

PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA DITINJAU DARI ASAL DAERAH PERKOTAAN DAN PERDESAAN

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Bimbingan dan Konseling**

**Dosen Pembimbing:
Dr. Dina Sukma, S.Psi, S.Pd., M.Pd., Kons.**



Oleh:

**FITRI DESRIANTI
NIM. 21006058**

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

PERSETUJUAN SKRIPSI

PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA DITINJAU DARI ASAL DAERAH PERKOTAAN DAN PERDESAAN

Nama : Fitri Desrianti
NIM/BP : 21006058/2021
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 22 Mei 2026

Disetujui Oleh

Pembimbing,



Dr. Dina Sukma, S.Psi, S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. 198109162009122002

Ketua Departemen,



Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons.
NIP. 199006012015041002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

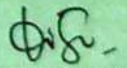
Judul : Penyesuaian Diri Mahasiswa ditinjau dari Asal Daerah
Perkotaan dan Perdesaan
Nama : Fitri Desrianti
NIM : 21006058
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 22 Mei 2026

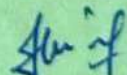
Tim Penguji,

Tanda Tangan

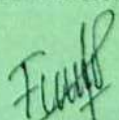
1. Ketua : Dr. Dina Sukma, S.Psi, S.Pd., M.Pd., Kons.

1.....

2. Anggota 1 : Dr. Indah Sukmawati, M.Pd., Kons.

2.....

3. Anggota 2 : Febri Wandha Putra, S.Pd., M.Pd.

3.....

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Fitri Desrianti
NIM/BP : 21006058/2021
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan
Judul : Penyesuaian Diri Mahasiswa ditinjau dari Asal Daerah
Perkotaan dan Perdesaan.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Penyesuaian Diri Mahasiswa ditinjau dari Asal Daerah Perkotaan dan Perdesaan” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko /sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap karya saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 6 Mei 2026

Saya yang menyatakan,



Fitri Desrianti

NIM.21006058

HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti banyak mendapat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak dalam menyusun skripsi ini, maka untuk itu peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd., Kons., selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan banyak waktu untuk membimbing, memberikan arahan, ilmu, masukan dan motivasi yang sangat berarti bagi peneliti.
2. Dr. Indah Sukmawati, M.Pd., Kons., dan Febri Wandha Putra, M.Pd., selaku dosen kontributor yang sudah bersedia memberikan kontribusi terhadap penyempurnaan skripsi ini.
3. Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons., selaku Kepala Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
4. Bapak dan ibu dosen Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah memberikan sumbangan ilmu pengetahuan untuk peneliti selama masa perkuliahan.
5. Ramadi selaku staf administrasi Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
6. Seluruh anggota keluarga, yang teristimewa tentunya orang tua peneliti, Bapak dan Mamak, Nenek, serta Oom sekaligus bapak angkat peneliti selama di Padang. Terima kasih atas segala bentuk kepercayaan, dukungan, dan kasih sayang kepada peneliti hingga akhirnya dapat menyelesaikan pendidikan ini. Doa' dan rasa syukur tiada hentinya peneliti haturkan pada Allah SWT agar orang tua terkasih selalu diberikan kesehatan sepanjang hayatnya. Selanjutnya

saudaraku tersayang untuk Kakak, Abang & Adek yang senantiasa memberi dukungan emosional pada peneliti sepanjang masa.

7. Rekan-rekan BK seperjuangan dan senior lainnya yang membantu dalam pengarahan, saran ataupun masukan yang berharga.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya.

Padang, 6 Mei 2026

Peneliti,

Fitri Desrianti

NIM. 21006058

ABSTRAK

Fitri Desrianti. 2026. Penyesuaian Diri Mahasiswa ditinjau dari Asal Daerah Perkotaan dan Perdesaan. Skripsi. Departemen Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Mahasiswa diharapkan mampu menyesuaikan diri agar dapat menghadapi masa krusial di awal perkuliahan. Namun, kenyataannya masih terdapat mahasiswa yang kurang optimal dalam menyesuaikan diri. Salah satu faktor yang mempengaruhi hal tersebut ialah asal daerah.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran penyesuaian diri mahasiswa secara keseluruhan, berdasarkan asal daerah, serta menguji perbedaan penyesuaian diri mahasiswa asal daerah perkotaan dan perdesaan. Metode penelitian ini ialah kuantitatif dengan desain deskriptif komparatif. Populasi penelitian ialah mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 yang berasal dari wilayah Sumatera Barat sebanyak 1240 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proportionate random sampling*, dengan jumlah 303 orang. Data diperoleh melalui pengadministrasian instrumen berupa kuesioner penyesuaian diri yang disusun berdasarkan skala model Likert dengan lima alternatif jawaban. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dan *independent sample t-test* (uji beda) yang diolah dengan alat bantu *Ms.Excel* serta *SPSS* versi 25.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) secara keseluruhan mahasiswa memiliki penyesuaian diri tinggi, (2) penyesuaian diri mahasiswa asal daerah perkotaan tinggi, (3) penyesuaian diri mahasiswa asal daerah perdesaan sedang, dan (4) hasil uji-t menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) artinya terdapat perbedaan signifikan antara penyesuaian diri mahasiswa asal daerah perkotaan dan perdesaan. Implikasi layanan bimbingan dan konseling dalam membantu penyesuaian diri mahasiswa mencakup penyelenggaraan layanan orientasi, informasi, penguasaan konten, serta bimbingan dan konseling kelompok.

Kata Kunci: Penyesuaian Diri, Mahasiswa, Perkotaan, Perdesaan

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan rahmat dan karunianya yang telah diberikan kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Penyesuaian Diri Mahasiswa ditinjau dari Asal Daerah Perkotaan dan Perdesaan”. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Peneliti sangat menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata dengan kerendahan hati dan kekurangan yang ada pada skripsi, peneliti berharap semoga skripsi ini memberikan manfaat kepada pembaca.

