

# **HUBUNGAN EFIKASI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA RANTAU FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**Shafira Fadilah, Achmad Dwityanto Oktaviansyah**

**Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta**

## **Abstrak**

Mahasiswa rantau adalah pelajar yang menuntut ilmu di perguruan tinggi diluar dari daerah asalnya dan tinggal beberapa waktu di daerah lain. Mahasiswa rantau harus melakukan penyesuaian diri di daerah yang akan menjadi tempat rantau mahasiswa tersebut. Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa yaitu efikasi diri dan dukungan sosial. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode statistik Teknik regresi linear berganda. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau Fakultas Psikologi dengan kriteria Mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Surakarta Angkatan 2019, 2020, 2021 dan 2022 yang berasal dari luar Karesidenan Surakarta. Pengambilan sampel menggunakan Teknik Purposive sampling dengan jumlah sampel yang digunakan adalah 150 mahasiswa. Teknik analisis dalam penelitian ini yaitu regresi linear berganda menggunakan IBM Statistic SPSS 25. Untuk mendapatkan data, peneliti menggunakan 3 skala yaitu skala efikasi diri, efikasi dukungan sosial dan penyesuaian diri. Hasil penelitian yang diperoleh terdapat hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nilai  $R=0,941$  dan nilai sig (0,000). Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dengan nilai  $r=0,682$  dan nilai sig(0,000). Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dengan nilai  $r=0,931$  dan nilai sig(0,000).

**Kata kunci:** dukungan social, efikasi diri, penyesuaian diri

## **Abstract**

Overseas students are students who study at tertiary institutions outside their area of origin and live for some time in other areas. Overseas students must make adjustments to the area where they will be overseas. Factors that influence student self-adjustment are self-efficacy and social support. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and social support with self-adjustment in overseas students of the Faculty of Psychology, University of Muhammadiyah Surakarta. This study uses a quantitative approach using statistical methods multiple linear regression techniques. The population in this study were overseas students of the Faculty of Psychology with the criteria of active students at the Surakarta Muhammadiyah University Classes of 2019, 2020, 2021 and 2022 coming from outside the Surakarta Residency. Sampling used purposive sampling technique with the number of samples used were 150 students. The analysis technique in this study was multiple linear regression using IBM SPSS 25 Statistics. To obtain data, researchers used 3 scales, namely self-efficacy, social support efficacy and self-adjustment. The research results obtained showed that there was a very significant relationship between self-efficacy and social support with the self-adjustment of overseas students at the Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Surakarta with an  $R$  value = 0.941 and a sig value (0.000). There is a very significant positive relationship between efficacy and self-adjustment in overseas students with a value of  $r = 0.682$  and a sig value (0.000). There is a very significant positive relationship between self-social support and self-adjustment in overseas students with a value of  $r = 0.931$  and a sig (0.000)

value.

**Keywords:** self-adjustment, self-efficacy, social support

## 1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah seorang calon sarjana yang terlibat dengan perguruan tinggi. Mereka di didik dan diharapkan kedepannya mampu untuk menjadi calon-calon yang memiliki sikap intelektual dan adaptatif (Anggreani & Ramadhani, 2021) Mahasiswa rantau adalah pelajar yang menuntut ilmu di perguruan tinggi diluar dari daerah asalnya dan tinggal beberapa waktu di daerah lain. Menurut data dari Kementerian Riset dan Teknologi Republik Indonesia dari total 8.043.480 mahasiswa yang menyebar diseluruh Indonesia dan pulau Jawa meduduki urutan pertama mahasiswa terbanyak (Kementrian Riset, 2018). Harapanya mahasiswa rantau memiliki penyesuain diri yang tinggi namun pada kenyataanya mahasiswa rantau memiliki penyesuain diri yang rendah hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mutiara et al., 2021) pada mahasiswa perantau yang menghasilkan 55% mahasiswa memiliki penyesuaian diri rendah, kemudian terdapat penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Anggreani & Ramadhani, 2021) di Fakultas FISIPOL Universitas Mulawarman menghasilkan sebanyak 68% mahasiswa tergolong di kategori rendah dalam hal penyesuaian diri sosial, lalu dari penelitian yang dilakukan oleh (Manery et al., 2023) pada Mahasiswa Perantau di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon yang menghasilkan (60%) Mahasiswa Perantau mempunyai penyesuaian diri rendah.

Mahasiswa rantau harus bisa memahami tentang cara menyesuaikan diri dengan lingkungan di tanah perantauannya agar terhindarkan dari rasa kecemasan dan kesepian serta bisa mendapat beragam kemudahan ke depannya (Hutabarat, 2021). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Wijaya, 2015) ketika individu bisa menyesuaikan diri di lingkungan baru nanti akan berdampak pada kecakapan dalam berkomunikasi yang bagus, bisa hidup walaupun jauh dari orang tua, memperoleh pertemanan yang sehat, mudah berbaur dengan orang sekitar.

