



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>



ARTIKEL PENELITIAN

Gambaran Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Indonesia Yang Berkuliah Di Luar Negeri

NADIA ANINDITA & TINO LEONARDI*

Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Melanjutkan studi perkuliahan di luar negeri menjadi pilihan sebagian orang untuk dapat melanjutkan pendidikan dengan reputasi dan kualitas pembelajaran yang lebih baik. Berkuliah di luar negeri tidak hanya berfokus pada pendidikan saja melainkan perlu adanya penyesuaian diri. Mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara akademik maupun sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri mahasiswa yang berkuliah di luar negeri. Metode penelitian ini adalah penelitian kualitatif pendekatan studi kasus. Teknik pengambilan responden menggunakan teknik judgment sampling melalui wawancara. Kriteria responden adalah berusia 20 - 24 tahun, berasal dari Indonesia, dan sedang menempuh perkuliahan di luar negeri. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis data tematik dengan coding secara manual serta teknik keabsahan data menggunakan member checking. Hasil penelitian diketahui bahwa responden tidak terhambat dalam perbedaan bahasa dan mampu mengendalikan emosi dengan baik. Hambatan penyesuaian diri ditemukan adalah kesulitan dalam mengikuti organisasi kampus serta sistem administrasi dan akademik yang berbeda.

Kata kunci: belajar di luar negeri, penyesuaian diri, mahasiswa.

ABSTRACT

Continuing lecture studies abroad is the choice of some people to continue their education with a better reputation and quality of learning. Studying abroad does not only focus on education but requires adjustment. Students are required to be able to adjust academically and socially. This study aims to describe the adjustment of students studying abroad. This research method is a qualitative case study approach—taking respondents using judgment sampling through interviews. Respondent criteria are aged 20-24 years, from Indonesia, and studying abroad. The data analysis technique used is thematic data analysis with manual coding and data validity techniques using member checking. The study results revealed that language differences did not hamper the respondents, and they could control their emotions well. Barriers to self-adjustment were found to be difficulties in joining campus organizations and different administrative and academic systems.

Keywords: study abroad, college adjustment, college students

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: tino.leonardi@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Berkuliah di luar negeri merupakan salah satu pilihan bagi siswa yang telah selesai menempuh pendidikan wajib belajar. Kuliah di luar negeri didefinisikan sebagai seluruh program pendidikan yang berlangsung di luar negara asal pelajar (Kitsantas & Meyers, 2001). Pelajar memiliki alasan tertentu untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi di luar negeri, beberapa diantaranya yaitu kualitas pembelajaran dan pendidikan di luar negeri yang dianggap lebih baik daripada di Indonesia, institusi pendidikan di luar negeri yang memiliki reputasi baik, dan lingkungan belajar yang dianggap cukup nyaman (Mazzarol & Soutar, 2002).

Berdasarkan data dari *World Education News*, Indonesia berada di peringkat ke-22 di dunia terbanyak dalam mengirim pelajar untuk berkuliah di luar negeri. UNESCO *Institute of Statistics* mencatat sebanyak 53.604 mahasiswa Indonesia yang berkuliah di luar negeri. Adapun 3 negara terbanyak yang diminati mahasiswa Indonesia, yaitu Australia sebanyak 13.800 mahasiswa, Malaysia sebanyak 8.400 mahasiswa, dan Amerika Serikat yaitu berjumlah 7.984 mahasiswa (Adisty, 2022).

Melanjutkan kuliah di luar negeri memiliki tantangan dan hambatan tersendiri bagi pelajar Indonesia. Dilansir dari situs informasi *online* Okezone, satu dari tiga mahasiswa di Jerman hidup di bawah garis kemiskinan karena subsidi yang diberikan pemerintah tidak dapat memenuhi kebutuhan hidup pelajar di Jerman. Tingginya biaya kehidupan di luar negeri membuat mahasiswa memilih untuk bekerja paruh waktu (Setyadi, 2022). Hambatan lain yang terjadi adalah lingkungan tempat tinggal yang asing atau kurang familiar, perbedaan makanan, permasalahan finansial, gaya belajar, serta hambatan yang berkaitan dengan bahasa, budaya, dan gaya hidup (Yoon & Portman, 1988).

