

## Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Perantauan Luar Jawa di Universitas Airlangga

MOHAMMAD SATRIA BUWANA & ILHAM NUR ALFIAN

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantauan luar Jawa di Universitas Airlangga. Variabel Dukungan Sosial merujuk pada teori yang dikemukakan Zimet dkk (1988), sementara variabel penyesuaian diri merujuk pada teori milik Baker & Siryk (1984). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survei. Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa baru perantauan luar Jawa di Universitas Airlangga. Analisis korelasi menunjukkan bahwa dukungan sosial dengan seluruh dimensi penyesuaian diri memperoleh kekuatan hubungan kuat yang berarti dukungan sosial dapat berdampak pada penyesuaian diri mahasiswa baru perantauan luar Jawa di Universitas Airlangga.

**Kata kunci:** *dukungan sosial, mahasiswa baru, penyesuaian diri, perantauan*

### ABSTRACT

This research aims to analyze the relationship between social support and adjustment in new overseas students from outside Java at Airlangga University. The Social Support variable refers to the theory adopted by Zimet et al (1988), while the adjustment variable refers to the theory adopted by Baker and Siryk (1984). This research is quantitative research with a survey method. Participants in this research were new overseas students from outside Java, studying at Airlangga University. The results of this research found that there is a relationship between social support and adjustment of new students overseas from outside Java at Airlangga University. Correlation analysis shows that social support with the four dimensions of adjustment has a strong relationship, which means that social support can have an impact on the adjustment of new students overseas from outside Java at Airlangga University.

**Keywords:** *adjustment, first year students, overseas, social support,*

### PENDAHULUAN

Menempuh pendidikan di tempat baru dengan kultur budaya yang berbeda-beda tentu membutuhkan keterampilan tersendiri untuk menyesuaikan diri. Umumnya, mahasiswa perantau membutuhkan waktu tersendiri atau masa transisi. Masa transisi dari bangku sekolah menuju dunia perguruan tinggi merupakan sebuah proses yang kompleks (Estiane, 2015). Penyesuaian diri merupakan sebuah proses individu yang memiliki tingkat kedewasaan lebih baik dalam merespon kebutuhan pada lingkungan yang tengah dialami (Schneiders, 1955). Penyesuaian diri dalam aspek sosial menjadi salah satu tugas wajib dalam perkembangan bagi masa remaja Hurlock (1980).

Penyesuaian diri menjadi suatu fase utama yang tidak akan terhindarkan dalam kehidupan individu, terlebih apabila individu tersebut akan menghadapi masa transisi (Rahayu dan Arianti, 2020). Kemampuan untuk bisa menyesuaikan diri secara sosial di lingkungan perguruan tinggi menjadi sebuah hal yang sangat krusial. Sebab, apabila terjadi kegagalan untuk menyesuaikan diri, dapat mengakibatkan timbulnya keputusan untuk mengundurkan diri dan meninggalkan universitas (Morgans dalam Rasyid & Chusairi, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Hamilton & Hamilton (2006, dalam Estiane, 2015) menyebutkan terdapat 20-25% mahasiswa baru tidak menyelesaikan studinya hingga tahun kedua. Lebih lanjut lagi oleh Grayson & Grayson (2003) disebutkan bahwa 20% hingga 30% memilih untuk mengundurkan diri dari perguruan tinggi di tahun kedua tersebut. Hal tersebut disebabkan karena

adanya kegagalan dalam menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi, baik penyesuaian sosial maupun penyesuaian akademis (Morgans dalam Rasyid & Chusairi, 2020).

Merantau mempunyai banyak tujuan. Namun, merantau kerap kali menjadi sebab untuk melanjutkan jenjang pendidikan yang lebih tinggi di tempat yang lebih baik, lebih-lebih untuk mahasiswa (Hediati & Nawangsari, 2020). Mayoritas dari mahasiswa yang tersebar di seluruh Indonesia, dikenal sebagai mahasiswa perantauan. Letak perguruan tinggi yang meluas di seluruh kota besar di Indonesia dengan taraf kualitas yang bervariasi dapat menumbuhkan perspektif yang berbeda terhadap setiap calon mahasiswa baru untuk mengambil keputusan terkait perguruan tinggi yang nantinya akan dipilih (Devinta, et.al, 2015).

