

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa yang Merantau di Kota Surabaya

The Relationship Between Social Support and Self-Adjustment Among Students Living Away from Home in Surabaya

Nafisa Nur Faisah*

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: nafisa.21019@unesa.ac.id

Arfin Nurma Halida

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: arfinhalida@unesa.ac.id

Abstrak

Mobilitas mahasiswa selalu terjadi setiap tahunnya. Banyak mahasiswa yang memilih merantau agar bisa menempuh studi dengan baik, namun mahasiswa yang pindah di lingkungan baru banyak mengalami kendala saat proses penyesuaian diri di lingkungan baru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional yang melibatkan 245 mahasiswa rantau psikologi UNESA angkatan 2025. Pengumpulan data menggunakan skala psikologis dukungan sosial dan penyesuaian diri. Analisis data menggunakan *Pearson Product Moment* dengan *SPSS 25.0 for Windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang rendah antara dukungan sosial dan penyesuaian diri dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$) dan korelasi koefisien sebesar 0,212 ($r = 0,212$). Semakin tinggi dukungan sosial, semakin baik penyesuaian diri pada mahasiswa rantau. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan dalam penyesuaian diri pada mahasiswa perantau, meskipun terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi penyesuaian diri.

Kata kunci : Dukungan sosial; Penyesuaian Diri; Mahasiswa rantau

Abstract

Student mobility occurs every year. Many students choose to move away from home to pursue their studies; however, those who relocate to a new environment often face challenges during the adjustment process. This study aims to examine the relationship between social support and adjustment among students living away from home in Surabaya. This study employs a quantitative correlational approach involving 245 psychology students from UNESA's class of 2025 who are living away from home. Data were collected using psychological scales measuring social support and adjustment. Data analysis was performed using Pearson's Product-Moment correlation with SPSS 25.0 for Windows. The results indicate a weak positive relationship between social support and adjustment, with a significance level of 0.001 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of 0.212 ($r = 0.212$). The higher the level of social support, the better the self-adjustment among students living away from home. These findings indicate that social support plays a role in the self-adjustment of students living away from home, although other factors may also influence self-adjustment.

Keywords : Social support; Self-adjustment; Students living away from home

Article History	*corresponding author
Submitted : 19-08-2026 Final Revised : 28-09-2026 Accepted : 28-09-2026	This is an open access article under the CC-BY-SA license Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya

Mobilitas mahasiswa antarwilayah merupakan fenomena yang meningkat seiring berkembangnya pendidikan tinggi di Indonesia dalam dekade terakhir. Jumlah mahasiswa meningkat dari 6,15 menjadi 8,96 juta pada tahun 2021 (Adisty, 2022) serta didukung oleh pertumbuhan jumlah perguruan tinggi di berbagai wilayah di Indonesia (Hakiki, 2025). Peningkatan tersebut mendorong fenomena mahasiswa yang memilih menempuh studi di luar daerah asal. Data pada tahun 2022 menunjukkan bahwa terdapat 212.522 mahasiswa dari luar Daerah Istimewa Yogyakarta (KPU DIY, 2023), sementara pada data UNESCO sebanyak 62.828 mahasiswa Indonesia menempuh pendidikan di luar negeri pada tahun yang sama (Walker, 2025). Fenomena ini menunjukkan bahwa merantau untuk kepentingan pendidikan telah menjadi karakteristik penting dalam pendidikan tinggi dan menuntut mahasiswa untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial dan akademik yang baru.