Berbagai hambatan yang terjadi pada mahasiswa, maka dibutuhkan adanya penyesuaian diri. Baker & Siryk (1986) menjelaskan *college adjustment* dapat didefinisikan sebagai proses interaksi yang melibatkan empat aspek, yaitu hubungan individu dengan lingkungannya. Tujuan dari proses ini adalah untuk mencapai keseimbangan antara kebutuhan internal individu dengan tuntutan yang ada dalam lingkungan perguruan tinggi. *College adjustment* juga mengacu pada seberapa banyak individu tersebut dapat mencapai penyesuaian dan pengaruhnya terhadap perkembangan personal dari individu (Arkoff, 1968).

Adapun empat dimensi dari *college adjustment* menurut Baker & Siryk (1984), yaitu: 1) *Academic adjustment* merupakan penyesuaian akademik yang mengacu pada bagaimana mahasiswa menghadapi tuntutan akademik di perguruan tinggi dengan indikator mampu untuk melakukan upaya akademik secara efektif, memiliki sikap yang baik terhadap tuntutan akademik, dan memiliki penerimaan yang baik mengenai lingkungan akademik yang berlaku di perguruan tinggi; 2) *Social adjustment* merupakan kemampuan individu dalam beradaptasi di lingkungan sosialnya dengan indikator terlibat dalam aktivitas sosial di perguruan tinggi dan menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan lingkungan sosial; 3) *Personal-emotional adjustment* merupakan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan dan perubahan yang terjadi selama masa perkuliahan dengan indikator mampu mengelola emosi psikologis yang dirasakan; dan 4) *Goal commitment/institutional attachment*

merupakan adanya komitmen yang tinggi untuk mencari dukungan pada institusi tempat individu berada dengan indikator memiliki hubungan yang baik antara mahasiswa dan institusi perguruan tinggi. Menurut Soeparwoto (Kumalasari & Ahyani, 2012) terdapat faktor-faktor dalam penyesuaian diri yang dibagi menjadi dua. Faktor internal meliputi adanya motif, konsep diri remaja, persepsi remaja, sikap remaja, intelegensi dan minat, serta kepribadian. Faktor eksternal meliputi dukungan dan pola asuh orang tua, kondisi sekolah, kelompok sebaya, prasangka sosial, serta norma sosial.

Penyesuaian diri yang baik dapat membuat individu menjadi mampu dalam menyelaraskan kebutuhan dan tuntutan di lingkungan sekitarnya, berupa kemampuan dalam menghadapi tuntutan yang ada, memiliki peran untuk menyesuaikan diri pada tempat dimana mereka berada, mengerjakan tugas dengan baik, mematuhi peraturan, serta mampu melakukan penyesuaian diri secara interpersonal dengan membangun interaksi yang baik dengan dosen, staff, dan karyawan di universitas (Lusi, 2021; Vionita & Hastuti, 2021). Penyesuaian diri penting untuk dimiliki oleh seluruh mahasiswa yang sedang berkuliah di luar negeri. Terlebih pada tahun pertama perkuliahan yang merupakan masa transisi menjadi tantangan tersulit. Kegagalan mahasiswa dalam menyesuaikan diri di tahun pertama akan menimbulkan berbagai permasalahan lainnya di kemudian hari. Hal ini tentu sangat kompleks karena mahasiswa memiliki tuntutan dan tanggung jawab tinggi (Feldt *et al.*, 2011; Rahayu & Arianti, 2020).