Padang, Mei 2026

Peneliti,

Fitri Desrianti

NIM. 21006058

DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	v
GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah Penelitian	1
B. Identifikasi Masalah Penelitian	11
C. Pembatasan Masalah Penelitian	12
D. Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian.....	12
E. Asumsi Penelitian.....	12
F. Tujuan Penelitian.....	13
G. Manfaat Penelitian.....	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
A. Landasan Teori.....	15
1. Penyesuaian Diri.....	15
2. Perkotaan dan Perdesaan	27
3. Mahasiswa	33
B. Gambaran Umum Penyesuaian Diri Mahasiswa.....	35
C. Perbandingan Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perkotaan dan Perdesaan	36
D. Kajian Penelitian Relevan	38
E. Kerangka Berpikir	40
F. Hipotesis Penelitian.....	41
BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Desain Penelitian.....	42
B. Populasi dan Sampel Penelitian	42
C. Jenis dan Sumber Data	45
D. Definisi Operasional.....	45
E. Instrumen Penelitian.....	46
F. Teknik Pengumpulan Data	51
G. Teknik Analisis Data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	59
A. Hasil Penelitian	59
B. Pembahasan	69
C. Keterbatasan Penelitian	87

BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI PENELITIAN	88
A. Simpulan.....	88
B. Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling	88
C. Rekomendasi	92
REFERENSI.....	96
LAMPIRAN.....	102

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1. Data Populasi Penelitian	42
Tabel 2. Data Sampel Penelitian	44
Tabel 3. Penskoran Penyesuaian Diri.....	46
Tabel 4. Kisi-Kisi Instrumen Penyesuaian Diri	47
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian	49
Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian.....	50
Tabel 7. Kategori Skor Penyesuaian Diri secara Keseluruhan	53
Tabel 8. Kategori Skor Penyesuaian Diri dari Aspek Penyesuaian Pribadi.....	53
Tabel 9. Kategori Skor Penyesuaian Diri dari Aspek Penyesuaian Sosial	54
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas	55
Tabel 11. Hasil Uji Homogenitas.....	56
Tabel 12. Data Demografis Asal Daerah Responden.....	59
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Penyesuaian Diri Mahasiswa secara Keseluruhan (N=303)	60
Tabel 14. Deskripsi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa secara Keseluruhan (N=303)	61
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perkotaan (N=96)	62
Tabel 16. Deskripsi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perkotaan (N=96)	62
Tabel 17. Distribusi Frekuensi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perkotaan Pada Aspek Penyesuaian Pribadi.....	63
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perkotaan Pada Aspek Penyesuaian Sosial	64
Tabel 19. Distribusi Frekuensi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perdesaan (N=207)	64
Tabel 20. Deskripsi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perdesaan (N=207)	65
Tabel 21. Distribusi Frekuensi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perdesaan Pada Aspek Penyesuaian Pribadi	66
Tabel 22. Distribusi Frekuensi Data Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perdesaan Pada Aspek Penyesuaian Sosial	66
Tabel 23. Perbandingan Skor Rata-Rata Penyesuaian Diri Mahasiswa ditinjau dari Asal Daerah Perkotaan dan Perdesaan (N=303)	67
Tabel 24. Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i>	68

GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual Penyesuaian Diri.....	40
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian & Surat Balasan Izin Penelitian	103
Lampiran 2. <i>Blue Print</i> Instrumen Penelitian	106
Lampiran 3. Rekapitulasi Hasil Judge Instrumen Penyesuaian Diri.....	114
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas & Reliabilitas Instrumen Penyesuaian Diri	121
Lampiran 5. Kisi-Kisi & Instrumen Penyesuaian Diri.....	127
Lampiran 6. Tabulasi Data Hasil Penelitian Penyesuaian Diri Secara Keseluruhan	134
Lampiran 7. Tabulasi Data Hasil Penelitian Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perkotaan	150
Lampiran 8. Tabulasi Data Hasil Penelitian Penyesuaian Diri Mahasiswa Asal Daerah Perdesaan.....	157
Lampiran 9. Hasil Uji SPSS.....	169
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	171

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah Penelitian

Mahasiswa berasal dari dua kosa kata yakni “maha” dan “siswa” yang bermakna tingkatan tertinggi dari seorang siswa. Mahasiswa adalah individu yang sedang menjalankan pendidikannya pada suatu perguruan tinggi baik itu universitas, politeknik, institut, ataupun akademi. Istilah mahasiswa itu mereka dapatkan karena ikatannya dengan suatu perguruan tinggi, dan juga merupakan sebuah status sosial sebagai bagian dari kelompok masyarakat (Rizki, 2018). Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah individu dalam suatu kelompok masyarakat yang sedang menjalankan pendidikan di sebuah perguruan tinggi baik itu universitas, politeknik, institut ataupun akademi.

Mahasiswa yang baru memasuki lingkungan perkuliahan umumnya berada pada rentang usia 18-21 tahun, yang menandakan fase perkembangan remaja akhir (Hurlock, 2010). Periode ini dapat pula dikatakan sebagai masa transisi antara akhir masa remaja menuju masa dewasa awal (Santrock, 2012). Individu pada masa ini dikenal lebih mandiri dan mampu bertanggung jawab serta berkeinginan kuat untuk tumbuh dan berkembang secara matang agar diterima oleh teman sebaya, orang dewasa, dan budaya (S. Yusuf, 2012). Adapun sejumlah tugas perkembangan pada masa ini yang meliputi kemampuan untuk menerima keadaan diri, memperoleh kebebasan emosional, menemukan model untuk diidentifikasi, percaya terhadap kemampuan diri, mampu memperkuat penguasaan diri atas dasar skala nilai dan norma yang berlaku, serta mampu meninggalkan reaksi dan cara penyesuaian kekanak-

kanakan (Jahja, 2011; Gunarsa, 2017). Selain itu Bilicha, Bachry & Rakhmandari (2019) mengatakan bahwa mahasiswa juga harus mampu mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal, mencapai kemandirian dan kematangan emosi, serta mampu memberikan reaksi secara objektif sesuai dengan kondisi lingkungannya agar dapat bertahan dengan baik.

Pada fase ini mahasiswa telah memiliki tanggung jawab penuh atas keberhasilan tahap perkembangannya. Hal tersebut diperlihatkan pada kriteria ketuntasan tugas-tugas perkembangannya yang menekankan pada kemampuan internal seperti kemandirian, kontrol diri, dan rasa tanggung jawab. Lingkungan perguruan tinggi dalam hal ini dapat menjadi wadah bagi mahasiswa untuk mampu mengembangkan keterampilan diri tersebut (Rizki, 2018). Sejalan dengan ini, Afkari & Wekke (2018) menyatakan bahwa fungsi mahasiswa sebagai “*agent of change*” ialah membawa perubahan sosial menuju arah kemajuan melalui pengimplementasian ilmu yang telah dibekalinya. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tidak dapat terpisahkan dari lingkungan sekitar dan dirinya sendiri yang secara dinamis berproses mengalami perubahan, pertumbuhan dan perkembangan dalam usahanya untuk menyesuaikan diri (Susanto, 2018).