Mahasiswa yang merantau menghadapi berbagai tantangan selama fase adaptasi, seperti perbedaan budaya, suasana, sosial dan ekonomi yang berbeda dengan lingkungan asal (Kinanti, 2021; Susanti et al., 2024). Kondisi tersebut menyebabkan *culture shock* (Basri & Ridha, 2020), *homesickness*, kesepian, stres akademik (Afrilia & Siregar, 2024), dan kesulitan membangun relasi sosial yang berdampak pada penyesuaian diri mahasiswa (Musak & Roswiyani, 2025). Mahasiswa perantau memiliki risiko kesehatan mental yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lokal akibat tuntutan akademik dan adaptasi budaya yang berlangsung secara bersamaan (Putri et al., 2025). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian diri merupakan salah satu aspek penting bagi mahasiswa, penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk merespon tuntutan internal maupun eksternal sehingga mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan lingkungan (Schneiders, 1960). Dalam konteks pendidikan tinggi, penyesuaian diri mencerminkan kemampuan mahasiswa beradaptasi pada aspek akademik, sosial, personal-emosional, serta komitmen terhadap institusi (Baker & Siryk dalam Marchella & Helsa, 2024). Kemampuan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satu faktor tersebut adalah lingkungan sosial (Schneiders, 1960). Oleh karena itu, mahasiswa yang merantau memerlukan dukungan sosial yang memadai untuk membantu mereka menghadapi perubahan lingkungan, tuntutan akademik, dan proses adaptasi di tempat baru.

Salah satu faktor yang diyakini berperan dalam penyesuaian diri pada mahasiswa rantau adalah dukungan sosial. Dukungan sosial menurut Cutrona & Russel (dalam Sitanggang, 2023) dipahami sebagai hubungan yang membuat individu merasa dicintai, dihargai, diperhatikan, serta memperoleh bantuan ketika menghadapi tekanan hidup. Dalam konteks mahasiswa rantau, dukungan tersebut dapat berasal dari keluarga, teman sebaya, maupun dalam lingkungan kampus (Naibaho & Murniati, 2023). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan penyesuaian diri mahasiswa pada tahun pertama (Shiddiq et al., 2020) maupun pada mahasiswa Universitas Airlangga (Rasyid & Chusairi, 2021). Namun pada penelitian ditemukan hasil yang berbeda, yaitu dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap tingkat stres mahasiswa (Munif & Suhaemi, 2025) serta pada mahasiswa asal Papua di Universitas Negeri Padang (Rahmadhani et al., 2026). Ketidaksesuaian hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri masih memerlukan pengujian lebih lanjut pada konteks populasi dan lingkungan yang berbeda.

Kota Surabaya merupakan salah satu kota tujuan pendidikan dengan jumlah mahasiswa mencapai 273.229 orang yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, 2023). Keberagaman latar belakang budaya dan peningkatan mobilitas mahasiswa menjadikan Surabaya sebagai konteks yang relevan untuk mengkaji dinamika penyesuaian diri mahasiswa rantau. Selain itu, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada satu institusi atau wilayah tertentu sehingga membatasi generalisasi hasil penelitian. Perubahan pola interaksi sosial, pembelajaran, dan bentuk dukungan sosial pada era digital juga menuntut adanya pembaruan bukti empiris mengenai hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Desain ini dipilih untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di kota Surabaya (Sugiyono, 2013).

Sampel / Populasi

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa psikologi UNESA angkatan 2025. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa yang berasal dari luar kota Surabaya, sedang aktif menempuh perkuliahan minimal semester kedua (tahun pertama), tidak menempuh perjalanan pulang-pergi dari rumah ke kampus, atau menetap secara mandiri tanpa orang tua serta kerabat. Jumlah sampel tidak diketahui secara pasti sehingga penentuan sampel dilakukan merujuk pada rumus dari (Ilssac & Michael, dalam Sugiyono, 2013) dengan hasil perhitungan yang didapatkan ukuran sampel sejumlah 236 responden.

Pengumpulan Data

Skala Dukungan Sosial yang digunakan mengadopsi dari penelitian (Puteri & Dewi, 2021) yang merupakan skala milik aspek yang diungkapkan berdasarkan (Cutrona & Russell, 1987) yang mengukur enam aspek: *guidance*, *reassure of worth*, *social integration*, *attachment*, *nurturance*, dan *reliable alliance* dengan 23 item valid serta uji reliabilitas skala yang diperoleh sebesar 0,929. Skala Penyesuaian diri yang mengadopsi dari penelitian (Septiningwulan & Dewi, 2021) berdasarkan aspek milik teori (Baker & Stryk, 1984) yang mengukur empat aspek: *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *goal-commitment institutional attachment* dengan 35 item valid serta uji reliabilitas skala yang diperoleh sebesar 0,897. Kedua skala menggunakan format *Likert* 4 poin (1=Sangat Tidak Setuju hingga 4=Sangat Setuju)

Analisis Data

Analisis data dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas. Selanjutnya dilakukan menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data dan uji korelasi *Pearson Product Moment* untuk menguji hipotesis penelitian. Pengolahan data menggunakan *SPSS 25.0 for Windows* dengan tingkat signifikansi 0,05.