Penyesuaian diri Menurut (Haber & Runyon, 1994) penyesuaian diri adalah proses yang terus berlangsung dalam situasi kehidupan yang selalu berubah. Individu dapat mengubah tujuan dalam hidupnya seiring dengan perubahan yang terjadi dilingkungannya. Suatu proses seberapa baik individu mampu menghadapi situasi serta kondisi yang selalu berubah, dimana individu merasa sesuai dengan lingkungan dan merasa mendapatkan kepuasan dalam kebutuhannya. Menurut (Fahmy, 1982) penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Ketika individu telah mencapai hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dengan lingkungannya, maka individu tersebut akan mampu membuat hubungan-

hubungan yang menyenangkan dengan lingkungannya. Usaha tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan. (Kartono, 2008) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis. Maka dari itu penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu agar dari perubahan tingkah laku tersebut dapat terjadi hubungan yang lebih sesuai antara individu dan lingkungannya. Terdapat lima aspek penyesuaian diri Menurut (Haber & Runyon, 1994) penyesuaian diri, yaitu: 1. Ketepatan persepsi terhadap realitas yaitu individu seringkali berhati-hati dalam mengatur tujuannya, sehingga individu mampu menentukan tujuan yang sesuai dengan kemampuannya, serta mengharapakan individu dapat membuat penilaian terhadap konsekuensi pada masing-masing tindakan dan yang paling penting adalah kemampuan untuk mengenai konsekuensi atas tindakannya dan untuk menuntun perilaku individu yang sesuai, 2. Kemampuan mengatasi stress dan kecemasan yaitu individu mempunyai pengalaman dan kemampuan untuk mengatasi stress dan kecemasan. Untuk mengukur penyesuaian diri adalah bagaimana individu mengatasinya dengan mengatur kembali persoalan dan konflik, 3. Gambaran diri yang positif yaitu gambaran diri yang positif berkaitan dengan penilaian individu tentang dirinya sendiri. Individu mempunyai gambaran diri yang positif dapat dilihat melalui penilaian pribadi maupun penialain orang lain, 4. Kemampuan mengekspresikan perasaan yaitu jika individu dapat mengekspresikan perasaannya, individu dapat memiliki ekspresi emosi dan kontrol emosi yang baik, 5. Hubungan interpersonal yang baik yaitu sebagai makhluk sosial, individu emiliki hubungan interpersonal yang baik. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik dapat membentuk hubungan sosial dengan cara yang berkualitas dan bermanfaat. Schneiders juga menyebutkan bahwa kondisi psikologis merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri. Kondisi psikologis meliputi keadaan mental individu yang sehat, individu yang memiliki mental yang sehat mampu melakukan pengaturan terhadap dirinya sendiri dalam perilakunya secara efektif. Menurut (Bandura dalam Smet, 1994) untuk mengatur perilaku akan dibentuk atau tidak, individu tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang keuntungan dan kerugian, tetapi juga mempertimbangkan sampai sejauh mana individu mampu mengatur perilaku tersebut, kemampuan ini disebut dengan efikasi diri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Credé & Niehorster, 2012), salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah self efficacy. Hasil penelitian tersebut yang menunjukkan bahwa penyesuaian diri mempunyai

hubungan yang positif terhadap self efficacy dan hubungan yang dihasilkan berdasarkan penelitian tersebut tergolong dalam kategori kuat. Maka dari itu peran dan dukungan dari orang lain dalam penyesuaian diri ini sangat diperlukan, dukungan ini biasa disebut dukungan sosial, (Schneiders, 1964).

