

**PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA PERANTAU
SUKU NIAS DI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN**

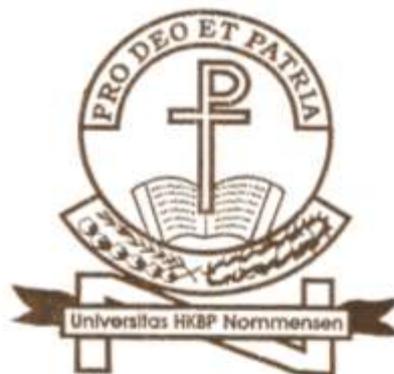
SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen
Guna Memenuhi Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Oleh :

BERKAT SUDIANTO GEA

20900049



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN
MEDAN
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang diajukan oleh :

Berkat Sudioanto Gea

20900049

PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA PERANTAU SUKU NIAS DI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN

Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk

Diuji Dalam Sidang Meja Hijau

Medan, 29 Agustus 2024

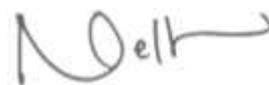
Komisi Pembimbing :

Pembimbing I



Ervina M.R. Siahaan M.Psi, Psikolog

Pembimbing II



Dr. Nenny Ika Putri, M.Psi, Psikolog

**PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA PERANTAU
SUKU NIAS DI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN**

SKRIPSI

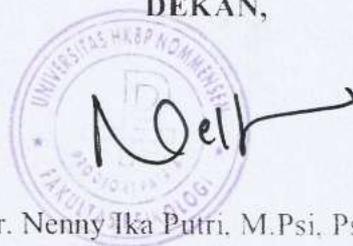
Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan
Diterima Guna Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

29 Agustus 2024

**MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN MEDAN**

DEKAN,



Dr. Nenny Ika Putri, M.Psi, Psikolog

DEWAN PENGUJI :

1. Dr. Karina M. Brahmana, M.Psi., Psikolog
2. Nancy Naomi Aritonang, M.Psi, Psikolog

TANDA TANGAN



HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

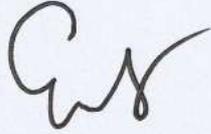
**Judul Skripsi : PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA PERANTAU SUKU
NIAS DI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN**

Nama : Berkat Sudioanto Gea

NPM : 20900049

**Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**MENYETUJUI
KOMISI PEMBIMBING**



Ervina M.R. Siahaan M.Psi, Psikolog
Pembimbing I



Dr. Nenny Ika Putri, M.Psi, Psikolog
Pembimbing II

**MENGETAHUI
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI**



Dr. Nenny Ika Putri, M.Psi, Psikolog

Tanggal Lulus 29 Agustus 2024

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

“Seluruh tulisan yang ada didalam skripsi merupakan asli dan bukan plagiat serta bukan merupakan hasil karya milik orang lain. Penulis bersedia melepas gelar kesarjanaannya (S.Psi) jika dikemudian hari ditemukan melakukan tindakan plagiat dari. Seluruh isi skripsi ini sepenuhnya menjadi tanggungjawab penulis”.



HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya mahasiswa Universitas HKBP Nommensen :

Nama : Berkat Sudioanto Gea

Npm : 20900049

Menyerahkan karya ilmiah saya kepada UPT Perpustakaan Universitas HKBP Nommensen, yang berjudul :

PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA PERANTAU SUKU NIAS DI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN

Dengan demikian saya memberikan hak kepada UPT Perpustakaan Universitas HKBP Nommensen untuk menyimpan, mengelola dalam pangkalan data (database), mengalih media, mendistribusikan, dan mempublikasikannya di internet atau media lain, untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya, maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Dibuat di Medan
Pada tanggal : 29 Agustus 2024
Yang menyatakan

Berkat Sudioanto Gea

ABSTRAK

PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA PERANTAU SUKU NIAS DI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN

Oleh

Berkat Sudioanto Gea

20900049

Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan

Abstrak

Penelitian ini didasarkan dari fenomena yang terjadi pada mahasiswa perantau suku Nias yang menempuh perkuliahan di Universitas HKBP Nommensen. Penyesuaian diri bagi kehidupan setiap orang adalah hal yang perlu dan penting, sebab itu penyesuaian diri perlu dilakukan untuk dapat menciptakan keseimbangan agar tidak adanya tekanan dalam aktivitas kehidupan seseorang. Salah satu masalah terberat yang harus dihadapi ketika memasuki dunia kuliah adalah proses penyesuaian diri. Untuk menghadapi segala tantangan yang ada di perantauan penting bagi individu dapat menyesuaikan diri dengan segala hal baru yang ia temui agar tidak mengalami masalah-masalah lain kedepannya, kemampuan dalam melakukan ini menunjukkan bahwa seseorang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik. Tujuan dari penelitian ini untuk melihat penyesuaian diri mahasiswa perantau suku Nias di Universitas HKBP Nommensen. Peneliti melakukan penelitian dengan pendekatan kualitatif dan menggunakan metode Fenomenologi. Partisipan penelitian ini sebanyak 2 orang mahasiswa suku Nias berusia 18 Tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwasannya para mahasiswa rantau memiliki langkah atau cara yang sama dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan baru. Berdasarkan hasil kajian mendalam terhadap wawancara observasi dan yang dilakukan peneliti terhadap partisipan pertama dan partisipan kedua, didapati bahwa partisipan memiliki penyesuaian diri selama merantau di Universitas HKBP Nommensen. Adapun masing-masing partisipan memiliki proses penyesuaian diri yang berbeda namun dengan kondisi yang tidak jauh berbeda. Dalam menjalankan penyesuaian diri di lingkungan baru, Partisipan 1 memiliki tantangan emosional yang signifikan sedangkan partisipan 2 dalam proses penyesuaian diri lebih tenang dalam menghadapi tantangan maupun kesulitan selama merantau.

Kata Kunci: Penyesuaian diri, Mahasiswa, Perantau, Suku Nias

RINGKASAN SKRIPSI
PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA PERANTAU
SUKU NIAS DI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN

Berkat Sudianto Gea¹, Ervina M.R Siahaan²
¹²*Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen*
berkat@student.uhn.ac.id¹ ervinasiahaan@uhn.ac.id²

Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu indikator penentu kualitas penduduk dari suatu negara. Negara maju mengutamakan pendidikan sebagai usaha untuk membangun negaranya. Semua ditunjang dengan kesadaran masyarakat akan pentingnya pendidikan dengan banyaknya partisipasi masyarakat serta sarana dan prasarana yang memadai. Indonesia sebagai negara berkembang memiliki permasalahan pendidikan yang hampir sama dengan negara-negara berkembang lainnya. Pendidikan yang tidak merata adalah salah satu dari permasalahan-permasalahan tersebut. Keinginan untuk mendapatkan pendidikan di Universitas terbaik biasanya tidak didapatkan di daerah asal atau kota sendiri, hal ini mengakibatkan sebagian orang harus merantau untuk mendapatkan pendidikan yang lebih tinggi dan berkualitas (Irine, 2013).

Perwujudan pendidikan yang lebih baik, diingini oleh setiap individu yang baru saja menyelesaikan pendidikan di bangku SMA. Keinginan untuk mendapatkan universitas terbaik biasanya tidak didapatkan di tempat sendiri atau kota sendiri. Hal itu mengakibatkan sebagian orang harus merantau untuk mendapatkan pendidikan yang lebih tinggi dan berkualitas. Sebagai seorang perantau, agar dapat menyerap ilmu dengan baik sebagai mahasiswa di universitas atau perguruan tinggi, dituntut agar dapat dengan cepat beradaptasi dengan keadaan lingkungan, baik lingkungan kampus maupun lingkungan tempat tinggal (daerah kosan atau daerah kontrakan).

Suku Nias merupakan salah satu suku yang terdapat di Sumatera Utara. Suku Nias adalah kelompok dominan masyarakat yang mendiami Pulau Nias, termasuk wilayah-wilayah Kota Gunungsitoli, Kabupaten Nias, Kabupaten Nias Selatan, Kabupaten Nias Barat, dan Kabupaten Nias Utara, Sumatera Utara. Dalam bahasa aslinya, orang Nias menamakan diri mereka "*Ono Niha*". "*Ono*" artinya "anak" atau "keturunan" dan "*niha*" artinya "manusia" dan Pulau Nias disebut sebagai "*TanöNiha*". "*Tanö*" adalah "tanah" dan "*niha*" adalah "manusia". Latar belakang sejarah orang Nias dapat dilihat dari dua perspektif: Non Ilmiah (kepercayaan lokal yang bersifat lisan) dan ilmiah (data-data sejarah/teoritis) (Harefa, 2017).

Kurang dinamisnya perekonomian di Nias merupakan fenomena yang cenderung masyarakat untuk mencari alternatif lain seperti merantau. (Legitimasi Kekuasaan Pada Budaya Nias, Ketut Wiradnyana 2010). Etnis Nias dikenal

dengan etnis yang suka berpindah-pindah tempat atau merantau dengan tujuan mencari pengalaman hidup dan memenuhi kebutuhan hidupnya. Konsep merantau dalam bahasa Nias dikenal dengan istilah *misefo*. Etnis Nias sendiri telah banyak melakukan migrasi keluar daerah seperti Jakarta, Medan, Padang, Pekanbaru Padang dan daerah lainnya. Alasan suku Nias melakukan perantauan ialah alasan Pendidikan, alasan ekonomi, hingga alasan sosial (Hazmi, 2017).

Memilih pendidikan yang jauh dari tempat tinggal merupakan salah satu pilihan yang mungkin dilakukan oleh mahasiswa untuk mendapatkan pendidikan sesuai dengan keinginannya. Hal tersebut menjadi faktor yang menyebabkan banyak mahasiswa di perguruan tinggi yang tinggal merantau atau berasal dari luar daerah (Istanto & Engry, 2019).

Sebanyak 80% mahasiswa perantau pada awalnya merasa tidak nyaman pada saat pertama kali datang ke daerah rantuanya (Fransisca, 2018). Ketidaknyamanan tersebut disebabkan oleh beberapa hal seperti tidak memiliki teman yang dikenal dan sulit menyatu dengan lingkungan yang baru. Selain itu, 20% mahasiswa perantau ingin kembali ke daerah asalnya karena merasa tidak cocok dengan lingkungannya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lee, Koeske, & Sales (sebagaimana dikutip dalam Lestari, 2017) menyatakan bahwa mahasiswa yang berasal dari luar daerah harus menyesuaikan diri dengan kebudayaan baru, pendidikan yang baru, dan lingkungan sosial yang baru.

Tuntutan dan harapan masuk ke perguruan tinggi terbaik di luar dari daerahnya yang mendorong mereka juga harus siap dengan lingkungan di perguruan tinggi. Sebab ia akan temui orang-orang baru yang berbeda budaya, bahasa serta cara pandang. Karena setiap kali manusia memasuki lingkungan baru, manusia membutuhkan fase beradaptasi dengan lingkungan tersebut. Lama tidaknya atau berhasil tidaknya fase beradaptasi tersebut dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain adalah pengalaman, kemampuan menyesuaikan diri, hingga kebudayaan serta lingkungan baru yang mendukung bagi individu yang bersangkutan untuk mampu beradaptasi. Demikian pula halnya dalam dunia akademis. Seorang anak yang baru masuk sekolah memerlukan fase beradaptasi dengan lingkungan sekolah tersebut, yang nantinya akan berpengaruh terhadap prestasi akademiknya (Kertamuda & Herdiansyah, 2009).