Hasil

Responden yang berpartisipasi pada penelitian ini sebanyak 245 mahasiswa angkatan 2025 psikologi UNESA yang merantau di Kota Surabaya sebanyak 15 kelas. Hasil demografi menunjukkan bahwa 245 responden terdiri dari 50 orang (20,41%) laki-laki dan 195 orang (79,59%) perempuan. Dengan sebaran data tempat tinggal responden selama merantau di Kota Surabaya yang terbanyak adalah mahasiswa yang tinggal di kos sebesar 216 orang (88,16%), terbanyak kedua yaitu mahasiswa yang tinggal di asrama sebanyak 16 orang (6,53%), dan responden yang paling sedikit adalah tinggal di apartemen hanya 1 orang (0,41%).

Table 1. Deskripsi Data Penelitian

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Dev
Dukungan Sosial	245	45	70	56,69	4,380
Penyesuaian Diri	245	73	114	94,07	7,788

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa variabel dukungan sosial memiliki skor standar minimum sebesar 45 dan skor maksimum sebesar 70 dengan mean sebesar 56,69 dan standar deviasi sebesar 4,380. Sedangkan pada variabel penyesuaian diri memiliki skor standar minimum 73 dan skor maksimum sebesar 114 dengan mean sebesar 94,07 dan standar deviasi sebesar 7,788. Standar deviasi menunjukkan tingkat keragaman atau variasi data, hasil standar deviasi dukungan sosial dan penyesuaian diri ini dapat dimaknai bahwa adanya heterogenitas karena faktor demografis seperti jenis kelamin, domisili saat tinggal di Kota Surabaya, dan kelas yang berbeda-beda.

Table 2. Hasil Uji Normalitas Data

Nilai F Sig	Nilai Signifikansi	Kategorisasi
Dukungan Sosial	0,082	Data Berdistribusi Normal
Penyesuaian Diri		

Uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* pada *Unstandardized Residual* yang bertujuan mengetahui residual berdistribusi normal. Berdasarkan hasil pengujian normalitas pada nilai residual yang diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,082 > 0,05$ sehingga data memenuhi asumsi berdistribusi normal.

Table 3. Hasil Signifikansi Uji Linearitas

Nilai F Sig	Nilai Signifikansi	Kategorisasi
Dukungan Sosial	0,008	Data Linier
Penyesuaian Diri	0,001	
<i>Deviation from Linearity</i>	0,082	

Uji linearitas dilakukan dengan metode *test for linearity*, yang difokuskan pada nilai *Deviation from Linearity* untuk melihat signifikansi variabel. Berdasarkan hasil penelitian linearitas *Deviation from Linearity* menghasilkan nilai signifikan sebesar 0,082. Nilai ini diatas dari 0,05 ($0,082 > 0,05$) sehingga menunjukkan bahwa korelasi antar variabel dukungan sosial dan penyesuaian diri bersifat linear.

Table 4. Hasil Uji Hipotesis Korelasi *Pearson*

		Dukungan Sosial	Penyesuaian Diri
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	,212**
	Sig. (2-tailed)		,001
	N	245	245
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	,212**	1
	Sig. (2-tailed)	,001	
	N	245	245

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi *Pearson* dalam tabel, dikteahui bahwa nilai signifikansi dari hubungan antara variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri adalah 0,001 ($p < 0,05$). Hasil ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Selain itu hasil data menunjukkan bahwa koefisien korelasi (r) antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mencapai angka 0,212 ($r = 0,212$). Nilai ini menjelaskan bahwa hubungan terindikasi rendah dan bersifat positif, yang dimaknai bahwa peningkatan dalam dukungan sosial berkorelasi dengan peningkatan tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Kota Surabaya. Sebaliknya apabila tingkat dukungan sosial yang diterima rendah, maka tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa merantau menurun.

