

## **BAB I PENDAHULUAN**

Manusia disebut juga makhluk sosial yang sifat utamanya yaitu saling ketergantungan satu dengan yang lain. Seseorang biasanya tumbuh dan berkembang karena berada di sekitar orang lain. Proses pertumbuhan dan perkembangan ini berlangsung sepanjang kehidupannya, mulai dari bayi hingga usia lanjut. Pada setiap tahap pertumbuhan dan perkembangan, manusia tidak terlepas dari apa yang disebut dengan “perubahan”, baik dari dalam maupun dari luar yang akan terjadi pada seseorang di setiap tahap pertumbuhan dan perkembangannya. Banyak hal terlibat dalam perubahan dan perkembangan ini, seperti aspek biologis, spiritual, sosial, dan budaya Widodo, (2021).

Setiap orang pasti ingin merubah dan menyesuaikan diri dari sebelumnya, ketidaknyamanan di lingkungan baru, dan mendapatkan pengalaman baru sebagai penuntut ilmu di perguruan tinggi. Setiap orang pasti harus melalui fase-fase tertentu terlebih dahulu dalam proses tumbuh dan berkembang, seperti anak, remaja, dan dewasa Laia & Daeli, (2022). Mahasiswa strata satu (S1) biasanya berusia antara 18 dan 25 tahun, dan mereka berada pada masa remaja akhir dan mulai dewasa awal Hidayanti, (2021). Menurut Nurhayati, (2018) saat ini, seseorang sering menunjukkan ketidakdewasaan, terombang-ambing, dan bergantung pada orang lain. Oleh sebab itu, orang-orang diminta untuk memulai hidup mereka sendiri. Setelah lulus sekolah menengah, seseorang dapat melihat masa depan yang nyata dan diwujudkan dengan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Namun, terkadang individu tersebut harus merantau ke perguruan tinggi lain karena perguruan tinggi di daerah sendiri terkadang tidak sesuai dengan keinginan mereka. Mahasiswa perantau biasanya ingin mencapai kesuksesan melalui pendidikan yang lebih baik di bidang yang dipilih. Perantau adalah sebutan untuk orang yang tujuannya untuk mendapatkan pengalaman baru dan kehidupan yang lebih baik, yang mungkin tidak mereka dapatkan di kampung halamannya Agustian Stevanus, (2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ama et al., (2019) mahasiswa pasti jarang akan memiliki hubungan dengan keluarga, terutama

orang tua, saat berada di perantauan. Tidak ada orang lain yang dapat secara langsung mengontrol aktivitasnya kecuali dirinya sendiri.

Mahasiswa harus menghadapi lingkungan dan bertemu dengan orang baru yang berbeda dari tempat tinggal asal mereka. Mahasiswa mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, yang sering disebut dengan adanya permasalahan penyesuaian diri Agustian Stevanus, (2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hidayanti, (2021) ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan, dan masyarakat pada umumnya menyebabkan banyak orang yang merasakan penderitaan dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidup. Hal ini disebabkan oleh kegagalan dan ketidakmampuannya dalam melakukan penyesuaian diri (*maladjustment*) dengan kondisi yang penuh tekanan seringkali menyebabkan stres dan depresi Widodo, (2021).

Pemenuhan kebutuhan hidup seseorang harus dilakukan sendiri karena tidak adanya kemungkinan untuk bergantung pada orang lain Fauzia et al., (2021). Mahasiswa yang merantau pasti bertanggung jawab atas tindakan apa yang telah dilakukannya. Hal ini dikarenakan oleh perubahan yang terbentuk di lingkungan perantauan, termasuk pola hidup, kebudayaan, bahasa, dan kondisi tempat tinggalnya, serta keinginan untuk hidup mandiri Ridha,( 2018).

Sejauh ini, kebanyakan mahasiswa lebih suka merantau ke Pulau Jawa untuk melanjutkan pendidikan mereka. Pulau Jawa memiliki perguruan tinggi dengan fasilitas pendidikan yang lengkap, yang membuatnya menjadi salah satu pilihan favorit mahasiswa di seluruh wilayah Oktaria et al., (2018). Hal ini disebabkan Pulau Jawa menjadi pusat pendidikan, perdagangan, dan ekonomi di Indonesia. Menurut Kemristekdikti (2019), jumlah perguruan tinggi di seluruh Indonesia lebih banyak berada di Pulau Jawa daripada di luar Pulau Jawa. Data berikut menunjukkan jumlah perguruan tinggi yang ada di Pulau Jawa.