Hurlock (2010) mengatakan bahwa penyesuaian diri baik secara pribadi maupun sosial merupakan salah satu tugas perkembangan yang paling sulit dihadapi oleh seorang remaja, meskipun demikian Santrock (2012) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri sangat penting untuk dilakukan karena individu harus menghadapi segala bentuk perubahan agar dapat

menyelesaikan tugas-tugas pada setiap tahapan perkembangannya. Oleh karena itu, mahasiswa perlu menyesuaikan diri agar mereka mampu menghadapi segala bentuk perubahan, tuntutan ataupun konflik yang terjadi tanpa merasa tertekan, yang mana hal tersebut akan membantu mereka agar lebih mudah mengenali pola kehidupan baru di lingkungan perkuliahan baik yang bersifat akademik ataupun non akademik (Winkel, 2021)

Menurut Fatimah (2010) penyesuaian diri ialah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya. Penyesuaian diri merupakan bentuk respon mental dan reaksi individu yang berupaya untuk mengatasi kebutuhan, ketegangan, ataupun konflik sehingga dapat menciptakan hubungan yang selaras antara kebutuhan dalam diri dengan tuntutan lingkungan (Desmita, 2016). Proses penyesuaian diri sejatinya bersifat kontinyu sehingga sangat penting untuk dilakukan selama individu terus berhadapan dengan perubahan ataupun tuntutan baik secara pribadi maupun sosial (Fatimah, 2010).

Hasil penelitian Choirudin (2016) mengatakan bahwa penyesuaian diri menjadi salah satu prasyarat yang sangat penting untuk menciptakan kesehatan psikis individu demi kesejahteraan hidupnya. Penyesuaian diri dapat dicapai apabila individu secara dinamis berproses untuk menyelaraskan kebutuhan dalam diri dengan tuntutan yang muncul pada setiap perubahan yang dialami (Susanto, 2018). Penyesuaian diri yang baik akan membantu individu untuk mampu mengatasi konflik di tahun pertama perkuliahannya, sebab

keberhasilan penyesuaian diri pada tahun pertama merupakan prediktor kesuksesan akademik di tahun-tahun yang akan datang (Salmain et al., 2014). Beberapa tanda mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan baik dapat dilihat dari kemampuannya untuk mudah beradaptasi dengan lingkungan sekitar, perasaan puas dengan kehidupannya, tidak merasa tertekan, serta terbebas dari segala hal yang membuatnya cemas (Jamaluddin, 2020).

Pada kenyataannya hasil penelitian Rahayu & Arianti (2020) menunjukkan bahwa penyesuaian diri mahasiswa didominasi dengan kategori sedang, yakni pada subskala penyesuaian akademik dan sosial dengan rata-rata skor (70%). Adapun penelitian Rahmadani & Rahmawati (2020) yang menemukan bahwa penyesuaian diri mahasiswa umumnya berada pada kategori rendah dengan rata-rata skor (44,7%). Lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh Manery et al (2023) menyatakan bahwa tingkat penyesuaian diri mahasiswa didominasi dengan kategori sedang yakni (60,75%), dan kategori rendah (39,25%), di mana penelitian tersebut sama sekali tidak menunjukkan adanya tingkat penyesuaian diri yang tinggi. Tingkat penyesuaian diri yang rendah pada fenomena tersebut menandakan bahwa mahasiswa belum mampu menyesuaikan diri secara optimal.

Menurut Rizki (2018) mahasiswa membutuhkan waktu paling sedikit selama satu semester pertama untuk dapat menyesuaikan diri di lingkungan perkuliahan. Namun sebagian mahasiswa justru membutuhkan waktu yang lebih lama hingga satu atau dua tahun untuk menyesuaikan diri (Al Ghaniyy & Akmal, 2018). Sementara itu Salmain et al. (2014) mengatakan bahwa satu

tahun pertama perkuliahan merupakan tahun yang paling krusial bagi mahasiswa. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa sebanyak (25%) mahasiswa putus kuliah setelah melewati tahun pertama mereka. Sejalan dengan ini Thohir & Nilawati (2023) juga mengatakan bahwa masa yang paling sulit bagi mahasiswa untuk menyesuaikan diri adalah pada satu tahun pertamanya. Masa ini seringkali diibaratkan sebagai masa yang diisi dengan kesulitan dan tantangan yang signifikan (Mutiara, Lestari & Umardi, 2023).

Masa krusial tersebut dimaksudkan karena adanya masa transisi dari kehidupan sekolah menengah atas dengan kehidupan perkuliahan yang memunculkan sejumlah perubahan, misalnya seperti perubahan dalam sistem pendidikan, kebiasaan atau pola hidup, permasalahan ekonomi, perubahan bahasa atau budaya (bagi mahasiswa perantau) dan sebagainya (Al Ghaniyy & Akmal, 2018). Lebih lanjut, Hurlock (2010) mengatakan bahwa kesulitan yang muncul dalam proses penyesuaian diri juga disebabkan oleh adanya hal-hal baru yang belum pernah dilakukan oleh individu sebelumnya. Maka tidak dapat dipungkiri bahwa tahun pertama perkuliahan sering kali membuat para mahasiswa merasa kesulitan karena ketidaknyamanannya dalam menjalani kehidupan baru, bahkan lebih parahnya hingga tertekan dan berujung tidak bahagia (Nariswari et al., 2023).

Persoalan yang kompleks tersebut memunculkan sejumlah kendala yang membuat mahasiswa rentan mengalami gejala emosional, sulit membangun relasi sosial, kehilangan arah dan motivasi, menurunnya prestasi belajar, bahkan hingga gagal menyelesaikan studi (Soledad et al., 2012). Hal

ini terjadi karena tahun pertama perkuliahan memang dipenuhi oleh tuntutan yang dirasa sangat berat untuk diatasi oleh sebagian mahasiswa (Soledad et al., 2012; Cousins et al., 2017; Rahmadani & Rahmawati, 2020). Gejala yang paling sering muncul diantaranya dari aspek psikologis seperti timbulnya perasaan inferior, tidak percaya diri, dan merasa tidak diterima oleh lingkungan. Sementara itu dari aspek sosial seperti sulitnya memulai hubungan dengan orang baru, atau kurang mampu bersosialisasi, serta kurang mampu mengungkapkan pendapat atau perasaannya. Kendala dari segi akademik juga mengakibatkan turunnya motivasi sehingga membuat mereka merasa kehilangan arah yang juga berdampak pada terhambatnya fungsi belajar dan perolehan prestasi akademik (Jamaluddin, 2020).