Table 5. Tabel Uji Koefisien Determinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,212 ^a	,045	,041	7,625

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

Berikutnya pada tabel koefisien determinasi menunjukkan hasil nilai R^2 sebesar 0,045. Hal ini bermakna bahwa dukungan sosial menjelaskan sebesar 4,5% dari variasi penyesuaian diri, sedangkan 95,5% variasi lainnya berkaitan dengan faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Hal ini berkaitan dengan nilai koefisien korelasi yang rendah yang menunjukkan bahwa penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau tidak hanya karena faktor dukungan sosial saja yang memengaruhi, melainkan terdapat faktor lain yang bisa memengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Kota Surabaya.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Kota Surabaya. Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang rendah dan signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Temuan ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan tidak terdapat hubungan dukungan sosial pada penyesuaian diri pada mahasiswa rantau. Selain itu, hasil penelitian ini juga berbeda dengan penelitian yang mendukung hasil ini dikarenakan pada penelitian sebelumnya terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau serta pada mahasiswa tahun pertama. Meskipun hasil yang diperoleh masuk ke kategori rendah, dukungan sosial masih memengaruhi penyesuaian mahasiswa rantau.

Hal ini dikarenakan dukungan sosial menurut (Cutrona & Russell, 1987) memberi dukungan berupa bantuan langsung, emosional, informasi, penghargaan, diterima dan rasa dirinya dibutuhkan. Namun terdapat keterbatasan peran dukungan sosial dalam menjangkau aspek penyesuaian diri mahasiswa, pada aspek penyesuaian diri menurut (Baker & Stryk, 1984) aspek yang cenderung membantu hanya pada aspek *social adjustment* dan sebagian *academic adjustment*, hal ini karena penyesuaian diri bersifat multidimensional. Secara teoritis, penyesuaian diri menurut Schneiders (1960)

memiliki lima faktor yang memengaruhi, yaitu kondisi fisik, perkembangan individu, kondisi psikologis, lingkungan sosial, serta budaya dan agama. Pada subjek mahasiswa rantau, dukungan sosial menjadi salah satu faktor lingkungan yang mendukung proses penyesuaian diri.