Tabel 1. Jumlah Perguruan Tinggi di Pulau Jawa Tahun 2018

No	Provinsi	Universitas	Institut	Perguruan Tinggi	Akademi	Politeknik	Jumlah
1	Banten	20	4	103	29	8	164

2	DKI Jakarta	56	22	211	119	16	424
3	Jawa Barat	55	23	349	107	39	573
4	Jawa Tengah	49	13	165	106	35	368
5	D.I.Y	26	7	57	39	9	138
6	Jawa Timur	96	46	288	77	26	533
	Jumlah	302	115	1173	477	133	2200

Sumber : Kemristekdikti, 2018

Tabel 2. Jumlah Perguruan Tinggi di Kota Surakarta Tahun 2017 - 2018

No	Perguruan Tinggi	Jumlah	Jumlah Mahasiswa
1	Universitas	10	81.744
2	Institut	2	13.629
3	Sekolah Tinggi	11	8.475
4	Akademi	10	3.059
5	Politeknik	3	4.561
	Jumlah	36	110.962

Sumber : Kemristekdikti, 2018

Di Pulau Jawa, perguruan tinggi tersebar tidak menyeluruh. Perguruan tinggi biasanya terletak di kota-kota besar. Dengan demikian, kota-kota besar di Pulau Jawa terus masih menjadi tempat favorit bagi mahasiswa untuk melanjutkan studi mereka, salah satunya Kota Surakarta. Kota Surakarta dianggap sebagai kota kedua untuk pelajar setelah Yogyakarta. Hingga tahun 2018, ada 36 perguruan tinggi di Kota Surakarta, dengan 110.962 mahasiswa. Dari banyaknya perguruan tinggi yang terkenal di masyarakat karena kualitasnya yang baik seperti Universitas Muhammadiyah Surakarta untuk perguruan tinggi swasta, dan Universitas Sebelas Maret untuk perguruan tinggi negeri, yang keduanya merupakan perguruan tinggi yang paling diminati terutama bagi masyarakat di Kota Surakarta Thama, (2020).

Mahasiswa perantau di luar pulau Jawa akan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru mereka Oktaria et al., (2018). Gajdzik dan Hutapea dalam Khafifatun & Ratna, (2018) menyatakan bahwa mahasiswa dari seluruh dunia, baik

tingkat sarjana maupun pascasarjana, akan menghadapi berbagai masalah selama masa transisi ke perguruan tinggi.

Dengan permasalahan di atas diharapkan mahasiswa perantau mempunyai penyesuaian diri dengan baik agar mampu beradaptasi terhadap perubahan situasi dan lingkungan yang baru, mampu mengatasi masalah yang dialami, mampu menerima segala sesuatu yang dirasakannya dengan emosi yang positif. Namun kenyataannya masih banyak mahasiswa perantau penyesuaian dirinya masih rendah, masih terdapat kesulitan yang terjadi pada mahasiswa perantau diantaranya tuntutan akademik, masalah finansial, kesepian, konflik antar individu, kesulitan menerima perubahan, dan kesulitan menghadapi masalah dan perubahan untuk mengembangkan otonomi pribadi. Hal ini tentu saja menyebabkan berbagai tantangan dan tekanan, yang menuntut mereka untuk belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Hal ini adalah waktu yang sulit bagi mereka untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungannya.

Berkaitan dengan fenomena di atas sebagaimana hasil kuesioner yang telah peneliti lakukan sebagai data primer pada hari Kamis, 16 Februari 2023. Survey dilakukan dengan 37 mahasiswa/i UMS yang merupakan perantau dari berbagai daerah, seperti Cilegon, Banjarmasin, Pati, Ponorogo, Jogja, Malang, Magelang, Surabaya dan Madiun. Alasan mahasiswa merantau karena di perantauan terjadi perubahan kondisi maupun situasi yang dialami individu diantaranya ingin mengejar kampus yang diminati, ingin belajar mandiri, survive di lingkungan baru, perguruan tinggi di Jawa bagus, melatih mental dan belajar dunia baru. Beberapa mahasiswa juga merasakan *culture shock* atau gegar budaya seperti perbedaan budaya yang ada di lingkungan daerah masing-masing dengan budaya daerah rantau hingga makanan yang berbeda rasa serta warna. Cara mereka beradaptasi di kota perantauan ialah mulai membiasakan diri dan bersosialisasi secukupnya saja bahkan mereka masih mengalami *homesick* (rindu dengan kampung halaman). Pengakuan dari beberapa mahasiswa merasakan bahwa dikucilkan dari lingkungan kost seperti tidak mendapatkan perhatian dari teman kost ataupun teman di perkuliahan itu sendiri, bahkan terdapat mahasiswa yang beradaptasi dengan lingkungan barunya selama enam bulan lamanya. Dari data primer tersebut dapat

