadi suatu hal yang dapat saja dialami oleh mereka, hal tersebut pasti akan mempengaruhi mahasiswa tersebut untuk beraktivitas. Penderita biasanya merasakan kombinasi depresi dan gejala cemas, perilaku menarik diri, dan kesulitan untuk fokus pada topik yang tidak terkait dengan rumah (Thurber & Walton, 2012). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Poyrazli dan Loez (2007), yang mengatakan bahwa mahasiswa yang lebih muda memang lebih sulit untuk mengatasi stress jika dibandingkan dengan mahasiswa yang lebih tua karena untuk mahasiswa yang lebih tua memiliki faktor pengalaman hidup dan tingkat kemandirian yang lebih tinggi.

Salah satu treatment yang dapat diteliti untuk menyalurkan (katarsis) emosional bagi mahasiswa baru yang terindikasi gejala *Homesickness* ialah dengan *treatment hope plant orchidaceae*, yaitu dengan menjadikan tanaman hias sebagai tanaman harapan. Menurut Syafrezani (2009) adakalanya bunga dapat dipakai untuk mengekspresikan perasaan seseorang. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bunga anggrek (*orchidaceae*) sebagai media dalam memberikan treatment. Menurut Syafrezani (2009) juga menyatakan bahwa anggrek merupakan tanaman yang warnanya lebih menyolok dan bentuknya yang ganjil-ganjil mempesona bagi yang melihatnya. Dalam pemilihan anggrek pun peneliti menggunakan anggrek dengan jenis *dendrobium* karena pemeliharaan yang relatif mudah dan merupakan anggrek yang populer di kalangan masyarakat (Redaksi Trubus, 2005). Dengan bentuknya yang indah, diharapkan orang yang melihatnya dapat mengespresikan emosionalnya, apalagi ditambah dengan memodifikasi tanaman anggrek tersebut menjadi tanaman yang penuh dengan harapan sang pemilik.

Pada suatu studi yang dilaporkan pada *Journal the Relative Benefits of Green Versus Lean Office Space:*

Three Field Experiments (2014) yang dilakukan oleh Profesor S, Alexander Haslam dkk dari University of Queensland. Studi itu menjelaskan bahwa hasilnya, sebagian besar karyawan yang areanya terdapat tanaman hijau dilaporkan ada peningkatan kemampuan dan konsentrasi saat bekerja. Pada prinsipnya, tanaman bisa memperbaiki kualitas udara di suatu ruangan sehingga bisa meningkatkan energi tubuh manusia sehingga seseorang bisa konsentrasi, produktif, dan membuat suasana hati terasa nyaman. Jumlah pekerja yang absen dari pekerjaan karena sakit dipelajari dan diamati. Kemudian mereka ditanya, berapa banyak tanaman yang mereka lihat di atas meja kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin banyak pekerja yang melihat tanaman di atas meja mereka, semakin berkurang jumlah pekerja yang izin meninggalkan pekerjaan karena sakit.

Treatment dengan tanaman hias dapat menjadi solusi bagi para mahasiswa baru yang terindikasi *Homesickness*. Peneliti menggunakan anggrek (*orchidaceae*) jenis *dendrobium*.

2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Katarsis Emosional

Istilah 'katarsis' berasal dari kata dalam Bahasa Yunani, *kathoros*, yang berarti 'untuk menyucikan' atau 'untuk membersihkan.' Konsep teori ini berdiri diatas psikoanalisa Sigmund Freud, yaitu emosi yang tertahan bisa menyebabkan ledakan emosi berlebihan, maka dari itu diperlukan sebuah penyaluran atas emosi yang tertahan tersebut. Penyaluran emosi yang konstruktif ini disebut dengan katharsis (Wahyuningsih, 2017).

2.2 Homesickness

Homesick atau perasaan kangen atau rindu, menurut *Cambridge advanced learner's dictionary* (2008) adalah suatu keadaan dimana kita merasa tidak nyaman karena berada jauh dari rumah dalam jangka waktu yang lama. *Homesick* pada mahasiswa baru menjadi suatu hal yang dapat saja dialami oleh mereka, hal tersebut pasti akan mempengaruhi mahasiswa tersebut untuk beraktivitas.