Hasil nilai R^2 sebesar 4,5% menunjukkan bahwa terdapat 95,5% variasi faktor yang tidak dijelaskan pada penelitian ini. Namun, keberhasilan penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor lain yang lebih memengaruhi mahasiswa rantau untuk menyesuaikan diri di lingkungan yang baru. Hal ini terjadi karena temuan fenomena pada studi pendahuluan bahwa mahasiswa rantau menghadapi tuntutan adaptasi yang tidak hanya berkaitan dengan dukungan dari lingkungan sosial. Beberapa mahasiswa mengalami kesulitan mengatur waktu antara perkuliahan, organisasi, dan kehidupan pribadi, sementara mahasiswa lainnya mengalami kesulitan pada pola belajar di SMA yang diarahkan guru berubah menjadi belajar secara mandiri di perguruan tinggi. Tantangan lain terlihat pada rasa takut ketika harus melakukan presentasi di hadapan audiens yang lebih banyak. Selain itu, pada aspek emosional dan sosial, mahasiswa juga menceritakan kesepian dan kerinduan terhadap rumah, serta *culture shock* akibat perbedaan gaya komunikasi di lingkungan baru. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa proses penyesuaian diri mahasiswa rantau melibatkan kemampuan mengelola tuntutan akademik, emosi, dan interaksi sosial, sehingga tidak seluruhnya dapat dijelaskan melalui ketersediaan dukungan sosial. Menurut teori (Baker & Siryk, 1984) bahwa penyesuaian mahasiswa mencakup beberapa dimensi seperti *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *goal-commitment institutional attachment*. yang membutuhkan sumber daya psikologis individu selain dukungan dari lingkungan. Meskipun mahasiswa mendapatkan berbagai bentuk dukungan sosial, namun mampu menjelaskan sekitar 4,5% variasi penyesuaian diri, sedangkan 95,5% merupakan faktor yang tidak terkait penelitian yang artinya penyesuaian diri adalah proses kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai pengaruh internal dan eksternal. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Natasha & Rahayu, 2025) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial hanya memiliki hubungan signifikan dengan aspek akademik dan sosial, serta variabel tersebut tidak mempunyai hubungan signifikan dengan aspek persona emosional mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa selain dukungan sosial, mahasiswa kemungkinan mengandalkan atau membutuhkan faktor psikologis internal lainnya agar menunjang penyesuaian dirinya.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor psikologis internal dapat menjadi sumber daya untuk mengelola diri dan bertahan menghadapi tekanan. Resiliensi yang kian terbentuk mampu membantu mahasiswa bertahan ketika menghadapi tekanan akademik dan sosial (Afifah & Nur, 2026), *self-compassion* mampu membantu mengatasi tekanan sosial di lingkungan baru (Zain & Fitriana, 2026), sementara pada regulasi diri mampu membantu mahasiswa mengatur perilaku, emosi, dan tujuan dalam menghadapi tuntutan di perkuliahan (Arum & Khoirunnisa, 2021). Kemampuan tersebut diperkuat oleh kematangan emosi yang mampu membantu kontrol diri agar mahasiswa mampu beradaptasi sesuai keadaan yang dihadapi (Saktiani & Khotimah, 2024) dan *psychological well-being* yang mendukung mahasiswa dalam mengelola tuntutan selama fase transisi perkuliahan (Wulandari & Khoirunnisa, 2026).

Mahasiswa tidak hanya membutuhkan dukungan dari luar, tetapi juga kemampuan untuk menghadapi dan menyelesaikan tuntutan yang muncul. Kecerdasan emosi memiliki kontribusi untuk membantu mahasiswa untuk mengelola emosi dengan mandiri sehingga mampu menyesuaikan diri tanpa bergantung dukungan lingkungan sekitar (Amsikan et al., 2026). Pada penelitian (Putri et al., 2025) memaparkan bahwa efikasi diri memiliki peran dalam penyesuaian diri karena mahasiswa akan lebih percaya diri pada kemampuan mereka dalam menghadapi situasi baru. Selain itu, mahasiswa perlu menerapkan regulasi diri agar dapat mengelola perasaan negatif, rasa cemas, serta kebingungan sosial agar dapat mengurangi dampak dari proses adaptasi karena penelitian dari (Mandoa et al., 2021) memaparkan bahwa regulasi emosi mempunyai pengaruh yang positif pada penyesuaian diri mahasiswa. Faktor berikutnya yaitu strategi coping terutama pada aspek *problem-focused coping* untuk menyelesaikan secara langsung, penelitian dari (Syafi'i & Sadewo, 2023) menunjukkan bahwa mahasiswa rantau mampu beradaptasi ketika menggunakan *problem-focused coping* saat mengalami masalah dan menyelesaikan masalah secara langsung seperti memperluas relasi atau mengikuti organisasi, membuat kelompok belajar, meminta bantuan teman. Melalui langkah strategi coping yang dilakukan, mahasiswa mampu menyelesaikan masalah serta memperkuat faktor lainnya seperti efikasi diri dan resiliensi.

Beberapa sumber daya internal dan kemampuan menghadapi tuntutan ini yang telah dijabarkan sebelumnya mampu membantu mahasiswa untuk mengelola tuntutan akademik, emosional, serta sosial selama merantau. Besarnya proporsi variasi yang tidak dijelaskan oleh dukungan sosial menunjukkan bahwa adanya kemungkinan faktor lain yang berperan dalam penyesuaian diri pada mahasiswa rantau. Sejumlah penelitian terdahulu mengidentifikasi faktor psikologis secara internal seperti resiliensi, regulasi diri, efikasi diri, regulasi emosi, kecerdasan emosional, *psychological well-being*, dan strategi coping sebagai sumber daya yang dapat mendukung proses penyesuaian diri.