disimpulkan bahwa gambaran mahasiswa masih perlu mengelola emosi yang baik dan dukungan dari beberapa pihak terkait seperti teman sebaya serta kurangnya komunikasi dan hubungan interpersonal dengan baik.

Serta pada hasil survey awal menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa perantau mengalami penyesuaian diri yang masih rendah dan merasa kesulitan menyesuaikan diri baik di lingkungan kampus atau tempat tinggal di karenakan adanya perbedaan budaya dan bahasa yang akhirnya menjadi bingung dan kaget, *habbit* dan kebiasaan di lingkungan sosial mereka, terdapat mahasiswa kurang bisa memahami dirinya sendiri dan orang lain, kurang bisa berkomunikasi dengan teman-teman kost serta kurang bisa belajar dari lingkungan dan pengalaman sebelumnya. Oleh karena itu penyesuaian diri penting untuk diteliti karena apabila mahasiswa khususnya perantau memiliki penyesuaian diri yang baik maka mereka akan tampil lebih percaya diri, bisa diterima oleh lingkungan pergaulan sosialnya tanpa memberikan pengaruh bagi dirinya sendiri dan orang lain.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari, (2021) yang menjelaskan bahwa mahasiswa mengalami kesusahan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru karena hambatan komunikasi verbal dan nonverbal. Penelitian yang dilakukan oleh Mutiara et al, (2022) banyak mahasiswa menghadapi kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, komunitas baru, budaya berbeda, sistem pendidikan, serta teman-teman dari berbagai daerah lain yang tinggal di lingkungan sekitar atau kos.

Maka dari itu, penyesuaian diri sangat penting bagi mahasiswa yang tinggal di perantauan karena mereka akan dihadapkan pada perubahan pola lingkungan yang berbeda dari kebiasaan, norma, dan kebudayaan mereka sendiri. Adapun pengaruh negatif yang terjadi apabila individu tidak berhasil menyesuaikan diri dengan lingkungan antara lain kehilangan status masyarakat dimana individu tersebut tidak memiliki pekerjaan dan kedudukan apapun dan mengalami kesepian dan dijauhi oleh lingkungan. Oleh karena itu, penyesuaian diri yang baik diperlukan agar mereka dapat diterima oleh masyarakat sekitar mereka Hidayanti, (2021). Dampak / manfaat positif bagi diri sendiri terutama mahasiswa perantau yaitu agar menjadi lebih dewasa, memiliki lebih banyak pilihan terkait mata kuliah dan kegiatan yang

diikuti, memiliki lebih banyak waktu bersama teman-temannya, memiliki kesempatan untuk mencoba nilai dan gaya hidup. Mahasiswa dengan penyesuaian diri yang baik akan merasakan tekanan yang lebih sedikit sementara mahasiswa dengan penyesuaian diri yang buruk mengalami kesulitan dalam menjalankan kesehariannya. Penyesuaian diri menurut Schneiders, (2008) merupakan suatu proses yang melibatkan respons mental dan perilaku, dalam hal ini individu berupaya dengan baik untuk mengatasi rasa tegang, kebutuhan dan konflik/pertentangan yang datang dari dalam diri individu secara efektif dan menetapkan tingkat kesesuaian tertentu antara kebutuhan yang berasal dari dalam dirinya dan dunia luar yang objektif. Menurut E. B. Hurlock, (2011) penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk menerima diri sendiri, beradaptasi dengan kelompok dan lingkungan sekitarnya, serta menerima dan terlibat dalam aktivitas sosial di lingkungannya. Menurut Baker & Siryk dalam Rasyid & Chusairi, (2021) penyesuaian diri mencakup tanggapan mental dan tingkah laku yang memungkinkan seseorang untuk berusaha mengubah lingkungannya dengan cara memenuhi kebutuhannya untuk mengatasi tekanan, frustrasi dan konflik yang dialami dalam menemukan cara untuk menyeimbangkan antara kebutuhan diri selama kuliah di lingkungan kampus. Penyesuaian diri menurut Semiun, (2006) sebagai kemampuan untuk memenuhi kebutuhan, kemampuan untuk mengatasi konflik dan frustrasi, kemampuan untuk menjadi tenang secara mental dan jiwa, atau bahkan membangun simtom-simtom. Hal tersebut berarti bagaimana kita mempelajari cara berinteraksi dengan orang lain dan menangani berbagai tugas. Sementara itu Gerungan dalam Hidayanti, (2021) mengemukakan bahwa penyesuaian diri yang dipahami dengan perubahan kondisi lingkungan disebut penyesuaian diri *autoplastis* (dibentuk sendiri), dan perubahan lingkungan menurut kebutuhan dan kondisi sendiri disebut penyesuaian diri *allopastis* (lainnya).