Menurut (Bandura, 1997), efikasi diri adalah keyakinan akan kemampuan diri seseorang dalam mengorganisasikan dan melakukan serangkaian tindakan yang sesuai untuk mencapai suatu hasil yang diharapkan. Keyakinan tersebut merupakan rasa percaya terhadap kemampuan diri sehingga mampu mendorong seseorang untuk meraih segala sesuatu yang diinginkannya. Efikasi diri mempengaruhi setiap usaha dan perilaku individu dengan keyakinan atas kemampuan dirinya untuk dapat mempengaruhi keadaan di sekitarnya, hal ini sangat mempengaruhi kekuatan yang dimiliki individu untuk menghadapi tugas yang kompeten dan mengambil keputusan dengan baik (Sivrikaya, 2019). Dengan demikian efikasi diri dapat diartikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengerjakan tugas, untuk mengatur aktivitas belajarnya sendiri maupun orang lain aspek efikasi diri menurut (Bandura, 1997) terdiri dari 1) level, 2) generality, dan 3) strength. Mahasiswa yang memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan yang dimiliki akan lebih gigih berusaha dan tidak mudah menyerah meskipun menghadapi berbagai kesulitan dan rintangan. Faktor efikasi diri yaitu antara lain: a) Pengalaman keberhasilan pengalaman ini dapat membuat individu berubah, pada pengalaman keberhasilan dapat menaikkan efikasi diri individu sedangkan pengalaman kegagalan akan menurunkan efikasi diri individu. b) Pengalaman orang lain pengalaman orang lain ini juga berperan dalam sudut pandang individu terhadap suatu tugas pengalaman keberhasilan orang lain akan meningkatkan kemampuan yang sebanding untuk dapat menyelesaikan tugas tetapi jika pengalaman orang lain tentang kegagalan maka akan menyebabkan suatu individu menurunkan kemampuan diri individu. c) Faktor persuasif verbal faktor ini mengarahkan individu dengan nasihat dan kata kata sehingga dapat meningkatkan kemampuan individu. d) Kondisi fisiologis adalah suatu ketegangan fisik yang dialami individu yang akan melemahkan kinerja individu dalam melakukan suatu tugas menurut (Bandura dalam Debora, 2020). Di sisi lain, salah satu faktor yang dapat membantu pelajar dalam mengatasi masalah yang berhubungan dengan kehidupan kuliah adalah dukungan sosial (Lepore dalam Taylor & Peplau, 2000). Hasil penelitian (Rufaida & Kustanti, 2018) menyebutkan bahwa dukungan sosial teman sebaya rendah akan menyebabkan penyesuaian diri nya juga akan rendah. Pada umumnya penyesuaian diri juga akan mengkaitkan seseorang dengan keadaan lingkungan sekitarnya, penyesuaian diri berkaitan dengan tingkah laku dan mental sehingga membuat

individu akan berupaya menangani semua kebutuhannya mulai dari tekanan, frustrasi, dan permasalahan batin serta menyeimbangkan tuntutan yang diberikan kepada individu oleh dunia yang menjadi tempat tinggalnya. Dalam penelitian yang dilakukan (Saniskoro & Akmal, 2017), menguraikan hasil penelitiannya bahwa penyesuaian diri berpengaruh dalam proses menurunkan tingkat stres akademik mahasiswa yang menunjukkan bahwa pelajar akan bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan, maka secara tidak langsung akan menurunkan stres akademik yang dialami pelajar.

Hal ini sejalan dengan pendapat (Effendi & Tjahjono, 1999) menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam memelihara keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan sehingga menimbulkan pengaruh positif yang dapat mengurangi goncangan psikologis. (Zimet et al., 1988) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan keyakinan individu mengenai ketersediaannya dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang terdekat, yang termasuk di dalamnya adalah keluarga, teman, atau orang-orang di sekitarnya sewaktu individu membutuhkan. Sejalan dengan pendapat tersebut (Bukhori et al., 2017) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu hubungan interpersonal di mana orang-orang terdekat memberikan bantuan kepada individu. Dukungan sosial menurut (House dan Khan dalam Apollo & Cahyadi, 2012) adalah tindakan yang bersifat membantu yang melibatkan emosi, pemberian informasi, dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya. Sedangkan menurut (Sarafino, 1997), dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok. (Sarafino & Timothy, 2011), mengungkapkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai, dihargai, serta dianggap sebagai bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga dan organisasi kemasyarakatan. Dalam penelitian (Saputri & Sugiharto, 2020) dijelaskan dukungan sosial dapat berasal dari beberapa pihak seperti dukungan keluarga yang dapat berupa solusi penyelesaian masalah, bantuan dalam bentuk tenaga dan waktu, serta ungkapan positif untuk memotivasi, terdapat pula dukungan teman yang berupa pertolongan dalam menghadapi kesukaran, selain itu terdapat dukungan orang-orang terdekat seperti teman dekat, tenaga pendidik, dan orang tersayang. Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan sebuah bantuan yang dikeluarkan oleh seseorang yang memiliki kedekatan dengan individu yang membutuhkan sehingga mampu menimbulkan efek yang positif bagi penerimanya. (Zimet et al., 1988) mengemukakan ada tiga aspek dukungan sosial yaitu 1) Keluarga 2) teman dan 3) significant other. Dukungan sosial memiliki faktor yang dijelaskan oleh (Myers dalam Irdyandiwa et al., 2019), ada tiga faktor yang mempengaruhi dukungan sosial: rasa empati, norma dan nilai sosial yang hanya di

dapatkan pada orang-orang terdekat seperti keluarga, teman, rekan kerja dan guru.