Secara teoritis, temuan penelitian ini memperkuat pemahaman bahwa penyesuaian diri merupakan konstruk yang multidimensional dan tidak hanya ditentukan oleh dukungan sosial. Hasil hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran dalam membantu mahasiswa menghadapi lingkungan yang baru. Namun, rendahnya kekuatan hubungan dan kontribusi dukungan sosial sebesar 4,5% menunjukkan bahwa dukungan sosial belum sepenuhnya menjangkau seluruh dimensi pada penyesuaian diri. Temuan ini sejalan dengan pandangan teori (Baker & Siryk, 1984) bahwa penyesuaian diri mencakup aspek akademik, sosial, personal-emosional serta komitmen terhadap institusi. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa pemahaman mengenai penyesuaian diri pada mahasiswa rantau perlu mempertimbangkan sumber daya psikologis internal dan faktor-faktor eksternal lainnya dari individu.

Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya membantu mahasiswa yang merantau dalam perjalanan penyesuaian diri tidak cukup berfokus pada peningkatan dukungan sosial saja. Pihak institusi dapat mengembangkan lingkungan yang mendukung melalui relasi teman sebaya, kelompok belajar, maupun pendampingan mahasiswa serta memberikan ruang bagi pengembangan sumber daya psikologis mahasiswa.

Temuan penelitian ini memberikan gambaran bahwa penyesuaian diri mahasiswa rantau dipahami sebagai proses yang multidimensional. Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk mampu membangun relasi sosial di lingkungan baru, tetapi juga menghadapi tuntutan akademik, mengelola respons emosi, beradaptasi terhadap perbedaan budaya, serta mempertahankan komitmen terhadap perkuliahan yang dijalani. Fenomena studi pendahuluan menunjukkan adanya mahasiswa yang mengalami kesulitan mengatur waktu, beradaptasi dengan pola belajar mandiri, menghadapi presentasi, mengatasi kesepian dan kerinduan terhadap rumah, serta menghadapi *culture shock*. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa keberhasilan penyesuaian diri tidak hanya bergantung pada adanya dukungan sosial, tetapi juga pada kemampuan individu dalam mengelola berbagai tuntutan yang muncul selama proses merantau.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam penginterpretasian hasil. Penelitian ini hanya menguji hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri, sehingga belum dapat menjelaskan kontribusi dari faktor lain yang berpotensi memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa rantau. Berikutnya adalah karakteristik responden penelitian yang berpartisipasi terbatas hanya mahasiswa Psikologi UNESA angkatan 2025, sehingga generalisasi temuan pada mahasiswa perantau dari program studi, angkatan, atau perguruan tinggi lain masih terbatas, serta kriteria partisipan yang ditentukan hanya sedikit bagian dari total mahasiswa yang merantau di Kota Surabaya. Sehingga perlu memperluas kembali responden pada wilayah lainnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau di Kota Surabaya. Hubungan ini dipaparkan oleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,212 dengan nilai signifikansi 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi pula penyesuaian diri mahasiswa rantau, meskipun hasil kekuatan hubungannya tergolong rendah.

Hasil koefisien determinasi menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi sebesar 4,5% terhadap variabel penyesuaian diri. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang memengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa rantau, namun bukan merupakan satu-satunya aspek yang berkaitan dengan proses tersebut. Sebagian

besar variasi penyesuaian diri berada di luar cakupan variabel yang diteliti, sehingga penyesuaian diri pada mahasiswa rantau perlu dipahami sebagai proses yang kompleks dan melibatkan berbagai faktor lainnya. Terdapat faktor lain yang bisa memengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa rantau.

Saran

Pada penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan mahasiswa dari angkatan, jurusan, atau beberapa perguruan tinggi dalam satu wilayah yang lebih beragam. Selain itu, penelitian berikutnya dapat mempertimbangkan faktor psikologis lain yang memiliki potensi keterkaitan dengan penyesuaian diri seperti resiliensi, regulasi diri, efikasi diri, regulasi emosi, *psychological well-being*, dan strategi coping. Pengembangan model penelitian yang lebih luas ini diharapkan mampu memberikan pemahaman mengenai faktor-faktor lain yang berkaitan dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau.