Terdapat empat aspek penyesuaian diri yang disampaikan oleh Schneiders, (2008) yaitu *Adaptation* artinya kemampuan seseorang untuk beradaptasi. Hubungan yang baik dengan lingkungannya didefinisikan sebagai penyesuaian diri yang memuaskan, dalam hal ini, penyesuaian diri diartikan secara fisik, seperti membangun sesuatu untuk mencegah ketidaknyamanan akibat cuaca yang tidak

sesuai. Mereka yang mempunyai kemampuan menyesuaikan diri yang baik dapat menikmati hubungan yang memuaskan dengan lingkungan mereka. *Comformity* (kesesuaian / kecocokan) artinya Secara khusus dapat dikatakan bahwa Jika seseorang memiliki kriteria sosial dan hati nurani yang membuatnya merasa nyaman dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya, maka mereka memiliki kemampuan beradaptasi yang baik karena ada keselarasan antara tuntutan eksternal dan kemampuan internal mereka. *Mastery* (penguasaan) artinya Mereka yang mampu menyesuaikan diri yang memuaskan memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengatur respons diri mereka sehingga mereka dapat menyusun dan menanggapi masalah dengan baik *Individual variation* (Perbedaan Individu) yang mengacu pada perbedaan individu dalam perilaku dan tanggapan individu menghadapi masalah. Mereka yang mampu menyesuaikan diri adalah orang-orang yang mampu beradaptasi dan berhubungan dengan orang lain, memiliki kemampuan untuk beradaptasi, menguasai, dan tanggap terhadap tantangan. Selain itu menurut Raudatussalamah & Purnama, (2007) aspek-aspek penyesuaian diri yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.

Adapun faktor” yang mempengaruhi penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneider dalam Afifah et al., (2020) menemukan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri ialah kematangan emosi. Yusuf (dalam Sari, 2021) berpendapat bahwa individu yang telah mencapai kematangan emosi yang sehat akan menerima dirinya dengan baik, yang membuatnya mudah untuk menyesuaikan diri. Kemudian menurut Oktavi, (2019) faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah kondisi fisik, tumbuh kembang, faktor psikologis, faktor lingkungan terutama keluarga dan sekolah, faktor budaya.

Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri menurut Schneiders dalam Lusi, (2021) yaitu pertama, tidak adanya emosi yang berlebihan, yang menunjukkan bahwa seseorang memiliki kontrol atas emosi mereka saat menghadapi masalah dan dapat menangani masalah dengan tenang sehingga mereka dapat mengatasinya. Kedua, tidak adanya mekanisme psikologis *self defence mechanism* untuk melindungi diri sendiri, seperti proyeksi, kompensasi, dan rasionalisasi. Ketiga, tidak adanya perasaan frustrasi pribadi, yang ditunjukkan

dengan reaksi normal terhadap masalah dan tingkah laku yang efektif dalam mengatasi masalah. Keempat adalah kemampuan untuk mempertimbangkan dan mengarahkan diri sendiri (*self-direction*), yang didefinisikan sebagai kemampuan untuk melihat atau menghadapi masalah yang ada dengan pikiran yang normal dan rasional. Kelima adalah kemampuan untuk belajar, yang diukur melalui usaha positif yang terus-menerus yang dilakukan oleh seseorang untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi saat ini. Keenam, kemampuan untuk menggunakan pengalaman masa lalu sebagai cara untuk mengatasi masalah dengan mengingat hal-hal yang baik yang terjadi ketika mereka menghadapi masalah. Ketujuh, kemampuan untuk memiliki sikap realistis dan objektif sebagai cara untuk menerima kenyataan tanpa menimbulkan konflik baru, dan untuk melihat masalah secara objektif.

