



E-ISSN 3032-601X & P-ISSN 3032-7105

Vol. 3, No. 1, 2026

MISTER

**Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science,
Technology and Educational Research**

**Jurnal Penelitian Multidisiplin dalam Ilmu
Pengetahuan, Teknologi dan Pendidikan**

**UNIVERSITAS SERAMBI MEKKAH
KOTA BANDA ACEH**

mister@serambimekkah.ac.id

Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science Technology
and Educational Research

Journal of MISTER

Vol. 3, No. 1, 2026

Pages: 710–722

Studi Fenomenologi : Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau di Bali terhadap Lingkungan Teman Sebaya

Ni Luh Komang Alit Suandari, Ni Made Ayu Asri Nita,
Putu Anastasya Lucky Divanda Setiadewi, Ni Wayan Novi Antari

Universitas Udayana

Article in Journal of MISTER

Available at : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/mister/index>

DOI : <https://doi.org/10.32672/mister.v3i1.3993>

How to Cite this Article

APA : Ni Luh Komang Alit Suandari, Ni Made Ayu Asri Nita, Putu Anastasya Lucky Divanda Setiadewi, & Ni Wayan Novi Antari. (2025). Studi Fenomenologi : Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau di Bali terhadap Lingkungan Teman Sebaya. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research*, 3(1), 710 – 722. <https://doi.org/10.32672/mister.v3i1.3993>

Others Visit : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/mister/index>

MISTER: *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* is a scholarly journal dedicated to the exploration and dissemination of innovative ideas, trends and research on the various topics include, but not limited to functional areas of Science, Technology, Education, Humanities, Economy, Art, Health and Medicine, Environment and Sustainability or Law and Ethics.

MISTER: *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* is an open-access journal, and users are permitted to read, download, copy, search, or link to the full text of articles or use them for other lawful purposes. Articles on Journal of MISTER have been previewed and authenticated by the Authors before sending for publication. The Journal, Chief Editor, and the editorial board are not entitled or liable to either justify or responsible for inaccurate and misleading data if any. It is the sole responsibility of the Author concerned.



ISSN 3032-7105

ISSN 3032-601X



Studi Fenomenologi : Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau di Bali terhadap Lingkungan Teman Sebaya

Ni Luh Komang Alit Suandari¹, Ni Made Ayu Asri Nita²,
Putu Anastasya Lucky Divanda Setiadewi³, Ni Wayan Novi Antari⁴
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Indonesia^{1,2,3,4}

*Email Korespondensi: alitsuandari@gmail.com

Diterima: 06-12-2025

| Disetujui: 16-12-2025

| Diterbitkan: 18-12-2025

ABSTRACT

Continuing education to a higher level is a dream for most people. The many choices of universities make individuals decide to migrate outside the region. Individuals who migrate experience various changes in their lives such as cultural differences, environmental adaptation, and new social relationships. This research aims to find out how the adjustment of overseas students in Bali to the peer environment. This research uses a qualitative approach with phenomenological methods. The technique used is theoretical coding. Respondents of this study are students who are migrating in Bali. The results showed that the self-adjustment process carried out by overseas students in Bali tended to be difficult at the beginning of the lecture. There are several aspects of self-adjustment in overseas students including coping aspects, interpersonal relationships, and self-adjustment factors. Interpersonal relationships tend to be more positive overseas because they are more supportive. The three students were able to adapt to the new environment and establish good relationships with peers but were not too open and still within reasonable limits.

Keywords: *migrated student, peer group, self-adjustment.*

ABSTRAK

Melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi merupakan mimpi bagi sebagian besar orang. Banyaknya pilihan Universitas membuat individu memutuskan untuk merantau ke luar daerah. Individu yang merantau mengalami berbagai perubahan dalam hidupnya seperti perbedaan kebudayaan, adaptasi lingkungan, dan relasi sosial yang baru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penyesuaian diri mahasiswa rantau di Bali terhadap lingkungan teman sebaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Teknik yang digunakan adalah *theoretical coding*. Responden dari penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang merantau di Bali. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa rantau di Bali cenderung sulit pada awal perkuliahan. Terdapat beberapa aspek penyesuaian diri pada mahasiswa rantau antara lain aspek coping, hubungan interpersonal, dan faktor penyesuaian diri. Hubungan interpersonal cenderung lebih positif di perantauan karena lebih suportif. Ketiga mahasiswa mampu beradaptasi dengan lingkungan baru dan menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya namun tidak terlalu terbuka dan masih pada batas yang wajar.

Kata kunci: mahasiswa rantau, penyesuaian diri, teman sebaya.

PENDAHULUAN

Pendidikan sudah bukan lagi hal yang dinomorduakan oleh masyarakat Indonesia. Di zaman globalisasi, tidak sedikit orang yang memutuskan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi dengan merantau, salah satunya adalah mahasiswa. Menurut KBBI, mahasiswa merupakan seseorang yang menempuh pendidikan pada jenjang perguruan tinggi. Mahasiswa sedang berada dalam masa transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi. Periode ini penuh akan tantangan bagi mahasiswa, karena harus menghadapi berbagai perubahan dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari lingkungan baru, proses interaksi yang berbeda, hingga tuntutan akademik yang lebih kompleks (Aini *et al.*, 2024). Tidak hanya itu, mahasiswa juga perlu mencari perguruan tinggi dengan program studi yang ingin dituju. Namun, belum meratanya persebaran perguruan tinggi dengan program studi tertentu membuat pelajar harus melanjutkan pendidikan ke daerah lain yang lebih memadai (Manery *et al.*, 2023). Mahasiswa perantau hadir dari situasi ini, yang mana menurut Fauzia *et al.* (2020), mahasiswa perantau merupakan seorang mahasiswa yang menempuh jenjang pendidikannya dengan merantau.

