

Gambaran Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Awal Perantau di Kota Makassar

Self-adjustment of Early Students Migrants in Makassar

Selsa Bella*, Musawwir, A. Nur Aulia Saudi
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: selsabellayunior@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri mahasiswa awal perantau di Kota Makassar. Penelitian ini didasarkan dari fenomena yang terjadi pada mahasiswa awal perantau di Kota Makassar melalui wawancara yang dilakukan terhadap empat responden. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Populasi yang diambil adalah mahasiswa baru di Makassar dengan jumlah sampel 400 responden. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Nonprobability Sampling* dengan teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *The Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ). Hasil dari penelitian berdasarkan gambaran penyesuaian mendapatkan hasil penyesuaian diri sangat tinggi sebesar 3%, dan penyesuaian diri sangat rendah sebanyak 7%. Hasil penelitian berdasarkan aspek penyesuaian diri yang terdiri dari 4 aspek menunjukkan bahwa *personal adjustment* pada mahasiswa awal rantau di Kota Makassar tergolong tinggi dibandingkan dengan *academic adjustment*, *social adjustment*, dan *goal commitment institutional attachment*.

Kata Kunci: Mahasiswa Awal, Penyesuaian Diri, SACQ.

Abstract

The aim of study was to describe the self-adjustment of early foreign pupils in Makassar City. Through interviews with four respondents, this study is founded on a phenomenon that affects early foreign pupils in Makassar City. A quantitative research technique was used for the study. The sample is made up of 400 respondents, and the demographic studied is new students in Makassar. In this research, the nonprobability sampling technique was combined with descriptive analysis as a data analysis method. The Student Adaptation to College Questionnaire was the study tool used. (SACQ). Based on the definition of adjustments, the research's findings indicate very high self-adjustment of 3% and very low self-adjustment of 7%. Compared to academic adjustment, social adjustment, goal dedication, and institutional connection, the study's findings on the adjustment aspect, which comprises of four aspects, indicate that early foreign students' personal adjustment in Makassar City is comparatively high.

Keywords: Early College Students, Personal Adjustment, SACQ.

PENDAHULUAN

Kehadiran mahasiswa dari berbagai latar belakang budaya di suatu daerah bukanlah hal yang baru di Indonesia. Hal ini disebabkan oleh tingginya tingkat pergerakan sosial geografis yang dilakukan oleh individu atau kelompok di Indonesia yang memiliki keragaman budaya, etnis, agama, bahasa, dan adat istiadat, yang memungkinkan terjadinya kontak budaya di antara mahasiswa. Penyesuaian diri sangat dibutuhkan pada situasi ini untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan. Hutabarat (2021) mengatakan bahwa proses perilaku seseorang beradaptasi dengan lingkungan di sekitarnya dikenal sebagai penyesuaian diri. Dapat diketahui bahwa penyesuaian diri dibutuhkan karena manusia tidak dapat hidup secara sendiri, terutama pada kehidupan mahasiswa baru yang merantau ke kota lain guna untuk menyelesaikan pendidikan.

Menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri dianggap sebagai sebuah siklus di mana reaksi mental dan perilaku dilakukan oleh orang-orang untuk beradaptasi dengan ketidakpuasan, bentrokan,

kebutuhan, dan tekanan yang mereka alami. Penyesuaian diri, proses menemukan titik temu antara kondisi diri sendiri dan tuntutan lingkungan. Manusia diajarkan untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial, psikologis, dan alam sekitarnya. Penyesuaian diri didasarkan pada empat aspek yaitu, *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal adjustment*, dan *goal-commitment institutional attachment*.

Transisi dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi bisa jadi sulit bagi beberapa mahasiswa baru, terlebih ketika mereka berkuliah di luar kota. Mahasiswa baru yang merantau berpotensi bertemu dengan orang-orang dari berbagai latar belakang budaya. Sehingga dibutuhkan kemampuan beradaptasi satu sama lain. Kemampuan beradaptasi sangat penting dimiliki oleh mahasiswa baru untuk dapat memnuhi kebutuhan bersosialisasi. Namun setiap orang memiliki perbedaan kemampuan beradaptasi, yang pada akhirnya memunculkan masalah terhadap perbedaan budaya atau gegear budaya. Fenomena gegar budaya dihadapi oleh mahasiswa baru, terutama dalam hal bahasa, karena adanya perbedaan unsur budaya yang mereka miliki. Fenomena ini dianggap sebagai masalah karena merupakan sumber dari berbagai kesulitan penyesuaian diri yang dihadapi oleh masing-masing mahasiswa.