Menurut Fatimah, (2010) salah satu faktor penyesuaian diri adalah faktor perkembangan dan kematangan, dimana keadaan perkembangan dan kematangan mempengaruhi berbagai aspek kepribadian seseorang. Selain itu, menurut Aisyah, (2021) remaja yang mampu menyesuaikan diri akan menjadi mudah menyesuaikan diri dengan masyarakat yang lebih besar. Kemudian ada faktor lain yang dapat berpengaruh dalam penyesuaian diri yaitu kebugaran jasmani, kebugaran rohani, perkembangan dan kedewasaan, serta dukungan sosial Alnadi & Sari, (2021). Oleh karena itu, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang adalah dukungan sosial dari masyarakat dan orang-orang di sekitarnya.

Terkait dengan penjelasan dan permasalahan yang telah dijelaskan Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri yang kurang pada mahasiswa perantau adalah kematangan emosi. Penyesuaian diri terhadap tuntutan lingkungan dan masyarakat adalah salah satu masalah utama yang dihadapi remaja selama periode pertumbuhan dan perkembangan. Remaja adalah fase perkembangan di mana emosinya masih lemah, dan mereka mengalami tingkat ketegangan emosi yang tinggi, terutama karena menghadapi situasi baru dan tekanan sosial. Hal ini juga mengidentifikasi generasi muda dan lingkungan sosial di mana mereka perlu beradaptasi dengan baik. Laia & Daeli, (2022). Pengendalian emosi memerlukan kemampuan untuk mengarahkan emosi dasar yang kuat ke saluran yang mengarah



pada pencapaian tujuan, untuk kepuasan diri, dan penerimaan terhadap lingkungan. Fitri & Rinaldi, (2019). Kematangan emosi sendiri adalah kemampuan untuk menyatakan emosi secara konstruktif dan kreatif, toleransi, rasa nyaman, kontrol diri, dan perasaan untuk menerima diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, kematangan emosi memiliki fungsi penting dalam penyesuaian diri seseorang Yusuf & Sugandhi (dalam Arti, 2022). Setiap orang yang berjuang untuk menyesuaikan diri membutuhkan kematangan emosi yang cukup. Semakin matang emosinya, maka semakin mampu menyesuaikan dirinya Arti, & Daliman, (2022).

Kematangan Emosi menurut Hurlock, (2011), merupakan suatu keadaan atau perasaan yang konsisten di mana seseorang bereaksi terhadap masalah dengan cara yang mempertimbangkan sehingga keputusan atau tindakan dibuat dengan hati-hati serta tidak mudah untuk berpindah dari satu suasana hati ke suasana hati lainnya. Kemudian menurut Yusuf dalam Afifah et al., (2020) kematangan emosi merupakan kemampuan seseorang untuk menyatakan emosinya secara konstruktif & kreatif, mengontrol diri sendiri, merasa nyaman, dan menerima dirinya sendiri dan orang lain. Walgito, (2010) mengatakan bahwa kematangan emosi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk memecahkan masalah secara objektif. Kemampuan ini dipengaruhi oleh tingkat kematangan emosi seseorang. Seseorang yang memiliki kematangan emosi yang baik akan mampu menerima situasi, tidak egois, dapat mengendalikan dan mengekspresikan emosi mereka dengan baik, bersabar, serta memiliki tanggung jawab yang baik.

Terdapat tiga aspek kematangan emosi pada individu yang diungkapkan oleh E. B. Hurlock, (2011) antara lain kontrol diri juga dikenal sebagai pengendalian diri yaitu ketika seseorang menghindari mengungkapkan emosinya kepada orang lain dan hanya menunggu saat yang tepat untuk mengungkapkannya dengan cara yang mudah diterima. Konsep diri, juga dikenal sebagai pemahaman diri, dimana ketika seseorang memiliki reaksi emosional yang konsisten, tidak berubah dari satu emosi ke emosi lainnya, dan memiliki kemampuan untuk memahami apa yang mereka rasakan serta sumbernya. Keuntungan dari fungsi krisis mental adalah memungkinkan individu untuk menilai situasi terlebih dahulu dan memutuskan bagaimana bertindak dalam situasi tersebut sebelum bereaksi secara emosional.