Kondisi tersebut merupakan gejala-gejala yang menandakan individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya (*maladjustment*). Hal ini akan ditunjukkan dengan tidak adanya kemampuan individu untuk mengatasi konflik internal maupun eksternal seperti sulitnya mengontrol emosi, sering menyalahkan keadaan, menganggap dirinya kurang beruntung, dan memunculkan reaksi atau respon yang tidak tepat pada suatu kondisi (Jamaluddin, 2020). Apabila mahasiswa tidak mampu menyesuaikan diri, maka akan menimbulkan perasaan penuh tekanan yang dapat menyebabkan stres, depresi, atau ketidakbahagiaan (Mutiara et al., 2023).

Menurut Fatimah (2010) salah satu indikator yang dapat mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri individu ialah lingkungan. Lingkungan menjadi faktor yang cukup krusial karena hal tersebut berkaitan dengan hubungan

individu terhadap keluarga, masyarakat, maupun institusi pendidikan yang secara dinamis membentuk pengalaman serta pola-pola penyesuaian diri seseorang. Lebih lanjut, Desmita (2016) mengatakan bahwa proses penyesuaian diri dominan dipengaruhi dari segi sosiopsikogenik yaitu hubungan individu dengan iklim lembaga sosial maupun iklim dalam instansi pendidikannya. Apabila lingkungan tersebut membawa pengaruh baik, maka proses penyesuaian diri akan berlangsung baik. Sebaliknya, jika lingkungan tidak mendukung maka akan berakibat buruk pada pembentukan pola-pola penyesuaian diri individu.

Mahasiswa yang memasuki suatu perguruan tinggi tidak hanya berasal dari satu daerah saja, melainkan dapat berasal dari segala penjuru daerah. Hal ini melibatkan adanya perpindahan daerah dari suatu tempat ke tempat lain yang menandakan bahwa lingkungan asal mahasiswa tidak selamanya sama dengan lingkungan tempat ia berkuliah. Perubahan lingkungan tersebut tentunya menjadi suatu tantangan yang menuntut mereka untuk mempelajari segala aspek yang menjadi kekhasan dari lingkungan barunya, ianya dapat meliputi pola kebiasaan hidup, pola interaksi individu, sistem nilai dan norma yang berlaku, serta lainnya (Manery et al., 2023; Rahayu & Arianti, 2020).

Kedatangan mahasiswa dari berbagai penjuru daerah dapat saja berasal dari wilayah perkotaan maupun perdesaan. Sebagian dari mereka ialah seorang perantau yang memilih untuk tinggal di asrama ataupun di kostan (Mayesti & Ilyas, 2019) dan sebagian lainnya merupakan penduduk setempat. Meskipun

demikian mahasiswa tersebut tetap harus menghadapi perubahan di lingkungan perkuliahan yang mengharuskan mereka untuk menyesuaikan diri.

Menurut Mayesti & Ilyas (2019) mahasiswa yang merantau untuk melanjutkan pendidikan di lingkungan perguruan tinggi cenderung lebih sulit melakukan penyesuaian diri dibandingkan dengan mahasiswa yang merupakan penduduk setempat. Hal tersebut terjadi karena adanya perbedaan tatanan lingkungan, kebiasaan bahasa dan budaya maupun pola interaksi sosial antar individu yang berkaitan dan saling mempengaruhi. Hasil penelitian Mayesti & Ilyas (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa asal Sumatera Barat yang berkuliah di Universitas Negeri Padang memiliki penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa yang berasal dari luar Sumatera Barat dengan perbandingan skor secara berturut sebanyak (100%) dan (94%).

Lebih lanjut penelitian oleh Naibaho & Murniati (2023) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang merantau ke salah satu universitas di Jakarta mengalami proses urbanisasi yang membuat mereka kesulitan untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri di lingkungan tersebut. Proses urbanisasi memiliki arti perindahan masyarakat dari desa ke kota, yang mana hal ini dapat mengisyaratkan adanya perbedaan pola penyesuaian diri antara mahasiswa yang berasal dari daerah perkotaan dengan mahasiswa yang berasal dari perdesaan. Artinya mahasiswa yang berkuliah di luar daerah asalnya cenderung berpotensi mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri. Kesulitan ini dapat meningkat secara signifikan ketika lingkungan baru tersebut memiliki aspek

sosial-budaya dan kondisi sosiogeografis yang berbeda dengan daerah asalnya (Mutiara et al., 2023).

Merujuk pada sejumlah fenomena di atas, terlihat bahwa adanya benturan antara kondisi ideal tentang penyesuaian diri mahasiswa dengan fakta di lapangan. Meskipun setiap mahasiswa dituntut untuk menyesuaikan diri dengan standar yang sama, pada kenyataannya setiap individu membawa bekal sosiokultural yang berbeda berdasarkan daerah asalnya. Oleh sebab itu, kesenjangan yang signifikan mulai muncul antara mahasiswa yang berasal dari daerah perkotaan dan perdesaan. Selanjutnya peneliti melakukan studi pendahuluan untuk mengetahui fenomena tersebut dengan lebih lanjut.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang pada tanggal 6 s.d 8 Januari 2025, didapatkan hasil bahwa masih ada mahasiswa yang merasa kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri. Hal tersebut dibuktikan dari adanya perasaan cemas, kesepian atau tekanan batin selama masa awal perkuliahan. Selain itu diperoleh informasi bahwa mahasiswa ada yang merasa tidak nyaman atau canggung dalam menghadapi perubahan gaya hidup dan rutinitas di lingkungan kampus.

Sebagian mahasiswa juga merasa tidak yakin pada kemampuan dirinya sendiri akan berhasil bertahan atau tidak karena belum terbiasa hidup mandiri dan jauh dari keluarga. Informasi lebih lanjut yang peneliti dapatkan bahwa ada mahasiswa yang merasa kesulitan untuk membangun hubungan pertemanan di luar lingkungan yang sudah dikenal sebelumnya, beberapa juga cenderung

menghindari interaksi dengan kelompok besar atau individu baru, serta kurangnya minat untuk berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran di dalam kelas maupun di lingkungan kemahasiswaan.