Bagi sebagian pelajar, keputusan untuk merantau bukan hanya tentang berpindah tempat tinggal, tetapi juga tentang membuka peluang baru untuk memperoleh pendidikan yang lebih berkualitas. Bali menjadi salah satu tempat seseorang untuk merantau baik bagi masyarakat di kota besar maupun daerah karena terkenal dengan kehidupan yang nyaman sebab lingkungan yang dirasa damai. Hal tersebut membuat pelajar maupun mahasiswa yang berasal dari luar semakin tertarik untuk merantau ke Bali. Astuti (dalam Damarhadi *et al.*, 2020) menyatakan bahwa dengan merantau ke luar daerah seseorang dapat mengenyam pendidikan yang lebih tinggi dan kualitas pendidikan yang lebih baik. Banyaknya mahasiswa yang memilih untuk merantau tentunya akan membawa dampak baik dan buruk. Meski demikian, pilihan untuk merantau membawa konsekuensi tersendiri. Lawrence & Mudzakkir (2024) menyebutkan bahwa merantau dapat membantu individu melatih kemandirian dan juga mengembangkan kemampuan adaptasi dengan lingkungan baru. Namun, mahasiswa rantau juga dapat berpotensi mengalami tekanan psikologis akibat tuntutan akademik, *culture shock*, maupun proses penyesuaian dengan teman sebaya yang tidak selalu berjalan mulus (Khoirunnisa *et al.*, 2025).

Penyesuaian diri menjadi salah satu tantangan utama yang dihadapi mahasiswa rantau. Proses adaptasi ini mencakup penyesuaian perilaku, emosional, dan sosial di lingkungan barunya (Khoirunnisa *et al.*, 2025). Penyesuaian diri adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk berinteraksi dengan orang lain yang bertujuan untuk dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya, baik secara pribadi ataupun sosial (Saputro & Sugiarti, 2021). Penyesuaian diri menjadi salah satu persiapan penting dalam mendukung individu pada saat melibatkan diri dalam masyarakat luas. Penyesuaian diri mahasiswa baru merupakan proses kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, mulai dari faktor psikologis, fisiologis, perkembangan dan kematangan, serta lingkungan (Riska *et al.*, 2023).

Berbagai dinamika tersebut menunjukkan bahwa masa transisi ke perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk melakukan adaptasi yang tidak hanya bersifat akademik, tetapi juga sosial dan emosional. Banyaknya hal yang perlu disesuaikan dan diproses oleh mahasiswa kadang menyebabkan dampak-dampak yang tidak hanya mengembangkan pengalaman kehidupan mahasiswa, namun juga dapat menimbulkan faktor negatif atau ancaman bagi proses perkembangan. Penelitian terbaru oleh Meliantini *et al.* (2024) menunjukkan bahwa penyesuaian diri dan dukungan sosial memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa baru. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa, terutama mahasiswa yang merantau memerlukan dukungan eksternal agar dapat beradaptasi secara optimal.

Dukungan sosial, khususnya dari teman sebaya memiliki peranan penting dalam proses penyesuaian diri mahasiswa rantau (Liling & Sarajar, 2023). Menurut Hidayati *et al.* (2023), dukungan sosial merupakan bentuk bantuan atau dukungan yang diberikan dari orang lain kepada individu yang mendapatkan bantuan. Penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari (dalam Liling & Sarajar, 2023) menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dengan proses penyesuaian. Oleh karena itu seorang mahasiswa rantau sangat membutuhkan kehadiran teman sebaya apalagi di lingkungan baru, sebab mahasiswa memerlukan dukungan dan kasih sayang yang membuatnya akan merasa dihargai dan dicintai. Namun, tidak semua mahasiswa rantau mampu membangun hubungan pertemanan di lingkungan barunya, hal ini tergantung pada kepribadian individu dalam dunia sosial. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk melihat apakah terdapat peran dari *peer group* dalam penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Bali.

METODE PENELITIAN

Konsep yang diteliti

Penelitian ini meneliti peran *peer group* dalam penyesuaian diri terhadap mahasiswa rantau di bali. *Peer group* atau teman sebaya merupakan anak-anak yang memiliki tingkatan usia atau kematangan yang kurang lebih sama (Santrock, 2019). Salah satu fungsi terpenting dari adanya *peer group* adalah sebagai sumber informasi yang dapat diterima selain dengan keluarga, saling memberi umpan balik mengenai diri sendiri serta belajar untuk membangun relasi. Menurut McLoughlin (2017), *peer group* dapat memengaruhi individu dari tiga aspek, yaitu dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Metode Sampling

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* sebagai teknik pengambilan sampel. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel melalui pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2019). Pertimbangan pemilihan teknik *purposive sampling* pada penelitian ini adalah karena penelitian ini tidak dapat dilakukan pada suatu populasi masyarakat dan tidak semua individu dalam populasi mengalami kasus yang sesuai dengan tujuan penelitian, yakni terkait peran *peer group* pada mahasiswa yang merantau.

Subjek Penelitian

Karakteristik responden pada penelitian ini antara lain:

1. Mahasiswa yang merantau dan belum menikah.
2. Memiliki hubungan pertemanan dengan teman sebaya.
3. Memiliki pengalaman kesulitan dalam melakukan kegiatan perkuliahan.
4. Mampu berkomunikasi dengan baik.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik wawancara mendalam dan observasi sebagai teknik penggalan data. Pedoman wawancara dilakukan dengan menanyakan identitas subjek, bagaimana proses kehidupan mahasiswa rantau, pemaknaan terhadap teman sebaya, konflik/permasalahan yang dialami selama berteman, dan bagaimana proses penyesuaian diri mahasiswa rantau, sehingga diharapkan dapat menjawab pertanyaan utama pada penelitian. Observasi dilakukan dengan mengamati seluruh gestur, ekspresi, dan

kegiatan lain yang dilakukan oleh responden selama wawancara berlangsung. Melakukan observasi terhadap gestur, ekspresi, dan kegiatan yang dilakukan oleh responden dapat memperkaya data yang diperoleh terkait ungkapan makna sebenarnya dari peristiwa yang dialami responden.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang bersifat alamiah dan ingin memahami suatu peristiwa secara mendalam pada situasi yang kompleks dan penuh makna (Sugiyono, 2019). Menurut Dodgson (2023), pendekatan fenomenologi digunakan untuk menggali pengalaman subjektif individu dengan menawarkan wawasan yang baru terhadap penelitian. Berdasarkan definisi tersebut, pendekatan fenomenologi dipilih untuk mengetahui peran dari teman sebaya terhadap proses penyesuaian diri mahasiswa yang merantau dan mengetahui makna yang diungkapkan oleh mahasiswa mengenai *peer group* dalam kehidupannya (Azis, 2023).