Penelitian penting dilakukan untuk dilakukan karena masih banyaknya mahasiswa rantau yang memiliki penyesuaian diri yang rendah hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anggreani & Ramadhani, 2021; Manery et al., 2023; Mutiara et al., 2021) dari pemaparan diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau”. Perbedaan dengan penelitian terdahulu jarangya penelitian yang bersama-sama membahas (X1) Efikasi Diri dan (X2) Dukungan sosial, terhadap (Y) Penyesuaian diri,perbedaan lainya dari populasi, subjek, dan lokasi penelitian. Penelitian peneliti hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pratama & Partini, 2023) dengan judul “Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri Mts Pondok Pesantren Pabelan Magelang”, namun terdapat perbedaan pada responden dan lokasi penelitian, pada penelitian ini responden merupakan Santri Mts Pondok Pesantren Pabelan dan Lokasi penelitian berada di Magelang, sedangkan dari penelitian peneliti respondennya merupakan mahasiswa rantau Psikologi UMS dengan lokasi penelitian di Surakarta. Lalu penelitian yang dilakukan oleh (Alnadi et al., 2021) dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah”, namun terdapat perbedaan pada variabel independent dan subjek yang diteliti, pada penelitian ini menggunakan variabel independent Dukungan Sosial dan subjeknya Mahasiswa Sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah, sedangkan dari penelitian peneliti menggunakan dua variabel Independent yaitu Efikasi Diri dan Dukungan Sosial, yang subjek sarannya merupakan mahasiswa rantau Psikologi UMS dengan lokasi penelitian di Surakarta. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Nely & Setiowati, 2021) dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Di Pondok Tahfidzul Qur’an Di Kecamatan Sirampog Kab. Bumiayu”, namun terdapat perbedaan pada variabel independent dan subjek yang diteliti, pada penelitian ini menggunakan variabel independent Efikasi Diri dan subjeknya Santri Baru Di Pondok Tahfidzul Qur’an, sedangkan dari penelitian peneliti menggunakan dua variabel Independent yaitu Efikasi Diri dan Dukungan Sosial, yang subjek sarannya merupakan mahasiswa rantau Psikologi UMS dengan lokasi penelitian di Surakarta.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka dapat diambil rumusan masalah yaitu: Apakah efikasi diri dan dukungan sosial memiliki hubungan terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau, adakah hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau, dan adakah hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau. Tujuan penelitian ini untuk menguji adanya hubungan efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau, menguji adanya hubungan

efikasi diri dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau, dan menguji adanya hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau.

Pengajuan hipotesis dari peneliti yaitu, (1) terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau, (2) terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau, (3) terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau.

Manfaat teoritis penelitian ini yaitu agar dapat memberikan informasi ilmiah yang dapat digunakan sebagai sumber untuk penelitian selanjutnya dan dapat memberikan kontribusi berupa acuan bagi mahasiswa perantauan yang menghadapi kesulitan dalam penyesuaian diri, kemudian manfaat praktis penelitian ini yaitu agar mahasiswa perantauan dapat meningkatkan efikasi diri sehingga mampu melakukan penyesuaian diri, dan untuk lingkungan di sekitar mahasiswa agar saling memberi dukungan sosial antara satu dengan yang lain.

## **2. METODE**

Metode penelitian merupakan metode ilmiah yang berguna untuk memperoleh informasi atau data sesuai fakta dan tujuan tertentu (Hardani, Aulia, et al., 2020). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional yang merupakan penelitian dengan metode statistik dalam mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih (Creswell, 2014). Populasi dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjumlah 666 orang menurut data yang diambil dari pihak Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sampel yang digunakan sebanyak 87 mahasiswa. Teknik sampling dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik tersebut merupakan teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono, 2012). Kriteria dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Surakarta Angkatan 2019, 2020, dan 2021 yang berasal dari luar Karesidenan Surakarta. Metode pengumpulan yang digunakan mengumpulkan data didapat dengan angket.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan analisis regresi berganda, ditemukan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai korelasi (R) adalah 0,941 dengan nilai sig (1-tailed) sebesar 0,000 ( $P < 0,01$ ) maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang sangat signifikan. Dengan demikian penelitian hipotesis mayor pada penelitian ini diterima. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Nuraini Azizah 2021 yaitu bahwa antara variabel efikasi diri dan dukungan sosial dengan

penyesuaian diri pada mahasiswa baru memiliki hubungan yang sangat signifikan. Hasil penelitian ini juga memberikan sumbangan efektif sebesar 0.381 yang artinya, kontribusi dari efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri sebesar 38,1%. Hal tersebut karena Penyesuaian diri menjadi salah satu faktor yang penting saat individu memasuki lingkungan baru seperti lingkungan perguruan tinggi yang tentunya berbeda. Selain itu juga sejalan dengan penelitian Maimunah (2020) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja yakni dukungan dari lingkungan. Dukungan sosial yang diterima remaja dari lingkungan, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat remaja menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh orang lain. Jika individu diterima dan dihargai secara positif, maka individu tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri. Sehingga remaja mampu hidup mandiri ditengah masyarakat luas secara harmonis. Selain itu faktor yang memberikan pengaruh pada penyesuaian diri lainnya yaitu efikasi diri. Kondisi psikologis yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras terhadap tuntutan dari dalam diri individu maupun tuntutan dari lingkungan luar.