Penelitian oleh Wu *et al.*, (2015) menjelaskan bahwa penyesuaian diri pada mahasiswa Asia yang berkuliah di Amerika memiliki strategi tersendiri dalam melakukan penyesuaian diri. Adanya perbedaan pada aspek akademik, sosial, dan budaya membuat mahasiswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler secara aktif sebagai bentuk pendekatan diri pada mahasiswa lokal dan menjadi bagian dari organisasi mahasiswa yang ada di kampus. Namun demikian, terdapat juga mahasiswa yang kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri. Penelitian oleh Ernofalina (2017) menjelaskan bahwa mahasiswa rentan untuk mengalami *culture shock* hingga akhirnya penyesuaian diri pun terhambat.

Terdapat standar perilaku yang menunjukkan keberhasilan dari *college adjustment* pada mahasiswa (Baker dan Siryk, 1984). Menurut Baker dan Siryk (1984), mahasiswa yang sudah merasa *adjust* dengan lingkungannya dinilai mampu merespon tuntutan akademik dengan baik, terintegrasi secara sosial dan terlibat dalam kegiatan kampus, mampu memelihara kesehatan jasmani rohani, serta memiliki keterikatan serta komitmen terhadap institusi perguruan tinggi. Standar tersebut antara lain tercapainya prestasi akademik, memiliki peningkatan dalam pembelajaran, dan dapat menyelesaikan masa studi dalam rentang waktu yang telah ditentukan oleh perguruan tinggi.

Berdasarkan paparan data di atas, dalam proses menjalankan perkuliahan di luar negeri, dibutuhkan penyesuaian diri pada individu tersebut dimana terdapat beberapa perbedaan mulai dari segi bahasa, kurikulum pembelajaran, hingga sosial-budaya dan nilai-nilai yang berlaku. Mahasiswa Indonesia yang kuliah di luar negeri memiliki gambaran penyesuaian diri yang berbeda satu sama lain. Hal ini diidentifikasi dari proses mereka dalam mengatasi hambatan-hambatan yang mereka temui, sehingga penyesuaian diri dapat dilakukan dengan baik atau bahkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri.

Diketahui bahwa terdapat banyak faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, serta strategi yang dilakukan oleh mahasiswa Indonesia yang melakukan *study abroad*. Sehingga muncul ketertarikan peneliti untuk mengkaji lebih lanjut mengenai gambaran penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa. Serta bagaimanakah penyesuaian diri yang efektif dan mampu menjadikan mahasiswa

tersebut dapat melewati hambatan dan berbagai perbedaan yang dihadapi dengan baik dan dapat memberikan dampak positif pada kehidupan perkuliahan mahasiswa tersebut.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menggali informasi lebih dalam mengenai gambaran penyesuaian diri pada pelajar Indonesia yang berkuliah di luar negeri. Melalui penggalan informasi ini, diharapkan dapat mengetahui gambaran penyesuaian diri dalam berbagai aspek yang dilakukan oleh mahasiswa yang berkuliah di luar negeri.

METODE

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus (*case-study research*) untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri pada mahasiswa asal Indonesia yang berkuliah di luar negeri. Penelitian kualitatif digunakan agar dapat menggali data secara mendalam dengan metode seperti observasi dan wawancara, untuk memperoleh gambaran utuh penyesuaian diri dari berbagai domain yang ada. Pendekatan studi kasus secara khusus digunakan agar dapat mengeksplorasi kasus dan memahami isu yang menjadi fokus utama penelitian secara lebih baik. Hal ini didukung dengan pemilihan subjek penelitian yang menjadi sarana peneliti untuk memahami kasus yang diangkat.

Partisipan

Pemilihan partisipan dengan menggunakan teknik *judgement sampling*. Teknik ini digunakan karena pemilihan partisipan penelitian diambil berdasarkan penilaian peneliti bahwa individu tersebut paling baik jika dijadikan partisipan atau sampel. Dalam penelitian ini dipilih partisipan yang masuk dalam kategori remaja akhir dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Berusia 20-24 tahun
- b. Berasal dari Indonesia
- c. Sedang menempuh pendidikan perguruan tinggi di luar negeri
- d. Bersedia menjadi subjek penelitian

Terdapat dua partisipan dalam penelitian ini. Partisipan 1 berinisial RHF, berusia 24 tahun, dan sedang menempuh perkuliahan di Mesir. Partisipan 2 berinisial RM, berusia 22 tahun, dan sedang menempuh perkuliahan di Jerman. Kedua partisipan telah diberikan *informed consent* sebagai bentuk kesediaan untuk terlibat dalam penelitian ini.