Penderita biasanya merasakan kombinasi depresi dan gejala cemas, perilaku menarik diri, dan kesulitan untuk fokus pada topik yang tidak terkait dengan rumah (Thurber & Walton, 2012). Adapun gejala dari *Homesickness* menurut Thurber dan Walton (2012) ialah: kesulitan dengan hari-harinya, merasa sedih dalam menjalani hari-harinya dan mengalami penurunan dalam aktivitas, mempunyai masalah tidur, kehilangan minat untuk beraktivitas, kehilangan nafsu makan

atau mengalami peningkatan nafsu makan, energi rendah dan mudah lelah, pikiran kosong dan sulit berkonsentrasi, kekhawatiran yang nampak sangat sulit ditangani, meningkatnya *iritabilitas*, dan yang terakhir yaitu mengisolasi diri.

2.3 Hope Plant Orchidaceae

Anggrek (*orchidaceae*) merupakan sebagai tumbuhan paling modern dari sisi evolusinya dan merupakan tanaman yang memiliki jenis terbanyak yaitu sekitar 20.000 jenis (Lipi, 2009). *Dendrobium* itu tumbuh mulai di dataran rendah Kalimantan, hingga kaki pegunungan Himalaya di ketinggian 3.800 m dpl (Redaksi Trubus, 2005).

Penelitian kali ini memanfaatkan metabolit sekunder dari tanaman anggrek *dendrobium*. Adapun metabolit sekunder adalah senyawa organik yang dihasilkan tumbuhan yang tidak memiliki fungsi langsung pada *fotosintesis*, pertumbuhan atau *respirasi*, *transport solut*, *translokasi*, *sintesis protein*, *asimilasi nutrien*, *diferensiasi*, pembentukan karbohidrat, protein dan *lipid*. Dalam hal ini, metabolit sekunder yang berperan dalam pembentukan warna ialah *karotenoid* dan *flavonoid* (Mastuti, 2016). Dalam Redaksi Trubus (2005) mengatakan bahwa *dendrobium* dikenal sejak 200 tahun silam. Keindahan bunganya dimanfaatkan sebagai penghias ruangan atau rangkaian bunga dan juga digunakan sebagai obat-obatan, dan bahan minyak wangi. Dengan pemeliharaan yang relatif mudah serta warna bunganya yang mempesona bisa membuat seseorang yang melihatnya terpesona.

Selain itu juga bentuknya yang beraneka ragam menjadi daya tarik tersendiri dari anggrek *dendrobium* dan tidak membuat orang yang melihatnya jenuh (Redaksi Trubus, 2005). *Dendrobium* dikenal sebagai anggrek yang memiliki marga terbanyak dengan berbagai bentuk serta warna yang beranekaragam (Lipi, 2009). Dalam penelitian kali ini warna dari bunga anggrek *dendrobium* menjadi salah satu perhatian. Dikarenakan setiap warna memiliki potensi untuk memberikan kesan positif maupun negatif kepada orang yang melihatnya dan akan berpengaruh pada perilaku dan kondisi psikologis orang tersebut (Lituhayu, 2012). Graves (1951) membagi warna menjadi golongan warna sejuk yaitu warna yang memiliki efek menenangkan dan golongan warna hangat yang memberikan kesan panas dan merangsang emosi jiwa. Dengan pemilihan warna anggrek *dendrobium* yang tepat maka katarsis emosional pada mahasiswa baru terindikasi *Homesickness* diharapkan akan lebih mudah.

3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Arikunto (2010) eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab-akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain. Adapun menurut Sugiyono (2013), metode kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Pada penelitian ini peneliti menggunakan bentuk rancangan penelitian *true experimental design*. Penelitian *true eksperimen design* merupakan penelitian dimana ada dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang dipilih secara random (Sugiyono, 2013).