Demi memperoleh mutu pendidikan yang lebih baik, banyak mahasiswa memilih untuk merantau dari kampung halamannya dan tinggal jauh dari rumah dalam jangka waktu tertentu, untuk menempuh pendidikan tinggi di daerah tertentu (Halim & Dariyo, 2016). Mayoritas mahasiswa yang berdomisili dari luar pulau Jawa, memutuskan untuk meneruskan studi ke jenjang selanjutnya di universitas yang terletak di Pulau Jawa. Hal tersebut dikarenakan, terdapat asumsi bahwa perguruan tinggi yang berada di pulau Jawa lebih layak dalam aspek kualitas maupun kuantitas dibanding perguruan tinggi yang lain di luar pulau Jawa (Niam, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Nadlyfah & Kustanti (2018), menjelaskan bahwa 11 dari 13 mahasiswa menyatakan mereka memilih untuk merantau karena hendak hidup lebih mandiri. Sementara, 2 mahasiswa lainnya memberikan alasan yaitu untuk mencari banyak pengalaman baru serta memperbanyak pengetahuan mereka lebih dalam. Dalam penelitian tersebut, mahasiswa baru yang merantau ini juga merasakan kebahagiaan serta kebanggaan tersendiri dapat memilih kampus sebagai tempat mereka berkuliah, menjalin relasi dengan orang-orang baru dengan latar belakang yang berbeda-beda, serta untuk membentuk kemandirian pada diri mereka. Sitorus (2013) menambahkan, mahasiswa baru memiliki tekad kuat untuk merantau dengan alasan untuk bebas dari kendali kedua orang tua mereka di rumah, merasakan pengalaman yang baru di daerah perantauan mereka, mengenal adat istiadat dan budaya daerah lain, serta keinginan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan.

### *Dukungan Sosial*

Dukungan sosial merupakan persepsi yang menjadi penilaian subjektif mengenai kecukupan dukungan sosial yang didapat dari lingkungan sekitar dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, penghargaan serta informasi (Zimet dkk, 1988). Adapun definisi lain dari Sarafino dan Smith (2011) yang menjelaskan definisi dukungan sosial sebagai bantuan yang merujuk pada perasaan berterima kasih, kenyamanan serta atensi yang diberikan dan diterima oleh sesama individu maupun dari kelompok.

Zimet, Dahlem, Zimet & Gordon (1988) menjelaskan aspek-aspek dukungan sosial sebagai berikut:

- a. Dukungan Keluarga, bantuan dukungan yang diberikan bersumber dari keluarga terhadap individu seperti membantu dalam menentukan keputusan tertentu ataupun kebutuhan secara emosional.
- b. Dukungan Teman Sebaya, dukungan yang diberikan oleh teman-teman dari individu seperti membantu aktivitas sehari-hari ataupun bantuan yang bersifat besar maupun penting.
- c. Dukungan orang yang istimewa (*Significant Others*), merupakan bantuan yang diberikan dari seseorang yang dianggap spesial oleh seorang individu dalam kehidupannya seperti misal membuat individu merasa dihargai serta memberikan rasa kenyamanan bagi individu.

### *Penyesuaian Diri*

Penyesuaian diri adalah sebuah mekanisme dimana seseorang memiliki kematangan atau kedewasaan yang sudah lebih baik saat menjawab kebutuhan pada lingkungan yang sedang dihadapi (Schneiders, 1955). Adapun definisi menurut Baker & Siryk (1984), penyesuaian diri merupakan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar yang melibatkan respon mental serta perilaku individu yang berusaha memenuhi kebutuhan dirinya seperti menangani stres, frustrasi, hingga konflik yang tengah dialami oleh individu.

Menurut Baker & Siryk (1984) terdapat empat aspek dalam penyesuaian diri, seperti:

#### a. Penyesuaian Akademik (*Academic Adjustment*)

Aspek penyesuaian akademik dipandang dari motivasi mahasiswa untuk berada di perguruan tinggi serta mengerjakan tugas kuliah, mengaplikasikan motivasi sebagai usaha akademik yang nyata, keyakinan serta keberhasilan atas segala usaha yang telah dilakukan, serta tingkat kepuasan yang tinggi pada lingkungan akademik di perguruan tinggi. Aspek ini bertujuan untuk mengukur respons mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik di perguruan tinggi (Baker & Siryk, 1984).

Skor tinggi yang didapat oleh seorang mahasiswa pada saat dalam proses penyesuaian diri di lingkungan perguruan tinggi, dapat dimaknai sebagai efektivitas dari respon mental serta perilaku mahasiswa tersebut untuk menjawab tuntutan akademik yang diharapkan. Namun sebaliknya, apabila skor pada aspek ini menghasilkan skor yang lebih rendah, dapat diartikan sebagai perolehan IPK yang lebih rendah, mengalami masa percobaan akademis serta minimnya kontrol dari perasaan mahasiswa terkait hasil pendidikan mahasiswa tersebut.