Berdasarkan hal-hal di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses yang sangat berarti bagi kesejahteraan psikologis individu. Serangkaian persoalan di atas mestinya memerlukan perhatian khusus bagi konselor sebagai seorang profesional dalam bidang Bimbingan dan Konseling. Pelayanan Bimbingan dan Konseling (BK) merupakan komponen penting bagi instansi pendidikan untuk dapat membantu peserta didik mengembangkan potensi dirinya seoptimal mungkin (Monika & Sukma, 2021). Adapun upaya yang dapat dilakukan oleh konselor atau Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling (UPBK) di universitas yakni dengan memberikan layanan BK yang sesuai dengan permasalahan individu, khususnya untuk membantu mahasiswa dalam proses penyesuaian diri (Handayani et al., 2021). Beberapa layanan yang dimaksud seperti layanan orientasi, layanan informasi, layanan konseling individu, layanan penguasaan konten, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, dll (Monika & Sukma, 2021; Handayani et al., 2021).

Adanya kesenjangan pengalaman dan latar belakang sosiogeografis bagi para mahasiswa memunculkan urgensi bagi peneliti untuk mengkaji lebih dalam tentang bagaimana perbedaan asal daerah (perkotaan dan perdesaan) memengaruhi strategi dan keberhasilan penyesuaian diri mahasiswa. Harapannya dengan memahami perbedaan ini, perguruan tinggi dapat

memberikan intervensi yang tepat bagi mahasiswa dari berbagai latar belakang daerah agar dapat mencapai keberhasilan akademik maupun sosial yang setara.

Maka dari itu, peneliti memutuskan untuk mengetahui secara lebih dalam tentang gambaran penyesuaian diri mahasiswa ditinjau dari asal daerah yang tertuang sesuai judul penelitian ini yaitu "Penyesuaian Diri Mahasiswa ditinjau dari Asal Daerah Perkotaan dan Perdesaan".

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang dapat dipahami bahwa penyesuaian diri bagi mahasiswa sangatlah penting agar dapat membentuk perilaku yang sesuai dengan kondisi lingkungannya (Fatimah, 2010). Adapun permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Adanya mahasiswa yang merasa kesepian selama masa awal perkuliahan.
2. Adanya mahasiswa yang canggung dalam menghadapi perubahan gaya hidup di lingkungan kampus.
3. Adanya mahasiswa yang tidak yakin dengan kemampuannya sendiri
4. Adanya mahasiswa yang sulit membangun hubungan baru
5. Adanya mahasiswa yang cenderung menghindari interaksi sosial
6. Adanya mahasiswa yang kurang berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran maupun kemahasiswaan.

Salah satu faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis bagi mahasiswa ialah keberhasilan dalam penyesuaian dirinya. Lemahnya penyesuaian diri dapat menyebabkan seseorang gagal dalam membentuk perilaku yang sesuai dengan lingkungannya. Kegagalan tersebut akan berakibat

pada munculnya tingkah laku yang salah, tidak terarah, emosional yang tidak stabil, dan pertahanan diri (Fatimah, 2010).

C. Pembatasan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka penelitian ini akan dibatasi pada mendeskripsikan gambaran penyesuaian diri mahasiswa dan membandingkan penyesuaian diri mahasiswa asal daerah perkotaan dan perdesaan.

D. Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian

Sesuai dengan batasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran penyesuaian diri mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024?
2. Bagaimana gambaran penyesuaian diri mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 asal daerah perkotaan?
3. Bagaimana gambaran penyesuaian diri mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 asal daerah perdesaan?
4. Apakah terdapat perbedaan penyesuaian diri antara mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 yang berasal dari daerah perkotaan dengan perdesaan?

E. Asumsi Penelitian

Penelitian ini didasarkan pada asumsi berikut:

1. Penyesuaian diri bersifat dinamis yang dapat berubah seiring waktu.
2. Mahasiswa melakukan penyesuaian diri dengan melibatkan interaksi antar individu untuk merespon pengalaman baru.

3. Tingkat kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dapat bervariasi.
4. Asal daerah mahasiswa yang beragam memungkinkan adanya perbedaan karakteristik penyesuaian diri.

F. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini antara lain untuk:

1. Mendeskripsikan gambaran penyesuaian diri mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024.
2. Mendeskripsikan gambaran penyesuaian diri mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 asal daerah perkotaan.
3. Mendeskripsikan gambaran penyesuaian diri mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 asal daerah perdesaan.
4. Menguji perbedaan penyesuaian diri mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 ditinjau dari asal daerah perkotaan dan perdesaan.

G. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan informasi di bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan penyesuaian diri.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi mahasiswa bimbingan dan konseling, hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan meningkatkan pemahaman tentang penyesuaian diri, khususnya dalam hal penyesuaian diri mahasiswa

- b) Bagi konselor atau Unit Pelaksana Teknis Bimbingan dan Konseling (UPTBK), hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi untuk meningkatkan upaya pelayanan khususnya bagi mahasiswa agar dapat menyesuaikan diri dengan baik serta mencapai tujuan yang diinginkan.
- c) Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi yang bermanfaat untuk mengembangkan penelitian baru yang berkaitan tentang penyesuaian diri mahasiswa khususnya dalam bidang keilmuan bimbingan dan konseling.

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI PENELITIAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai penyesuaian diri mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 yang ditinjau dari asal daerah perkotaan dan perdesaan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 secara keseluruhan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang tinggi.
2. Mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 asal daerah perkotaan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang tinggi.
3. Mahasiswa S1 FIP UNP angkatan 2024 asal daerah perdesaan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang.
4. Terdapat perbedaan yang signifikan antara penyesuaian diri mahasiswa asal daerah perkotaan dan perdesaan, yang mana mahasiswa asal daerah perkotaan menunjukkan hasil yang lebih baik daripada mahasiswa asal daerah perdesaan.

B. Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Pelayanan Bimbingan dan Konseling (BK) merupakan komponen penting bagi instansi pendidikan untuk dapat membantu peserta didik mengembangkan potensi dirinya dengan optimal (Monika & Sukma, 2021). Konselor dalam hal ini berperan untuk membantu mahasiswa agar dapat menyesuaikan diri sebaik mungkin dengan lingkungan barunya melalui pemberian layanan bimbingan dan konseling yang tersedia. Layanan yang

diberikan semestinya telah dirancang dan disesuaikan dengan kebutuhan individu agar dapat mencapai tujuan yang diharapkan (Handayani et al., 2021).