Salah satu masalah terberat yang harus dihadapi ketika memasuki dunia kuliah adalah proses penyesuaian diri (Mauliana & Sari, 2018). Penyesuaian diri mempengaruhi bagaimana seorang individu mengatasi dan mengendalikan stres, konflik dan frustrasi sehingga tercapai keharmonisan antara tuntutan diri sendiri dan lingkungan (Fajar & Aviani, 2022). Kuliah dan tinggal di daerah yang berbeda dapat memberikan dampak psikologis dan sosial karena adanya perbedaan sosial dan budaya. Hal tersebut diakibatkan dari adanya berbagai perbedaan yang sebelumnya jarang ditemui (Wijanarko & Syafiq, 2013).

Penyesuaian diri bagi kehidupan setiap orang adalah hal yang perlu dan penting, sebab itu penyesuaian diri perlu dilakukan untuk dapat menciptakan keseimbangan agar tidak adanya tekanan dalam aktivitas kehidupan seseorang. Penyesuaian diri menurut Kartini kartono (2002), ialah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan atau kesatuan untuk dirinya dan lingkungan sekitar agar bisa memusnahkan rasa permusuhan, sebuah prasangka, dengki, iri hati, gangguan

depresi, ekspresi kemarahan, dan emosi negatif yang dianggap sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien (Suharsono, 2020).

Penyesuaian diri bagi mahasiswa merupakan salah satu pendukung agar mahasiswa dapat membaur dan berkontribusi mengenai kegiatan apapun dengan masyarakat lainnya (Raula & Handayani, 2019). Penyesuaian diri juga menunjukkan kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif dan bermanfaat terhadap realitas sosial, situasi, dan hubungan sosial sehingga tuntutan atau kebutuhan dalam kehidupan sosial terpenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan (Schneiders sebagaimana dikutip dalam Maslihah, 2011). Penelitian Jaya (2018) menyatakan bahwa kesulitan dalam menyesuaikan diri akan berdampak pada aspek hubungan sosial, seperti sulit menyesuaikan dengan keadaan lingkungan tempat tinggal, kurangnya pergaulan sosial, tidak percaya diri, cemas, serta tidak terciptanya kesejahteraan sosial.

Pada penelitian Rahayu dan Arianti (2020), yang membahas tentang penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi UKSW, menemukan sebanyak 9,69% mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW memiliki skor penyesuaian diri secara sosial yang tergolong rendah. Hal ini dibuktikan dengan adanya keluhan-keluhan yang disampaikan oleh mahasiswa, antara lain: kurang mampu dalam mengerjakan tugas kuliah, kurang memiliki keinginan untuk mengerjakan tugas-tugas kuliah, kesulitan dalam memahami istilah-istilah Bahasa Jawa dosen dan merasa malu untuk bertanya saat tidak memahami penjelasan dosen. Selain itu dalam berinteraksi sosial, mereka juga mengeluh mengalami kesulitan berkomunikasi dengan teman seangkatan yang memiliki perbedaan bahasa. Mereka juga mengeluhkan sering merasa rindu dengan daerah asal atau rumah (*homesick*) dan tidak betah dengan lingkungan baru karena merasa kesulitan untuk berteman dengan teman-teman di kos dan merasa tidak cocok dengan makanannya.

Adanya perbedaan-perbedaan antara lingkungan sekolah (lingkungan sebelumnya) dengan lingkungan perguruan tinggi (lingkungan baru) dapat menimbulkan beberapa masalah bagi seorang mahasiswa baru (Kertamuda & Herdiansyah, 2009). Selain itu, Pelletier (Abdullah dkk, 2009) menyatakan bahwa peralihan dari sekolah menengah ke perguruan tinggi merupakan suatu pengalaman yang menyulitkan bagi mahasiswa tahun pertama dan keadaan ini dapat membuat mereka menghadapi masalah dalam penyesuaian di kampus.

Masalah-masalah yang dihadapi oleh mahasiswa dapat menjadi sumber tekanan dan dapat membangkitkan emosi tersendiri bagi mahasiswa. Bila mahasiswa bersangkutan berhasil menangani tekanan-tekanan yang dihadapinya tersebut dengan sukses, maka dia akan menjalani kehidupan dan peranannya sebagai mahasiswa dengan baik dan lancar. Mahasiswa akan mengalami gangguan dan tekanan bila mahasiswa gagal menangani tekanan-tekanan yang ada (Siswanto, 2007). Untuk mahasiswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri adalah mahasiswa tidak sepenuhnya merasa nyaman, kurang bisa membuka diri dalam kegiatan, bersikap acuh, pasif, dan merasa kurang berarti di dalam lingkungan sosialnya, serta memiliki emosi yang negatif misalnya cemas, khawatir, kurang percaya diri, terasa asing, dan perasaan tidak puas (Widodo, 2021).

Bila mahasiswa tersebut gagal mengatasi tekanan yang ada, maka peranannya sebagai mahasiswa dan kehidupan pribadinya akan mengalami gangguan dan hambatan. Gangguan dan hambatan tersebut bermacam-macam bentuknya, mulai dari kekurangmampuan untuk menunjukkan hasil yang optimal dalam belajar atau gangguan-gangguan psikis, seperti gangguan suasana perasaan (Maslim, 1998) yang berakibat munculnya simptom-simptom depresi.

Salah satu dampak negatif dari kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru adalah stress akulturasi. Stres akulturasi adalah serangkaian pengalaman psikologis yang kompleks, biasanya tidak menyenangkan dan mengganggu (Tsytarev & Krichmar, dalam Shiraev & Levy, 2012). Pradana et al. (2021) memperoleh hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa dalam proses penyesuaian diri, terdapat stres akulturasi. Stres akulturasi ini terdapat berbagai bentuk, yakni kesulitan beradaptasi terhadap lingkungan yang baru perihal bahasa, kesukaran dalam kuliah dan belajar, kesulitan arah jalan, merasa kesepian, serta tidak nyaman akibat perbedaan makan.

Untuk menghadapi segala tantangan yang ada di perantauan penting bagi individu dapat menyesuaikan diri dengan segala hal baru yang ia temui agar tidak mengalami masalah-masalah lain kedepannya, kemampuan dalam melakukan ini menunjukkan bahwa seseorang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik. Sejalan dengan itu Jamaluddin (2020) berpendapat bahwa individu dapat dikatakan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik apabila ia mampu beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, ketika ia merasa puas dengan kehidupannya, tidak merasa stres, juga mampu terbebas dari berbagai hal yang dapat membuatnya merasa cemas. Apabila individu tidak memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik maka bisa saja ia akan memunculkan masalah-masalah lain yang dapat mempengaruhi proses pemenuhan tugas atau fase perkembangannya (Jamaluddin, 2020).

Metode Penelitian

Peneliti melakukan penelitian dengan pendekatan kualitatif dan menggunakan metode Fenomenologi (*phenomenology*). Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri kepada partisipan mahasiswa perantau suku Nias di universitas HKBP Nommensen. Definisi operasional dari variabel penelitian adalah sebagai berikut:

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya. Usaha ini bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan.

Dalam penelitian ini, Penyesuaian diri akan diukur berdasarkan pada aspek dari Schneiders (1964) yaitu:

- a. Kontrol terhadap emosi yang berlebihan
- b. Mekanisme pertahanan diri yang minimal
- c. Frustrasi diri yang minimal
- d. Pertimbangan rasional dan pengarahan diri

- e. Pertumbuhan dan perkembangan
- f. Pemanfaatan pengalaman masa lalu
- g. Sikap realistis dan objektif

Partisipan Penelitian

Populasi penelitian ini adalah remaja anak laki-laki pertama dan anak laki-laki terakhir di Kota Medan yang berusia 15-19 tahun dan berjumlah 97.998 orang. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 72 orang remaja anak laki-laki pertama dan 72 orang remaja anak laki-laki terakhir.

Partisipan pada penelitian ini adalah Mahasiswa suku Nias, dengan kriteria sebagai berikut; mahasiswa suku Nias yang merantau dan mahasiswa yang berstatus aktif di Universitas HKBP Nommensen. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 2 orang.

Teknik pengambilan data pada penelitian ini menggunakan metode pendekatan Fenomenologi (*phenomenology*). Pendekatan fenomenologi, menurut Polkinghorne (1989) dalam Creswell (2014) menggambarkan arti sebuah pengalaman hidup beberapa orang tentang sebuah konsep atau fenomena. Orang-orang yang terlibat dalam menangani sebuah fenomena melakukan eksplorasi terhadap struktur kesadaran pengalaman hidup manusia.

Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2024. Penelitian dilaksanakan dengan melakukan wawancara secara offline dan online.

Teknik Pengumpulan Data

Berdasarkan berbagai jenis data yang dibutuhkan, dan ketersediaan sumber data yang memungkinkan penggalian informasi di lapangan, maka peneliti dapat menentukan teknik pengumpulan data yang tepat, sesuai dengan kondisi, waktu dan biaya yang tersedia, serta pertimbangan lain demi efektifnya penelitian (Nugrahani, 2014).

Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan beberapa teknik untuk mengumpulkan data, ini dipergunakan sesuai dengan tujuan penelitian dan jenis data yang ingin digali serta keadaan dari subyeknya:

1. Observasi

Sugiyono mengatakan bahwa observasi adalah dasar dari ilmu pengetahuan. Dalam penjabaran observasi merupakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap unsur-unsur yang tampak dalam suatu gejala dalam objek penelitian. Peneliti dapat menyelesaikan sebuah penelitian berdasarkan data yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi. Oleh karena itu observasi dibutuhkan untuk memahami proses terjadinya wawancara dari hasil wawancara serta dapat dipahami sesuai konteksnya.

2. Wawancara

Dipilihnya wawancara sebagai salah satu metode pengumpulan data adalah berdasarkan pertimbangan bahwa metode ini dapat mengungkapkan hal-hal yang lebih mendalam dan detail yang tidak dapat diungkap oleh metode lain. Disamping itu dengan wawancara peneliti dapat mengembangkan pertanyaan sesuai dengan kebutuhan berdasarkan respon dari partisipan. Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Adapun alat bantu yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Pedoman Wawancara
- b. Lembar Persetujuan Wawancara
- c. Alat Perekam
- d. Alat Tulis
- e. Kamera/ Hp

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif, data diperoleh dari berbagai sumber, dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang bermacam-macam (triangulasi), dan dilakukan secara terus menerus sampai datanya jenuh. Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan.

Kegiatan analisis data pada penelitian ini terdiri dari analisis sebelum dilapangan dan selama dilapangan yang merujuk kepada analisis data versi Miles dan Huberman.

1. Analisis data sebelum di lapangan

Penelitian kualitatif telah melakukan analisis data sebelum peneliti memasuki lapangan. Analisis dilakukan terhadap data hasil studi pendahuluan, atau data sekunder, yang akan digunakan untuk menentukan fokus penelitian. Namun demikian fokus penelitian ini masih bersifat sementara, dan akan berkembang setelah peneliti masuk dan selama peneliti berada di lapangan. Jadi analisis data sebelum di lapangan ini dilakukan sebagai rencana dalam penelitian yang akan dilakukan, sehingga dalam penelitian nanti peneliti dapat mendapatkan data sesuai dengan yang diharapkan.