Sharma dan Wavare (2013) menemukan bahwa 60% mahasiswa tahun pertama mengalami stres, dengan gegar budaya sebagai salah satu penyebabnya. Selain itu, Sandhu dan Asrabadi (1994) mengatakan bahwa perubahan budaya menyebabkan diskriminasi, rasa rindu akan kampung halaman, rasa takut, rasa bersalah, kebencian, dan stres pada mahasiswa. Sesuai dengan penelitian tentang perubahan diri pada mahasiswa kelas awal yang dilakukan oleh Syabanawati (2014), menyatakan bahwa tantangan penyesuaian diri yang tidak dapat diatasi oleh mahasiswa baru akan terus menjadi masalah pada tingkat selanjutnya. Oleh karena itu, kegagalan mahasiswa baru untuk berubah dan menyesuaikan diri dapat merusak perkembangan sosial mereka di lingkungan kampus yang baru.

Ward dkk., (2001) kesulitan sosial yang dihadapi oleh mahasiswa awal perantau lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa lokal, terutama dalam hal adaptasi sosial-budaya. Aprianti (2012) menjelaskan bahwa sangat sulit bagi mahasiswa asing untuk menyesuaikan diri dengan budaya yang berbeda dengan budaya mereka. Sebagian besar mahasiswa yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik dengan lingkungan perkuliahan atau pun teman sebaya dikarenakan jauh dari rumah, keluarga dan teman-teman dekat, akan merasakan beban dalam melakukan kegiatan perkuliahan dan mengalami kesulitan dalam melakukan manajemen waktu untuk mendapatkan pengalaman baru di perkuliahan.

Penelitian Zhang (2010) dan menemukan bahwa kesulitan penyesuaian diri pada mahasiswa dapat diprediksi oleh stres, kepribadian, dukungan sosial, kemampuan bahasa, lama tinggal di luar negeri, akulturasi, interaksi sosial dengan penduduk lokal, efikasi diri, dan jenis kelamin. Proses penyesuaian diri juga dipengaruhi oleh gender karena perbedaan adaptasi atau penyesuaian psikologis yang terjadi selama evolusi antara pria dan wanita ditekankan oleh psikologi evolusioner (Santrock, 2007). Sering kali, generalisasi di antara orang-orang dibuat oleh masyarakat, sehingga menimbulkan kontras dalam kesejahteraan ekonomi. Sebagian besar masyarakat di seluruh dunia menerima bahwa wanita memiliki kekuasaan dan status yang lebih rendah daripada pria, dan wanita juga dianggap memiliki kontrol yang lebih sedikit (Santrock, 2007).

Wijanarko dan Syafiq (2013) mengatakan bahwa dampak dari penyesuaian diri ketika merantau memunculkan dampak sosial dan psikologis tertentu, salah satu dampak sosial-psikologis tersebut adalah kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Apabila penyesuaian diri tidak ditangani dengan tepat, maka akan berdampak negatif terhadap perkembangan studi mahasiswa berikutnya. Beberapa masalah yang timbul adalah stres, sulit berinteraksi sosial dengan orang lain di lingkungan. Adapun dampak yang lain adalah munculnya perasaan kesepian dan *homesickness*, bahkan sebagian memilih untuk mengundurkan diri dari perkuliahan (Mudhovozi, 2012). Tuntutan penyesuaian diri dalam perkuliahan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik atau perkuliahan yang dihadapkan pada pemecahan masalah-masalah yang dihadapi saat ini dan yang akan datang agar dapat memberikan suatu prestasi bagi diri sendiri (Mu'tadin, 2002).