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau diperoleh dari hasil korelasi ( $r=0,682$  dengan sig (1-tailed) sebesar 0,000 ( $p \leq 0,01$ ) artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau, dengan ini hipotesis minor variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri diterima. Hal tersebut sejalan dengan Maulana (2021) didapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan efikasi diri dan penyesuaian diri memiliki pengaruh sebesar 18.1% dan 81.9% . berdasarkan hal tersebut maka semakin baik efikasi diri, semakin baik juga penyesuaian diri mahasiswa rantau. Selain itu sejalan dengan penelitian menurut Pasaribu (2022) menunjukkan yaitu terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dapat diterima. Nilai koefisien korelasi positif menunjukkan arah hubungan kedua variabel adalah positif, artinya semakin baik efikasi diri maka semakin baik pula penyesuaian diri mahasiswa. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 33,1% kepada penyesuaian diri dan selebihnya 66,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti motif persepsi, sikap, intelegensi dan faktor eksternal lainnya. mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dilingkungan perkuliahan dengan baik akan mengetahui seberapa besar potensi yang dimiliki, mampu mengontrol emosi, membangun hubungan yang baik dengan orang lain.

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau diperoleh dari hasil korelasi ( $r=0,931$  dengan sig (1-tailed) sebesar



0,000 ( $p=0,01$ ) artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau, dengan ini hipotesis minor variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri diterima. Hal tersebut sejalan dengan penelitian menurut Rasyid (2021) terdapat signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri ( $r = 0,486$ ;  $p = 0,000$ ). Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dan penyesuaian diri memiliki hubungan yang positif sebesar 23,6% ( $r = 0,486$ ). Artinya apabila dukungan sosial mengalami peningkatan, maka penyesuaian diri juga akan meningkat. Selain itu sejalan dengan penelitian menurut Alnadi (2021) yaitu terdapat hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Hal tersebut diperoleh berdasarkan hasil nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Dengan nilai koefisien regresi sebesar 0,969 dan nilai  $R^2$  sebesar 0,558 sama dengan 55,8%. Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial tinggi maka penyesuaian diri akan tinggi pula.

Penelitian ini menunjukkan hasil sumbangan efektif sebesar 88,5% dengan variabel efikasi diri sebesar 11,9% sedangkan dukungan sosial sebesar 76,6%. Pada aspek efikasi diri strength merupakan aspek penyumbang terbesar. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizky fadhila & Appulembang Y.A, (2021) dengan demikian dapat dikatakan bahwa salah satu aspek yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah strength. kemudian pada aspek dukungan sosial dukungan persahabatan merupakan aspek penyumbang terbesar pada variabel dukungan sosial. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Novia,dkk (2021) dengan demikian dapat dikatakan bahwa salah satu aspek yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah dukungan persahabatan.

Pada hasil penelitian ini menunjukkan variabel efikasi diri memiliki RE yaitu 48,62 % dan RH sebesar 35% .Maka dijelaskan  $RE > RH$  yang berarti efikasi diri mahasiswa mayoritas berkategori rendah. Pada variabel dukungan sosial mendapatkan nilai RE yaitu 86,62 % dan RH yaitu 65%. Maka dijelaskan  $RE > RH$  yang berarti dukungan sosial mahasiswa mayoritas berkategori tinggi. Pada variabel penyesuaian diri mendapatkan nilai RE yaitu 56,69 % dan RH yaitu 42,5%. Maka dijelaskan bahwa  $RE > RH$  yang berarti penyesuaian diri mahasiswa mayoritas berkategori sedang.

#### **4. PENUTUP**

Kesimpulan dari hasil penelitian ini, bahwa hipotesis mayor dan hipotesis minor dalam penelitian ini diterima, hipotesis mayor peneliti yaitu adanya hubungan antara Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada mahasiswa, lalu, hipotesis minor

pertama yaitu adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa, kemudian yang terakhir hipotesis minor kedua, adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa.

Berdasarkan analisis data bahwa sumbangan efektif Efikasi Diri dan Dukungan Sosial berkorelasi dengan Penyesuaian Diri sebesar 88,5%, dengan rincian variabel Efikasi Diri (X1) memberikan sumbangan sebesar 11,9% yang dijabarkan pada aspek *level* berperan sebesar 13,2%, aspek *generality* berperan sebesar 3,8%, aspek *strength* berperan sebesar 32,6% dan variabel Dukungan Sosial (X2) memberikan sumbangan sebesar 76,6% yang dijabarkan pada aspek dukungan emosional berperan sebesar 22,03%, aspek dukungan instrumental berperan sebesar 10,6%, aspek dukungan informasional berperan sebesar 15,4% dan aspek dukungan persahabatan berperan sebesar 31,7%. Dalam penelitian ini bisa diambil kesimpulan bahwasanya variabel Efikasi Diri pada aspek *strength* mempunyai hubungan lebih besar dari aspek Efikasi Diri lainnya dengan variabel Penyesuaian Diri. Lalu pada variabel Dukungan Sosial pada aspek dukungan emosional mempunyai hubungan yang lebih besar daripada aspek dukungan sosial yang lain dengan variabel Penyesuaian diri.