Selain itu Katkovsky dan Gorlow, (dalam Rizqi, 2011) mengemukakan aspek-aspek kematangan emosi yaitu kemandirian, dimana individu bertanggung jawab atas pilihannya, dan mampu memilih sendiri. Orang yang matang secara emosional mampu beradaptasi, dapat menerima bahwa dirinya tidak selalu bisa akur dengan orang lain, bahwa mereka mempunyai kemampuan, keterampilan dan tingkat pendidikan yang berbeda, mampu menerima berbagai karakteristik orang, dan mampu untuk dihadapkan dengan situasi apapun. Kemampuan merespon dengan tepat menunjukkan bahwa orang yang matang emosinya akan peka terhadap kebutuhan emosi orang lain, baik yang diungkapkan maupun yang tidak. Orang yang sangat matang emosional menyadari bahwa sebagai makhluk sosial, mereka membutuhkan orang lain dapat menciptakan rasa aman. Individu yang memiliki kemampuan untuk berempati berarti mereka dapat menerima dan memahami bagaimana perasaan dan emosi orang lain. Orang yang dapat mengontrol emosinya dapat mengontrol amarahnya dengan mengetahui apa saja yang dapat membuatnya marah. Selain itu Susanto (2018) mengemukakan bahwa terdapat beberapa aspek kematangan emosi, yaitu Pemberian dan penerimaan cinta dimana seseorang dapat memberi dan menerima cinta dari orang lain dengan bersikap empati, mencintai dan menghargai dirinya sendiri dan orang lain, serta mampu bersahabat dengan orang lain. Pengendalian emosi dimana seseorang yang mampu menghadapi dan mengatasi masalah yang terjadi. ketika seseorang pernah mengalami pengalaman yang tidak baik maka orang tersebut akan merasa pengalaman yang dirasakannya dapat berguna untuk kehidupannya. Toleransi terhadap frustrasi dimana seseorang yang memiliki kematangan emosi yang baik, saat mengalami kegagalan atau hal buruk yang tidak diinginkan, maka orang tersebut mencari cara lain untuk menemukan penyelesaian / solusi. Mampu mengatasi ketegangan dimana seseorang mampu memahami kondisi dan situasi terhadap dirinya dengan tujuan untuk mendapatkan keinginannya sehingga mampu mengatasi ketegangan. Kemudian menurut Prakash (dalam Oktavianingsih & Fitroh, 2021) dimensi dari kematangan emosi antara lain: stabilitas emosi, penyesuaian sosial, kemajuan emosional, kemandirian, kasih sayang, realistis, dan integrasi kepribadian.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi menurut Hurlock dalam Putri, (2020) adalah pertama deskripsi situasi yang dapat menyebabkan emosi bergejolak, kedua berbicara tentang masalah pribadi dengan orang lain, ketiga lingkungan sosial yang dapat memberikan rasa aman serta nyaman dan keterbukaan dalam hubungan sosial, dan keempat belajar cara mengungkapkan emosi dengan menggunakan katarsis emosional. Selain itu menurut Muhammad Ali dan Asrori (dalam Fitri & Adelya, 2017) faktor yang berpengaruh kematangan emosi remaja, yaitu pertama perubahan fisik, yang ditunjukkan dengan pertumbuhan anggota tubuh yang sangat cepat. Pertumbuhan awal ini hanya terbatas pada beberapa bagian tubuh, yang menyebabkan ketidakseimbangan postur, Hal ini diyakini dapat mempengaruhi perkembangan emosional remaja. Tidak semua remaja menerima perubahan fisik tersebut, yang dapat menimbulkan masalah gairah di dalam tubuh dan masalah perkembangan emosi. Kedua perubahan pola interaksi orang tua dengan remaja sangat berbeda, termasuk mendidik secara otoriter, memanjakan, acuh tak acuh, atau dengan penuh kasih sayang. Perbedaan dalam cara orang tua mengasuh anak seperti ini dapat berdampak pada perbedaan perkembangan emosi remaja. Selain itu, remaja sering mengalami perubahan dalam cara mereka berinteraksi dengan teman sebayanya, seperti berkumpul untuk berpartisipasi dalam kegiatan bersama dan membentuk *circle*, serta mengalami perubahan perspektif luar. Hal ini termasuk dimensi penting yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja selain perubahan yang mereka alami sendiri.