Penyesuaian Diri (*Self-Adjustment*)

Baker dan Siryk (1984) memperjelas teori untuk kemampuan beradaptasi mahasiswa terhadap kejadian-kejadian selanjutnya selama masa studi mereka, terutama ketika mereka menjadi mahasiswa baru, dapat diletakkan oleh proses penyesuaian diri mahasiswa selama tahun pertama mereka di universitas. Berdasarkan aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Baker & Siryk (1964) menyatakan bahwa terdapat empat aspek penyesuaian diri, yaitu *academic adjustment*, mengacu pada kapasitas mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan di lingkungan akademik. *Social adjustment*, mengacu pada kapasitas mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial,

pertemanan, dan kelompok di lingkungan baru. *Personal adjustment*, mengacu pada kemampuan mahasiswa untuk menyikapi perubahan lingkungan dan mengatasi tuntutan maupun tantangan dalam diri individu. *Goal-commitment institutional attachment*, mengacu individu menyadari tujuan yang ingin dicapai sehingga akan konsisten dengan tujuannya dan cenderung menampilkan performa terbaik.

METODE PENELITIAN

Responden

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa awal perantau di Kota Makassar. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan persamaan teori sentral limit Laplace (1902) yang merupakan taraf keabsahan dari minimum sampel sebuah penelitian sehingga memperoleh hasil 402 responden. Berdasarkan dari hasil yang telah dijabarkan, maka dapat diketahui bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian ini minimal 400 responden; terdiri dari laki-laki =200, perempuan =200 (M=19 tahun). Pada penelitian ini subjek dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan memiliki jumlah yang sama dan seimbang.

Instrumen penelitian

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penyesuaian diri mahasiswa SACQ (*Student Adaptation College Questionnaire*) yang disusun berdasarkan aspek *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal adjustment*, dan *goal-commitment institutional attachment*. Skala ini terdiri dari 67 item pertanyaan dengan 4 pilihan jawaban “Sangat Setuju”, “Setuju”, “Tidak Setuju” dan “Sangat Tidak Setuju. Hasil uji validitas dan reliabilitas pada skala SACQ menunjukkan bahwa seluruh butir aitem valid dengan indeks validitas 0.196-0.515 dan nilai reliabilitas *Cronbach’s Alpha* sebesar 0.879.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif berdasarkan data demografi yang terdiri dari jenis kelamin, usia, suku, asal daerah dan universitas saat ini. Selanjutnya, untuk mendapatkan gambaran tingkat penyesuaian diri mahasiswa baru, peneliti melakukan analisis deskripsi berdasarkan aspek penyesuaian diri pada masing-masing kategori demografi subjek penelitian. Seluruh proses analisis data dilakukan menggunakan aplikasi *SPSS for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Proses beradaptasi dari lingkungan lama menuju lingkungan yang baru bukanlah suatu hal yang mudah, terlebih jika perpindahan masa transisi dari SMA ke Perguruan Tinggi. Keterampilan penyesuaian diri dibutuhkan oleh para mahasiswa awal terlebih berada di perantauan. Hasil analisis deskriptif menunjukkan hasil bahwa penyesuaian diri mahasiswa awal yang merantau berada pada kategori sedang yakni sebesar 38.8%, dari 400 mahasiswa sebanyak 155 mahasiswa berada pada kategori sedang.

Tabel 1. Demografi Subjek

Demografi		Frekuensi
Jenis Kelamin	Laki-laki	50%
	Perempuan	50%
Usia	18-20 tahun	71,8%
	21-22 tahun	28,2%
Suku	Jawa	31,5%
	Sunda	23,5%
	Betawi	20,8%
	Batak	12,3%
	Madura	8%
	Banjar	4%
Asal Daerah	Jawa Barat	25,5%
	Jawa Tengah	16,4%
	Jawa Timur	17,8%
	Jakarta	16,5%
	Sumatera	13,8%
	Kalimantan	10%
Universitas	Universitas Negeri Makasar	26.8%
	Universitas Hasanuddin	24.8%

Universitas Muslim Indonesia	21.5%
Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar	15%
Universitas Muhammadiyah Makassar	12%

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini berada dalam rentang usia 18 hingga 20 tahun sebanyak 71.8%, berasal dari suku Jawa sebanyak 31,5% asal daerah Jawa Barat 25,5% dan menempuh pendidikan di Universitas Negeri Makasar sebanyak 26,8%.