2. Analisis data di lapangan model Miles dan Huberman

Analisis data dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Seperti yang dijelaskan oleh Miles dan Huberman yaitu, “aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas sehingga datanya sudah jenuh”. Aktivitas dalam analisis data yaitu :

a. Reduksi Data

Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah pada temuan. Reduksi data merupakan proses berpikir sensitif yang memerlukan kecerdasan, keluasan, kedalaman, serta wawasan yang tinggi.

b. Penyajian Data

Dalam penelitian kualitatif, penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Dengan menyajikan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan pekerjaan selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami. Jadi dengan penyajian data ini maka akan memudahkan peneliti dalam memahami apa yang terjadi dan sejauh mana data telah diperoleh, sehingga dapat menentukan langkah selanjutnya.

c. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan dapat berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

Pembahasan

Berdasarkan hasil kajian mendalam terhadap observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap partisipan pertama dan partisipan kedua, didapati bahwa partisipan memiliki penyesuaian diri selama merantau di Universitas HKBP Nommensen. Adapun masing-masing partisipan memiliki proses penyesuaian diri yang berbeda namun dengan kondisi yang tidak jauh berbeda. Dalam menjalankan penyesuaian diri di lingkungan baru, Partisipan 1 memiliki tantangan emosional yang signifikan. Sedangkan partisipan 2 dalam proses penyesuaian diri lebih tenang dalam menghadapi tantangan maupun kesulitan selama merantau.

Pertama, Kontrol terhadap emosi yang berlebihan; dalam wawancara yang dilakukan, partisipan I mengungkapkan bahwa pengalamannya sebagai mahasiswa perantau suku Nias membawa tantangan emosional yang signifikan. Salah satu tantangan utama adalah rasa kesepian yang sering dirasakan karena jauh dari keluarga dan lingkungan asal. Partisipan I merasa kehilangan karena tidak dapat secara langsung mendapatkan dukungan emosional dari keluarga saat menghadapi tekanan akademik dan adaptasi ke lingkungan baru. Meskipun demikian, partisipan I menemukan cara untuk mengatasi perasaan ini dengan aktif menjalin komunikasi melalui media sosial dan panggilan video dengan keluarga. Hal ini membantu partisipan I merasa lebih terhubung meskipun secara fisik berada jauh dari mereka. Rasa kesepian yang dialami oleh partisipan I selaras dengan pernyataan yang disampaikan oleh Hidayati 2016 bahwa Salah satu penyebab seseorang mengalami kesepian adalah ketika harus berada jauh dari rumah dan terpisah jauh dari individu-individu yang disayangi seperti orang tua dan teman-teman. Hal ini sejalan dengan pendapat dari (Baron, 2005) yang menyatakan bahwa perpindahan ke lokasi baru atau tempat yang baru dapat menjadi penyebab menimbulkan kesepian. Selain rasa kesepian, partisipan I juga menghadapi kegelisahan yang berkaitan dengan adaptasi sosial di lingkungan baru. Menjadi mahasiswa perantau dengan latar belakang suku yang berbeda memunculkan tantangan dalam membangun hubungan dengan orang-orang baru.

Partisipan I mengakui bahwa awalnya sulit untuk merasa nyaman dalam lingkungan yang berbeda budaya, namun dengan waktu dan usaha, ia mampu membentuk hubungan yang baik dengan teman-teman seangkatannya serta memperluas lingkaran sosialnya di kampus. Dalam pernyataan partisipan I terlihat bahwa partisipan I memiliki kemauan dan usaha yang tinggi untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru. Hal ini sejalan dengan pernyataan Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2015) bahwa sikap penyesuaian diri dapat terbentuk dengan salah satunya karena individu memiliki kemauan dan kemampuan untuk mencoba beradaptasi pada lingkungan baru serta menjalin hubungan dengan cara yang baik di lingkungan sekitar, dengan adanya ini membuat penyesuaian diri mahasiswa rantau menjadi tinggi. Partisipan II dapat mencerminkan pentingnya kontrol terhadap emosi yang berlebihan dalam menghadapi perubahan lingkungan dan situasi sosial yang baru. Partisipan II awalnya mengalami kegembiraan dan antusiasme yang tinggi dalam menghadapi tantangan baru, namun ketika menghadapi realitas yang tidak sesuai harapan, ia merasa stres dan tidak nyaman. Respons partisipan II dengan mengurung diri dan bertindak diam menunjukkan bahwa ia mencoba untuk mengendalikan emosinya agar tidak terlalu terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya yang tidak mendukung. Partisipan II menunjukkan bahwa ia dapat mengontrol emosi yang ia rasakan. Hal ini sejalan dengan teori Kusuma, 2019 yaitu Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik ialah orang yang sehat secara emosional yang mampu merasakan, mengekspresikan, dan mengendalikan perasaan dan emosinya. Dengan kata lain, orang yang pandai mengatur diri mampu mengendalikan emosinya. Hurlock (1999) mendefinisikan kematangan emosi sebagai keadaan tidak meledaknya emosi individu, tetapi menunggu waktu dan tempat yang tepat untuk memunculkan emosi tersebut dengan cara yang dapat diterima oleh lingkungan. Individu yang matang secara emosi memiliki kontrol penuh terhadap ekspresi dari perasaannya dan menunjukkan perilaku berdasarkan norma sosial yang berlaku (Rani, Kamboj, Malik, & Kohli, 2015).

Kedua, mekanisme pertahanan diri yang minimal; Partisipan I dan Partisipan II memiliki perbedaan terhadap pertahanan diri selama penyesuaian diri di lingkungan baru. Dalam menghadapi tantangan selama penyesuaian diri, partisipan I mengembangkan mekanisme pertahanan diri yang bervariasi. Di satu sisi, ketika menghadapi situasi yang menekan di kosan atau di kampus, partisipan I cenderung memilih untuk menyendiri atau berolahraga sebagai cara untuk mengurangi stres dan memulihkan ketenangan diri. Olahraga atau kegiatan fisik merupakan salah satu cara untuk mengurangi stress yang dialami individu (Sukadiyanto, 2010). Di sisi lain, partisipan I juga belajar untuk lebih terbuka dalam menghadapi masalah dengan berbicara kepada teman-teman dekat ketika menghadapi tekanan yang berat. Sedangkan partisipan II menghadapi kesulitan dalam berbaur dengan teman-teman di kampus karena perbedaan budaya dan perlakuan rasis yang dialaminya. Partisipan sering merasa terasing dan tidak diterima di dalam lingkungan akademiknya. Meskipun menghadapi situasi ini, partisipan cenderung memilih untuk tidak berbuat apa-apa atau memilih untuk diam karena merasa tidak mampu mengubah situasi tersebut. Dari penjelasan antara partisipan I dan partisipan II menunjukkan bahwa mekanisme pertahanan

diri kedua partisipan terkadang tidak optimal, yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosialnya di lingkungan baru. Namun kedua partisipan memiliki kemauan dan usaha untuk mencari solusi terhadap kesulitan atau masalah yang dihadapi selama proses penyesuaian diri, selain itu kedua partisipan juga dapat mengakui kegagalan dan berusaha mencoba lagi tanpa menyalahkan orang lain. Hal ini memiliki kesesuaian dengan teori yang disampaikan Schneiders (Parkinson et al., 2010) bahwasanya tidaklah ada mekanisme atau sistem pertahanan psikologis dalam penyesuaian yang baik, yakni individu tidak menggunakan mekanisme pertahanan ketika mencoba melakukan penyelesaian masalah. Schneiders (1964) menguraikan bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah mereka dengan segala keterbatasannya, kemampuannya serta kepribadiannya telah belajar untuk bereaksi terhadap diri sendiri dan lingkungannya dengan cara efisien, matang, bermanfaat dan memuaskan.

Ketiga, Pertumbuhan dan perkembangan penyesuaian diri; Partisipan I mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat selama menjalankan proses penyesuaian diri di lingkungan baru. Partisipan I awalnya merasa canggung dan tidak percaya diri dalam berkomunikasi, selama proses penyesuaian diri partisipan I mulai memperhatikan cara berbicara dan berpenampilan sesuai dengan lingkungan baru. Partisipan I juga belajar untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan berpikir secara lebih rasional dalam menghadapi masalah sehari-hari. Hal ini tidak hanya meningkatkan kualitas hubungan interpersonal partisipan I, tetapi juga memperkuat kemampuan adaptasi dan ketahanan mentalnya selama penyesuaian diri di lingkungan baru. Pertumbuhan dan perkembangan partisipan I sejalan dengan pernyataan Schunk, D. H. (2012) bahwa kepercayaan diri tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, tetapi juga oleh pengamatan terhadap orang lain dan umpan balik sosial yang diterima. Sedangkan dalam konteks pertumbuhan dan perkembangan penyesuaian diri, partisipan II menggambarkan bahwa meskipun mengalami berbagai kesulitan, partisipan II mengalami perkembangan positif dalam dirinya sendiri. Partisipan II juga mulai memperhatikan penampilan dan perilaku sosialnya, seperti yang diungkapkan dalam pernyataannya, "Dimana yang dulunya pas di kampungkan bang, aku gak terlalu memperhatikan penampilan biarpun itu ke sekolah, aku biasa-biasa aja tapi setelah sampai di lingkungan baru ini harus memperhatikan penampilan." Partisipan juga menyatakan bahwa ia merasa lebih dewasa setelah menjauh dari orang tua dan dapat mengambil keputusan sendiri. Pertumbuhan dan perkembangan yang dialami oleh kedua partisipan sejalan dengan teori Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget yang menyarankan bahwa penyesuaian individu melibatkan perubahan dalam struktur kognitif untuk memahami dan beradaptasi dengan lingkungan baru. Individu menyerap informasi baru dan mengintegrasikannya ke dalam skema kognitif mereka. Sama halnya yang dinyatakan oleh Piaget (1952) Perkembangan kognitif mencerminkan perubahan dalam cara individu memproses informasi dan menyesuaikan skema mental mereka dengan lingkungan baru.

Keempat, pemanfaatan pengalaman masa lalu; Pada bagian pemanfaatan pengalaman masa lalu, partisipan I dan Partisipan II menunjukkan

bahwa mereka masih mempertahankan nilai-nilai yang diperoleh dari pengalaman sebelumnya, seperti kesantunan, menghargai perbedaan, dan tanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Sebelum merantau, Partisipan I tipe orang yang tidak bisa mengontrol ucapan atau kalimat yang keluar dari mulutnya sehingga banyak orang disekitarnya sering terluka atas ucapannya. Namun partisipan I memanfaatkan pengalamannya masa lalu tersebut untuk tidak diulangi saat tinggal di lingkungan baru terutama saat penyesuaian diri di perantauan. Sedangkan partisipan II memanfaatkan pengalaman masa lalu terkait sikap tenang dalam menghadapi masalah atau kesulitan. Sebelum merantau, partisipan II tipe orang yang sangat tenang bahkan santai dalam menghadapi masalah dan tidak mudah stress ketika berhadapan dengan situasi yang berat. Sikap di masa lalu tersebut dipertahankan partisipan II selama proses penyesuaian diri di lingkungan baru sehingga memudahkan partisipan II ketika berhadapan dengan kesulitan selama menyesuaikan diri di perantauan. Kedua partisipan memiliki kemauan belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Menurut Schneiders (Ali & Asrori, 2014) kemauan belajar merupakan unsur penting dalam penyesuaian diri. Pemanfaatan masa lalu yang dilakukan oleh kedua partisipan sejalan dengan teori Pembelajaran Sosial oleh Albert Bandura menyatakan bahwa individu belajar melalui observasi dan pengalaman sebelumnya. Pengalaman masa lalu, baik positif maupun negatif, mempengaruhi cara seseorang merespons situasi baru dengan menggunakan pengalaman tersebut sebagai panduan untuk penyesuaian diri. Menurut Bandura (1997) Pengalaman masa lalu menyediakan dasar bagi individu untuk memprediksi dan menanggapi situasi baru. Observasi dan pengalaman sebelumnya membentuk pola perilaku dan strategi penyesuaian diri.