Beberapa layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri baik dalam format klasikal, kelompok, ataupun individu meliputi layanan orientasi, layanan informasi, layanan penguasaan konten, layanan bimbingan kelompok, dan layanan konseling kelompok (Monika & Sukma, 2021; Handayani et al., 2021). Menurut Prayitno & Amti (2015) layanan tersebut diartikan sebagai berikut:

1. Layanan Orientasi

Layanan orientasi ialah layanan bimbingan yang dilakukan untuk memperkenalkan peserta didik baru dan atau individu terhadap lingkungan yang baru dimasukinya. Pada penelitian ini layanan orientasi berperan untuk membantu mahasiswa mengenali lebih dalam lingkungan perkuliahan maupun lingkungan sekitar tempat tinggal barunya dengan lebih mudah. Adapun bentuk layanan yang dapat diberikan khususnya di awal masa perkuliahan seperti, kegiatan pengenalan sistem akademik di kampus atau departemen, pengenalan tentang fasilitas kampus, maupun tentang tenaga kependidikan atau staff administrasi di kampus yang dapat dilakukan baik secara *online* maupun tatap muka.

2. Layanan Informasi

Layanan informasi adalah layanan yang dimaksudkan untuk memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas,

kegiatan atau tujuan suatu rencana yang dikehendaki. Layanan ini dapat berperan untuk memudahkan mahasiswa menambah pemahamannya berkenaan dengan hal-hal yang ada di lingkungan barunya. Adapun bentuk layanan yang dapat diberikan secara informatif yakni berupa pemahaman terkait apa itu penyesuaian diri, apa saja faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri, bagaimana pentingnya penyesuaian diri, serta materi tentang upaya untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri di lingkungan perkuliahan. Selain itu, dapat juga ditambahkan informasi mengenai budaya akademik dan dinamika kehidupan perkotaan bagi mahasiswa perantau di lingkungan perkuliahan. Fokus utamanya adalah meminimalisir risiko *culture shock* melalui pemberian informasi yang jelas mengenai norma sosial dan sistem pendukung yang tersedia di universitas.

3. Layanan Penguasaan Konten

Menurut Prayitno & Amti (2015) layanan penguasaan konten memungkinkan individu memperoleh suatu keterampilan, yang dapat menunjang keberhasilan penyesuaian diri. Adapun bentuk layanan yang dapat diberikan dengan melatih mahasiswa agar terampil dalam membangun hubungan interpersonal, misalnya dengan meningkatkan *soft skill* untuk berkomunikasi sehingga membantu penyesuaian sosialnya. Selain itu dapat juga dilakukan dalam bentuk lokakarya atau pelatihan keterampilan khusus yang berfokus pada manajemen stres dan teknik refleksi diri. Tujuannya adalah agar potensi daya juang pribadi mahasiswa,

terutama yang berasal dari perdesaan, dapat bertransformasi menjadi strategi adaptasi yang tangguh dan otonom hingga masa akhir studi.

4. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang ditujukan kepada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh suatu informasi. Layanan ini dapat membantu mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri secara berkelompok, misalnya dengan membentuk kelompok heterogen yang dapat memberikan informasi penting terkait dengan cara-cara menyesuaikan diri yang efektif di lingkungan barunya. Misalnya, konselor dapat melakukan teknik pelatihan asertif melalui bimbingan kelompok untuk membantu mahasiswa mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonalnya (Putri et al., 2023), atau upaya peningkatan keterbukaan diri (*self disclosure*) dengan teknik *problem solving* (Apriliani & Sukmawati, 2022). Kedua aspek tersebut mampu memberi dampak positif kepada proses penyesuaian diri. Selain itu dapat juga dilakukan melalui teknik *Social Skills Training (SST)* yang berfungsi membangun kepercayaan diri dalam berinteraksi (Basyari et.al., 2023) khususnya bagi mahasiswa perdesaan. Sementara bagi mahasiswa perkotaan, layanan ini mengarahkan kemampuan *networking* mereka agar lebih adaptif dan kolaboratif dalam lingkungan yang heterogen.

5. Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok merupakan layanan yang ditujukan kepada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengentaskan masalah pribadi peserta layanan. Layanan ini sedikit berbeda dengan layanan bimbingan kelompok karena lebih menekankan pada penyelesaian masalah mahasiswa apabila mengalami kesulitan pada proses penyesuaian diri. Konselor dapat membentuk kelompok heterogen yang terdiri dari beberapa mahasiswa dengan kemampuan penyesuaian diri baik, serta yang kurang baik. Melalui layanan tersebut, konselor dapat mengentaskan masalah klien melalui dinamika kelompok yang terbangun. Konselor dalam membentuk kelompok sebaiknya dapat mempertimbangkan aspek latar belakang daerah asal para anggota agar pendekatan yang digunakan lebih kontekstual dalam membantu mahasiswa mengatasi kecemasan sosial dan kendala penyesuaian lainnya.

C. Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian, maka peneliti mengungkap beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan mampu menyesuaikan diri secara optimal dalam menghadapi perubahan apapun. Bagi mahasiswa baru atau yang berada di tahun-tahun awal perkuliahan (khususnya perantau asal daerah perdesaan), sebaiknya dapat meningkatkan keterbukaan diri dan bertindak proaktif dalam mencari informasi terkait dinamika kehidupan perkuliahan

di daerah perkotaan. Penyesuaian diri yang efektif dapat dicapai dengan menyeimbangkan pemeliharaan nilai budaya asal dengan adaptasi terhadap informasi dan teknologi serta pola pergaulan di lingkungan kampus, guna meminimalisir hambatan psikologis maupun sosial ketika menghadapi sejumlah perubahan.

2. Bagi Universitas

Pihak universitas diharapkan dapat mengoptimalkan sistem yang mampu memberikan dukungan bagi mahasiswa melalui kebijakan masa orientasi yang lebih inklusif. Hal ini dapat diwujudkan dengan menyediakan fasilitas pendampingan bagi mahasiswa (khususnya perantau asal daerah perdesaan di dalam maupun luar daerah provinsi) yang memerlukan penyesuaian teknis maupun administratif, sehingga tercipta kesetaraan peluang dalam mengakses sumber daya akademik tanpa terhambat oleh perbedaan latar belakang sosiokultural. Selain itu, perlu ada tinjauan untuk memastikan bahwa tidak ada kelompok atau komunitas mahasiswa antar jurusan yang melakukan perpeloncoan dengan alasan keakraban, karena dampaknya cenderung membuat mahasiswa mengalami tekanan.