Tabel 2. Hasil Analisis Deskriptif Tingkat Penyesuaian Diri Mahasiswa

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Skor Penyesuain Diri	400	160	201	2,932	7,270

Berdasarkan tabel 2 dari 400 subjek diperoleh nilai rata-rata skor penyesuaian diri yakni 2,932 dengan nilai standar deviasi sebesar 7,270. Nilai skor penyesuaian diri terendah adalah 160 dan tertinggi adalah 201. Sehingga rentang skor penyesuaian diri antara 160 sampai 201.

Tabel 3. Kategorisasi Penyesuaian Diri Mahasiswa

Kategorisasi Penyesuaian Diri	Frekuensi
Sangat Tinggi	4%
Tinggi	25%
Sedang	37,7%
Rendah	27,8%
Sangat Rendah	6%

Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat bahwa penyesuaian diri mahasiswa baru perantau dalam penelitian ini berada dalam kategori sedang yakni sebanyak 37,7%. Selanjutnya, dilakukan analisis berdasarkan aspek-aspek pada penyesuaian diri, yakni *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal adjustment*, dan *goal commitment institutional attachment*, sebagaimana berikut:

Tabel 4. Kategorisasi Penyesuaian Diri Mahasiswa berdasarkan Aspek

Kategorisasi Penyesuaian Diri	Aspek Penyesuaian Diri			
	AA	SA	PA	GA
Sangat Tinggi	0%	0%	3%	4%
Tinggi	39%	38%	38%	26%
Sedang	45%	34%	25%	40%
Rendah	14%	20%	33%	31%
Sangat Rendah	2%	8%	2%	0%

Ket: AA = *Academic Adjustment*
 SA = *Social Adjustment*
 PA = *Personal Adjustment*
 GA = *Goal Commitment Institutional Attachment*

Berdasarkan tabel 4 dapat dikethui bahwa penyesuaian diri pada aspek *academic adjustment* dan *goal commitment institutional attachment* memiliki kategori sedang (AA= 45%; GA=40%), sedangkan aspek *social adjustment* dan *personal adjustment* memiliki kategori tinggi (SA=PA=38%).

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri mahasiswa awal perantau di Kota Makassar. Hasil analisis deskriptif yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan gambaran penyesuaian diri pada mahasiswa awal yang sedang merantau di Makassar. Mahasiswa awal perantau mempunyai penyesuaian diri sangat tinggi sebanyak 16 subjek setara 4%. Kemudian mahasiswa awal perantau dengan penyesuaian diri tinggi sebanyak 100 subjek setara 25%. Mahasiswa awal perantau dengan penyesuaian diri sedang sebanyak 149 subjek setara 37,3%. Mahasiswa awal perantau dengan penyesuaian diri rendah sebanyak 111 subjek setara 27,8%. Mahasiswa awal perantau penyesuaian diri sangat rendah sebanyak 24 subjek setara 6%.

Proses beradaptasi dari lingkungan lama menuju lingkungan yang baru bukanlah suatu hal yang mudah, terlebih jika perpindahan masa transisi dari SMA ke Perguruan Tinggi. Keterampilan penyesuaian diri dibutuhkan oleh para mahasiswa awal terlebih berada di perantauan. Hasil analisis deskriptif menunjukkan hasil bahwa penyesuaian diri mahasiswa awal yang merantau berada pada kategori sedang yakni sebesar 38.8%, dari 400 mahasiswa sebanyak 155 mahasiswa berada pada kategori sedang. Penyesuaian diri berkategori sedang, hal ini dikarenakan mahasiswa awal sudah mulai menyesuaikan dirinya ketika berada pada semester 1 selama 6 bulan pembelajaran (Fitriani, 2013)