Kelima, frustrasi diri yang minimal; Kedua partisipan memiliki kesamaan terkait frustrasi yang dialami selama penyesuaian diri di lingkungan baru dan kedua partisipan juga memiliki perbedaan dalam menangani frustrasi yang dirasakan. Partisipan I dan Partisipan II merasakan frustrasi yang diakibatkan oleh tugas kuliah. Partisipan I dan Partisipan II merasakan yang namanya stress akademik. Gadzella dan Masten (2005) mengemukakan bahwa stress akademik berkaitan dengan ketidakmampuan individu untuk mewujudkan kebutuhan pendidikan yang dapat menimbulkan tekanan, konflik, frustrasi dan self-imposed yang menunjukkan respon atas stress melalui kondisi psikologis, emosional dan perilaku. Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian stress yang biasa dialami oleh mahasiswa (Potter & Perry, 2005; Smeltzer et al., 2008) Meskipun partisipan I dan Partisipan II merasakan frustrasi hingga stress akademik, kedua partisipan ini mampu meregulasi keadaan tersebut hingga menemukan Solusi untuk meredakan frustrasi hingga stress yang mereka rasakan. Solusi yang diterapkan partisipan I saat merasakan frustrasi hingga stress yaitu dengan cara berolahraga sedangkan partisipan II menyampaikan bahwa solusi yang diterapkan yaitu nonton, jajan, hingga jalan-jalan. Kedua partisipan tidak mengalami frustrasi berlebihan dalam menghadapi kesulitan, karena mereka dapat meminimalisirnya dengan cara mereka sendiri. Seseorang yang menghadapi tekanan, dalam hal ini stress akademik dan kemudian memiliki self kindness maka akan dapat terhindar dari frustrasi dan stress karena ia

akan menerima kenyataan dengan emosi positif dan pengertian atau kepedulian yang sangat membantu dalam menghadapi tekanannya sendiri (Neff, 2012). Ini juga sesuai dengan apa yang dikatakan Neff, Rude & Kirkpatrick. (2007) yang menyatakan bahwa self compassion yang tinggi dapat membuat seseorang merasakan kenyamanan dalam kehidupan sosial dan lebih menerima diri secara apa adanya dalam menghadapi situasi yang bersifat negatif. Seseorang yang menghadapi tekanan, dalam hal ini stress akademik dan kemudian memiliki self kindness maka akan dapat terhindar dari frustrasi dan stress karena ia akan menerima kenyataan dengan emosi positif dan pengertian atau kepedulian yang sangat membantu dalam menghadapi tekanannya sendiri (Neff, 2012). Ini juga sesuai dengan apa yang dikatakan Neff, Rude & Kirkpatrick. (2007) yang menyatakan bahwa self compassion yang tinggi dapat membuat seseorang merasakan kenyamanan dalam kehidupan sosial dan lebih menerima diri secara apa adanya dalam menghadapi situasi yang bersifat negatif.

Keenam, Sikap realistis dan objektif; Kedua partisipan memiliki sikap realistis dan objektif dalam penyesuaian diri dilingkungan baru. Terlepas dari semua tantangan yang dihadapi, partisipan I dan partisipan II menunjukkan sikap realistis terhadap proses adaptasi mereka sebagai mahasiswa perantau. Meskipun awalnya memiliki ekspektasi yang idealis tentang pengalaman merantau, partisipan I dan partisipan II menyadari bahwa realitasnya tidak selalu sesuai dengan harapan. Namun, dengan kesabaran dan ketekunan, partisipan mampu menghadapi dan menyesuaikan diri dengan situasi yang ada, menjadikan setiap pengalaman sebagai pembelajaran berharga untuk pertumbuhan pribadi mereka di masa mendatang. Kedua partisipan bersikap realistik dan objektif dengan menyadari kelemahan dan kelebihan dalam diri dan berusaha untuk menjadi lebih baik. Hal ini sesuai dengan teori Haber dan Luyon (Kusuma, 2019) bahwa individu yang memiliki kemampuan beradaptasi mampu memandang dirinya dengan cara yang positif. Kedua partisipan memahami kelemahan dan kekuatan secara realistis. Hal tersebut menyebabkan partisipan I dan partisipan II berusaha melakukan penyesuaian diri terhadap tempat tinggal atau lingkungan baru.

Ketujuh, Pertimbangan rasional dan pengarahan diri; Kedua partisipan mampu mengarahkan diri selama berada dilingkungan baru serta dapat mempertimbangkan semuanya secara rasional. Kedua partisipan sebelum mengambil Keputusan, terlebih dahulu mempertimbangkan secara rasional baik itu dari sisi positif maupun sisi negatifnya. Kedua partisipan mengungkapkan bahwa ketika diperhadapkan dengan kesulitan ataupun masalah, partisipan I dan partisipan II tidak tergesa-gesa untuk memutuskan tindakan apa yang harus ia lakukan namun partisipan I dan partisipan II menghadapi dengan tenang serta berpikir panjang untuk mengambil sebuah keputusan yang tidak merugikan. Partisipan I dan partisipan II juga menyampaikan bahwa selama merantau dan tinggal di lingkungan baru, partisipan I dan partisipan II berusaha untuk memperbanyak relasi serta membangun komunikasi yang baik dengan banyak orang, karena partisipan I dan partisipan II merasa dengan hal tersebut dapat memudahkan dalam pengarahan diri terutama membantu partisipan dalam proses penyesuaian diri selama merantau. Partisipan I dan partisipan II memiliki pertimbangan rasional dan mampu mengarahkan diri sendiri dalam menghadapi

masalah, serta berusaha untuk meningkatkan diri melalui berbagai usaha seperti belajar mengatur keuangan dan waktu. Hal tersebut sejalan dengan teori oleh Knowles (El Fiah, 2017) bahwasanya pemberian arahan pada diri sendiri adalah pemusatan kemampuan psikologis dengan memusatkan potensi diri pada proses pencapaian tujuan hidup. Orang yang dapat mengelola diri dengan baik adalah orang yang dapat memberikan arahan kepada kehidupannya sendiri dan bertanggung jawab atas hasil perbuatannya.

Hasil

Berdasarkan dari hasil penelitian dan analisis tentang penyesuaian diri mahasiswa suku Nias yang merantau di Universitas HKBP Nommensen, dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri mahasiswa suku Nias yang merantau di Universitas HKBP Nommensen didapatkan gambaran penyesuaian diri. Adapun penyesuaian diri yang memiliki partisipan dalam 7 aspek yaitu :

1. Kontrol Terhadap Emosi Yang Berlebihan : Kedua partisipan dapat mengontrol emosi ketika diperhadapkan kesulitan atau masalah selama proses penyesuaian diri di lingkungan baru.
2. Mekanisme Pertahanan Diri Yang Minimal : Kedua partisipan memiliki mekanisme pertahanan diri yang minimal.
3. Pertumbuhan Dan Perkembangan Penyesuaian Diri : Kedua partisipan mengalami kesamaan terkait pertumbuhan dan perkembangan selama proses penyesuaian diri seperti dalam segi berkomunikasi, penampilan, hingga bisa bersikap dewasa dalam menyikapi permasalahan.
4. Pemanfaatan Pengalaman Masa Lalu : Kedua partisipan memiliki perbedaan terkait pemanfaatan pengalaman masa lalu dikarenakan tempat tinggal dan lingkungan asal yang berbeda. Pengalaman masa lalu partisipan pertama yang dapat diterapkan dalam penyesuaian diri di perantau yakni dimasa lalu partisipan tidak bisa mengontrol ucapannya namun dari pengalaman tersebut partisipan pertama mengalami perubahan selama menyesuaikan diri di lingkungan baru sedangkan partisipan kedua yaitu terkait sikap cuek dimasa lalu.
5. Frustrasi Yang Minimal : Kedua partisipan memiliki perbedaan untuk keluar dari fase frustrasi, dimana partisipan pertama cara ia keluar dari fase frustrasi dengan berolahraga seperti lari dan badminton sedangkan partisipan kedua dengan cara menonton, jajan, hingga jalan-jalan
6. Sikap Realistis Dan Objektif : Kedua partisipan memiliki sikap realistis dan objektif, dimana ketika awal merantau kedua partisipan memiliki ekspektasi yang besar namun realitas setelah menjalankan tidak sebanding namun kedua partisipan menerapkan sikap realistis dan objektif dalam menghadapi situasi tersebut.
7. Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri : Kedua partisipan memiliki kesamaan dalam pertimbangan rasional dan pengarahan diri. Dimana kedua partisipan belajar untuk mempertimbangkan setiap keputusan yang mereka ambil secara rasional sedangkan terkait pengarahan diri, kedua partisipan dapat mengontrol diri selama proses penyesuaian diri di lingkungan baru.

Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran antara lain :

1. Bagi mahasiswa suku Nias yang merantau

Untuk setiap individu yang memilih untuk merantau, harus mempersiapkan diri dengan baik dikarenakan akan jauh dari rumah, mempersiapkan segala hal tidak hanya secara materi namun fisik, dan mental. Harus mengetahui batasan diri dan kemampuan diri, dikarenakan jika sudah jauh dan merantau harus bisa lebih bersabar dan kuat menghadapi permasalahan yang ada. Penting juga untuk mempelajari tempat daerah rantauan baik itu bagaimana kondisi iklim dan cuaca, kondisi masyarakatnya serta kebiasaan dan budaya yang ada, hal itu dapat membantu dalam menekan kesulitan dalam beradaptasi. Balik ke individunya masing-masing sebagai orang yang akan merantau, harus dapat memiliki sifat terbuka dan mau memulai interaksi dengan sekitar, karena sejatinya sebagai pendatang, baiknya kita yang berusaha agar dapat diterima oleh masyarakat sekitar.

Berikut hal-hal yang dapat memudahkan mahasiswa perantau suku Nias dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru yaitu :

A. Aktif Mencari Dukungan Sosial

Mahasiswa perantau sebaiknya aktif mencari dukungan sosial untuk mempermudah penyesuaian diri. Ini dapat mencakup bergabung dengan komunitas atau organisasi mahasiswa, baik yang berbasis suku Nias maupun komunitas kampus yang lebih luas. Dengan terhubung dengan teman sebaya yang memahami pengalaman mereka atau yang memiliki latar belakang yang mirip, mahasiswa bisa mendapatkan dukungan emosional dan informasi praktis yang bermanfaat.

B. Membangun Jaringan Sosial di Kampus

Terlibat dalam kegiatan kampus seperti organisasi mahasiswa, klub, atau acara sosial dapat membantu mahasiswa membangun jaringan sosial yang kuat. Kegiatan ini tidak hanya membantu dalam menjalin persahabatan tetapi juga mempermudah integrasi ke dalam komunitas akademik dan sosial yang baru.