Prosedur Pengambilan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan teknik wawancara semi-terstruktur. *Informed Consent* diberikan kepada responden sebelum dilakukannya proses wawancara dan ditandatangani sebagai tanda persetujuan responden terkait partisipasinya dalam penelitian. Peneliti menyampaikan tujuan penelitian, hak dan wewenang responden dalam penelitian serta adanya pertanggungjawaban dari peneliti terhadap hasil wawancara. Wawancara pada masing-masing responden dilakukan sebanyak satu kali pertemuan. Selama proses wawancara, dilakukan perekaman suara menggunakan alat perekam berupa *handphone*. Hasil wawancara dicatat dalam bentuk narasi berupa catatan lapangan (*note-taking*) dan verbatim.

Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini, teknik dalam analisis data menggunakan teknik *theoretical coding* yang terdiri dari *open coding*, *axial coding*, dan *selective coding* (Corbin & Strauss, 2015). Menurut Pare *et al.* (2025), *open coding* merupakan tahap pertama yaitu adanya proses menguraikan, memeriksa, melakukan perbandingan, mengonsekan, serta mengkategorikan data penelitian. *Axial coding* merupakan langkah dalam penggabungan data kembali menggunakan cara baru dengan membuat hubungan antar kategori yang telah dibuat pada *open coding*. Tahap terakhir adalah *selective coding*, pada tahap ini dilakukan pemilihan kategori inti, dalam mengaitkan kategori inti terhadap kategori lainnya dilakukan secara sistematis, pengabsahan hubungannya, mengganti kategori yang diperbaiki, serta dikembangkan secara lebih lanjut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

1. Mahasiswa Pertama (MA)

Mahasiswa pertama yaitu MA merupakan seorang mahasiswa semester satu yang sedang menempuh pendidikan di jurusan Pendidikan Dokter, Universitas Udayana. MA merupakan mahasiswa yang berasal dari Lampung dan saat ini berdomisili di kota Denpasar, Bali. MA tinggal seorang diri di sebuah kos yang terletak di daerah Denpasar. Kegiatan sehari-hari MA adalah mengikuti perkuliahan,

magang kepanitiaan, dan menghabiskan waktu bersama teman kelompoknya.

2. Mahasiswa Kedua (SR)

Mahasiswa kedua yaitu SR merupakan seorang mahasiswa semester tiga yang sedang menempuh pendidikan di jurusan Pendidikan Dokter, Universitas Udayana. SR merupakan mahasiswa yang berasal dari kota Semarang, Jawa Tengah dan saat ini berdomisili di kota Denpasar, Bali. SR tinggal seorang diri di salah satu indekos daerah Denpasar. Kegiatan sehari-hari SR adalah mengikuti perkuliahan, kepanitiaan, dan menyempatkan untuk melakukan kegiatan *favorite* bersama temannya.

3. Mahasiswa Ketiga (CL)

Mahasiswa ketiga yaitu CL merupakan seorang mahasiswa semester tiga yang sedang menempuh pendidikan di jurusan Psikologi, Universitas Udayana. CL merupakan seorang mahasiswa yang berasal dari Sumatera dan saat ini berdomisili di kota Denpasar, Bali. CL tinggal dengan seorang diri di suatu kos yang terletak di Denpasar. Kegiatan sehari-hari CL adalah mengikuti kegiatan perkuliahan, kepanitiaan, dan organisasi.

Pengalaman Mahasiswa Ketika Merantau

1. Dampak Merantau

Pengalaman mahasiswa dalam merantau ketika pertama kali tinggal di Bali memperlihatkan dinamika emosional, sosial, dan kultural yang kompleks. Ketiga responden menunjukkan bahwa masa awal merantau merupakan fase penuh perubahan. Merantau membawa dampak bagi mahasiswa, baik berupa dampak positif maupun dampak negatif. Merantau dianggap sebagai upaya individu untuk membuktikan nilai dirinya sebagai orang dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab dalam membuat keputusan dan untuk merasakan pendidikan yang lebih berkualitas (Barwin *et al.*, 2021).

Dalam konteks merantau, lingkungan baru menuntut mahasiswa untuk menyesuaikan diri sekaligus mengelola kehidupan secara mandiri. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian, di mana responden SR dan responden CL sama-sama merasakan dampak positif berupa peningkatan kemandirian. Kedua responden mulai mempersiapkan segala keperluan sehari-hari dengan mandiri, seperti pakaian dan makanan, dibandingkan dengan sebelum merantau yang telah dipersiapkan oleh keluarga. Selain itu, responden CL juga mampu bertahan serta berjuang sendiri di perantauan hingga saat ini. Temuan ini menunjukkan bahwa kemandirian bukanlah kemampuan bawaan, melainkan hasil dari proses pembelajaran dan interaksi individu dengan lingkungannya (Andani & Wahyuni, 2020).

Meskipun merantau dapat memperkuat kemandirian, proses merantau juga menghadirkan tantangan emosional dan sosial. Dampak negatif yang dirasakan oleh ketiga responden adalah perasaan kesepian. Responden MA merasakan kesepian karena tinggal sendiri dan menyiapkan segala kebutuhan seorang diri, bahkan ketika MA merasa sedang *down*, MA harus tetap menghadapi seorang diri. Selain itu, responden MA juga merasa *clueless* di lingkungan perkuliahan sebab responden MA tidak memiliki teman dari daerah yang sama, sedangkan di perkuliahan teman-teman lain sudah saling akrab karena beberapa dari mereka berasal dari sekolah yang sama.