Strategi Pengumpulan Data

Strategi pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara dengan pendekatan semi terstruktur. Wawancara merupakan teknik dimana pewawancara dan responden melakukan tatap muka untuk menggali informasi yang bertujuan mendapat data tentang responden dengan efisien dan minim akan bias (Singh, 2004). Peneliti menggunakan panduan wawancara yang telah disusun dalam tiga tahap, yaitu pembuka, inti, dan penutup. Peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang relevan dengan penyesuaian diri mahasiswa Indonesia yang berkuliah di luar negeri. Pertanyaan yang diajukan telah terstruktur berdasarkan dimensi penyesuaian diri, yaitu penyesuaian akademik, penyesuaian sosial, penyesuaian *personal-emotional*, dan *institutional attachment*.

Analisis Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis data tematik, yaitu interpretasi data berdasarkan pola yang muncul dari informasi yang didapatkan dengan melakukan pengkodean (*coding*) secara manual. Selain itu untuk memastikan keakuratan data, *member checking* digunakan sebagai teknik pemantapan kredibilitas data dengan cara melakukan pengecekan data dimana peneliti akan menyampaikan garis-garis besar data yang diperoleh setelah proses pengumpulan data selesai dilakukan.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian mencakup pada empat dimensi penyesuaian diri mahasiswa (*college adjustment*) oleh Baker & Siryk (1984). Pada dimensi yang pertama yaitu penyesuaian akademik atau *academic adjustment*, kedua partisipan sama-sama mengalami hambatan atau kesulitan dalam penyesuaian akademik. RHF merasa kesulitan dalam memahami materi perkuliahan karena penggunaan bahasa asing yaitu bahasa Amiyah yang secara umum masih belum dipahami oleh RHF. Kesulitan dalam penyesuaian akademik yang dirasakan oleh RM adalah adanya perbedaan bahasa dan sistem akademik yang berlaku di universitas tempat RM berkuliah. Namun demikian, kedua partisipan memiliki strategi tersendiri dalam menghadapi kesulitannya. RHF dapat mengatasi kesulitannya dengan giat mempraktikkan bahasa Amiyah secara langsung di kelas dengan aktif bertanya kepada dosen dan berinteraksi dengan teman-temannya di kelas. RM juga dengan giat memahami secara perlahan dan mencari di internet kosa kata secara formal yang digunakan dalam sistem akademik. Adanya strategi yang dilakukan oleh kedua partisipan membuat mereka dapat melakukan penyesuaian akademik dengan baik sehingga mereka dapat merasa cukup puas dengan pencapaian akademik selama berkuliah.

Pada dimensi yang kedua yaitu penyesuaian sosial atau *social adjustment*, partisipan RHF masih mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman-temannya karena kemampuan bahasa yang terbatas. RHF juga membatasi diri dengan tidak terlibat secara aktif pada kegiatan kampus dan hanya ingin berfokus untuk belajar selama berkuliah. Namun demikian, RHF dapat menjalin hubungan pertemanan yang baik dengan teman-teman di asrama yang juga merupakan mahasiswa internasional. Sementara itu, partisipan RM mendapatkan perlakuan yang tidak baik yaitu diskriminasi dan *micro-aggression* dari teman maupun pihak pengajar yang berasal dari Jerman. RM cenderung enggan untuk berinteraksi dengan mahasiswa internasional. Namun demikian, RM masih dapat melakukan penyesuaian sosial dengan sesama mahasiswa asing dan mengikuti organisasi di kampusnya.