3.2 Populasi, Sample, dan Teknik Sampling

Arikunto (2010) mengartikan populasi sebagai keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa asrama yang berjumlah 85 mahasiswa. Arikunto (2010) menyatakan bahwa sebagian dari populasi disebut sample. Teknik pengambilan sample yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan hasil *screening tes Homesickness* yang artinya bila mahasiswa mendapat skor *Homesickness* tinggi maka mahasiswa tersebut akan menjadi sample dalam penelitian. Jumlah sample penelitian adalah 30 orang mahasiswa yang terbagi dalam dua kelompok, yaitu: 15 orang mahasiswa akan diberikan *treatment Hope plant orchidaceae* dan 15 orang mahasiswa akan diberikan *treatment hope plant non orchidaceae*.

3.3 Metode Pengumpulan Data

Alat pengumpul data pada penelitian ini menggunakan Instrumen *Homesickness* dalam penelitian ini menggunakan *Homesickness Questionnaire* (HQ) yang dibuat oleh Archer dkk pada tahun 1998 sebagai instrumen *screening* awal. HQ terdiri dari 33 item pernyataan yang dikembangkan berdasarkan reaksi-reaksi spesifik dari kesedihan yang digambarkan dalam penelitian Parkes pada tahun 1986, Shuchter & Zisook pada tahun 1993. Reaksi-reaksi kesedihan tersebut berkaitan dengan kondisi *Homesickness*, seperti: Pengalaman yang mengganggu, kesedihan yang dikarenakan kehilangan attachment, berusaha untuk mempertahankan attachment, gelisah, marah dan rasa bersalah. Setiap item pernyataan diberi bobot 1-5 menggunakan likert rating, dimana terdapat pernyataan favorable dan pernyataan

unfavorable. Dalam HQ terdapat 7 pernyataan yang bersifat unfavorable pada item nomor 2, 5, 11, 13, 30, 31, dan 33. Secara keseluruhan item dalam HQ terbagi kedalam 2 faktor, yaitu tidak menyukai universitas (13 item) dan kelekatan pada rumah (20 item). Adapun skor pengukurannya ialah.

Skor 28-48 : *you are not homesick*

Skor 49-69 : *you are somewhat homesick*

Skor 70-90 : *you are homesick*

Skor 91-112 : *you are extremely homesick*

Semakin tinggi skor total yang diperoleh subjek terhadap *Homesickness questionnaire*, berarti semakin tinggi *homesick* subjek pada kehidupannya sehari-hari. Sebaliknya semakin rendah skor total yang diperoleh subjek terhadap *Homesickness questionnaire*, maka semakin rendah pula *homesick* subjek pada kehidupannya sehari-hari.

Selanjutnya, penelitian ini menggunakan alat ukur dan alat bantu penelitian, yaitu skala STAXI dan angket terbuka. Alat ukur yang digunakan adalah STAXI, yang merupakan adaptasi alat untuk mengukur pengalaman dan ekspresi marah yang disusun oleh Spielberger pada tahun 1988. STAXI terdiri atas 31 aitem, dari sejumlah aitem tersebut nama dan komponen-komponen marah. Koefisien korelasi aitem-total skala bergerak antara 0,312 sampai dengan 0,630. Sementara koefisien alphanya 0,875. Selain itu, kepada subjek juga diminta untuk mengisi angket terbuka yang mengungkap perasaan atau emosi subjek penelitian.

3.4 Teknik Analisa Data

Tehnik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik yaitu *Independent sampel T-Test*. Sebelum uji hipotesis dilakukan, terlebih dahulu diadakan uji deskriptif, uji normalitas, dan uji homogenitas dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 21.0 for windows.