Responden CL juga mengalami perasaan kesepian, terutama ketika sedang sakit. Sebelum merantau, ibunya selalu menyiapkan makanan saat dirinya sakit, namun kini CL harus membeli dan menyiapkan makanan seorang diri. Sementara itu, Responden SR juga merasakan hal yang serupa dan

mengungkapkan bahwa dirinya terkadang merasa kesepian selama menjalani kehidupan sebagai mahasiswa rantau. Fenomena dari ketiga responden ini dapat dikatakan sebagai *homesickness*, yaitu perasaan emosi yang dirasakan individu ketika terpisah dari tempat tinggalnya (Afrilia & Siregar, 2024). *Homesickness* merupakan hal yang wajar dialami individu, dimana kondisi atau reaksi alami individu yang merantau akibat adanya perbedaan jarak dengan keluarga, teman, dan pengaruh berada dalam lingkungan yang baru (Orah & Purnawinadi, 2025).

Tidak hanya *homesickness*, fenomena lain yang juga terlihat dari dampak merantau adalah kesepian. Kesepian yang dialami oleh ketiga responden dapat dikategorikan sebagai *transitional loneliness*, yaitu kesepian yang terjadi ketika individu yang sebelumnya memiliki hubungan sosial yang baik menjadi tidak baik akibat kesusahan dalam membangun hubungan sosial baru (Simatauw & Supraba, 2024). Hal ini dikarenakan peralihan lingkungan pada mahasiswa perantau menuntut mereka untuk memahami dan beradaptasi dengan budaya di lingkungan baru serta harus bersikap independen. Dengan demikian, pengalaman kesepian menjadi salah satu dampak emosional yang umum terjadi pada mahasiswa perantau, terutama pada ketiga responden.

2. Peran Teman Sebaya pada Mahasiswa Rantau

Peran teman sebaya memiliki kedudukan penting dalam proses penyesuaian mahasiswa, terutama bagi mereka yang tengah menghadapi transisi lingkungan seperti mahasiswa perantau. Dalam konteks ini, teman sebaya sering kali menjadi sumber dukungan utama yang membantu individu memahami tuntutan sosial, akademik, maupun emosional di lingkungan baru. Sarafino & Smith (2011) membagi dukungan sosial dalam empat macam, antara lain dukungan instrumental, informasional, emosional, dan penghargaan. Masing-masing dukungan sosial ini berperan dalam membantu individu mengatasi tekanan dan menyesuaikan diri dengan situasi baru.

Temuan penelitian ini menunjukkan adanya peran teman sebaya yang beragam sesuai dengan kebutuhan masing-masing responden. Pada responden MA, teman sebaya menjadi garda terdepan yang dapat membantu MA dalam menjalin hubungan (relasi) dengan teman-teman lain di fakultas yang sama. Responden MA sebagai orang yang bukan tipe *reach out* merasa sangat terbantu dalam mengenal banyak orang di lingkungannya. Bentuk dukungan ini berkaitan dengan dukungan emosional dan penghargaan, karena teman sebaya membantu MA membangun kepercayaan diri dan rasa nyaman dalam berinteraksi di lingkungan sosial.

Sementara itu, responden SR menerima dukungan teman sebaya dalam bentuk informasional dan instrumental. Dukungan informasional terlihat dari pemberian informasi tentang dunia perkuliahan, seperti cara untuk beradaptasi dengan lingkungan baru dan budaya dalam berkomunikasi dengan dosen. Sedangkan dukungan instrumental tampak ketika SR mendapatkan dukungan oleh teman sebaya ketika terdapat salah satu anggota kelompok kuliah yang tidak berkontribusi dalam pengerjaan tugas. Bentuk dukungan yang diberikan oleh teman sebaya kepada SR adalah mengungkapkan rasa empati dengan memberikan bantuan mengerjakan tugas sehingga menjadi lebih ringan. Temuan ini menunjukkan bahwa peran teman sebaya tidak hanya bersifat sosial, tetapi juga akademik dan emosional.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menguatkan pemahaman bahwa teman sebaya merupakan sumber dukungan penting bagi mahasiswa perantau. Kehadiran teman sebaya mampu membantu responden dalam mengurangi tekanan psikologis, memberikan rasa aman, serta meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menavigasi tuntutan lingkungan baru (Nisa dkk., 2025). Dengan demikian, peran teman sebaya dapat

menjadi salah satu faktor protektif dalam proses penyesuaian diri mahasiswa rantau.

3. Tantangan dalam Menjalin Hubungan Pertemanan

Menjalin hubungan pertemanan di lingkungan baru bukanlah hal yang mudah, melainkan penuh tantangan. Hasil dari wawancara menunjukkan ketiga responden mengalami tantangan dalam menjalin pertemanan di lingkungan hidup yang baru. Sama halnya seperti responden MA yang di awal merantau merasa kesulitan dalam mencari teman yang dapat diajak untuk berkenalan karena sudah terbentuknya kelompok-kelompok dengan sendirinya, hal ini biasanya karena banyak yang berasal dari sekolah yang sama sebelumnya. Dalam konteks ini, terjadi pengalaman stres akulturatif mahasiswa rantau yang sering merasa terasing dan kesulitan untuk menyesuaikan diri karena adanya perbedaan budaya, norma, dan pengelompokan sosial yang sudah terbentuk sebelumnya (Rahmanda, 2023). Penelitian Golubeva dkk. (2025) pun mengungkapkan bahwa dalam relasi pertemanan mahasiswa sangat berkaitan dengan identitas yang sudah mereka miliki. Adanya kesamaan latar belakang cenderung mendorong terbentuknya ikatan sosial dengan lebih cepat.