C. Melakukan Riset Mendalam Terkait Budaya Akademik Baru

Pentingnya mahasiswa untuk melakukan riset atau menggali informasi terlebih dahulu terkait budaya akademik agar memudahkan mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap akademi baru. Memahami dan beradaptasi dengan budaya akademik di universitas sangat penting. Mahasiswa sebaiknya mencari informasi tentang cara belajar yang efektif di lingkungan akademik baru, termasuk gaya pengajaran, sistem perkuliahan, metode penilaian, hingga ekspektasi dari dosen. Hal yang tak kalah penting juga, mahasiswa tidak ragu untuk bertanya kepada dosen atau senior mengenai hal-hal yang belum dipahami juga sangat membantu. Dengan bertanya terhadap dosen ataupun dengan senior akan memudahkan dalam proses penyesuaian diri.

D. Menerima dan Menghargai Perbedaan Budaya

Mahasiswa perantau sebaiknya membuka diri terhadap budaya baru yang mereka temui dan berusaha untuk memahami serta menghargai perbedaan tanpa melakukan penolakan atas perbedaan tersebut. Mengadopsi sikap positif dan fleksibel terhadap budaya yang berbeda dapat mempermudah proses penyesuaian diri dan memperkaya pengalaman di perantauan.

E. Mengelola Stres dan Kesehatan Mental

Penyesuaian diri bisa menimbulkan stres, jadi penting bagi mahasiswa untuk belajar cara mengelola stres dengan efektif. Ini bisa termasuk melakukan aktivitas fisik secara teratur, mencari waktu untuk bersantai, dan mengikuti kegiatan yang menyenangkan. Jika diperlukan, mahasiswa harus tidak ragu untuk mencari bantuan dari layanan konseling yang disediakan oleh universitas.

F. Menjaga Koneksi dengan Keluarga dan Teman di Kampung Halaman

Menjaga komunikasi dengan keluarga dan teman di kampung halaman dapat memberikan dukungan emosional dan rasa keterhubungan yang penting. Walaupun tidak selalu mungkin untuk pulang kampung, teknologi saat ini memudahkan untuk tetap terhubung melalui telepon, video call, atau media sosial.

G. Mengatur Keuangan dengan Bijaksana

Pengelolaan keuangan yang baik sangat penting untuk mahasiswa perantau. Mahasiswa perlu menyusun anggaran yang realistis, mengontrol pengeluaran, dan mencari sumber pendapatan tambahan jika diperlukan, seperti pekerjaan paruh waktu. Universitas seringkali memiliki layanan bimbingan keuangan yang bisa dimanfaatkan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang mungkin tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau dapat mempertimbangkan variabel lain seperti perbedaan penyesuaian diri antara laki-laki dan perempuan saat merantau, penyesuaian diri mahasiswa perantau suku Batak, perbedaan penyesuaian diri mahasiswa perantau suku Nias dan suku Jawa, penyesuaian diri laki-laki suku Nias di perantauan, dan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama di perantauan. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan peneliti serupa dengan metode bervariasi seperti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan etnografi, studi kasus, studi dokumen hingga dapat menggunakan metode kuantitatif.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ilmiah ini dengan judul “Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Suku Nias Di Universtias HKBP Nommensen”. Adapun penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi dari Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan.

Dalam melakukan penelitian ilmiah ini, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat pada para pembaca. Karena itu, kritik dan saran yang membangun dari para pembaca sangat diharapkan untuk perbaikan kedepan.

Dalam penelitian ilmiah ini tidak terlepas dari kesulitan dan hambatan, namun berkat bimbingan, arahan, bantuan, dan motivasi dari berbagai pihak penelitian ilmiah ini dapat terselesaikan. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak tercinta, Nehesi Gea. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau dapat mendidik, mendoakan, memberikan semangat dan motivasi tiada henti kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikannya sampai sarjana.
2. Mama tersayang, Martini Zalukhu. Meskipun beliau tidak dapat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau sudah menghantarkan anak bungsunya menjadi seorang sarjana. Terimakasih

sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada beliau atas segala bentuk bantuan, dukungan, semangat, dan doa yang diberikan selama ini. Terimakasih atas nasehat yang selalu diberikan. Mama menjadi pengingat dan penguat yang paling hebat. Terimakasih, Mama.

3. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia atas bantuan beasiswa full selama 4 tahun. Beasiswa inilah yang menghantarkan penulis untuk bisa merasakan bangku perkuliahan dan melalui beasiswa ini penulis dapat menggapai cita-citanya untuk menjadi seorang sarjana.
4. Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia telah membantu pendanaan skripsi penulis melalui program bantuan karya ilmiah kepemudanaan tahun 2024.
5. Ibu Ervina M.R. Siahaan, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing saya di Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan. Terimakasih ibu telah sabar membimbing dan mengarahkan penulis. Selama proses mengerjakan skripsi ini, Penulis sering mengalami demotivasi namun beliau selalu memberikan dukungan dan selalu menyakinkan penulis bahwa bisa mengerjakan sampai akhir. Terimakasih ibu karena selalu meluangkan waktu untuk membimbing penulis meskipun ditengah kesibukan yang padat terutama ibu juga sedang menyelesaikan studi S3 di luar negeri namun ibu selalu dapat diganggu waktunya bahwa hingga tengah malam. Tanpa beliau, penulis tidak dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Ibu Dr. Nenny Ika Putri Simarmata, M.Psi., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan.
7. Ibu Dr. Karina Brahmana, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan I dan juga selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan terkait skripsi penulis.
8. Ibu Nancy Naomi Aritonang M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan III, selaku penguji beserta dosen wali penulis mulai dari awal semester sampai dengan akhir semester yang memberikan arahan hingga dukungan selama proses perkuliahan penulis.
9. Bapak/ibu dosen Fakultas Psikologi yang telah mengajar, memberikan nasehat, dan tetap mendukung penulis menyelesaikan Sarjana Psikologi ini mulai dari awal hingga akhir semester.
10. Bapak/ibu Staff pegawai Fakultas Psikologi yang telah membantu penulis dalam mengurus surat-surat administrasi selama proses pembuatan proposal skripsi hingga selesai.
11. Partisipan yang telah bersedia untuk membantu penulis dalam pengerjaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
12. Keenam saudara/saudari penulis, Kakak laki-laki Xavirwan Gea, S.Pd., Restui Gea., Handerman Vitu Gea, S.H.,S.KM.,M.KM dan Kakak Perempuan Lenna Nofriyanti Gea, S.Pd., Sikni Warnita Gea., Defriyanti Gea., S.Kep.,Ners. Terimakasih atas dukungan, doa, dan cinta yang selalu diberikan kepada adek bungsu kalian ini.

13. Teman-teman seperjuangan: Sarah Novita Napitupulu, Elisabet Putri Daeli, Gladys, Imam Kristasi Berutu, Widya N.S Samosir, Pretty Oktavia Marpaung dan Gladys Yemima Taruli Siagian. Terimakasih sudah kebersamai penulis hingga detik ini.
14. Teman-teman seperbimbingan yang saling memberikan semangat, motivasi, dan menghibur penulis dengan tingkah lucu teman-teman selama proses pengerjaan skripsi, terutama Victoria Tampubolon dan Sarah Sitohang yang selalu menyakinkan penulis pasti bisa menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.
15. Teman terbaik penulis, Iqbal yang sudah banyak membantu penulis dalam mengerjakan skripsi ini. Terimakasih atas dukungan dan doa yang diberikan kepada penulis.
16. Terakhir untuk diri saya sendiri, Berkat Sudioanto Gea. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini. Terimakasih sudah memilih berusaha dan merayakan diri sendiri sampai di titik ini, walau terkadang merasa putus asa atas apa yang telah diusahakan dan belum berhasil, namun terimakasih karena memutuskan untuk tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu dimanapun berada, Berkat. Perjalanan kedepan masih panjang, akan ada rintangan dan proses yang akan dihadapi kedepannya. Apapun kurang dan lebihmu mari merayakan dan menerima diri sendiri.

Akhir kata Terimakasih kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberkati saya dan setiap pihak untuk menyelesaikan perjuangan skripsi ini. Penulis sepenuhnya menyadari bahwa penulisan tugas akhir skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Penulis berharap Tugas Akhir Skripsi ini dapat menjadi sumbangan yang bermanfaat bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan pada khususnya ilmu psikologi.

Medan, 20 Agustus 2024

Berkat Sudianto Gea

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	xxi
DAFTAR ISI.....	xxiii
DAFTAR TABEL	xxv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	14
1.3. Tujuan Penelitian	14
1.4. Manfaat Penelitian.....	15
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	16
2.1. Penyesuaian Diri.....	16
2.2. Mahasiswa Perantau.....	25
2.3. Hasil Penelitian Terdahulu	27
2.4. Perspektif Teoritis	59
BAB III METODE PENELITIAN.....	61
3.1. Jenis Penelitian.....	61
3.2. Unit Analisis.....	62
3.3. Partisipan Penelitian	63
3.4. Teknik Pengumpulan Data	64
3.5. Teknik Pengorganisasian Dan Analisis Data	67
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	75
4.1. Setting Penelitian	75

4.2.	Hasil Penelitian.....	76
4.3.	Pembahasan.....	136
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		151
5.1.	Kesimpulan.....	151
5.2.	Saran	153
DAFTAR PUSTAKA		157
LAMPIRAN		161

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Identitas Partisipan Pertama.....	76
Tabel 4.2 Identitas Partisipan Kedua	77
Tabel 4.3 Jadwal Observasi dan Wawancara Partisipan	77
Tabel 4.4 Jadwal Observasi dan Wawancara Partisipan	78

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu indikator penentu kualitas penduduk dari suatu negara. Negara maju mengutamakan pendidikan sebagai usaha untuk membangun negaranya. Semua ditunjang dengan kesadaran masyarakat akan pentingnya pendidikan dengan banyaknya partisipasi masyarakat serta sarana dan prasarana yang memadai. Indonesia sebagai negara berkembang memiliki permasalahan pendidikan yang hampir sama dengan negara-negara berkembang lainnya. Pendidikan yang tidak merata adalah salah satu dari permasalahan-permasalahan tersebut. Keinginan untuk mendapatkan pendidikan di Universitas terbaik biasanya tidak didapatkan di daerah asal atau kota sendiri, hal ini mengakibatkan sebagian orang harus merantau untuk mendapatkan pendidikan yang lebih tinggi dan berkualitas (Irine, 2013).

Perwujudan pendidikan yang lebih baik, diinginkan oleh setiap individu yang baru saja menyelesaikan pendidikan di bangku SMA. Keinginan untuk mendapatkan universitas terbaik biasanya tidak didapatkan di tempat sendiri atau kota sendiri. Hal itu mengakibatkan sebagian orang harus merantau untuk mendapatkan pendidikan yang lebih tinggi dan berkualitas. Sebagai seorang perantau, agar dapat menyerap ilmu dengan baik sebagai mahasiswa di universitas atau perguruan tinggi, dituntut agar dapat dengan cepat beradaptasi dengan

keadaan lingkungan, baik lingkungan kampus maupun lingkungan tempat tinggal (daerah kosan atau daerah kontrakan).