#### b. Penyesuaian Sosial (*Social Adjustment*)

Keberhasilan mahasiswa dalam berpartisipasi dalam setiap aktivitas atau kegiatan sosial menjadi indikator utama dalam aspek penyesuaian sosial. Kegiatan sosial yang dimaksud berupa keterlibatan mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi dengan berbagai pihak, transisi dan perpindahan dari lingkungan rumah serta masyarakat yang berada di lingkungan perguruan tinggi serta tingkat kebahagiaan mahasiswa terhadap lingkungan sosial di perguruan tinggi. Apabila dalam aspek ini hasil pengukuran menunjukkan hasil yang tinggi, maka merefleksikan bahwa mahasiswa tersebut memiliki perilaku serta respon mental yang selaras dengan ekspektasi lingkungan baik interpersonal maupun sosial pada lingkungan perguruan tinggi serta tempat mereka tinggal. Sebaliknya jika skor yang dihasilkan lebih rendah, maka mahasiswa tersebut memiliki partisipasi yang kurang dalam setiap aktivitas sosial di lingkungan perguruan tinggi, tingkat kesuksesan yang rendah dalam proses penyesuaian diri di lingkungan tempat dia tinggal, meningkatnya rasa kesepian serta kegagalan dalam menangani perubahan kehidupan, serta berkurangnya kepercayaan diri secara sosial.

#### c. Penyesuaian Personal-Emosional (*Personal-Emotional Adjustment*)

Aspek ini membahas tingkat kesejahteraan baik fisik maupun mental yang dialami oleh mahasiswa. Penyesuaian personal-emosional ini berpusat pada kondisi mental yang dirasakan oleh mahasiswa secara umum dan gejala-gejala somatik yang timbul pada saat menjalani proses penyesuaian di perguruan tinggi. Aspek ini juga menilai tingkatan distress psikologis serta fisik yang dialami oleh mahasiswa. Apabila hasil pengukuran menunjukkan hasil yang tinggi, mahasiswa tersebut memiliki tingkat kesejahteraan psikologis serta kondisi fisik yang baik ketika dalam fase menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi. Sebaliknya, apabila skor yang ditunjukkan menghasilkan nilai yang rendah, mahasiswa tersebut memiliki dependensi emosional yang lebih tinggi pada individu lain, kesehatan mental yang rendah, minim sumber daya psikologis dan peristiwa dalam kehidupan mahasiswa yang lebih sering mengalami pengalaman negatif.

#### d. Kelekatan Institutional (*Institutional Attachment*)

Aspek ini mengukur kepuasan terhadap keputusan yang ditentukan oleh mahasiswa untuk berada di perguruan tinggi secara umum serta berada di lembaga pendidikan yang tengah dijalani. Semakin tinggi angka kepuasan mahasiswa, dapat diartikan bahwa mahasiswa mengalami kepuasan dalam menjalani kehidupan di perguruan tinggi yang mereka tuju dan memiliki kohesivitas yang dibutuhkan dengan jurusan yang telah didalami secara spesifik. Sebaliknya, apabila hasil pengukuran pada aspek ini dinilai lebih rendah, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tersebut kurang puas terhadap kehidupan yang dijalani di lingkungan perguruan tinggi tersebut hingga kemudian memiliki probabilitas tinggi untuk mengundurkan diri.

### METODE

#### *Desain Penelitian*

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode pengumpulan data survei. Kuesioner penelitian dibuat dengan menggunakan media formulir online, *google form* lalu kemudian disebarakan secara daring melalui berbagai media sosial. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur. Alat ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial dan alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) digunakan untuk mengukur penyesuaian diri. Pengujian validitas alat ukur memanfaatkan penilaian secara profesional (*professional judgement*). Pengujian reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach*. Analisis data pada penelitian ini adalah analisis uji korelasi *pearson correlation*. Seluruh proses penelitian ini menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistic 22 For Windows*. Analisis data dilakukan untuk bertujuan mengetahui apakah terdapat dukungan sosial berpengaruh terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru perantauan luar Jawa di Universitas Airlangga.