Selain kematangan emosi, terdapat faktor lain yang dapat berpengaruh dalam penyesuaian diri yaitu kebugaran jasmani, kebugaran rohani, perkembangan dan kedewasaan, serta dukungan sosial Alnadi & Sari, (2021). Dukungan sosial adalah suatu pemberian, perlindungan, pertolongan yang diberikan kepada orang yang disayangi dan menghormati satu sama lain. Dengan dukungan sosial, mahasiswa perantau tersebut merasa nyaman dan aman dan dapat berbaur dengan lingkungan barunya. Oleh karena itu, penyesuaian mahasiswa perantau tersebut sangat berdampak. Mahasiswa perantau di tempat ini membutuhkan perasaan menerima orang baru di rumahnya. Di sini, dukungan yang sangat signifikan dan luar biasa adalah dukungan dari teman-temannya, karena bagaimanapun juga mereka

menghabiskan sebagian besar hidup mereka sebagai mahasiswa dengan teman-temannya (Alnadi & Sari, 2021).

Dukungan sosial adalah suatu bentuk dukungan yang dibagikan oleh orang lain yang memungkinkan individu merasa dicintai, dihargai, dan mampu membantu dirinya di masa depan Sarafino & Smith, (2011). Kemudian menurut Smet dalam Afifah et al., n.d., (2020) dukungan sosial merupakan sumber eksternal yang membantu individu dalam mengatasi atau menghadapi masalah. Di saat seseorang didukung oleh lingkungan maka semuanya akan terasa lebih mudah. Semuanya akan terasa lebih mudah ketika seseorang didukung oleh lingkungannya. Dukungan sosial menunjukkan bahwa hubungan melindungi seseorang dari efek negatif dari *stress* Afifah et al., (2020).

Adapun empat dimensi dalam dukungan sosial, menurut Sarafino & Smith, (2011) antara lain Dukungan instrumental, yang diberikan secara langsung kepada individu sehingga mereka merasakan dampaknya, seperti bantuan tunai atau non-tunai untuk memecahkan atau mengelola masalah dengan solusi terbaik atau untuk membuat orang merasa dicintai dan nyaman. Dukungan informasi adalah bentuk dukungan yang disampaikan dalam bentuk pemberian saran, petunjuk, ataupun nasihat. Dukungan emosional mencakup bantuan berupa empati, kasih sayang, perhatian positif, dan motivasi untuk membuat orang merasa dicintai dan nyaman. Dukungan persahabatan, dorongan untuk menghabiskan waktu bersama, melakukan suatu hal bersama, dan memiliki minat dan aktivitas yang sama, serta *kompatibilitas* yang menguntungkan. Menurut Sarason (dalam Putra & Mutaqqin, 2020) mengungkapkan bahwa dukungan sosial mencakup dua aspek, antara lain pertama jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia (kuantitas) yang dimana bahwa terdapat beberapa orang yang dapat dipercaya ketika seseorang membutuhkan bantuan. Kedua tingkat kepuasan akan dukungan sosial yang diterima, berkaitan dengan sumber dukungan sosial yang tersedia bahwa kebutuhannya akan terpenuhi.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial menurut Sarafino, (2011) adalah pertama penerima dukungan (*Recipients*), beberapa orang tidak terlalu *assertive* untuk meminta bantuan pada orang lain karena mereka percaya

bahwa mereka harus mandiri, tidak boleh membebani orang lain, dan tidak membiarkan orang lain mengerti ketika dia memerlukan bantuan. Mereka juga tidak mungkin menerima dukungan sosial jika orang-orang tidak ramah dan tidak pernah menolong orang lain. Kedua penyedia dukungan (*Providers*), Seseorang yang memberikan dukungan mungkin tidak memiliki apa yang dibutuhkan orang lain dan mungkin mengalami stres karena tidak mempertimbangkan atau tidak menyadari kebutuhan orang lain. Ketiga komponen terdiri dari struktur dan komposisi jaringan sosial, serta hubungan individu dengan anggota keluarga dan lingkungannya. Hubungan ini dapat bervariasi dalam ukurannya, yaitu jumlah orang yang berhubungan dengan individu tersebut. Frekuensi hubungan, dimana seberapa sering orang bertemu dengan yang lain, komposisi, yaitu apakah orang tersebut teman, rekan kerja, atau keluarga, dan intimitas berupa kedekatan hubungan dan kepercayaan satu sama lain yang dibutuhkan oleh orang lain, dapat menyebabkan stres sehingga orang tidak mempertimbangkan atau tidak menyadari kebutuhan orang lain. Selain itu menurut Afifah et al., n.d. (2020) faktor eksternal dari penyesuaian sosial, yaitu berupa dukungan sosial.