Selain tantangan tersebut, responden SR mengatakan bahwa dirinya mengalami kendala ketika mengerjakan tugas kelompok karena terdapat salah satu anggota yang mendadak tidak ada kabar untuk berkontribusi bersama dalam menyelesaikan penugasan. Responden SR juga mengalami kesulitan untuk mengetahui sifat asli yang dimiliki oleh teman dan biasanya terlihat 3 bulan kemudian. Selain itu, SR merasa nyaman dengan lingkup pertemanan yang lebih kecil karena ia memiliki karakter yang penyendiri, sehingga tidak mudah untuk dapat menjalin pertemanan dengan lingkup yang lebih besar. Hal ini menunjukkan bahwa karakter kepribadian secara tidak langsung juga dapat memengaruhi pilihan pertemanan seseorang (Nainggolan dkk., 2025). Pilihan pertemanan SR yang lebih kecil membuatnya merasa lebih aman dari sisi emosional.

Tantangan dalam menjalin hubungan pertemanan juga turut dialami oleh responden CL. CL mengaku bahwa ia belum sepenuhnya *move on* dengan pertemanannya dahulu dan masih mencari sosok teman lama di lingkungannya yang sekarang. Kondisi ini membuat CL masih menutup diri dari teman-teman di lingkungan barunya. Kesulitan dalam proses adaptasi yang dirasakan oleh responden dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti adanya perasaan kurang nyaman, kekhawatiran terhadap penilaian orang lain terhadap mereka, rasa malu, serta kurangnya kepercayaan diri untuk memulai proses adaptasi dengan lingkungan baru. Sebagian mahasiswa lebih memilih untuk menyendiri daripada berusaha untuk berinteraksi dengan orang lain (Musak, 2025). Masa peralihan dari sekolah menengah ke perguruan tinggi ini dapat menimbulkan kecemasan dan isolasi pada mahasiswa (Thurber & Walton, 2012).

4. Pengambilan Keputusan Mahasiswa Rantau

Pengambilan keputusan responden MA dipengaruhi oleh teman sebayanya, responden MA sering meminta pendapat dari temannya terkait hal-hal kecil sampai hal yang besar seperti pilihan untuk masuk suatu bidang di sebuah organisasi. Responden MA merasa dirinya perlu validasi akan keputusan yang akan dibuatnya sehingga responden MA akan bertanya kepada teman-temannya. Selain itu, ketika dalam kelompok responden MA cenderung mengambil keputusan dengan diskusi yang kemudian ditutup dengan *voting*. Begitu pula dengan responden CL, ia sangat dipengaruhi oleh teman sebayanya dalam pengambilan keputusan. Responden CL cenderung bertindak gegabah dalam mengambil keputusan, hal itu membuat responden CL membutuhkan pendapat temannya dalam memutuskan sesuatu. Ketika ada kegiatan

organisasi, responden CL akan berdiskusi dengan temannya untuk membuat keputusan. Apabila pendapat temannya dirasa masuk akal maka ia akan menerapkan pendapat dari temannya tersebut.

Sementara itu, responden SR menunjukkan pola yang berbeda. SR merasa bahwa dirinya sebagai individu yang cukup idealis dalam mengambil keputusan, sehingga ia tidak selalu bergantung pada pendapat teman sebaya. Meskipun demikian, SR tetap mempertimbangkan pandangan orang lain ketika informasi tersebut relevan atau memberikan perspektif tambahan. Akan tetapi, terkadang SR juga memiliki keinginan untuk mengikuti suatu kegiatan bersama dengan teman sebaya dikarenakan melihat manfaat yang akan diperoleh, bukan semata-mata karena pengaruh sosial. Dengan demikian, peran teman sebaya dalam pengambilan keputusan terlihat bervariasi tergantung pada kebutuhan, karakteristik personal, serta gaya pengambilan keputusan masing-masing responden.

Menurut Azwar (dalam Hayati *et al.*, 2021), pengambilan keputusan merupakan pendekatan yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan secara sistematis. Menganalisis masalah yang ada dengan melakukan pertimbangan terhadap fakta-fakta kemudian mencari solusi alternatif yang logis dan melakukan penilaian terhadap pencapaian yang telah diperoleh. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa pengambilan keputusan merupakan sebuah proses untuk memutuskan alternatif solusi dari beragam solusi yang telah diusulkan. Sebuah keputusan hendaklah bersifat analitis, fleksibel, dan dapat dilaksanakan dengan adanya bantuan sarana dan prasarana yang ada. Terdapat jenis-jenis pengambilan keputusan, yakni dapat bersifat individual dan kelompok. Pengambilan keputusan yang bersifat individual merupakan sebuah langkah dalam pengambilan keputusan yang hanya melibatkan pemimpin (individu itu sendiri) tanpa adanya campur tangan individu lain. Sedangkan keputusan kelompok dilakukan oleh sekelompok individu melalui musyawarah agar mencapai keputusan bersama (Hayati *et al.*, 2021).

Hal ini sejalan dengan pengambilan keputusan secara kelompok yang dilakukan oleh responden MA dan CL. Namun, responden MA tidak menjadikan keputusan kelompok menjadi keputusan akhir, melainkan sebagai tempat untuk meminta pertimbangan serta validasi terhadap keputusan yang telah dibuat sebelumnya. Dalam mengambil keputusan di organisasi, responden CL melakukan diskusi dengan temannya untuk mengambil keputusan. Apabila pendapat dari temannya dirasa tepat maka pendapat tersebut akan diterapkan sebagai keputusan bersama. Sementara itu, pada responden SR cenderung mengambil keputusan sesuai dengan pandangan pribadinya karena cukup memiliki karakter yang idealis, namun responden SR tetap mempertimbangkan kembali pendapat yang diberikan oleh teman sebaya.

Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau

1. Strategi Koping

Strategi koping yang dilakukan oleh ketiga responden adalah *emotional focused coping*. Pada responden MA yaitu dengan menghabiskan waktu bersama teman-temannya. Responden MA telah menganggap teman-temannya sebagai obat di saat responden MA berada di masa sulit, sebab dengan sekedar berkumpul dengan temannya responden MA akan merasa lebih tenang. Sementara itu, responden SR mengatasi permasalahan yang sedang dihadapinya, yakni dengan menghubungi dan berkomunikasi dengan teman sebaya. Berbeda dengan responden CL bahwa ia menghadapinya dengan cara menangis. Responden CL mengatakan bahwa dirinya tidak mendapatkan peran dari teman sebaya dalam menghadapi permasalahan yang sedang ia alami.