3. Bagi Penyelenggara Layanan Bimbingan dan Konseling atau Konselor

Konselor diharapkan mampu memfasilitasi mahasiswa untuk menekan penyesuaian diri rendah melalui layanan yang tersedia baik yang bersifat preventif maupun kuratif. Misalnya dapat melalui layanan orientasi untuk mahasiswa khususnya di awal masa perkuliahan yang

secara otomatis akan membantu mereka lebih adaptif. Selain itu, pemberian program atau layanan khusus yang lebih lanjut sangat diharapkan untuk mahasiswa yang memerlukan intervensi demi mengoptimalkan proses penyesuaian diri. Dalam hal ini hendaknya pemberian program dapat mempertimbangkan aspek latar belakang daerah asal mahasiswa agar pendekatan yang digunakan lebih kontekstual dalam membantu mahasiswa mengatasi kecemasan sosial dan kendala penyesuaian lainnya.

4. Bagi Organisasi Mahasiswa Daerah (Ormada)

Organisasi daerah yang tersedia di lingkungan kampus diharapkan mampu menjadi wadah transisi yang fungsional bagi mahasiswa. Rekomendasi ini ditujukan agar Ormada tidak hanya berperan dalam mempertahankan ikatan primordial, tetapi juga aktif memotivasi anggotanya untuk berakulturasi dengan lingkungan kampus yang heterogen, sehingga mahasiswa dari berbagai daerah tetap merasa aman dan memiliki dukungan sosial yang sama meskipun saat berinteraksi dengan mahasiswa lain dari luar daerah.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk dapat mengembangkan dan memperluas cakupan penelitian. Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu acuan dasar bagi penelitian selanjutnya dan masukan bagi penelitian serupa. Mengingat penelitian ini terbatas pada perbandingan asal daerah perkotaan dan perdesaan, peneliti selanjutnya disarankan untuk

memperluas cakupan variabel, seperti efikasi diri, dukungan sosial teman sebaya atau keluarga, serta penggunaan sosial media sebagai media adaptasi. Selain itu, momentum pengambilan data sangat mempengaruhi hasil penelitian, maka sangat disarankan untuk melakukan pengambilan data secara longitudinal atau pada periode awal tahun ajaran guna menangkap dinamika proses penyesuaian diri secara lebih murni. Analisis yang mendalam juga diperlukan untuk mengulik faktor penyebab dibalik rendahnya skor penyesuaian diri pada sebagian subjek meskipun telah melewati waktu ideal dari proses adaptasi. Penggunaan metode penelitian kualitatif sangat disarankan untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif mahasiswa secara lebih mendalam terkait dinamika psikologis dalam proses penyesuaian diri dari daerah perdesaan ke perkotaan.

REFERENSI

- Abdillah, W., Yendi, F. M., Sukma, D., & Gusri, P. (2023). Description of Culture Shock among Papuan Students and Implications for Guidance and Counseling Services. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 4(2), 81–88.
- Afkari, R., & Wekke, I. S. (2018). *Intelektual Mahasiswa Islam*. Medan: Deepublish.
- Agestia, E., Safitri, D., & Sujarwo, S. (2024). Adaptasi Mahasiswa dalam Mengatasi *Culture Shock* dalam Perkuliahan. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 2(4), 253–264.
- Ahmadi, A. (2009). *Ilmu Sosial Dasar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Akhfa, A. S. C. (2024). *Hubungan antara Resiliensi dengan Penyesuaian Diri pada Mahasantri Baru Putri Psikologi di Ma'had UIN Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Al Ghaniyy, A., & Akmal, S. Z. (2018). Kecerdasan Budaya dan Penyesuaian Diri dalam Konteks Sosial Budaya pada Mahasiswa Indonesia yang Kuliah di Luar Negeri. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 5(2), 123–137.
- Ananda, R. D., & Winarsih, T. (2025). Hubungan antara Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau di Universitas' Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1).
- Anugrahani, D. A., Nurlaily, L., Rahmadian, M. R., Grahani, F. O., & Agustin, A. (2025). Penyesuaian Diri Mahasiswa NTT di Universitas Wijaya Putra Surabaya. *Journal of Gender Equality and Social Inclusion (Gesi)*, 4(1), 29–36.
- Apriliani, V., & Sukmawati, I. (2022). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan *Self Disclosure* Siswa SMA N 4 Mandau. *Consilium*, 2(1).
- Arianto, T. (2024). *Realitas Budaya Masyarakat Urban*. Medan: Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Basyari, W. M., Imaddudin, A., & Muhajirin, M. (2023). Efektifitas *Social Skill Training* dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Mahasiswa. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 4(2), 56-68.
- Bilicha, P. N., Bachry, P. N., Rakhmandari, R. A., & Rusdi, A. (2019). Komunikasi Interpersonal Mahasiswa ditinjau dari Tawadhu dan Penyesuaian Diri. *Jurnal Psikologi Islami*, 5(2), 109–118.

- Choirudin, M. (2016). Penyesuaian Diri: sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa. *Hisbah: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 12(1), 1–20.
- Cousins, C., Servaty-Seib, H. L., & Lockman, J. (2017). College Student Adjustment and Coping: Bereaved and Nonbereaved Students. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 74(4), 386–409.
- Desky, A. F. (2022). *Diktat Sosiologi Pedesaan dan Perkotaan*. Medan: UINSU.
- Desmita. (2016). *Psikologi Perkembangan (Peserta Didik)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dhei, B., S, F. F., Prasetya, A. D., & Agustin, A. (2020). Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan *Culture Shock* pada Mahasiswa Nusa Tenggara Timur (NTT) Semester Pertama di Universitas Wijaya Putra Surabaya. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 1(3), 37–44.
- Dwiana, E. (2025). *Hubungan antara Growth Mindset dan kesejahteraan Psikologis yang di Moderatori oleh Dukungan Sosial pada Mahasiswa Rantau*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Eviliani, A., Nurhayaty, A., & Syah, T. A. (2024). *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Rantau: Adakah Pengaruh dari Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri? *Jurnal Ilmiah Psyche*, 18(1), 47–60.
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Ghufron, M, N., & Risnawita, S, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gultom, R. N., Yakub, E., & Khadijah, K. (2023). Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Tahun Pertama Fkip UNRI (Jurusan Ilmu Pendidikan) dalam Menghadapi Kehidupan Perkuliahan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 15242–15249.
- Gunarsa, S. D. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hamidah, H., & Narimawati, U. (2022). Pola Komunikasi Masyarakat Perkotaan: (Studi Fenomenologi di Perumahan Bougenville Estate Antapani Bandung). *Journal of Tax and Business*, 3(2), 201–208.
- Handayani, P. G., Yuca, V., Hidayat, H., Hariko, R., & Febriani, R. D. (2021). Kajian *Self Adjustment* pada Mahasiswa Kelas Internasional. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 7(1), 106–111.