Hasil dari penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Shafira, (2015) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka akan semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahmawati, (2017) pada remaja penyandang cacat tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta menunjukkan hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Laia & Daeli, (2022) menyatakan bahwa kematangan emosional siswa dengan penyesuaian diri siswa memiliki hubungan yang signifikan. Hubungan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri telah menjadi pokok bahasan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Kumalasari & Ahyani, (2020) menunjukkan hasil korelasi positif yang berarti adanya hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh

H. Rufaida & Kustanti, (2018) yang menerangkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. Hasil penelitian tersebut sesuai faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah kematangan emosi, Fatimah, (2010) menyatakan bahwa perkembangan dan kematangan adalah komponen internal yang memengaruhi penyesuaian diri seseorang. Perkembangan menyebabkan perkembangan keadaan emosional, sosial, dan intelektual, yang berdampak pada kemampuan penyesuaian diri seseorang setelah enam bulan pertama beradaptasi dengan lingkungan atau situasi baru. Proses perkembangan ini menunjukkan bahwa respons-respon yang ada dalam seseorang semakin matang seiring dengan perkembangan. Menurut Nuraini, (2021) yaitu dukungan sosial tergolong faktor eksternal dari penyesuaian diri yang memengaruhi kesuksesan mahasiswa ketika melaksanakan penyesuaian di lingkungan yang berbeda.

Pada penelitian terdahulu, sudah cukup banyak yang mengkaji tentang kematangan emosi atau dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Namun, saat ini masih jarang yang mengkaitkan secara bersama sama antara variabel kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Maka dari itu penelitian ini membahas mengenai hubungan antara variabel kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Alasan menggunakan subjek mahasiswa perantau karena di perantauan terjadi perubahan kondisi maupun situasi yang dialami individu.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Hurlock dalam Fauzia et al., (2021) menyatakan bahwa mahasiswa perantauan juga memerlukan penyesuaian baru untuk mencapai tujuan pola sosialisasi peralihan menuju dewasa. Pertama, peran orang tua yang tidak selalu berada disampingnya. Kedua, mengubah sistem pertemanan dan berkomunikasi dengan teman baru. Ketiga, mengubah kebiasaan sosial tempat tinggal. Terakhir, model belajar yang mungkin agak susah diikuti. Maka dari itu, alasan mengapa kondisi pola hidup mahasiswa yang merantau berubah karena membutuhkan usaha yang lebih besar, alasannya agar mahasiswa dapat mandiri dalam mengatasi perubahan lingkungan perantauan. Selain itu mahasiswa perantau tersebut juga mengalami permasalahan seperti *culture shock*

(gegar budaya) dimana individu merasakan adanya perbedaan budaya yang ada dari lingkungan asal dan lingkungan perantauan seperti perbedaan segi bahasa dan budaya, pergaulan, makanan, serta perbedaan adab beradab. Maka dari itu hal tersebut menjadi alasan dalam pemilihan subjek mahasiswa perantau menjadi subjek karena pada penelitian sebelumnya, banyak yang membahas mengenai penyesuaian diri pada remaja, siswa, mahasiswa baru, serta mahasiswa umum.

Berdasarkan pemaparan diatas maka rumusan masalah adalah (1) Apakah ada hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan Penyesuaian diri mahasiswa yang merantau?, (2) Apakah ada hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri mahasiswa yang merantau?, (3) Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa yang merantau?

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) untuk menguji hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau; (2) untuk menguji hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau; dan (3) untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada mahasiswa yang merantau.

Berdasarkan teori yang telah dipaparkan diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: (a) Ada hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. (b) Ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. (c) Ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang membutuhkan, manfaat teoritis dan praktis merupakan dua keunggulan dari penelitian ini. Dalam manfaat teoritis, penelitian ini diharapkan untuk memajukan ilmu psikologi dibidang sosial dan psikologi perkembangan dengan menunjukkan pentingnya hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Manfaat praktis termasuk perluasan pengetahuan psikologis di kalangan mahasiswa, terutama dalam kaitannya dengan kematangan emosi dan dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada

mahasiswa perantau. Temuan penelitian ini dapat berfungsi sebagai titik awal untuk penelitian- penelitian selanjtnya, khususnya dalam bidang ilmu-ilmu sosial.