Individu yang mengalami stres akan menyesuaikan dirinya untuk mencari jalan keluar untuk menghadapi perasaan-perasaan yang membuatnya tidak nyaman. Respon individu terhadap stres yang

dialaminya tergantung dari cara mereka memandang dampak dari stresor, dukungan yang didapatkan saat mengalami kondisi stres, serta strategi koping yang digunakan untuk menghadapi stres. Strategi koping merupakan bentuk upaya yang dilakukan individu baik secara mental maupun perilaku untuk mengatasi, mengendalikan stres, mengurangi stres, dan mencari dukungan sosial. Strategi koping dibagi menjadi dua, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

Problem focused coping merupakan cara dalam menghadapi stres dengan fokus terhadap jalan keluar dan permasalahan yang dihadapi. Sedangkan *emotional focused coping* merupakan cara individu dalam menghadapi stres dengan melibatkan emosi. Individu yang menghadapi stres akan melibatkan emosinya dan melibatkan penilaiannya terhadap sumber-sumber stres (Suardiantari & Rustika, 2019). Strategi *emotional focused coping* dilakukan oleh responden MA dan CL. Responden MA menghabiskan waktu bersama dengan teman-temannya sebab Responden MA merasa bahwa temannya sebagai obat bagi dirinya karena dapat merasakan ketenangan. Namun, responden CL tidak mendapat peran teman sebaya dalam menghadapi permasalahannya. Ketika menghadapi permasalahannya, responden CL mengekspresikan emosinya dengan cara menangis.

Sementara, strategi koping yang dilakukan oleh responden SR ketika menghadapi suatu permasalahan adalah menggunakan *problem focused coping* karena responden cenderung menyelesaikan masalah yang terjadi dengan fokus terhadap penyelesaian masalah. Hal ini dibuktikan ketika responden mengalami suatu konflik dengan teman sebaya pada situasi penugasan kelompok, di mana salah satu anggota kelompok tidak berkontribusi dalam penugasan sehingga tindakan yang dilakukan oleh responden adalah menghubungi teman yang bersangkutan untuk fokus menyelesaikan tugas kuliah tersebut.

2. Hubungan Interpersonal

Ketiga responden memiliki kualitas hubungan yang beragam dengan teman sebaya di lingkungan barunya. Responden MA memiliki kualitas hubungan yang baik, mereka rutin merencanakan untuk melakukan kegiatan bersama, seperti memakai baju yang sama ketika pergi kuliah. Responden MA juga sepakat untuk tidak bersaing secara negatif dengan teman-teman sebayanya, MA saling mendukung serta akan jatuh dan bangkit bersama-sama dengan teman sebayanya yang dianggap sebagai keluarga barunya. Responden MA juga sering bepergian dengan teman-temannya hingga tempat tersebut menjadi tempat tujuan *favorite* yang dikunjungi ketika selesai ujian.

Responden SR juga mengatakan bahwa kualitas hubungan pertemanan berjalan dengan baik. Responden SR cukup sering melakukan aktivitas *favorite* bersama teman sebaya dengan mengunjungi tempat wisata di sekitar daerah Bali. Akan tetapi, tentu saja dalam membangun hubungan tersebut terdapat permasalahan yang muncul. Responden SR menyebutkan bahwa ketika permasalahan terjadi antara dirinya dan teman sebaya, maka ia cenderung tidak terlalu mempermasalahkannya ataupun sampai merubah situasi. Ketika terjadi suatu permasalahan dalam hidupnya, responden SR mengatakan bahwa dirinya terkadang memiliki batasan untuk tidak menceritakan masalah yang sedang dihadapi kepada temannya. Hal ini diterapkan karena masalah yang sedang terjadi dapat disimpan dan ditangani dengan sendirian selagi masih bisa melakukannya. Kemudian, responden SR juga selalu memberikan nasehat kepada teman sebaya ketika mengungkapkan perasaan yang sedang dirasakannya dengan mengontrol tanggapan yang hendak diungkapkan. Menurut responden SR, hal tersebut yang membuat dirinya dan teman sebaya berbeda karena teman sebaya cenderung lebih terus terang dalam menyampaikan sesuatu tanpa memikirkan dampak yang akan terjadi.

Responden CL merasa dirinya lebih nyaman di lingkungan saat ini karena adanya perlakuan kasih sayang dan kesamaan pemahaman dalam hubungan pertemanan, namun hal tersebut tidak membuatnya dapat terbuka begitu saja dengan teman sebayanya. Responden CL merasa belum mampu berbagi cerita dengan bebas karena kurangnya rasa percaya dengan temannya. Responden CL mengatakan dirinya terlambat dalam membentuk *circle* pertemanan sehingga ia merasa tidak memiliki kedekatan interpersonal dengan teman sebayanya.

Menurut Collie (dalam Alwi & Fakhri, 2022) menyebutkan bahwa hubungan interpersonal yang berkualitas memberikan dorongan terhadap sikap positif pada peserta didik dan berkaitan dengan keterlibatan, motivasi menjadi meningkat, dan keinginan untuk berprestasi. Hubungan interpersonal peserta didik dengan teman sebaya akan mempermudah proses beradaptasi sehingga merasakan adanya kesejahteraan di lingkungan sekolah. Teman sebaya menjadi sosok pendukung individu bagi mahasiswa yang merantau karena dapat mendukung individu untuk belajar menyesuaikan diri (Kusuma *et al.*, 2025). Hal ini sejalan dengan responden MA dan SR di mana memiliki kualitas hubungan yang baik dengan teman sebaya.