#### *Partisipan*

Penelitian ini melibatkan partisipan mahasiswa baru perantauan dari luar pulau Jawa dan sedang berkuliah di Universitas Airlangga. Pada proses pengambilan data, pengisian kuesioner dilakukan secara daring menggunakan aplikasi *google form*. Jumlah partisipan yang telah terkumpul dari survei yang dibuka sebanyak 75 partisipan. Teknik yang digunakan dalam mencari partisipan menggunakan teknik survei. Teknik pengumpulan data dengan teknik survei sendiri melibatkan pengumpulan data dari responden dengan menggunakan angket atau kuesioner secara tersusun. Hal tersebut bertujuan untuk menghimpun informasi yang merepresentasi perspektif atau perilaku beberapa responden dalam populasi yang lebih menyeluruh (Babbie, 2016).

#### *Pengukuran*

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu alat ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang disusun oleh Baker & Stryk (1984) untuk mengukur skala dukungan sosial. Sementara, untuk skala pengukuran penyesuaian diri menggunakan alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) milik Zimet dkk. (1988). Kedua alat ukur yang peneliti gunakan sebelumnya telah diadaptasi milik Rasyid dan Chusairi (2020). Alat ukur dukungan sosial memiliki 12 aitem yang mengukur tiga dimensi yang terdiri dari dimensi keluarga, teman dan *significant other*. Hasil uji reliabilitas pada alat ukur dukungan sosial mendapat nilai ( $N=12$ ;  $\alpha=0,863$ ) dimana dapat disimpulkan bahwa alat ukur dukungan sosial reliabel. Pada alat ukur penyesuaian diri, terdapat 40 aitem yang mengukur beberapa dimensi yaitu *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *goal-commitment institutional*. Hasil uji reliabilitas untuk alat ukur penyesuaian diri diperoleh nilai ( $N=40$ ;  $\alpha=0,945$ ) yang dapat diartikan bahwa alat ukur penyesuaian diri reliabel. Kedua alat ukur tersebut menggunakan skala *Likert*. Pada alat ukur dukungan sosial, skala *Likert* dengan 4 alternatif pilihan jawaban mulai dari skala 1 (Sangat Tidak Setuju) hingga skala 4 (Sangat Setuju). Sementara pada alat ukur penyesuaian diri, skala *Likert* memiliki 9 pilihan jawaban dimulai dari skala 1 (Sangat Tidak Sesuai) hingga skala 9 (Sangat Sesuai).

## Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana, dengan menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistic 22 for Windows*.

## HASIL PENELITIAN

Hasil analisis statistic deskriptif pada penelitian ini, diperoleh *mean* pada variabel dukungan sosial sebesar 37,79 (SD=5,411; Min=23; Max=47). Sementara pada variabel penyesuaian diri diperoleh *mean* sebesar 217,63 (SD=25,719; Min=155; Max=270). Kemudian, dilakukan uji normalitas *Kolmogorov-smirnov* pada kedua alat ukur. Ditemukan hasil uji normalitas diperoleh hasil yang tidak signifikan pada variabel dukungan sosial dengan nilai ( $p=0,02$ ). Maka, dilakukan transformasi data supaya hasil uji normalitas memperoleh hasil yang signifikan. Setelah dilakukan transformasi data, hasilnya variabel dukungan sosial memperoleh hasil yang signifikan dengan nilai ( $p=0,200$ ). Sementara pada variabel penyesuaian diri juga memiliki distribusi data yang normal sehingga hasil yang didapat signifikan dengan nilai ( $p=0,200$ ).

Selanjutnya, pada uji korelasi *pearson correlation*, variabel dukungan sosial dikorelasikan dengan masing-masing dimensi dari variabel penyesuaian diri. Hasil dari uji korelasi tersebut menunjukkan dukungan sosial memiliki hubungan dengan setiap dimensi penyesuaian diri. Nilai korelasi dukungan sosial dengan dimensi penyesuaian sosial menunjukkan korelasi yang kuat ( $R = 0,793$ ), diikuti oleh dimensi penyesuaian akademik ( $R = 0,772$ ), dimensi penyesuaian *personal-emotional* ( $R = 0,638$ ) dan dimensi penyesuaian *goal-commitment* ( $R = 0,685$ ).