Pada dimensi yang ketiga yaitu *personal-emotional adjustment* kedua partisipan sama-sama merasakan rindu dengan suasana tempat tinggal masing-masing (*homesick*) di Indonesia. *Homesick* dirasa paling berat pada tahun pertama perkuliahan karena kondisi mereka yang jauh dari keluarga. Namun demikian, kedua partisipan dapat melakukan penyesuaian personal-emosional dengan strategi masing-masing. Partisipan RHF cukup terbiasa akan hal ini, sebab menempuh pendidikan jauh dari keluarga bukanlah yang pertama kali yang ia lakukan, sebelumnya RHF menempuh pendidikan di pondok pesantren. RHF melakukan pengendalian diri dengan meredam emosi negatif yang ada, menenangkan diri dan pikiran, serta menganggap teman-teman di Mesir sebagai keluarga kedua. Sementara itu, partisipan RM memilih untuk melakukan aktivitas sendiri seperti membaca buku, menonton film, menulis buku harian, bercerita dengan orang tua atau teman dekat, dan melakukan konseling dengan psikolog secara online dalam satu bulan sekali jika diperlukan.

Pada dimensi yang keempat yaitu *goal commitment/institutional attachment*, kedua partisipan merasa cukup puas dengan keputusan yang mereka ambil untuk melanjutkan kuliah di luar negeri. Hal

ini juga diperkuat dengan adanya dukungan dari keluarga. Berbagai pertimbangan telah mereka pikirkan seperti kualitas sistem pendidikan yang lebih baik daripada di Indonesia serta fasilitas akademik maupun non-akademik yang memadai. Namun demikian, kedua partisipan masih memiliki rasa tidak puas. RHF merasa tidak puas dengan sistem administrasi kampus yang masih menggunakan metode manual, di mana hal ini cukup menyulitkan bagi RHF. Sementara itu, RM merasa kurang puas dengan jurusan dan universitas yang dijalani saat ini lantaran RM tidak bisa memilih sesuai keinginannya.

DISKUSI

Penyesuaian diri mahasiswa terhadap perguruan tinggi menurut yakni penyesuaian akademik, penyesuaian sosial, penyesuaian personal-emotional, dan penyesuaian institutional (Baker & Siryk, 1984). Pada dimensi *collage adjustment* atau penyesuaian akademik, partisipan RHF mampu untuk mendapatkan nilai akademik yang baik dan cukup memuaskan, sedangkan partisipan RM mendapatkan nilai akademik yang memuaskan hanya pada mata kuliah yang diminati saja. Hal ini karena kedua partisipan menghadapi kesulitan pada aspek bahasa, namun keduanya masih dapat mengatasi kesulitan tersebut. Selain bahasa, tidak ada aspek lain yang menghambat kedua partisipan dalam dimensi penyesuaian akademik. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dari Mamat & Rambely (2016), dimana dikatakan bahwa mahasiswa internasional memang akan menghadapi kesulitan dalam menganalisis informasi dan mengungkapkan pendapat ataupun ide yang dimiliki karena disebabkan oleh bahasa.

Pada dimensi *social adjustment* atau penyesuaian sosial, RHF dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan namun memang masih terhambat oleh bahasa. Ketika di asrama, RHF menjalin pertemanan yang baik dengan teman-temannya yang lain yang juga berasal dari berbagai negara. Sharma (2012) dalam penelitiannya mengatakan bahwa mahasiswa internasional penting untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan di perguruan tinggi, karena dengan hal itu mahasiswa akan belajar untuk mengelola perasaan yang dialami dan mengekspresikannya dengan benar. Walaupun menurut Robertson *et al.*, (2000) memang bahasa bisa menjadi salah satu hambatan yang cukup signifikan bagi mahasiswa internasional untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Sedangkan pada partisipan RM, ia merasa didiskriminasi dan *micro aggression* oleh sesama teman mahasiswa dan pihak pengajar yang berasal dari Jerman. Beberapa teman mahasiswa juga enggan untuk berinteraksi dengan mahasiswa asing. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Bokszczanin *et al.*, (2023) yang menemukan mahasiswa dan pengajar di Polandia melakukan diskriminasi pada mahasiswa asing yang berada di negara mereka.