Daftar Pustaka

- Adisty, N. (2022, April 13). *Jumlah Mahasiswa Indonesia Kian Meningkat Tiap Tahun - GoodStats*. GoodStats. <https://goodstats.id/article/terjadi-peningkatan-intip-jumlah-mahasiswa-di-indonesia-dari-tahun-ke-tahun-viRWK>
- Afifah, M. N., & Nur, H. (2026). RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG MERANTAU: STUDI LITERATUR. *JPK: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 03(01), 59–69. <https://doi.org/10.56842>
- Afrilia, D., & Siregar, Mhd. F. Z. (2024). Pengaruh Homesickness Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Rantau. *Jurnal Studi Islam Indonesia (JSII)*, 2(1), 176–188. <https://doi.org/10.61930/jsii.v2i1.647>
- Amsikan, D. H., Hartosujono, H., & Anggraeni, J. (2026). Adaptasi Mahasiswa Ditinjau dari Kecerdasan Emosi pada Mahasiswa Baru Psikologi UST Angkatan 2025. *J-CEKI : Jurnal Cendekia Ilmiah*, 5(4), 1792–1800. <https://doi.org/10.56799/J-CEKI.V5I4.17607>
- Arum, A. R., & Khoirunnisa, R. N. (2021). HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA BARU PSIKOLOGI. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 187–196. <https://doi.org/10.26740/CJPP.V8I8.41717>
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur. (2023). *Jumlah Mahasiswa (Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Menurut Kabupaten/Kota, 2021 dan 2022*. BPS Provinsi Jawa Timur. <https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/1/MjkzOCMx/jumlah-mahasiswa->

negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-pendidikan-dan-kebudayaan-menurut-kabupaten-kota-2021-dan-2022.html

Baker, R. W., & Stryk, B. (1984). Measuring Adjustment to College. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179–189.

Basri, C. N., & Ridha, A. A. (2020). Gegar Budaya dan Motivasi Belajar pada Mahasiswa yang Merantau di Kota Makassar. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25(1), 1–14.

<https://doi.org/10.20885/PSIKOLOGIKA.VOL25.ISS1.ART1>

Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1987). THE PROVISIONS OF SOCIAL RELATIONSHIPS AND ADAPTATION TO STRESS. In *Advances in Personal Relationships* (Vol. 1, pp. 37–67). JAI Press Inc.

Hakiki, S. (2025, October 1). *Angka Partisipasi Kuliah di Indonesia Terus Meningkat 1 Dekade Terakhir - GoodStats*. GoodStats. <https://goodstats.id/article/angka-partisipasi-kuliah-di-indonesia-terus-meningkat-dalam-1-dekade-terakhir-hFMcc>

Komisi Pemilihan Umum Daerah Istimewa Yogyakarta. (2023, September 19). *KPU DIY - Jalur Nyoblos Mahasiswa Rantau di DIY*. KPU DIY.

<https://diy.kpu.go.id/blog/read/jalur-nyoblos-mahasiswa-rantau-di-diy>

Mandoa, F., Saud, H., & Reba, Y. A. (2021). Penyesuaian Diri Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Self-Esteem. *Psychocentrum Review*, 3(1), 119–127. <https://doi.org/10.26539/pcr.31595>

Marchella, M., & Helsa, H. (2024). Mattering to College dan College Adjustment pada Mahasiswa di Indonesia. *Jurnal Psibernetika*, 17(1), 52–61.

<https://doi.org/10.30813/PSIBERNETIKA.V17I1.5156>

Munif, I. A., & Suhaemi, A. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan Di Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam (BKI) Uin Sultan Maulana Hasanudin Banten. *JBKPI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 1–9. <https://doi.org/10.26618/ZRAH8E29>

Musak, W. A. L., & Roswiyani, R. (2025). HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DAN ADAPTASI SOSIAL: STUDI KASUS PADA MAHASISWA RANTAU DI JAKARTA. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 14(1), 41–48.