4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Karakteristik Responden

Individu yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 30 orang. Adapun distribusi sampel penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	17	56,6
2	Perempuan	13	43,3

Jumlah	30	100
--------	----	-----

Berdasarkan tabel 1 tersebut dapat diketahui bahwa subjek penelitian di Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman yaitu mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 17 (56,6 persen) dan mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 13 (43,3 persen). Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian di Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman didominasi oleh mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 17 (56,6 persen).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	16	1	3,3
2	17	3	10
3	18	20	66,6
4	19	6	20
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 2 tersebut dapat diketahui bahwa subjek penelitian di Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman yaitu mahasiswa dengan usia 16 tahun berjumlah 1 (3,3 persen), mahasiswa dengan usia 17 tahun berjumlah 3 (10 persen), mahasiswa dengan usia 18 tahun berjumlah 20 (66,6 persen), dan mahasiswa dengan usia 19 tahun berjumlah 6 (20 persen), sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian di Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman didominasi oleh mahasiswa dengan usia 18 tahun berjumlah 20 (66,6 persen).

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

No	Kelas	Frekuensi	Persentase
1	Pemerintahan Integratif	30	100
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 3 tersebut dapat diketahui bahwa subjek penelitian di Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman yaitu mahasiswa kelas Pemerintahan Integratif berjumlah 30 (100 persen) sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian di Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman mahasiswa kelas Pemerintahan Integratif berjumlah 30 (100 persen).

4.2 Hasil Uji Deskriptif

Analisis deskriptif sebaran frekuensi dan histogram dilakukan untuk mendapatkan gambaran demografi subjek dan deskripsi mengenai variable penelitian, yaitu perlakuan untuk menurunkan tingkat kecemasan dengan cara meluapkan emosi menggunakan treatment *hope plant orchidecae*.

Hal ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan pemberian perlakuan dalam menurunkan tingkat kecemasan yang dimiliki oleh mahasiswa Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman. Pre- test yang diberikan pada subjek penelitian berfungsi untuk mengetahui perbedaan hasil pada post-test. Perlakuan treatment

hope plant orchideceae dianggap efektif jika antara skor post- test lebih rendah dibanding skor pre-test. Berdasarkan hasil uji deskriptif sebaran frekuensi dan histogram maka diperoleh rentang skor dan kategori untuk masing-masing subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 4. Pengklasifikasian Skor Tingkat Indikasi *Homesickness* dan katarsis emosional

Skor	Kategori
<35	Sangat Rendah
35 – 44	Rendah
45 – 54	Sedang
55 – 64	Tinggi
>65	Sangat Tinggi

Hasil secara keseluruhan perolehan skor tingkat terindikasi *Homesickness* dan katarsis emosional diri sebelum dan setelah perlakuan untuk masing-masing

subjek pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Rangkuman Data Skor dan Klasifikasi Tingkat Indikasi *Homesickness* dan katarsis emosional

Responden	Pre- Test	Klasifikasi	Post- Test	Klasifikasi	Status	Kelompok
SI	64	Tinggi	51	Sedang	Turun	Eksperimen
MRA	56	Tinggi	33	Sangat Rendah	Turun	Eksperimen
MW	45	Sedang	33	Sangat Rendah	Turun	Eksperimen
UY	20	Sangat Rendah	20	Sangat Rendah	Tetap	Eksperimen
RYS	20	Sangat Rendah	20	Sangat Rendah	Tetap	Eksperimen
MNI	28	Sangat Rendah	26	Sangat Rendah	Turun	Eksperimen
JM	46	Sedang	40	Rendah	Turun	Eksperimen
RAE	50	Sedang	40	Rendah	Turun	Eksperimen
DR	47	Sedang	37	Rendah	Turun	Eksperimen
MCS	55	Tinggi	52	Sedang	Turun	Eksperimen
YE	50	Sedang	50	Sedang	Tetap	Eksperimen
PA	60	Tinggi	61	Tinggi	Turun	Eksperimen
AAN	45	Sedang	45	Sedang	Tetap	Eksperimen
GL	63	Tinggi	64	Tinggi	Naik	Eksperimen
SFV	55	Tinggi	56	Tinggi	Naik	Eksperimen
NL	20	Sangat rendah	20	Sangat Rendah	Tetap	Kontrol
LCL	26	Sangat Rendah	20	Sangat Rendah	Turun	Kontrol
WBT	40	Rendah	26	Sangat Rendah	Turun	Kontrol
SA	39	Rendah	33	Sangat Rendah	Turun	Kontrol
ARM	40	Rendah	25	Sangat Rendah	Turun	Kontrol
AN	28	Sangat Rendah	40	Rendah	Naik	Kontrol
RPP	44	Rendah	49	Sedang	Naik	Kontrol
BC	28	Sangat Rendah	33	Sangat Rendah	Naik	Kontrol
TAX	25	Sangat Rendah	25	Sangat Rendah	Tetap	Kontrol
AY	40	Rendah	41	Rendah	Naik	Kontrol
SMH	42	Rendah	43	Rendah	Naik	Kontrol
A	40	Rendah	46	Sedang	Naik	Kontrol
FF	32	Sangat Rendah	44	Rendah	Naik	Kontrol