## DISKUSI

Hasil akhir dari penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Rasyid dan Chusairi (2020) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Hal tersebut disebabkan hadirnya dukungan sosial yang berasal dari keluarga, teman hingga pasangan. Sarafino dan Smith (2011) juga turut menjelaskan bahwa pemberian dukungan sosial yang optimal mampu membuat individu merasa percaya dirinya akan dicintai, dihargai serta dianggap sebagai bagian dari jaringan sosial seperti keluarga dan komunitas kemasyarakatan. Apabila hal tersebut dihubungkan dengan proses penyesuaian diri pada mahasiswa baru di lingkungan kampus, maka mahasiswa baru yang mendapatkan dukungan sosial pada saat memasuki tahun pertama perkuliahan, mendapatkan kepercayaan diri bahwa mereka merasa dicintai, dihargai serta dianggap sebagai bagian dari lingkungan kampus. Dukungan sosial yang didapat dari mahasiswa baru dapat bersumber dari berbagai pihak. Mulai dari keluarga, komunitas di lingkungan kampus, senior serta teman sebaya. Dengan hadirnya dukungan sosial dari berbagai pihak, maka mahasiswa baru tersebut akan lebih mudah dan percaya diri dalam menjalani penyesuaian diri di kampus. Penelitian ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Tionardi dan Gunatirin (2019) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Surabaya yang berasal dari luar kota Surabaya. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan penyesuaian sosial. Dalam penelitian tersebut juga turut dijelaskan bahwa teman sebaya mempunyai fungsi untuk menciptakan rasa nyaman pada mahasiswa baru yang merantau. Mahasiswa baru tersebut akan lebih merasa mendapatkan dukungan sosial apabila menemukan teman yang cocok, dapat diandalkan serta mampu memberikan rasa nyaman.

## **SIMPULAN**

Hasil analisis statistik terhadap data penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantauan luar Jawa di Universitas Airlangga. Mahasiswa baru yang memilih untuk merantau dari daerah asal, diharapkan untuk meningkatkan intensitas komunikasi bersama keluarga, berinteraksi dengan teman sebaya yang berada di kampus serta seseorang yang dekat untuk membantu proses penyesuaian diri mahasiswa baru perantauan jauh lebih baik. Selain dalam hal komunikasi, mahasiswa baru yang merantau diharapkan mampu beraktivitas lebih banyak bersama dengan teman-teman baru, baik aktivitas di dalam kampus maupun di luar kampus atau di lingkungan tempat tinggalnya yang baru. Selain itu, mahasiswa baru diharapkan dapat lebih peka dengan budaya sekitar yang ada di lingkungan baru nya, agar mahasiswa perantauan mampu mengetahui lebih banyak budaya maupun norma-norma yang berlaku di lingkungan tempat tinggalnya.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan rasa syukur dan puji bagi Tuhan Yang Maha Esa atas petunjuk dan karunia Nya karena penulis dapat mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Perantauan Luar Jawa Di Universitas Airlangga.” Penulis juga ucapkan banyak rasa syukur dan apresiasi setinggi-tingginya kepada keluarga besar penulis, dosen dan tenaga pendidik di kampus, serta rekan-rekan penulis karena telah memberikan dukungan moril.

## **DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN**

Mohammad Satria Buwana dan Ilham Nur Alfian tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Babbie, E. R. (2016). *The Practice of Social Research*. California: Cengage Learning.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring Adjustment to College. *Journal of Counseling Psychology*, 179-189.
- Devinta, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. (2015). Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 1-15.
- Estiane, U. (2015). Pengaruh Dukungan Sosial Sahabat Terhadap Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru di Lingkungan Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 29-40.
- Grayson, J. P., & Grayson, K. (2003). *Research on Retention and Attrition*. The Canada Millenium Scholarship Foundation.
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau. *Jurnal Psikogenesis*, 170-181.
- Hediati, H. D., & Nawangsari, N. F. (2020). Perilaku Adaptif Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. 1-11.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*. Jakarta: Erlangga.
- Nadlyfah, A. K., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau di Semarang. *Jurnal Empati*, 136-144.
- Niam, E. K. (2009). Koping terhadap Stres pada Mahasiswa Luar Jawa yang Mengalami Culture Shock di Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 69-77.
- Rahayu, M. N., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi*, 73 - 84.
- Rasyid, H. A., & Chusairi, A. (2020). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Universitas Airlangga. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1306-1312.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions Seventh Edition*. John Wiley & Sons, INC.
- Schneiders, A. A. (1955). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Sitorus, L. I., & Warsito, H. (2013). Perbedaan Tingkat Kemandirian dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantauan Suku Batak Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Character*, 1-6.
- Tionardi, E. F., & Gunatirin, E. Y. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Baru yang Berasal dari Luar Kota Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* (7 (2)), 3725-3738.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assesment*, 30-41.