Pada dimensi *personal-emotional adjustment* atau penyesuaian emosi personal, kedua partisipan mengalami perasaan *homesick* terutama pada awal-awal merantau atau berkuliah di luar negeri. Partisipan RHF mengatasinya dengan berinteraksi dengan teman-temannya yang lain dan menganggap teman-temannya adalah keluarga kedua, sehingga perasaan *homesick* tersebut mereda. Sedangkan pada partisipan RM melakukan aktivitas lain untuk mendistraksi perasaannya, yaitu dengan membaca buku atau menonton film. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Rusell *et al.*, (2010) mahasiswa internasional akan mengalami *homesick* dan itu bisa menjadi salah satu faktor tingkat stress yang substansial.

Selanjutnya pada dimensi *institutional adjustment* atau kelekatan terhadap institusi, pada partisipan RHF ia merasa puas dengan keputusannya untuk berkuliah di luar negeri karena sesuai dengan keinginannya. RHF juga merasa puas dengan kurikulum yang dijalankan. Sedangkan pada partisipan RM, ia merasa kurang puas. Hal ini karena RM tidak dapat memilih universitas dan jurusan sesuai dengan keinginannya. Begitupun dengan sistem akademiknya, RM merasa kurang puas dan

merasakan perbedaan sistem pendidikan yang berlaku di Indonesia dengan di negara kuliahnya. Menurut Mesidor & Sly (2016), mahasiswa internasional perlu menyesuaikan dengan sistem pendidikan atau kurikulum yang diterapkan negara dimana mereka berkuliah, karena jika proses penyesuaian dengan sistem pendidikan tersebut buruk, maka hal tersebut akan menimbulkan stress pada mahasiswa.

SIMPULAN

Penelitian ini berhasil menggali informasi mengenai penyesuaian diri pada pelajar Indonesia yang berkuliah di luar negeri. Peneliti menemukan bahwa penyesuaian terutama terkait dengan aspek bahasa, dimana penyesuaian dalam hal bahasa mempengaruhi kemampuan untuk menyesuaikan diri pada dimensi akademik dan sosial. Partisipan RHF berusaha menggunakan bahasa Amiyah dalam kehidupan sehari-hari, sementara partisipan RM telah mengambil kelas bahasa Jerman selama setahun. Pada dimensi personal-emotional, partisipan RHF melakukan pengendalian diri dengan menenangkan diri untuk mengatasi emosi negatif, sedangkan partisipan RM cenderung mencari distraksi dan berkonsultasi dengan psikolog. Dalam penyesuaian sosial, keduanya tidak aktif dalam organisasi kampus, tetapi berhasil menjalin hubungan pertemanan dengan mahasiswa asing. Partisipan RM lebih memilih berinteraksi dengan mahasiswa asing karena merasa terjadi perilaku mikro-agresi dan diskriminasi dari mahasiswa dan pengajar Jerman. Terkait penyesuaian institusi, partisipan RHF merasa puas dengan sistem akademik namun tidak puas dengan sistem administrasi universitas. Sementara partisipan RM merasa kurang puas namun cukup puas dengan sistem akademik dan non-akademik yang ada di universitas.