- Hasan, S. A., & Handayani, M. M. (2014). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa Tunarungu di Sekolah Inklusi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3(2), 128–135.
- Hidayat, A., et al. (2021). Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Hurlock, E. B. (2010). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Alih Bahasa Istiwidayanti dkk. Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Jamaluddin, M. (2020). Model Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru. *Indonesian Psychological Research*, 2(2), 109–118.
- Jamaludin, A. N. (2015a). *Sosiologi Perdesaan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Jamaludin, A. N. (2015b). *Sosiologi Perkotaan: Memahami Masyarakat Kota dan Problematikanya*. Bandung: Pustaka Setia.
- Kusumaningtyas, A., & Rahmandani, A. (2023). Hubungan antara *Self-Disclosure* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Prodi D3 Keperawatan Poltekkes Semarang. *Jurnal EMPATI*, 12(4), 298–305.
- 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), 39–50.
- Mayesti, S., & Ilyas, A. (2019). Adjustment of Students in Boarding Houses (Descriptive-Comparative Study of Students from Outside and in Sumatera Barat). *Jurnal Neo Konseling*, 1(1).
- Monika, R., & Sukma, D. (2021). The Relationship of Peer Support with Student Self-Adjustment. *Jurnal Neo Konseling*, 3(2), 95–101.
- Mutiara, N. B., Lestary, C. F., Umardi, Q. T., & Alrefi, A. (2023). Tren Penyesuaian Diri pada Mahasiswa di Indonesia. *Journal of Society Counseling*, 1(2), 218–229.
- Nadlyfah, A. K., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara Pengungkapan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau di Semarang. *Jurnal Empati*, 7(1), 136–144.
- Naibaho, S. L., & Murniati, J. (2023). Dukungan Sosial sebagai Faktor Pendukung Keberhasilan Adaptasi Mahasiswa Perantau yang Tinggal di Asrama Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(1), 114–130.

- Nariswari, A. S., Damayanti, F., Ikhsan, M. F. F., & Edy, D. F. (2023). *Self-Adjustment* Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang. *Flourishing Journal*, 3(8), 321–329.
- Pratiwi, L., & Nurhayati, E. (2022). Analisis Komparatif Penyesuaian Diri Mahasiswa Urban dan Rural. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Terapan*.
- Prayitno & Amti, E. (2015). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling (Cetakan Ketiga)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, S. D., Marjohan, M., Firman, F., & Sukma, D. (2023). Improving Interpersonal Communication Skills through Group Guidance with Assertive Training Techniques. *Journal of Innovation in Educational and Cultural Research*, 4(4), 612–623.
- Putri, T., & Neviyarni, N. (2019). The Relationship of Social Interaction in The Family with The Adjustment of Students at School. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1).
- 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), 73–84.
- 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), 158–166.
- Rizki, A. M. (2018). *7 Jalan Mahasiswa*. Sukabumi: Jejak Publisher.
- Saldin, M. (2025). Strategi Mengatasi *Homesickness* pada Mahasiswa Perantau: Studi Fenomenologi Lintas Budaya. *Behavior*, 2(2), 93–105.
- Salmain, D., Azar, N. N., & Salmani, A. (2014). A Study of First-Year Student Adjustment to College in Relation to Academic-Self efficacy, Academic Motivation and Satisfaction with College Environment. *International Journal of Scientific Management & Development*, 2(5).
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa-Hidup (Edisi Ketiga Belas)*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, D. P., & Ramdhani, N. (2023). Regulasi Emosi dan Penyesuaian Pribadi pada Mahasiswa Generasi Z. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Sari, D. R., Julistia, R., Psikologi, P. S., Kedokteran, F., Malikussaleh, U., Cot, J., Nie, T., Batu, M., & Indonesia, A. U. (2023). Penyesuaian Diri dan Kompetensi Sosial pada Mahasiswa Perantauan. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 57–74.

- Sari, N., Safarina, N. A., & Anastasya, Y. A. (2023). Perbedaan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Unimal yang Berasal dari Kota Padang Berdasarkan Tipe Kepribadian. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 252–263.
- Savitri, N. S., Issroviatiningrum, R., & Abdurrouf, M. (2025). Hubungan *Self-Efficacy* dengan Kemampuan Adaptasi Akademik Mahasiswa Keperawatan Tingkat Pertama. *Journal of Nursing Invention*, 6(1), 54–62.
- Schneiders, A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart and Winston.
- Soledad, R. G. M., Carolina, T. V., Adelina, G. C. M., Fernández, P., & Fernanda, M. (2012). The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) for Use with Spanish Students. *Psychological Reports*, 111(2), 624–640.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto, H., & Hartono, B. A. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sundari, S. (2005). *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryadi, S., & Usman, C. I. (2018). Profil Penyesuaian Diri Siswa di SMP Pembangunan Laboratorium UNP Padang. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1), 89–101.
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Jakarta: Kencana.
- Syukur, Y., Zahri, T. N., & Putra, A. H. (2023). *Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Thohir, C. T., & Nilawati, A. (2023). Gambaran Penyesuaian Diri Tahun Pertama Pada Remaja Muslim yang Tinggal di Panti Asuhan Wisma Yatim Nurul Huda Kartasura-Jawa Tengah. UIN Raden Mas Said Surakarta.
- Umar, G., Taibe, P., & Gismin, S. S. (2023). Gambaran Penerimaan Diri pada Remaja di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 457–463.
- Umiati, R., Maharani, M. P., Manzila, S. N. N., Fatonah, S. N., Khumairoh, R., Milati, Z., Armaidy, F. D. A., & Maharani, K. R. (2023). Analisis Kecepatan Beradaptasi dalam Belajar di Perkuliahan pada Mahasiswa Baru Prodi Psikologi UNNES. *Journal of Education and Technology*, 3(2), 214–224.
- Violita, R., & Sukma, D. (2021). Correlation Between Learning Motivation and Student Self-Adjustment. *Jurnal Neo Konseling*, 3(2), 47–53.

- Widodo, B. (2021). Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun Tahun Akademik 2020/2021. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 4(8), 899–907.
- Wijaya, R. S. (2016). Perbandingan Penyesuaian Diri Mahasiswa Berkepribadian Ekstrovert dan Introvert. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling*, 2(2).
- Winarsunu, T. (2017). *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Winkel, W. S. (2021). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.
- Yusuf, A. M. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenada Media.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.