Berdasarkan tabel 5, maka dapat diketahui pada pre-test dan post- test skala staxi terdapat perbedaan skor pada mahasiswa yang telah mengikuti treatment *hope plant orchideceae* pada kelompok eksperimen terdapat 9 subjek mahasiswa yang mengalami penurunan tingkat indikasi homesickness dan katarsis emosional, 4 subjek mahasiswa dengan tingkat *Homesickness* tetap, Pada mahasiswa yang mengikuti treatment treatment *hope plant orchideceae* kelompok eksperimen terdapat terdapat 2 subjek mahasiswa yang mengalami kenaikan tingkat homesickness dan

katarsis emosional. Pada mahasiswa yang mengikuti treatment *hope plant orchideceae* pada kelompok kontrol terdapat terdapat 5 subjek mahasiswa yang mengalami penurunan tingkat *Homesickness* dan katarsis emosional, 2 subjek mahasiswa dengan *Homesickness* dan katarsis emosional tetap dan Pada mahasiswa yang mengikuti treatment *hope plant orchideceae* pada kelompok kontrol terdapat terdapat 8 subjek mahasiswa yang mengalami kenaikan tingkat *Homesickness* dan katarsis emosional.

4.3 Hasil Uji Asumsi

4.3.1 Uji Normalitas

Uji normalitas untuk melihat penyimpanan frekuensi observasi yang diteliti dari frekuensi teoritik. Uji asumsi normalitas menggunakan teknik, statistik analitik uji normalitas Shapiro-Wilk dikarenakan subjek kurang dari 50. Kaidah yang digunakan adalah jika $p > 0.05$ maka sebarannya normal dan jika $p < 0.05$ maka sebarannya tidak normal (Santoso, 2015).

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Jenis Penelitian	Kategori	Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.
Treatment Katarsis Emosional (Kontrol)	Pretest	0,902	15	0,103
	Posttest	0,942	15	0,404
Treatment Hope plant orchideceae (Eksperimen)	Pretest	0,900	15	0,096
	Posttest	0,958	15	0,666

Tabel 6 dapat ditafsirkan sebagai berikut:

- 1) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variable pre-test treatment katarsis emosional kelompok kontrol menghasilkan nilai $p = 0,103$ dan hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variable post-test treatment katarsis emosional kelompok kontrol menghasilkan nilai $p = 0,404$. Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir variable katarsis emosional pre-test dan post-test kelompok kontrol adalah normal.
- 2) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variable indikasi *Homesickness* pre-test treatment hope plant orchideceae kelompok eksperimen menghasilkan nilai $p = 0,096$ dan hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variable indikasi *Homesickness* post-test treatment hope plant orchideceae kelompok eksperimen menghasilkan nilai $p = 0,666$. Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir variable indikasi *Homesickness* pre-test dan post-test kelompok

eksperimen adalah normal. Berdasarkan tabel 7, maka dapat disimpulkan bahwa sebaran pre- test dan post test untu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki sebaran data yang normal, dengan demikian analisis data secara parametrik dapat dilakukan karena telah memenuhi syarat atas asumsi normalitas sebaran data penelitian.

4.3.2 Hasil Uji Homogenitas

Uji homogenitas dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variansi yang sama, dalam penelitian ini, diuji homogenitas antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, agar diketahui bahwa data kedua kelompok tersebut bervariasi sama. Kaidah uji homogenitas adalah, data variabel dianggap homogen, bila nilai $p > 0,05$.