Pada responden MA menyebutkan bahwa peran teman sebaya dapat mempermudah proses adaptasi di lingkungan barunya, serta responden MA terlibat dalam kegiatan kelompok baik di kampus seperti diskusi dan di luar kampus dengan pergi untuk mengisi waktu luang. Kemudian, pada responden SR juga melakukan aktivitas *favorite* bersama dengan teman sebaya. Selain itu, karena melihat teman sebaya yang mengikuti kegiatan penelitian bersama dosen membuat responden SR memiliki motivasi untuk terlibat dalam kegiatan tersebut. Hal ini dibuktikan dengan responden SR menyebutkan bahwa dengan mengikuti kegiatan tersebut dapat memberikan keuntungan dalam dirinya. Berbeda dengan responden CL, responden CL belum memiliki keterlibatan dengan teman sebayanya. Hal tersebut dibuktikan dengan responden CL merasa dirinya terlambat dalam membentuk *peer group* di dalam perkuliahan.

3. Faktor Penyesuaian Diri

Dalam proses penyesuaian diri, responden SR mengatakan bahwa ia mampu menyesuaikan diri pada lingkungan pertemanan baru dengan mudah karena rasanya seperti mengalir begitu saja. Responden SR menyadari bahwa terdapat keragaman budaya antara dirinya dengan teman sebaya, seperti penggunaan bahasa ketika berkomunikasi. Responden SR melakukan penyesuaian dengan hal tersebut dengan cara menggunakan bahasa Indonesia ketika berkomunikasi. Dahulu, responden CL merupakan tipe individu yang anti dalam menyapa orang, namun sebagai upaya untuk menyesuaikan dirinya di lingkungan baru, responden CL mengubah pembawaannya dengan menjadi individu yang lebih cerita, selalu memulai percakapan, dan gemar menyapa orang. Hal tersebut membuat Responden CL mampu berbaur dan menjalin pertemanan di lingkungan barunya.

Menurut Haber dan Runyon (dalam Listyasari, 2013) seseorang yang mampu melakukan penyesuaian diri yang baik memiliki beberapa karakteristik seperti persepsi yang akurat terhadap realitas, mampu mengatasi kecemasan dan stres, membentuk citra diri yang lebih positif, serta mampu mengekspresikan perasaan dan menjalin hubungan interpersonal yang baik. Responden CL membentuk citra diri yang lebih positif yaitu sebelum merantau responden CL merupakan individu yang tidak suka menyapa orang lain selain teman dekatnya, namun sebagai bentuk penyesuaian diri dalam kehidupan merantau responden CL menjadi individu yang lebih ceria, selalu memulai percakapan, dan gemar menyapa orang lain. Kemudian, pada responden SR mampu menyesuaikan diri yang berawal dari merasa kesepian

ketika merantau menjadi mudah beradaptasi seiring berjalannya waktu dengan berkomunikasi bersama teman sebaya. Selain itu, responden SR juga mampu mengekspresikan perasaan ketika mengalami konflik bersama teman sebaya dengan mengkomunikasikan secara langsung terkait masalah yang sedang terjadi sehingga hubungan interpersonal akan menjadi lebih baik dengan berbicara apa adanya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa proses penyesuaian diri mahasiswa rantau tidak selalu dipengaruhi oleh peran *peer group*. Hal ini juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti faktor internal dari individu itu sendiri. Penyesuaian diri pada responden MA dan SR cenderung berkaitan dengan hubungannya dalam *peer group*, sedangkan pada responden CL masih belum mampu menjalin hubungan interpersonal dengan *peer group* karena masih terdapat bayangan dari lingkungan sebelumnya sehingga terlambat dalam mencari *peer* di lingkungan baru. Gambaran penyesuaian diri mahasiswa rantau dijelaskan dalam beberapa poin antara lain, (1) Kedua responden, yakni MA dan CL mendapatkan pengaruh teman sebaya dalam pengambilan keputusan untuk menentukan pilihan dalam menjalani kehidupannya. Sementara, pada responden SR cenderung mempertimbangkan kembali pendapat teman sebaya dalam menentukan pilihan karena responden SR menilai dirinya sebagai pribadi yang cukup idealis; (2) Terdapat dua responden yang menerapkan strategi *emotional focused coping* ketika merasa berat dalam kehidupan rantauan. Perbedaannya pada kehadiran orang lain, responden MA menggunakan strategi koping dengan berkumpul bersama teman-teman dekatnya dan responden CL mengeluarkan emosinya seorang diri. Sedangkan, responden SR menerapkan strategi *problem focused coping* dengan langsung berterus terang untuk mempercepat penyelesaian masalah; (3) Kedua responden, yakni MA dan SR mampu menjalin hubungan interpersonal yang efektif dengan teman kelompoknya di perkuliahan. Sedangkan satu responden, yakni CL belum mampu menjalin hubungan interpersonal secara efektif dengan teman perkuliahannya. Responden SR merasakan dampak dari hubungan interpersonal yang baik dapat membantunya meningkatkan motivasi untuk meraih prestasi; (4) Faktor-faktor yang memengaruhi proses penyesuaian diri mahasiswa rantau berkaitan dengan faktor internal individu seperti cara berkomunikasi dan berinteraksi sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Q., Apriliska, M., & Siswoyo, A. A. (2024). Tantangan mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri di lingkungan pertemanan program studi PGSD Universitas Trunojoyo Madura. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2(12).
- Alwi, M. A., & Fakhri, N. (2022). *School Well-Being* Ditinjau Dari Hubungan Interpersonal. *Pedagogika: Jurnal Pedagogik dan Dinamika Pendidikan*, 10(2), 124-131.
- Andani, F. & Wahyuni, S. (2020). Hubungan kualitas kelekatan dengan kemandirian remaja yang dibesarkan oleh orang tua tunggal. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 157-168.
- Azis, N. A. (2023). Parenting implementasi pendidikan keluarga (Studi fenomenologi di SDIT Harum Purbalingga). *J-PGMI: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 6(1), 85-94.
- Barwin, A., Zainuddin, K., & Irdianti, I. (2024). The Effect of Sense of Belonging on Homesickness in Rantau Students in Makassar City. *Journal of Correctional Issues*, 7(2), 246-255.