Saran untuk mahasiswa psikologi yang terkhususkan untuk mahasiswa yang sedang merantau agar mampu menyesuaikan diri terhadap sekitar dengan meningkat efikasi diri terutama pada aspek *strength* yaitu dengan cara selalu memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimiliki pada dirinya, Ketika kita sebagai mahasiswa Rantau memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimiliki pada diri mahasiswa maka mampu meningkatkan penyesuaian diri pada mahasiswa terutama pada mahasiswa Rantau. Selain efikasi diri mahasiswa dapat meningkatkan penyesuaian diri dengan cara mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang sekitar, terutama pada aspek emosional dengan cara kita selalu memberikan kenyamanan pada sekitar dengan etika yang baik, maka kita akan mendapatkan *feedback* yang baik pula untuk diri kita, sehingga kita akan mendapatkan rasa nyaman dari orang-orang sekitar dan mampu menghadapi masalah tentang penyesuaian diri dengan baik.

Bagi tempat dan lembaga, diharapkan perguruan tinggi lebih peduli dan mampu mendorong mahasiswa untuk lebih percaya diri dengan kemampuannya untuk menciptakan generasi unggul yang percaya memiliki sumber daya manusia yang baik. Lalu dalam meningkatkan dukungan sosial mahasiswa, instansi dapat memberikan pengajaran atau penyuluhan terhadap mahasiswa tentang pentingnya dukungan dalam proses perkembangan setiap orang. Lalu instansi juga dapat menyediakan layanan konseling bilamana mahasiswa mempunyai masalah dalam menghadapi kehidupan atau keseharian selama menjalani

kehidupan rantau.

Peneliti lain yang berminat dalam melakukan penelitian menggunakan tema yang sama, saran dari peneliti untuk dapat menerapkan faktor tambahan lain. Lalu peneliti juga memberikan saran, penelitian selanjutnya dapat membandingkan dengan keterkaitan perbedaan jenis kelamin dan menambahkan variabel-variabel lain yang lebih spesifik membahas masalah pada mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiwaty, M. R., & Fitriyah, Z. (2015). Efektifitas strategi penyesuaian mahasiswa baru pada proses pembelajaran di perguruan tinggi. (STUDI PADA UPN "VETERAN" JAWA TIMUR). *Neo-Bis*, 9(2), 01–15. <https://doi.org/10.21107/NBS.V9I2.1269>
- Ajeng H., Y. (2007). Hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas X SMU 2 Bantul, Yogyakarta.
- Alnadi, A., Citra Ayu Kumala Sari, dan, & Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah, U. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa Sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 16(2), 153–165. <https://doi.org/10.30659/JP.16.2.153-165>
- Anggreani, R., & Ramadhani, A. (2021). Kelekatan Orangtua dan Kemandirian Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Universitas Mulawarman. *Jurnal Imiah Psikologi*, 9(2), 310–322. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik peran ganda perempuan menikah yang bekerja ditinjau dari dukungan sosial keluarga dan penyesuaian diri. *Widya Warta*, 36(02). <http://portal.widyamandala.ac.id/jurnal/index.php/warta/article/view/99>
- Aulia, A. (2019). Pengaruh dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap kepuasan hidup remaja yang mempunyai orang tua tiri. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/51375>
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. (2018). *Reliabilitas dan Validitas* (9th ed). Pustaka Belajar. Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. Freeman.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi sosial* (Jilid 1 Edisi Kesepuluh). (Alih bahasa: Dra. Ratna Djuwita). In 10. Erlangga.
- Boutler, L. T. (2008). Self-concept as a predictor of college freshman academic adjustment. *Journal of College Student*, 36(2), 234–246.
- Brown, N. (2008). *Predicting college adjustment: The contribution of generation status and parental attachment*. Albany State University.
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). *Validitas dan Reliabilitas Penelitian Dengan Analisis dengan NVIVO, SPSS dan AMOS*. Mitra Wacana Media.
- Bukhori, B., Hassan, Z., Hadjar, I., & Hidayah, R. (2017). The effect of spirituality and social support from the family toward final semester university students' resilience.
- Chairiyati, L. R. (2013). Hubungan Antara Self-Efficacy Akademik dan Konsep Diri Akademik dengan Prestasi Akademik. *Humaniora*, 4(2), 1125–1133.