- Naibaho, S. L., & Murniati, J. (2023). Dukungan sosial sebagai faktor pendukung keberhasilan adaptasi mahasiswa perantau yang tinggal di asrama Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 10(1), 114–130. <https://doi.org/10.24854/jpu465>
- Natasha, N., & Rahayu, M. N. M. (2025). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 1025–1036. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7089>
- Puteri, A. P., & Dewi, D. K. (2021). HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN MOTIVASI BELAJAR PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(6), 1–13. <https://doi.org/10.26740/CJPP.V8I6.41517>
- Putri, D. Y. A., Syamsir, S., Daniati, F. D., Amanda, G. A., Shyfa, Q. N., Aisyi, R., & Fatiha, S. A. (2025). Adaptasi Mahasiswa Perantau dalam Menghadapi Perbedaan Budaya di Departemen Ilmu Administrasi Negara Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 4214–4224. <https://doi.org/10.31004/JPTAM.V9I1.26813>
- Rahmadhani, A., Rizal, S. A.-Z., Effendi, V., & Pratama, M. (2026). Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa yang Berasal dari Papua di Universitas Negeri Padang. *YASIN: Jurnal Pendidikan Dan Sosial Budaya*, 6(2), 1897–1904. <https://doi.org/10.58578/yasin.v6i2.9517>
- Rasyid, H. AL, & Chusairi, A. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Universitas Airlangga. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1306–1312. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28617>
- Saktiani, B. E., & Khotimah, S. K. (2024). Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru: Peran Dukungan Sosial Dan Kematangan Emosi. *Proceedings of International Conference on Psychology, Mental Health, Religion, and Sprirituality*, 2(01), 61–65. <https://doi.org/10.29080/PMHRS.V2I01.2198>
- Schneiders, A. A. (1960). *Personal Adjustment and Mental Health*. Holt, Rinehart and Winston.

- Septiningwulan, A. E., & Dewi, D. K. (2021). HUBUNGAN ANTARA PEER ATTACHMENT DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA BARU PSIKOLOGI UNESA SELAMA MASA PANDEMI. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 44–56. <https://doi.org/10.26740/CJPP.V8I8.41673>
- Shiddiq, M. I., Fitra, M. A., Patricia, R., Afriani, D. I., Bahar, F. A., & Malay, E. D. (2020). Social Support is Positively Correlated With College Adjustment in First-Year Students. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Volume 494, 549–558.
- Sitanggang, A. E. (2023). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN EFIKASI DIRI KEPUTUSAN KARIER PADA MAHASISWA RANTAU. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 883–892.
- Sugiyono, S. (2013). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF KUALITATIF DAN R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Susanti, S. D., Naim, M., & Hayat, N. (2024). Strategi Adaptasi Mahasiswa Perantau Dalam Menghadapi Culture Shock Di Kota Jakarta (Studi Kasus Mahasiswa Di Desa Kadugadung). *Edusociata Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 7(1), 118–0.
- Syafi'i, I., & Sadewo, F. X. S. (2023). Strategi Adaptasi Mahasiswa Perantauan Jombang di Kota Surabaya. *Paradigma*, 12(2), 161–170. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paradigma/article/view/55770>
- Walker, A.-M. (2025, January 31). *Inbound Insight: Indonesia*. GSL Global. <https://gslglobal.com/2025/01/31/inbound-insight-indonesia/>
- Wulandari, R., & Khoirunnisa, R. N. (2026). Psychological Well-Being Dan Penyesuaian Diri Dalam Menghadapi Masa Transisi Mahasiswa Tahun Pertama. *Warta Dharmawangsa*, 20(1), 354–363. <https://doi.org/10.46576/WDW.V20I1.8250>
- Zain, S. R. A., & Fitriana, Q. A. (2026). Hubungan antara Self-Compassion dengan Kecemasan Sosial pada Mahasiswa Baru Perantau dari Luar Jawa Timur. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(01), 128–140. <https://doi.org/10.26740/CJPP.V13N01.P128-140>