Saran yang dapat diberikan untuk mahasiswa Indonesia yang berencana atau sedang kuliah di luar negeri, penting untuk mempersiapkan diri terutama dalam hal bahasa agar mengurangi hambatan selama studi. Jika menghadapi kesulitan dalam penyesuaian, disarankan untuk dapat mencari bantuan dalam menghadapi hambatan tersebut. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melibatkan partisipan dari berbagai latar belakang dan negara tujuan kuliah untuk memperkaya data mengenai penyesuaian mahasiswa Indonesia di luar negeri. Selain itu, mempertimbangkan pendekatan teori dan dimensi yang berbeda juga dapat menjadi arah penelitian yang lebih luas.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan puji syukur dan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa, kedua orang tua kakak dan adik, partisipan yang meluangkan waktunya untuk terlibat dalam penelitian ini, serta seluruh pihak yang telah membantu dan memberi dukungan kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Nadia Anindita dan Tino Leonardi tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Adisty, N. (2022). *Tertarik kuliah di luar negeri? Inilah negara paling diminati pelajar Indonesia*. Good Stats. Diunduh dari <https://goodstats.id/article/tertarik-kuliah-di-luar-negeri-inilah-negara-paling-diminati-pelajar-indonesia-689FQ>
- Arkoff, Abe. (1968). *Adjustment and Mental Health*. New York: McGraw-Hill
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1986). Exploratory intervention with a scale measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 31–38. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.1.31>
- Ernofalina, E. (2017). Culture shocks experienced by Indonesian students studying overseas. *International Journal of Educational Best Practices*, 1(2), 87. <https://doi.org/10.31258/ijebp.v1n2.p87-105>
- Feldt, R. C., Graham, M., & Dew, D. (2011). Measuring adjustment to college: Construct validity of the student adaptation to college questionnaire. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 44(2), 92–104. <https://doi.org/10.1177/0748175611400291>
- Kitsantas, A., & Meyers, J. (2001). Studying abroad: Does it enhance college student cross-cultural awareness?. *Educational Resources Information Center*.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21-31.
- Lusi, R. A. (2021). Penyesuaian diri mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. *Mediapsi*, 7(1), 5–16. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.01.2>
- Mamat, R., & Rambely, N. A. S. (2016). *Studying abroad : malay students attitude towards the uk education*. Dalam CAS Auditorium - Universiti Utara Malaysia (Volume 1, Halaman 479–492). Malaysia: Generating Knowledge through Research
- Mazzarol, T., & Soutar, G. N. (2002). *The push-pull factors influencing international student selection of education destination*. *International Journal of Educational Management*, 16(2), 82-90. <https://doi.org/10.1108/09513540210418403>
- Mesidor, J. K., & Sly, K. F. (2016). Factors that contribute to the adjustment of international students. *Journal of International Students*, 6(1), 262–282. <https://doi.org/10.32674/jis.v6i1.569>
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi: Studi pada mahasiswa fakultas psikologi uksw. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Robertson, M., Line, M., Jones, S., & Thomas, S. (2000). International students, learning environments and perceptions: a case study using the delphi technique. *Higher Education Research and Development*, 19(1), 89–102. <https://doi.org/10.1080/07294360050020499>
- Russell, J., Rosenthal, D., & Thomson, G. (2010). The international student experience: Three styles of adaptation. *Higher Education*, 60(2), 235–249. <https://doi.org/10.1007/s10734-009-9297-7>

- Setyadi, A. (2022). *Krisis melanda! Mahasiswa Jerman berada di garis kemiskinan, bekerja dan pilih drop out*. Diunduh dari <https://edukasi.okezone.com/read/2022/10/22/65/2692582/krisis-melanda-mahasiswa-jerman-berada-di-garis-kemiskinan-bekerja-dan-pilih-drop>
- Sharma, B. (2012). Adjustment and emotional maturity among first year college students. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 10(2), 32–37.
- Singh, A. K. (2004). *Tests, Measurements and Research Methods in Behavioral Sciences*. Patna: Bharati Bhawan.
- Vionita, S., & Hastuti, R. (2021). Gambaran college adjustment mahasiswa baru di masa pandemi covid-19. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 5(1), 73. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i1.9971.2021>
- Wu, H., Garza, E., & Guzman, N. (2015). International student's challenge and adjustment to college. *Education Research International*, 2015, 1–9. <https://doi.org/10.1155/2015/202753>
- Yoon, E., & Portman, T. A. A. (1988). *Critical issues of literature on counseling international students*. 32(1), 33–44. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.2004.tb00359.x>