Hasil analisis berdasarkan jenis kelamin diperoleh hasil yang sedang yaitu laki-laki sebesar 105 dan perempuan sebesar 123. Berdasarkan tingkat penyesuaian diri yang ada pada perempuan memiliki sifat yang bervariasi dan tergantung apakah ada sejumlah faktor pengalaman terdahulu, sumber frustrasi, kekuatan motivasi dan kemampuan individu dalam menyelesaikan masalah tersebut (Sawrey & Telford, 1995). Berdasarkan tingkat penyesuaian diri pada laki-laki, laki-laki dapat menyesuaikan diri dengan berbagai macam kondisi untuk mengubah keadaan, fleksibel dalam menyelesaikan masalah dan mempunyai sikap yang optimis (Rinaldi, 2013).

Hasil analisis data berdasarkan pada usia mahasiswa, subjek dalam penelitian ini mempunyai usia 18 tahun, 19 tahun, 20 tahun, 21 tahun, 22 tahun, Mahasiswa awal mayoritas berada pada usia 19 tahun, yang masuk kedalam masa dewasa awal. Penyesuaian diri mahasiswa awal perantau masuk dalam kategori sedang yakni sebanyak 149 dari 400 mahasiswa.

Penelitian ini menganalisis subjek berdasarkan aspek-aspek pada penyesuaian diri, yakni *academic adjustment, social adjustment, personal adjustment, dan goal commitment institutional attachment*. Aspek pertama yakni *academic adjustment* mahasiswa awal perantau berada pada kategori sedang yakni sebanyak 179 subjek setara 45%. Mahasiswa yang memutuskan untuk merantau mempunyai harapan yang tinggi terhadap kualitas pendidikan di daerah tersebut (Indriani, 2012, dalam Siregar & Kustanti, 2018).

Aspek penyesuaian diri yang kedua yakni aspek *social adjustment* mahasiswa awal perantau berada pada kategori tinggi yakni sebanyak 151 subjek setara 38%. Penyesuaian diri sosial mahasiswa berakaitan erat dengan keterampilan sosialnya seperti yang disampaikan oleh (Fajar & Aviani, 2022) keterampilan sosial yang dimiliki oleh individu akan membantunya dalam menganalisis dan mengatasi tekanan sosial. Kategori sedang menunjukkan bahwasanya mahasiswa awal perantau mampu menyelesaikan tantangan bertahan hidup dilingkungan yang berbeda dengan daerah asalnya.

Aspek ketiga yakni *personal adjustment* tingkat skor sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Skor penyesuaian diri berdasarkan aspek *personal adjustment* penyesuaian diri berdasarkan aspek *personal adjustment* tergolong tinggi sebanyak 152 subjek setara 38%. Individu membina relasi yang positif dengan lingkungannya dan merasa puas tentang pencapaian untuk diri dan pikiran. Di sisi lain penyesuaian diri yang baik perlu memiliki keyakinan diri (Fajar & Aviani, 2022).