Tabel 7. Hasil Uji Homogenitas Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.304	7	12	.098

Berdasarkan tabel diatas, hasil penghitungan menunjukkan nilai hasil pada pre-test $p = 0,098$ ($p > 0,05$) yang berarti bahwa data variable indikasi *Homesickness* dan katarsis emosional bersifat homogen.

4.4 Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi angkatan 2017 Universitas Mulawarman sebelum dan sesudah diberikan treatment hope plant orchideceae, dalam penelitian ini, kaidah uji hipotesis untuk T-Test adalah jika $p > 0,05$ maka H1 diterima dan jika $p < 0,05$ maka H0 ditolak (Santoso, 2015).

Tabel 8. Hasil Uji T-Test

	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower				Upper
Pai r 1 PRE – POST EKS	9.400	10.119	2.613	3.796	15.004	3.598	14	.003
Pai r 2 PRE – POST KONTROL	-.400	8.034	2.074	-4.849	4.049	-.193	14	.850

Berdasarkan tabel 8, dapat diketahui bahwa pada pre-test dan post- test kelompok eksperimen terlihat bahwa $p = 0,003$ ($p < 0,05$) maka H0 diterima, sehingga H1 ditolak yang artinya ada penurunan indikasi *Homesickness* dan katarsis emosional pada mahasiswa Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman setelah diberikan treatment hope plant orchideceae,

sedangkan pada kelompok kontrol terlihat bahwa $p = 0,850$ ($p > 0,05$) maka H0 diterima, sehingga H1 ditolak yang artinya tidak ada penurunan indikasi *Homesickness* dan katarsis emosional pada mahasiswa Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman setelah diberikan perlakuan non treatment hope plant orchideceae

4.5 PEMBAHASAN

Hipotesis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya penurunan indikasi *Homesickness* pada subjek yang diberikan *hope plant orchidaceae*. Hasil analisis data menunjukkan ada penurunan indikasi *Homesickness* pada subjek dan subjek dapat menemukan katarsis emosionalnya setelah diberikan *Hope plant orchidaceae* dengan nilai $p = 0,003$. Hal tersebut menunjukkan treatment katarsis emosional dengan media *Hope plant orchidaceae* yang diberikan sukses dapat menurunkan indikasi *Homesickness* pada subjek.

Katarsis emosi adalah berasal dari istilah 'katarsis' yang berasal dari bahasa Yunani yaitu *katharos* yang berarti untuk menyucikan atau untuk membersihkan, konsep tersebut terdiri dari psikoanalisa Freud, yaitu emosi yang tertahan dapat menyebabkan ledakan emosi berlebihan, maka itu diperlukan sebuah penyaluran atas emosi yang tertahan tersebut dan hal tersebut lah dikenal dengan istilah katarsis emosi (Wahyuningsih, 2017).

Homesick dipahami sebagai sebuah kerinduan dalam proses penyesuaian emosional. Bahkan, *homesick* dalam level yang rendah merupakan bukti bahwa kamu mencintai seseorang. *Homesick* atau perasaan kangen atau rindu, menurut Cambridge advanced learner's dictionary (2008) adalah suatu keadaan dimana kita merasa tidak nyaman karena berada jauh dari rumah dalam jangka waktu yang lama. *Homesick* pada mahasiswa baru menjadi suatu hal yang dapat saja dialami oleh mereka, hal tersebut pasti akan mempengaruhi mahasiswa tersebut untuk beraktivitas.