<https://doi.org/10.21512/HUMANIORA.V4I2.3553>

- Chandra, P. E. (2004). *Trik bisnis menuju sukses*. Grafika Indah.
- Christyanti, D., Mustami'ah, D., & Sulistiani, W. (2010). Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah*, 12(08), 153–159.
- Correia, M., Rosado, A., Correia, M., & Rosado, A. (2019). Anxiety in Athletes: Gender and Type of Sport Differences. *International Journal of Psychological Research*, 12(1), 9–17. <https://doi.org/10.21500/20112084.3552>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to College as Measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A Quantitative Review of its Structure and Relationships with Correlates and Consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133–165. <https://doi.org/10.1007/S10648-011-9184-5/METRICS>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design : Qualitative, Quantitative, and Mixed Method Approaches*. SAGE Publications, Inc.
- Debora, pasaribu jelita. (2020). Hubunhann antara efikasi diri dengan kecemasan mengikuti perkuliahan sistem (daring) pada masa pandemi dikalangan mahasiswa universitas HKBP Nommensen Medan. *Penerapan Embellishment Sebagai Unsur Dekoratif Pada Busana Modestwear*, 1–39.
- Effendi, R. W., & Tjahjono, E. (1999). Hubungan Antara Perilaku Coping dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Anak Pertama. *Indonesian Psychology Journal Anima*, 14(54). <https://anima.ubaya.ac.id/index.php?menu=articles&eid=1350456857&actsub=yes&eidsub=1357877976>
- Fahmy, M. (1982). *At-takayuf an-nafsiy: Penyesuaian Diri*. Alih bahasa: Zakiah Daradjat. Bulan Bintang.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2014). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Haber, A., & Runyon, R. P. (1994). *Psychology of adjustment*. The Dorsey Press.
- Haber, A., & Runyon, R. P. (2006). *Psychology of adjusment*. Raja Grafindo Persada.
- Handono, O. T., Fakultas, K. B., Universitas, P., & Dahlan Yogyakarta, A. (2013). Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Lingkungan pada Santri Baru. *Empathy*, 1(2), 79–89. <https://www.neliti.com/publications/241983/>
- Hardani, Aulia, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiwaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif (Issue March)*. CV Pustaka Ilmu Group.
- Hussain, A., Kumar, A., & Husain, A. (2008). Academic stress and adjustment among high school students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(9), 70–73.
- Hutabarat, E. (2021). Penyesuaian diri mahasiswa Batak yang merantau di Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41734>
- Hutapea, B. (2014). Stres kehidupan, religiusitas, dan penyesuaian diri warga Indonesia sebagai mahasiswa Internasional. *Jurnal Makara Hubs-Asia*, 18(1), 25–40.
- Hutasoit, M. D. B. (2018). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kemampuan Berpikir Tingkat

Tinggi Siswa SMK Program Keahlian Teknik Bangunan Pada Mata Pelajaran Mekanika Teknik.

- Hutomo, L. (2017). Hubungan antara penyesuaian akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa tahun pertama.
- Irdyandiwa, D., Jurusan, A. M., Olahraga, P., & Olahraga, I. (2019). Dukungan Sosial dan Aktivitas Fisik Siswa dukungan sosial, aktivitas fisik siswa, dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(03) 57–60. <http://ejournalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive57>
- Irfan, M., & Suprpti, V. (2014). Hubungan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas. *JURNAL Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(3), 172–178. <http://journal.unair.ac.id/JPPP@hubungan-self-efficacy-dengan-penyeseuaian-diri-terhadap-perguruan-tinggi-pada-mahasiswa-baru-fakultas-psikologi-universitas-airlangga-article-8136-media-53-category-10.html>
- Kartono, K. (2008). Bimbingan anak dan remaja yang bermasalah. Rajawali Pers.
- Kementrian Riset, T. (2018). BRIN - Badan Riset dan Inovasi Nasional. <https://www.brin.go.id/>
- King, A. L. (2012). Psikologi Umum (Sebuah Pandangan Apresiatif). Salemba Humanika.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1).
- Kusrini, W., & Prihartanti, N. (2013). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Bahasa Inggris Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Boyolali. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Latuheru, M. E. (2014). Hubungan Kecerdasan Emosi dan Penyesuaian Diri pada siswa yang Tinggal dikost.
- Lee, D. S., & Ybarra, O. (2017). Cultivating Effective Social Support Through Abstraction. <Http://Dx.Doi.Org/10.1177/0146167216688205>, 43(4), 453–464. <https://doi.org/10.1177/0146167216688205>
- Lestari, S. S. (2016). Hubungan keterbukaan diri dengan penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta. *E-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(5), 75–85.
- Lingga, R. W. W., & Tuapattinaja, J. M. . (2012). Gambaran Virtue Mahasiswa Perantau. *Predicara*, 1(2), 160294. <https://www.neliti.com/publications/160294/>
- 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. <https://doi.org/10.30598/MOLMED.2023.V16.I1.39>
- Marta, S. (2014). Konstruksi Makna Budaya Merantau di Kalangan Mahasiswa Perantau. *Jurnal Kajian Komunikas*, 2(1). <http://jurnal.unpad.ac.id/jkk/article/view/6048>
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 68–74. <https://doi.org/10.17977/UM023V6I12017P068>
- Mutiara, B. C., Anwar, A., & Rinaldi, M. R. (2021). Hubungan antara Perilaku Overprotective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama di Yogyakarta. *Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*,