- <https://doi.org/10.52472/jci.v7i2.447>
- Corbin, J., & Strauss, A. (2015). Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory. Sage.
- Chyntia Dewi, C. P. D., & Widiastaviti, P. N. (2019). Resiliensi ibu dengan anak autisme. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1).
- Damarhadi, S., Junianto, M., Indasah, S. N., & Situmorang, N. Z. (2020). Kebermaknaan hidup pada mahasiswa rantau di Indonesia. *Insight : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(2), 110-117. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v22i2.957>.
- Dodgson, J. E. (2023a). Phenomenology: Researching the lived experience. *Journal of Human Lactation*, 39(3), 385–396. <https://doi.org/10.1177/08903344231176453>
- Fauzia, N., Asmaran, A., & Komalasari, S. (2020). Dinamika kemandirian mahasiswa perantauan. *Jurnal Al-Husna*, 1(3), 167-181.
- Golubeva, I., Di Maria, D., Holden, A., Kohler, K., & Wade, M. E. (2025). Exploring Students' Perceptions of the Campus Climate and Intergroup Relations: Insights from a Campus-Wide Survey at a Minority-Serving University. *Journalism and Media*, 6(3), 111. <https://doi.org/10.3390/journalmedia6030111>
- Hidayati, L., Amanda, R., Samara, S., Agustin, Y., & Sukatin, S. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif pada siswa (Definisi kesejahteraan subjektif). *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (Jupendis)*, 1(3), 177-185.
- Kusuma, E. S., Riyanto, S., Nurmaguphita, Deasti. Dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat adaptasi lingkungan kampus pada mahasiswa keperawatan TA. 2024. (2025). *Galen: Jurnal Riset Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 1(2), 819-838. <https://doi.org/10.71417/galen.v1i2.88>
- Khoirunnisa, S., Sessiani, L. A., & Ikhrom, I. (2025). Pola adaptasi mahasiswa rantau dalam menghadapi culture shock. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(1), 316–329. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i1.5179>
- Lawrence, C. P., & Mudzakkir, M. (2024). Penyesuaian diri mahasiswa rantau Indonesia Timur di Universitas Negeri Surabaya. *Paradigma*, 13(1), 11-20.
- Liling, N., & Sarajar, D. K. (2023). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau asal Toraja di Salatiga. *Jurnal Mirai Management*, 8(1), 257-265.
- Manery, D. E., Saija, A. F., Angkejaya, O. W., & Bension, J. B. (2023). Hubungan culture shock dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau semester pertama tahun 2020 dan 2021 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. *Molucca Medica*, 16(1). <https://doi.org/10.30598/molmed.2023.v16.i1.39>.
- McLoughlin, C. S. (2017). Positive peer group interventions: An Alternative to Individualized Interventions for Promoting Prosocial Behavior in Potentially Disaffected Youth. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 7(19). <https://doi.org/10.25115/ejrep.v7i19.1338>
- Meliantini, N. P. D., Krisnawati, K. M. S., Sulistiawati, N. M. D., & Febriyanti, P. S. (2024). Hubungan penyesuaian diri, mekanisme koping dan dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa baru. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(3).
- Nainggolan, V. V., Lumapow, H. R., & Hartati, M. E. (2025). Studi Tentang Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Yang Merantau di Universitas Negeri Manado . *Future Academia : The Journal of Multidisciplinary Research on Scientific and Advanced*, 3(2), 850–856.

- <https://doi.org/10.61579/future.v3i2.510>
- Nisa, S. S., Fitriana, A. Q. Z., & Adibah, D. F. (2025). Ketidaknyamanan akademik: Pergulatan mahasiswa antara minder dan tuntutan lingkungan sosial. *Menulis: Jurnal Penelitian Nusantara*, 1(5), 527–535. <https://doi.org/10.59435/menulis.v1i5.305>
- Orah, K. D., & Purnawinadi, I. G. (2025). Penyesuaian Diri Dan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau. *Nutrix Journal*, 9(2), 388–398. <https://doi.org/10.37771/nj.v9i2.1409>
- Pare, N., Habsy, B. A., & Nursalim, M. (2025). *Grounded theory*: Metodologi penelitian kualitatif. *Inovasi Pendidikan Nusantara*, 6(2).
- Rahmadani, A., & Rahmawati, Y. M. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional: Studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(3), 159–166. <https://doi.org/10.29210/145700>.
- Rahmanda, Y. A., & Satwika, Y. W. (2023). Gambaran Stres Akulturatif pada Mahasiswa Baru yang Merantau (Beda Budaya). *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(1), 825–844. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i1.53843>
- Riska, N., Martina, M., & Dineva R, F. (2023). Penyesuaian diri mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala (Self-adjustment of regional student in Nursing Faculty Universitas Syiah Kuala). *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2), 50–56.
- Santrock J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1), 59-72.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology* (7th ed.). Wiley.
- Sari, E. N., & Aviani, Y. I. (2020). Kontribusi Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Kecenderungan Problem Focused Coping pada Mahasiswa Rantau yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Psikologi*. <http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2020i1.8237>.
- Simatau, J. C. D., & Supraba, D. (2024). Loneliness ditinjau dari self-compassion pada mahasiswa perantau. *Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF)*, 8, 5274–5285.
- Suardiantari, L. N., & Rustika, I. M. (2019). Peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap problem focused coping pada mahasiswa preklinik Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*.
- [Sugiyono. \(2019\). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Penerbit Alfabeta.](#)
- Schutz, Alfred. 1970. *On phenomenology and social relations*. Chicago: The University of Chicago Press
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health*, 60(5), 415–419. <https://doi.org/10.1080/07448481.2012.673520>
- Musak, W.A.L., & Roswiyani. (2025). Hubungan antara kesepian dan adaptasi sosial: Studi kasus pada mahasiswa rantau di Jakarta. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 14(1), 41-48.
- Yusanto, Y. (2020). Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif. *Journal of scientific communication*, 1(1).