Penelitian ini memanfaatkan metabolit sukunder dari tanaman anggrek *dendrobium*. Adapun metabolit sekunder adalah senyawa organik yang dihasilkan tumbuhan yang tidak memiliki fungsi langsung pada fotosintesis, pertumbuhan atau respirasi, transport solut, translokasi, sintesis protein, asimilasi nutrisi, diferensiasi, pembentukan karbohidrat, protein dan lipid. Dalam hal ini, metabolit sekunder yang berperan dalam pembentukan warna ialah karotenoid dan flavonoid (Mastuti, 2016). Dalam Redaksi Trubus (2005) mengatakan bahwa *dendrobium* dikenal sejak 200 tahun silam. Keindahan bunganya dimanfaatkan sebagai penghias ruangan atau rangkaian bunga dan juga digunakan sebagai obat-obatan, dan bahan minyak wangi. Dengan pemeliharaan yang relatif mudah serta warna bunganya yang mempesona bisa membuat seseorang yang melihatnya terpesona. Selain itu juga bentuknya yang beraneka ragam menjadi daya tarik tersendiri

dari anggrek *dendrobium* dan tidak membuat orang yang melihatnya jenuh (Redaksi Trubus, 2005).

Hope plant orchidaceae berhasil dilaksanakan dalam menurunkan tingkat *Homesickness* subjek karena didukung oleh ruangan pelatihan yang nyaman dan keinginan subjek dalam menurunkan tingkat *Homesickness* mereka.

5 PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat penurunan tingkat indikasi *Homesickness* pada subjek yang mendapat *treatment hope plant orchideceae* yaitu pada kelompok eksperimen. Sedangkan untuk kelompok kontrol terdapat penurunan *Homesickness* setelah diberikan *treatment hope plant orchideceae*.
2. Berdasarkan hasil dari *pretest* dan *posttest* untuk kelompok eksperimen terdapat 11 subjek yang mengalami penurunan *Homesickness* dan pada kelompok kontrol ada 5 subjek yang mengalami penurunan kecemasan sosial setelah diberikan *treatment hope plant orchideceae*.
3. Dalam pelaksanaan *treatment hope plant orchideceae* terdapat satu sudut pandang observasi indikasi *Homesickness*, yaitu sudut pandang peneliti yang terdiri dari tiga orang peneliti.
4. Hipotesis yang didapatkan melalui uji *Sample Paired T-Test* didapatkan hasil analisis bahwa pada pre-test dan post-test kelompok eksperimen data menunjukkan tidak ada penurunan secara signifikan indikasi *Homesickness* pada subjek setelah diberikan *treatment hope plant orchideceae* dengan nilai $p = 0,056$ ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak, sehingga H_1 ditolak yang artinya tidak ada penurunan tingkat *Homesickness* pada mahasiswa Program Studi Pemerintahan Integratif angkatan 2017 Universitas Mulawarman setelah diberikan *treatment hope plant orchideceae*, sedangkan pada kelompok kontrol terlihat bahwa $p = 0,751$ ($p > 0,05$) maka H_0 diterima, sehingga H_1 ditolak yang artinya tidak ada penurunan kecemasan sosial pada mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi angkatan 2017 Universitas Mulawarman setelah diberikan *treatment hope plant orchideceae*.

5.2 Saran

1. Subjek

Diharapkan subjek dapat lebih meningkatkan rasa kepercayaan diri agar mampu menjalin komunikasi lebih baik dengan lingkungan sekitar, selain itu subjek membiasakan diri mengikuti kegiatan yang melibatkan banyak orang agar terbiasa dengan hubungan sosial dan dapat digunakan sarana lathan untuk berinteraksi dengan orang lain agar terbiasa dengan penilaiann orang lain yang berbagai macam. Lebih memberanikan diri untuk bisa mengemukakan pendapat. Mengurangi penggunaan gadget dalam berinteraksi, usahakan untuk berinteraksi secara langsung tanpa bantuan teknologi yang membuat individu menjadi pasif dalam lingkungan sosialnya.

2. Instansi terkait

Diharapkan pihak civitas akademika Universitas Mulawarman dapat membuat pelatihan atau kegiatan yang dapat melatih kemampuan interaksi sosial mahasiswanya. Sehingga melalui kegiatan tersebut dapat menjadi sarana pembelajaran untuk mengurangi rasa kecemasan sosial.