Suku Nias merupakan salah satu suku yang terdapat di Sumatera Utara. Suku Nias adalah kelompok dominan masyarakat yang mendiami Pulau Nias, termasuk wilayah-wilayah Kota Gunungsitoli, Kabupaten Nias, Kabupaten Nias Selatan, Kabupaten Nias Barat, dan Kabupaten Nias Utara, Sumatera Utara. Dalam bahasa aslinya, orang Nias menamakan diri mereka "*Ono Niha*". "*Ono*" artinya "anak" atau "keturunan" dan "*niha*" artinya "manusia" dan Pulau Nias disebut sebagai "*TanöNiha*". "*Tanö*" adalah "tanah" dan "*niha*" adalah "manusia". Latar belakang sejarah orang Nias dapat dilihat dari dua perspektif: Non Ilmiah (kepercayaan lokal yang bersifat lisan) dan ilmiah (data-data sejarah/teoritis) (Harefa, 2017).

Kurang dinamisnya perekonomian di Nias merupakan fenomena yang cenderung masyarakat untuk mencari alternatif lain seperti merantau. (Legitimasi Kekuasaan Pada Budaya Nias, Ketut Wiradnyana 2010). Etnis Nias dikenal dengan etnis yang suka berpindah-pindah tempat atau merantau dengan tujuan mencari pengalaman hidup dan memenuhi kebutuhan hidupnya. Konsep merantau dalam bahasa Nias dikenal dengan istilah *misefo*. Etnis Nias sendiri telah banyak melakukan migrasi keluar daerah seperti Jakarta, Medan, Padang, Pekanbaru Padang dan daerah lainnya. Alasan suku Nias melakukan perantauan ialah alasan Pendidikan, alasan ekonomi, hingga alasan sosial (Hazmi, 2017).

Pada tahun 1980-an hingga 2010, banyak orang Nias yang datang ke kota Medan untuk mencari pekerjaan dan memperbaiki kondisi ekonomi mereka. Banyak dari mereka bekerja di sektor perkebunan kelapa sawit dan karet, serta sektor perdagangan dan jasa yang semakin berkembang pada waktunya itu. Banyak juga orang Nias yang membawa kebudayaan dan adat istiadat mereka ke kota Medan, yang kemudian menjadi bagian dari keanekaragaman budaya kota Medan. Orang Nias juga membentuk komunitas mereka sendiri di kota Medan dan membangun rumah serta tempat ibadah yang khas dengan arsitektur Nias. Hingga saat ini, orang Nias masih menjadi salah satu kelompok etnis yang signifikan di kota Medan dan Sumatera Utara secara keseluruhan (Wiradnyana, 2010).

Kemiskinan menjadi salah satu pendorong yang membuat warga Nias banyak yang keluar dari Nias dan merantau ke berbagai daerah luar Nias. Kemiskinan fungsional telah melanda kondisi masyarakat secara struktural. Fungsi-fungsi budaya yang mengikat secara struktur sosial mengakibatkan munculnya budaya kemiskinan yang dihadapi dengan ringkih anggota masyarakat yang tidak kuat dengan tradisi lokal yang cenderung mengikat, menjadi pendorong untuk keluar secara fisik. Keluar secara fisik maksudnya adalah meninggalkan kampung halaman secara permanen dan mencoba peruntungan di daerah lain. Awalnya, kebanyakan masyarakat Nias lebih memilih merantau ke daerah yang jauh dari perkotaan dan sebagiannya lagi ke kawasan perkotaan untuk melanjutkan pendidikan.

Memilih pendidikan yang jauh dari tempat tinggal merupakan salah satu pilihan yang mungkin dilakukan oleh mahasiswa untuk mendapatkan pendidikan sesuai dengan keinginannya. Hal tersebut menjadi faktor yang menyebabkan banyak mahasiswa di perguruan tinggi yang tinggal merantau atau berasal dari luar daerah (Istanto & Engry, 2019).

Mahasiswa perantau adalah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian jenjang perguruan tinggi diploma, sarjana, magister, atau spesialis (Lingga & Tuapattinaja, 2012). Merantau sendiri merupakan proses meninggalkan tanah asal guna mencari kerja ataupun mencari ilmu pengetahuan ke tempat lain dalam jangka waktu tertentu dengan maksud tidak menetap (Solihin, 2013). Seseorang dapat dikatakan merantau apabila telah meninggalkan daerah asal dalam jangka waktu yang cukup lama (minimal beberapa bulan) dan dibatasi dengan jarak minimal 300 KM dari daerah asalnya dengan membutuhkan tempat tinggal sementara seperti indekos atau tinggal bersama keluarga yang berdomisili di daerah tersebut (Nugraha, 2019).

Sebanyak 80% mahasiswa perantau pada awalnya merasa tidak nyaman pada saat pertama kali datang ke daerah rantaunya (Fransisca, 2018). Ketidaknyamanan tersebut disebabkan oleh beberapa hal seperti tidak memiliki teman yang dikenal dan sulit menyatu dengan lingkungan yang baru. Selain itu, 20% mahasiswa perantau ingin kembali ke daerah asalnya karena merasa tidak cocok dengan lingkungannya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lee, Koeske, & Sales (sebagaimana dikutip dalam Lestari, 2017) menyatakan bahwa

mahasiswa yang berasal dari luar daerah harus menyesuaikan diri dengan kebudayaan baru, pendidikan yang baru, dan lingkungan sosial yang baru.

Tuntutan dan harapan masuk ke perguruan tinggi terbaik di luar dari daerahnya yang mendorong mereka juga harus siap dengan lingkungan di perguruan tinggi. Sebab ia akan temui orang-orang baru yang berbeda budaya, bahasa serta cara pandang. Karena setiap kali manusia memasuki lingkungan baru, manusia membutuhkan fase beradaptasi dengan lingkungan tersebut. Lama tidaknya atau berhasil tidaknya fase beradaptasi tersebut dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain adalah pengalaman, kemampuan menyesuaikan diri, hingga kebudayaan serta lingkungan baru yang mendukung bagi individu yang bersangkutan untuk mampu beradaptasi. Demikian pula halnya dalam dunia akademis. Seorang anak yang baru masuk sekolah memerlukan fase beradaptasi dengan lingkungan sekolah tersebut, yang nantinya akan berpengaruh terhadap prestasi akademiknya (Kertamuda & Herdiansyah, 2009).

Salah satu masalah terberat yang harus dihadapi ketika memasuki dunia kuliah adalah proses penyesuaian diri (Mauliana & Sari, 2018). Penyesuaian diri mempengaruhi bagaimana seorang individu mengatasi dan mengendalikan stres, konflik dan frustrasi sehingga tercapai keharmonisan antara tuntutan diri sendiri dan lingkungan (Fajar & Aviani, 2022). Kuliah dan tinggal di daerah yang berbeda dapat memberikan dampak psikologis dan sosial karena adanya perbedaan sosial dan budaya. Hal tersebut diakibatkan dari adanya berbagai perbedaan yang sebelumnya jarang ditemui (Wijanarko & Syafiq, 2013).

Penyesuaian diri bagi kehidupan setiap orang adalah hal yang perlu dan penting, sebab itu penyesuaian diri perlu dilakukan untuk dapat menciptakan keseimbangan agar tidak adanya tekanan dalam aktivitas kehidupan seseorang. Penyesuaian diri menurut Kartini kartono (2002), ialah usaha manusia untuk mencapai keharmonian atau kesatuan untuk dirinya dan lingkungan sekitar agar bisa memusnahkan rasa permusuhan, sebuah prasangka, dengki, iri hati, gangguan depresi, ekspresi kemarahan, dan emosi negatif yang dianggap sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien (Suharsono, 2020).

Penyesuaian diri bagi mahasiswa merupakan salah satu pendukung agar mahasiswa dapat membaaur dan berkontribusi mengenai kegiatan apapun dengan masyarakat lainnya (Raula & Handayani, 2019). Penyesuaian diri juga menunjukkan kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif dan bermanfaat terhadap realitas sosial, situasi, dan hubungan sosial sehingga tuntutan atau kebutuhan dalam kehidupan sosial terpenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan (Schneiders sebagaimana dikutip dalam Maslihah, 2011). Penelitian Jaya (2018) menyatakan bahwa kesulitan dalam menyesuaikan diri akan berdampak pada aspek hubungan sosial, seperti sulit menyesuaikan dengan keadaan lingkungan tempat tinggal, kurangnya pergaulan sosial, tidak percaya diri, cemas, serta tidak terciptanya kesejahteraan sosial.

Wijaya (2007) mengatakan bahwa penyesuaian diri atau adaptasi adalah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar tercipta hubungan yang lebih sesuai antara kondisi diri dengan kondisi lingkungannya. Transisi dalam kehidupan menghadapkan individu pada

perubahan-perubahan dan tuntutan-tuntutan sehingga diperlukan adanya penyesuaian diri. Runyon dan Haber (Irene, 2013) mengatakan bahwa setiap orang pasti mengalami masalah dalam mencapai tujuan hidupnya dan penyesuaian diri sebagai keadaan atau sebagai proses. Mereka terus menerus mengubah tujuannya sesuai dengan keadaan lingkungannya. Individu mengubah tujuan dalam hidupnya seiring dengan perubahan yang terjadi di lingkungannya. Berdasarkan konsep penyesuaian diri sebagai proses penyesuaian diri yang efektif dapat diukur dengan mengetahui bagaimana kemampuan individu menghadapi lingkungan yang senantiasa berubah. Hal ini juga terjadi pada diri mahasiswa perantau, mereka yang sebelumnya hidup dengan orang tuanya harus hidup merantau. Transisi mahasiswa yang semula bertempat tinggal dengan orang tua menghadapkan mahasiswa pada perubahan-perubahan dan tuntutan-tuntutan baru. Perubahan tersebut adalah lingkungan yang baru dan irama kehidupan yang baru. Sementara tuntutan yang harus dihadapi mahasiswa perantau adalah tuntutan dalam bidang kemandirian, tanggung jawab dan penyesuaian diri dengan lingkungan barunya (Widiastono, 2001).

Pada penelitian Rahayu dan Arianti (2020), yang membahas tentang penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi UKSW, menemukan sebanyak 9,69% mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW memiliki skor penyesuaian diri secara sosial yang tergolong rendah. Hal ini dibuktikan dengan adanya keluhan-keluhan yang disampaikan oleh mahasiswa, antara lain: kurang mampu dalam mengerjakan tugas kuliah, kurang memiliki keinginan untuk mengerjakan tugas-tugas kuliah, kesulitan dalam memahami istilah-istilah Bahasa

Jawa dosen dan merasa malu untuk bertanya saat tidak memahami penjelasan dosen. Selain itu dalam berinteraksi sosial, mereka juga mengeluh mengalami kesulitan berkomunikasi dengan teman seangkatan yang memiliki perbedaan bahasa. Mereka juga mengeluhkan sering merasa rindu dengan daerah asal atau rumah (*homesick*) dan tidak betah dengan lingkungan baru karena merasa kesulitan untuk berteman dengan teman-teman di kos dan merasa tidak cocok dengan makanannya.

Penelitian mengenai penyesuaian diri mahasiswa rantau yang pernah dilakukan oleh Wijanarko & Syafiq (2013) menyatakan bahwa mahasiswa yang berasal dari Papua yang menempuh studinya di Surabaya mengalami bermacam-macam hambatan selama menjalani kuliah, yaitu perbedaan bahasa, budaya, fisik, dan warna kulit yang menghambat dalam berinteraksi. Perolehan penelitian tersebut sejalan dengan dengan perolehan penelitian lain yang dijalankan oleh Hutabarat & Nurchayati (2021) dan Mareza & Nugroho (2016). Hutabarat & Nurchayati (2021) menyatakan bahwa mahasiswa yang merantau dihadapkan dengan tantangan dalam bahasa, makanan, keuangan, dan pembelajaran.