Aspek keempat yakni penyesuaian diri berdasarkan aspek *goal commitment institutional attachment* skor penyesuaian diri berdasarkan aspek *goal commitment institutional attachment* sedang sebanyak 159 subjek setara 40%. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Vionita dan Hastuti (2012) rata-rata *goal commitment institutional attachment* pada mahasiswa mempunyai nilai yang tinggi, sehingga dikatakan bahwa mahasiswa mempunyai *goal commitment institutional attachment* yang baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa mahasiswa awal perantau di kota Makassar memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori sedang. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya yaitu peneliti dapat menambah penelitian terkait dengan mahasiswa perantau dengan menggunakan variabel lain yang lebih bervariasi dan juga partisipan yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Alipio, M. M. (2020). Adjustment to college and academic performance: Insights from Filipino college freshmen in an allied health science course.
- Anggreani, R., Ramadhani A. (2021). Kelekatan Orangtua dan Kemandirian Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Universitas Mulawarman. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Anwar, U. N. (2022). Gambaran Fear Of Failure Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Kota Makassar.
- Azwar, S. (2019). Reabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Bidang, A. S., Erawan, E., & Sary, K. A. (2018). Proses Adaptasi Mahasiswa Perantauan Dalam Menghadapi Gejar Budaya (Kasus Adaptasi Mahasiswa Perantauan di Universitas Mulawarman Samarinda). *eJournal Ilmu Komunikasi*, 6(3), 212-225.
- Dara, Y. P., Dewi, S. H., Faizah, & Rahma, U. (2020). Penyesuaian Sosial Berdasarkan Adversity Quotient pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 10(2), 139-149.
- Devinta, M., Hidayah, N., Hendrastomo, G. (2015). Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*.
- Dawborn-Gundlach, M., & Margetts, K. (2018). Measures of the adjustment of mature-age, undergraduate students to university. *Journal of Global Education and Research*, 2(1), 17-32. doi:DOI: 10.5038/2577-509X.2.1.1014
- Fajar, P., & Aviani, Y. I. (2022). Hubungan self efficacy dengan penyesuaian diri: sebuah studi literatur. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 2186-2194.
- Fauzia, N., Asmaran, & Komalasari, S. (2020). Dinamika Kemandirian Mahasiswa Perantauan. *Jurnal Al Husna*, 1(3), 167-181. doi:10.1234/jah.v1i3.3918
- Fitriani, A., Walandari, R. (2022) Penyesuaian Diri Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring. *Jurnal JBKPI*. 2(1). 14-20
- Handayani, G. P., Yuca, V. (2018). Fenomena Culture Shock Pada Mahasiswa Perantauan Tingkat 1 Universitas Negeri Padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 6(3). 198-204.
- Indrawati, E. S., & Fauziah, N. (2012). Attachment Dan Penyesuaian Diri Dalam Perkawinan. *Jurnal Psikologi Undip*, 11(1), 40-49.
- Jamaluddin, M. (2020). Model Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru. *Indonesian Psychological Research*, 2(2), 109-118. doi:DOI 10.2980/ipr.v2i2.361
- KBBI, 2018. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. [Online, diakses tanggal 3 April 2023].
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21-31.
- Mardi Rahayu, M. N., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uksw. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi*, 4(2), 73-84.
- Muzaroh, S., S. (2017). Kebutuhan Manusia Dalam Pemikiran Abraham Maslow (Tinjauan Maqasid Syariah). *Al-Mazahi*. 7(1). 17-33.
- Nabila, N., & Laksmiwati, H. (2019). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(3), 1-7.
- Nuryani. (2019). Dampak Kesulitan Menyesuaikan Diri Pada Santri. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 174-149.
- 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.
- Saniskoro, R. S. B., Akmal, Z. S. (2017). Peranan Penyesuaian Diri Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Perantau Di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*. 4(1). 95-106.
- Siregar, A. O. A., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku Minang di Univesritas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(2), 48-46.
- Siyoto, S., A. S. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Supriyanto, & Rizkianti, N. (2022). Pengaruh penyesuaian diri terhadap social well-being pada pekerja selama pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional 2022 Fakultas Psikologi UMBY*, (hal. Generasi Berjiwa Sociopreneur, Sinergis, dan Produktif).
- Vidyanindita, A.N., Agustin, R.W., & Setyanto, A.T. (2017). Perbedaan Penyesuaian Diri Ditinjau dari Konsep Diri dan Tipe Kepribadian antara Mahasiswa Lokal dan Perantau di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Psikologi*.
- Vionita, S., & Hastuti, R. (2021). Gambaran College Adjustment Mahasiswa Baru Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 5(1), 73-81.
- Wijanarko, S., Syafiq, M. (2013) Studi Fenomenologi Pengalaman Penyesuaian Diri Mahasiswa Papua Di Surabaya. *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan*. 3(2). 79-91
- Windaniati. (2015). Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Teknik Cognitive Restructuring Pada Kelas X TKR 1 SMK Negeri 7 Semarang Tahun 2012/2013. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. 32(1). 1-8.

Zee, M., & Koomen, H. M. (2016). Efikasi Firi Guru dan Pengaruhnya di Kelas Proses, Penyesuaian Akademik Mahasiswa, dan Kesejahteraan Guru: Sintesis 40 Tahun Riset. *AERA*.