3. Masyarakat

Diharapkan masyarakat sekitar dapat berinteraksi dan menjalin komunikasi dengan baik kepada mahasiswa, sehingga mahasiswa tersebut tidak akan merasa canggung ketika berinteraksi dan lebih berani untuk menjalin interaksi dengan lingkungan sosial. Selain itu, masyarakat berlatih untuk mampu memberikan penilaian terhadap seorang individu dengan cara yang objektif sesuai dengan potensi yang dimiliki.

6 DAFTAR PUSTAKA

- Aber, James S, Aber Susan W, Pavri Firooza. 1995. *Unmanned Small Format Aerial Photography from Kites for Aquiring Large-Scale High-Resolution and Multi-angle Imagery*. Pecora 15/ Land Satellite Information IV/ ISPRS Commission I/ FIEOS Conference Proceeding. Kansas.
- Archer JJ, Ireland S, Amos H, Broad, Currid L. 1998. Derivation of a *Homesickness* scale. *British Journal of Psychology*.
- Arikunto S. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- CALD. 2008. *Cambridge Advanced Learner's Dictionary*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Centre for Wellbeing.2012. *Homsickness*. London
- Dirgagunarsa, Singgih. 1996. *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Mutiara Sumber Widya.
- From.Erich. 1983. *Seni Mencintai*. Jakarta: Sinar Harapan.
- Goleman, Daniel. 2002. *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*. Terjemahan oleh T. Hermaya. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Graves M. 1951. *The Art of Color and Design*. McGraw-Hill Book Company.
- Grey GW, Deneke FI. 1978. *Urban Forestry*. John Wiley and Sons.
- Gunarsa, S.D. (1980). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Haslam SA, Ieuwenhuis M, Knight C, Postmes T. 2014. The relative benefits of green versus lean office space: Three field experiments. *Journal of Experimental Psychology*. 20(3):199-207.
- Lahey, B. B. 2003. *Psychology: An Introduction, Ninth Edition*. New York: The McGraw-Hill Companies.
- Lazarus, S. R. 1991. *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI). 2009. *Ensiklopedia Flora*. Peneliti Pusat Konservasi Tumbuhan Kebun Raya Bogor dan Penelitian Biologi. UPT-Balai Informasi Teknologi.
- Lithayu C. 2012. *Pengaruh Warna Terhadap Psikologi Pengguna dalam Perancangan Fasilitas Bedah Plastik*. ITB Undergraduate Journal. Vol. 1. No.1.
- Mastuti R. 2016. *Metabolit Sekunder dan Pertahanan Tumbuhan* Malang: Brawijaya Press.
- Qoniatin, N. Asih G Y. 2011. Pengaruh Katarsis dalam Menulis Ekspresif sebagai Intervensi Depresi Ringan pada Mahasiswa: *Jurnal Psikologi Undip*. 9(1), 21-31
- Riati. D. 2015. *Mahasiswa Baru dengan Homesickness*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Poyazli S, Lopez MD. 2007. An Exploratory Study of Perceived Discrimination and *Homesickness*: A Comparison of International Students and American Students. *The Journal of Psychology* 141(3), 263-280.
- Redaksi Trubus, 2005. *Anggrek Dendrobium*. Depok: Trubus.
- Snyder CR, Lopez SC. (2007). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*. New Delhi: Sage Publications, Inc.
- Spielberger CD, Schwarzer. 1989. Advances in Test Anxiety Research. *Journal Amsterdam* 6(3)7-52.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Syafrezani S. 2009. *Manfaat Tumbuhan Bunga Penghias Pekarangan*. Bandung: Titian Ilmu

- Syukur, Abdul. 2011. *Beragam Cara Terapi Gangguan Emosi*. Jogjakarta: Penerbit DIVA Press.
- Thurber CA, Walton A A. 2012. *Homesickness and Adjustment in University Student*. *Journal of American College Health*, 60(5): 1-5.
- Wahyuningsih. 2017. Teori Katarsis dan Perubahan Sosial. *Jurnal Komunikasi*. 11(1): 17-21.
- Watson, J.B. 1928. *Psychological Care of Infant and Child*. Allen and Unwin: London
- Yahya Y. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Zulkarnain. 2009. *Dasar-dasar Hortikultura*. Jakarta: Bumi Aksara.