Mahasiswa baru mengalami perubahan terkait dengan situasi kampus. Perubahan-perubahan yang dialami oleh mahasiswa baru seperti perpindahan struktur sekolah yang lebih besar, hubungan yang lebih impersonal, interaksi dengan teman sebaya yang lebih beragam latar belakang geografisnya dan juga kadang beragam latar belakang etnisnya. Perbedaan-perbedaan yang dirasakan oleh mahasiswa baru dapat memengaruhi mahasiswa baru untuk mencapai prestasi, unjuk kerja dan nilai-nilai ujian yang baik (Santrock, 2003).

Adanya perbedaan-perbedaan antara lingkungan sekolah (lingkungan sebelumnya) dengan lingkungan perguruan tinggi (lingkungan baru) dapat menimbulkan beberapa masalah bagi seorang mahasiswa baru (Kertamuda & Herdiansyah, 2009). Selain itu, Pelletier (Abdullah dkk, 2009) menyatakan bahwa peralihan dari sekolah menengah ke perguruan tinggi merupakan suatu pengalaman yang menyulitkan bagi mahasiswa tahun pertama dan keadaan ini dapat membuat mereka menghadapi masalah dalam penyesuaian di kampus.

Masalah-masalah yang dihadapi oleh mahasiswa dapat menjadi sumber tekanan dan dapat membangkitkan emosi tersendiri bagi mahasiswa. Bila mahasiswa bersangkutan berhasil menangani tekanan-tekanan yang dihadapinya tersebut dengan sukses, maka dia akan menjalani kehidupan dan peranannya sebagai mahasiswa dengan baik dan lancar. Mahasiswa akan mengalami gangguan dan tekanan bila mahasiswa gagal menangani tekanan-tekanan yang ada (Siswanto, 2007). Untuk mahasiswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri adalah mahasiswa tidak sepenuhnya merasa nyaman, kurang bisa membuka diri dalam kegiatan, bersikap acuh, pasif, dan merasa kurang berarti di dalam lingkungan sosialnya, serta memiliki emosi yang negatif misalnya cemas, khawatir, kurang percaya diri, terasa asing, dan perasaan tidak puas (Widodo, 2021).

Bila mahasiswa tersebut gagal mengatasi tekanan yang ada, maka peranannya sebagai mahasiswa dan kehidupan pribadinya akan mengalami gangguan dan hambatan. Gangguan dan hambatan tersebut bermacam-macam bentuknya, mulai dari kekurangmampuan untuk menunjukkan hasil yang optimal

dalam belajar atau gangguan-gangguan psikis, seperti gangguan suasana perasaan (Maslim, 1998) yang berakibat munculnya simptom-simptom depresi.

Salah satu dampak negatif dari kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru adalah stress akulturasi. Stres akulturasi adalah serangkaian pengalaman psikologis yang kompleks, biasanya tidak menyenangkan dan mengganggu (Tsytsarev & Krichmar, dalam Shiraev & Levy, 2012). Pradana et al. (2021) memperoleh hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa dalam proses penyesuaian diri, terdapat stres akulturasi. Stres akulturasi ini terdapat berbagai bentuk, yakni kesulitan beradaptasi terhadap lingkungan yang baru perihal bahasa, kesukaran dalam kuliah dan belajar, kesulitan arah jalan, merasa kesepian, serta tidak nyaman akibat perbedaan makan.

Untuk mendapatkan data awal peneliti melakukan wawancara dengan mahasiswa dari suku Nias yang sedang kuliah di Universitas HKBP Nommensen dengan inisial RH, Usia 18 Tahun

“Ini pertama kali saya merantau bang. Di Medan sudah 7 bulan dan disini saya ngekos sendiri bang. Yang dirasakan saat ini sih bang, sering merasa kesepian bang karena biasanya klo dikampung selalu rame bang, selain itu saya juga ngerasa sulit kali berbaur dengan orang-orang sini bang, dikampus juga saya gak banyak teman. Saat di kampus, saya juga kesusahan untuk beradaptasi bang, bahkan di kelas saya sering diam karena sering ngerasa minder dan kurang percaya diri gitu bang. Yah karena kekgitu jadinya saya cuman pagi berangkat ke kampus terus klo kelas udah selesai langsung pulang ke kos bang, karena memang gak punya teman. Bahkan saya sering nangis sepulang kampus bang karena kadang iri ngeliat orang lain itu sepulang kampus mereka main sedangkan saya gak punya teman dekat gitu bang,”

(RH, 4 Februari 2024)

Sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap satu orang responden. Responden menyatakan bahwa selama merantau, responden sering ngerasa kesepian serta responden kesulitan berbaur dengan teman atau lingkungan. Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa responden tidak memiliki banyak teman, kemudian responden Ketika di lingkungan kampus sering merasa minder dan kurang percaya diri. Selain responden juga menyatakan bahwa ia mengalami kesulitan dalam menemukan teman dekat.

Berikut ini juga peneliti melakukan wawancara dengan mahasiswa dari suku Nias yang sedang kuliah di Universitas HKBP Nommensen dengan inisial LL, Usia 20 Tahun

“Saya di Medan sudah mau 3 tahun bang. Yang dirasakan selama merantau yah karena sering ngerasa sendiri aja bang, maksudnya semua hal dikerjakan sendiri beda banget klo di rumah bisa dibantu sama keluarga, sedangkan saya disini sendiri ditambah saya ngekos. Klo kendala sih bang palingan saya sering nangis karena kangen mama dan bapak,soalnya saya sudah 2 tahun tidak pulang kampung bang, selain itu kendala ya di ekonomi bang. Selain itu bang saya juga kesulitan buat berbaur dengan lingkungan disini bang, bahkan dalam lingkungan teman juga saya palingan berteman sesama dari kampung bang, jujur bang saya susah kali menempatkan diri atau dekat dengan teman-teman beda suku. Saya juga di kampus bang sulit berinteraksi dengan teman-teman karena ngerasa takut dan kurang percaya diri gitu bang,ditambah juga karena beda suku dan beda bahasa jadi saya sering menjauhkan diri bang. Masalah saya yang sering itu yah kek gini lah bang, susah berbaur atau beradaptasi gitu bang. Makanya saya itu hidup yah di kampus setelah itu berdiam diri terus di kos. Jarang keluar juga karena teman juga dikit.”

(LL,4 Februari 2024)

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada responden Inisial LL, Dapat dinyatakan bahwa responden mengalami berbagai kesulitan selama merantau terutama dalam menyesuaikan diri. Responden menyatakan bahwa ia sering merasa kesepian selama merantau, selain itu responden juga menjelaskan bahwa ia merasa kesulitan dalam berbaur atau beradaptasi dengan lingkungan ia tinggal hingga lingkungan kampus. Selain itu responden juga menyatakan bahwa ia sulit untuk berbaur dengan teman-teman di kampus.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Universitas Airlangga terkait dengan kemampuan adaptasi mahasiswa baru, terdapat 49% mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi yang rendah. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, mahasiswa yang tinggal di kos lebih banyak mengalami depresi berat dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal dengan orang tua. Artinya, penyesuaian diri masih menjadi masalah bagi mahasiswa khususnya mahasiswa baru yang merantau (Rahayu, Aidi, Rizki, & Mandangi, 2021).

Penelitian yang dilakukan Vidyandita, Setyanto & Agustin (2017) Mahasiswa perantau cenderung memiliki masalah dalam penyesuaian sosial terlihat dari kurangnya keinginan untuk mengenal nilai, norma atau aturan baru di lingkungan baru serta kurangnya penerimaan antar individu. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Universitas Airlangga terkait dengan kemampuan adaptasi mahasiswa baru, terdapat 49% mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi yang rendah. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, mahasiswa yang tinggal di kos lebih banyak mengalami depresi berat dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal dengan orang tua. Artinya, penyesuaian diri masih menjadi masalah bagi

mahasiswa khususnya mahasiswa baru yang merantau (Rahayu, Aidi, Rizki, & Mandangi, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mistari & Istikomayanti (2017) yang meneliti penyesuaian diri mahasiswa perantau dalam penelitiannya menyatakan bahwa mahasiswa perantau banyak mengalami masalah dalam menyesuaikan diri, kurangnya rasa memiliki lingkungan baru, merasa canggung bertemu dengan mahasiswa local sehingga takut untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dan lebih tergantung dengan teman yang berasal dari satu daerahnya. Hal ini terjadi karena kurang pekannya mahasiswa perantau terhadap budaya sekitarnya. Kepekaan terhadap budaya sekitar sangat diperlukan mahasiswa perantau dalam membangun toleransi, serta rasa pengertian akan tercipta antara mahasiswa perantau dengan lingkungan setempatnya.

Alisjahbana dkk (dalam Siswanto, 2007) mencatat beberapa masalah yang harus diperhatikan oleh mahasiswa dalam kaitanya dengan penyesuaian diri dengan situasi dan status baru yang dihadapi. Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri dari beberapa masalah tersebut dapat menimbulkan tekanan mental bagi mahasiswa yang bersangkutan.

Untuk menghadapi segala tantangan yang ada di perantauan penting bagi individu dapat menyesuaikan diri dengan segala hal baru yang ia temui agar tidak mengalami masalah-masalah lain kedepannya, kemampuan dalam melakukan ini menunjukkan bahwa seseorang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik. Menurut Schneider (1964) berpendapat bahwa penyesuaian diri merupakan proses dimana seseorang berupaya keras menanggulangi maupun memahami kebutuhan

dari dalam diri, ketegangan, frustrasi, konflik, guna memperoleh keharmonisan serta keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan dari dalam dirinya sendiri. Sejalan dengan itu Jamaluddin (2020) berpendapat bahwa individu dapat dikatakan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik apabila ia mampu beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, ketika ia merasa puas dengan kehidupannya, tidak merasa stres, juga mampu terbebas dari berbagai hal yang dapat membuatnya merasa cemas. Apabila individu tidak memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik maka bisa saja ia akan memunculkan masalah-masalah lain yang dapat mempengaruhi proses pemenuhan tugas atau fase perkembangannya (Jamaluddin, 2020).

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Penyesuain Diri Mahasiswa Perantau Suku Nias Di Universitas HKBP Nommensen.”

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Penyesuain Diri Mahasiswa Perantau Suku Nias Di Universitas HKBP Nommensen.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemikiran atau pengetahuan yang baru terkait Penyesuain Diri Mahasiswa Perantau Suku Nias Di Universitas HKBP Nommensen.

1.4.2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat penelitian ini bagi siswa, diharapkan mampu memahami terkait Penyesuain Diri Mahasiswa Perantau Suku Nias Di Universitas HKBP Nommensen. Manfaat bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menjadi referensi khususnya dalam meneliti terkait penyesuaian diri mahasiswa yang merantau.
- b. Bagi Fakultas, penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan ajar dan sebagai referensi dengan topik yang sama yaitu penyesuain diri mahasiswa yang merantau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Penyesuaian Diri

2.1.1. Pengertian Penyesuaian Diri

Schneiders mengatakan (dalam Hendriati, 2006), mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya. Usaha ini bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan. Schneiders juga mengatakan bahwa orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah orang yang, dengan keterbatasan yang ada pada dirinya, belajar untuk bereaksi terhadap dirinya dan lingkungan dengan cara yang matang, bermanfaat efisien dan memuaskan, serta dapat menyelesaikan konflik, frustrasi, maupun kesulitan-kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengalami gangguan tingkah laku.