2(1), 35–41. <https://doi.org/10.24071/SUKSMA.V2I1.4500>

- Nely, N. F., & Setiowati, E. A. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Di Pondok Tahfidzul Qur'an Di Kecamatan Sirampog Kab. Bumiayu. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira*, 0(0). <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimuhum/article/view/8166>
- Neuman, W. L. (2013). *Metodologi Penelitian Sosial : Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif*. PT Indeks.
- Pratama, A. F., & Partini. (2023). Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri MTS Pondok Pesantren Pabelan Magelang - UMS ETD-db [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <https://eprints.ums.ac.id/114713/>
- Purnamasari, I. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan. *Psikoborneo*, 8(2), 238–248.
- Putri, J. M. M. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan stress akademik pada siswa SMA sederajat di masa pandemi COVID-19. In UMM Institutional Repository. <https://eprints.umm.ac.id/78451/>
- Rahmat, J. (2005). *Psikologi Komunikasi*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Riena. (2010). Hubungan antara Perilaku Coping dan Dukungan Sosial dengan Kecemas pada Mahasiswa skripsi. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(1).
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 6(3), 217–222. <https://doi.org/10.14710/EMPATI.2017.19751>
- Saniskoro, B. S. R., & Akmal, S. Z. (2017). The role of college adjustment on academic stress of migrant students in Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 96–106. <https://doi.org/10.24854/JPU67>
- Santi, N., Hamzah, A., & Rahmawati, T. (2017). Pengaruh efikasi diri, norma subjektif, sikap berperilaku dan pendidikan kewirausahaan terhadap intensi berwirausaha. *Jurnal Inspirasi Bisnis Dan Manajemen*, 1(1), 63–74. <https://doi.org/10.33603/JIBM.V1I1.481>
- Santrock, J. W. (2002). *A topical approach to life-span development*. McGraw-Hill. Santrock, J. W. (2006). *Adolescence (Perkembangan Remaja) Terjemahan*. Erlangga. Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup*. In 5. McGraw-Hill Education.
- Saputra, I. K. F. (2020). Pengembangan Instrumen Skala Self-Efficacy Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) [Universitas Pendidikan Ganesha Denpasar]. <https://repo.undiksha.ac.id/4156/>
- Saputri, K. A., & Sugiharto. (2020). Hubungan antara self efficacy dan social support dengan tingkat stres pada mahasiswa akhir penyusun skripsi di fip unnes tahun 2019. *Journal of Guidance and Counseling*, 4(1).
- Sarafino, E. P. (1997). *Health Psychology: Biopsychosocial and Interaction*. Jhon Wiley & Sons Inc. Sarafino, E. P. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions Sixth Edition*. The College Of New Jersey.
- Sarafino, E. P., & Timothy, W. S. (2011). *Health Psychology- Biopsychological Interactions* (C. Johnson (ed.); Seventh ed). Jay O'Callaghan.
- Schneiders, A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. Brosh Publishing Company.

- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 1*. Kanisius.
- Setyawan, I. (2014). *Diktat Psikometri*.
- Sharman, B. (2012). Adjustment and Emotional Maturity Among First Year College Students. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10(2), 32–37.
- Sivrikaya, A. H. (2019). The Relationship between Academic Motivation and Academic Achievement of the Students. *Asian Journal of Education and Training*, 5(2), 309–315. <https://doi.org/10.20448/journal.522.2019.52.309.315>
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. PT Grasindo.
- Sugiyono. (2012). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Alfabeta.
- Supratiknya, A. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif Dalam Psikologi*. Universitas Sanata Dharma.
- Taylor, S. E., & Peplau, L. A. (2000). *Social psychology*. Prentice Hall.
- Tazakhrofatina, D. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial dan Orientasi Masa Depan Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo*, 6(4), 468–473.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and Adjustment in University Students. <http://dx.doi.org/10.1080/07448481.2012.673520>, 60(5), 415–419. <https://doi.org/10.1080/07448481.2012.673520>
- Tricahyani, I. A. R., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Awal di Panti Asuhan Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 542–550.
- Utami, M. S. (2012). Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 46–66. <https://doi.org/10.22146/JPSI.6966>
- Wijaya, B. O. (2015). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kemandirian pada mahasiswa yang merantau Fakultas Teknik Industri Universitas Bina Darma Angkatan 2014/2015 Palembang. *Jurnal Psikologi Universitas Bina Darma Palembang*, 1–14.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. [https://doi.org/10.1207/S15327752JPA5201\\_2](https://doi.org/10.1207/S15327752JPA5201_2)