Mustafa mengatakan (dalam Desmita, 2010), pengertian luas tentang proses penyesuaian terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu tidak hanya mengubah kelakuan dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan dimana dia hidup, akan

tetapi juga dituntut untuk menyesuaikan dirinya dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka.

Penyesuaian diri merupakan suatu kelompok psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya (Ali & Asrori, 2010).

Berdasarkan berbagai definisi di atas, penyesuaian diri berarti suatu kemampuan yang melibatkan proses mental dan perilaku individu dalam menjembatani antara keinginan atau kebutuhan pribadinya dengan keinginan atau kebutuhan lingkungan dimana ia tinggal. Penyesuaian diri melibatkan respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik untuk meningkatkan keseimbangan antara kebutuhan dari dalam diri individu dan lingkungan individu berada. Secara keseluruhan, penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang terus berlangsung sepanjang hidup, dan menjadi penting dalam mencapai kebahagiaan, kesejahteraan, dan kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan.

2.1.2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Schneiders (1964) menegaskan bahwa penyesuaian diri memiliki tujuh aspek yaitu:

a. Kontrol terhadap emosi yang berlebihan.

Penyesuaian diri yang normal dapat diidentifikasi dengan relatif tidak adanya emosi yang berlebihan atau merusak. Pada orang-orang yang kurang lebih bereaksi secara normal terhadap situasi-situasi dan permasalahan-permasalahan yang muncul, selalu ada tingkat ketenangan dan kendali emosional tertentu, yang memungkinkan mereka untuk menilai situasi dengan cerdas dan mulai menyelesaikan kesulitan apa pun yang ada. Hal ini tidak berarti tidak adanya emosi, yang mungkin mengindikasikan kelainan, melainkan pengendalian emosi yang positif demi keberhasilan memenuhi tuntutan situasi.

b. Mekanisme pertahanan diri yang minimal.

Pendekatan yang lugas terhadap suatu masalah atau konflik akan lebih jelas mekanisme seperti rasionalisasi, proyeksi dan kompensasi. Ketika, misalnya, suatu upaya gagal, maka lebih merupakan hal yang normal untuk mengakui kegagalan tersebut dan mungkin mencoba lagi daripada mengambil posisi bahwa tujuan tersebut tidak sepadan dengan usaha yang dilakukan (mekanisme yang buruk). Demikian pula, kembali pada alasan rasionalisasi yang masuk akal bukanlah penyesuaian yang normal dibandingkan pengakuan jujur atas kelemahan pribadi atau kurangnya upaya yang memadai.

c. Frustrasi diri yang minimal.

Penyesuaian diri sebagian besar bebas dari rasa frustrasi pribadi. Hal ini wajar karena perasaan frustrasi membuat kita sulit dan terkadang tidak mungkin untuk bereaksi secara normal terhadap situasi atau masalah. Jika, misalnya, seorang siswa merasa sangat frustrasi dalam upaya akademik atau aspirasi sosialnya, maka akan semakin sulit baginya untuk mengatur pemikiran, perasaan, motif atau perilakunya secara efisien dalam situasi di mana ia merasa frustrasi.

d. Pertimbangan rasional dan pengarahan diri.

Penyesuaian diri yang paling menonjol adalah pertimbangan rasional dan pengarahan diri sendiri. Faktanya, antara ciri-ciri ini dan reaksi-reaksi seperti emosionalitas dan perkembangan mekanisme psikologis, terdapat hubungan terbalik yang mendasar, sehingga kehadiran salah satunya biasanya menunjukkan tidak adanya kebalikannya. Pertimbangan rasional dan emosi yang berlebihan tidak bisa berjalan seiring, mekanisme psikologis juga tidak kompatibel dengan pengarahan diri sendiri. Kemampuan manusia yang mendasar dan penting untuk memikirkan masalah, konflik, dan rasa frustrasi kita serta dengan sengaja mengatur pemikiran dan perilaku kita demi kepentingan penyelesaian kesulitan apapun yang timbul adalah jaminan paling pasti untuk penyesuaian yang normal.

e. Pertumbuhan dan perkembangan

Proses Penyesuaian diri selalu dapat dikenali dari besarnya pertumbuhan atau perkembangan yang terjadi. Penyesuaian diri ditandai dengan pembelajaran terus menerus, yang menjamin pengembangan kualitas pribadi yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan kehidupan sehari-hari.

f. Pemanfaatan pengalaman masa lalu.

Dalam proses pertumbuhan dan perubahan, pemanfaatan pengalaman masa lalu sangat menonjol. Tentu saja, ini adalah salah satu cara organisme belajar, namun hal ini merupakan kualitas yang sangat penting bagi pencapaian penyesuaian normal karena dalam banyak situasi tidak ada yang bisa menggantikan pengalaman yang menguntungkan. penyesuaian normal memerlukan, dan dapat diidentifikasi dengan penggunaan yang dibuat dari pengalaman masa lalu.

g. Sikap realistis dan objektif.

Sikap realistis dan obyektif adalah sikap yang, berdasarkan pembelajaran, pengalaman masa lalu, dan pemikiran rasional, memungkinkan kita menilai suatu situasi, masalah, atau keterbatasan pribadi sebagaimana adanya dan seberapa berharganya hal tersebut. Sikap yang realistis dan objektif bersumber pada pemikiran yang rasional, kemampuan menilai situasi, masalah, dan keterbatasan individu sesuai dengan kenyataan.

2.1.3. Proses Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2010), setidaknya melibatkan tiga unsur, yaitu:

1) Motivasi

Faktor motivasi dapat dikatakan sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. Motivasi, sama halnya dengan keutuhan, perasaan, dan emosi merupakan kekuatan internal yang menyebabkan ketegangan dan ketidak seimbangan merupakan kondisi yang tidak menyenangkan karena sesungguhnya kebebasan dari ketegangan dan keseimbangan dari kekuatan-kekuatan internal lebih wajar dalam organisme apabila dibandingkan dengan kondisi tersebut. Ini sama dengan konflik dan frustrasi yang juga tidak menyenangkan, berlawanan dengan kecenderungan organisme untuk meraih keharmonisan internal, ketentraman jiwa, dan kepuasan dari pemenuhan kebutuhan dan motivasi. Ketegangan dan ketidak seimbangan memberikan pengaruh kepada kekacauan perasaan patologis dan emosi yang berlebihan atau kegagalan mengenal pemuasan kebutuhan secara sehat karena mengalami frustrasi dan konflik. Respon penyesuaian diri, baik atau buruk, secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya organisme untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara keseimbangan yang lebih wajar. Kualitas respons, apakah itu sehat, efisien, merusak, atau patologis ditentukan terutama oleh kualitas motivasi, selain juga hubungan individu dengan lingkungan.

2) Sikap Terhadap Realitas

Berbagai aspek penyesuaian diri ditentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia disekitarnya, benda-benda, dan hubungan-hubungan yang membentuk realitas. Secara umum, dapat dikatakan bahwa sikap yang sehat terhadap realitas dan kontak yang baik terhadap realitas itu sangat diperlukan bagi proses penyesuaian diri yang sehat. Beberapa perilaku seperti anti sosial, kurang berminat dengan hiburan, sikap bermusuhan, kenakalan, dan semaunya sendiri, semuanya itu sangat mengganggu hubungan antara penyesuaian diri dengan realitas. Berbagai tuntutan realitas, adanya pembatasan, aturan, dan norma-norma menuntut individu untuk terus belajar menghadapi dan mengatur arah proses suatu hubungan yang harmonis antara tuntutan internal yang dimanifestasikan dalam bentuk sikap dengan tuntutan eksternal dari realitas. Jika individu tidak tahan terhadap tuntutan-tuntutan itu, akan muncul situasi konflik, tekanan, dan frustrasi. Dalam situasi seperti itu, organisme didorong untuk mencari perbedaan perilaku yang memungkinkan untuk membebaskan diri dari ketegangan.

3) Pola Dasar Penyesuaian Diri

Dalam penyesuaian diri sehari-hari terdapat suatu pola dasar penyesuaian diri, misalnya, seorang anak membutuhkan kasih sayang dari orang tuanya yang selalu sibuk. Dalam situasi ini, anak akan frustrasi dan berusaha menemukan pemecahan yang berguna

mengurangi ketegangan antara kebutuhan akan kasih sayang dengan frustrasi yang dialami. Boleh jadi, suatu saat upaya yang dilakukan itu mengalami hambatan. Akhirnya dia akan beralih kepada kegiatan lain untuk mendapat kasih sayang yang dibutuhkannya, misalnya dengan mengisap-ngisap ibu jarinya sendiri. Demikian juga dengan orang dewasa, akan mengalami ketegangan dan frustrasi karena terhambatnya keinginan memperoleh rasa kasih sayang, memperoleh anak, meraih prestasi, dan sejenisnya. Untuk itu, dia akan berusaha mencari kegiatan yang dapat mengurangi ketegangan yang ditimbulkan sebagai akibat tidak terpenuhi kebutuhannya. Mustafa (dalam Desmita, 2010), pengertian luas tentang proses penyesuaian terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu tidak hanya mengubah kelakuan dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan di mana dia hidup, akan tetapi juga dituntut untuk menyesuaikan dirinya dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka. Jika mereka ingin penyesuaian, maka hal itu menuntut adanya penyesuaian antara keinginan masing-masingnya dengan suasana lingkungan sosial tempat mereka bekerja.

2.1.4. Prinsip Penyesuaian Diri

Sunarto mengatakan (dalam Ali & Asrori, 2010), sesuai dengan konsep dan prinsip-prinsip penyesuaian diri yang ditujukan kepada diri

sendiri, orang lain, maupun lingkungannya maka proses penyesuaian diri dapat ditunjukkan sebagai berikut.

1. Mula-mula individu, di satu sisi, merupakan dorongan keinginan untuk memperoleh makna dan eksistensi dalam kehidupannya dan di sisi lain mendapat peluang atau tuntutan dari luar dirinya sendiri.
2. Kemampuan menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan perasaan.
3. Kemampuan bertindak sesuai dengan potensi kemampuan yang ada pada dirinya dan kenyataan objektif di luar dirinya.
4. Kemampuan bertindak secara dinamis, luwes, dan tidak kaku sehingga menimbulkan rasa aman tidak dihantui oleh kecemasan atau ketakutan.
5. Dapat bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif yang layak dikembangkan sehingga dapat menerima dan diterima lingkungan, tidak disingkirkan oleh lingkungan maupun menentang dinamika lingkungan.
6. Rasa hormat pada manusia dan mampu bertindak toleran, selalu menunjukkan perilaku hormat sesuai dengan harkat dan martabat manusia. Serta dapat mengerti dan menerima keadaan orang lain meskipun sebenarnya kurang serius dengan keadaan dirinya.
7. Kesanggupan merespon frustrasi, konflik, dan stress secara wajar, sehat, dan profesional, dapat mengontrol dan mengendalikannya sehingga dapat memperoleh manfaat tanpa harus menerima kesedihan yang mendalam.

8. Kesanggupan bertindak secara terbuka dan sanggup menerima kritik dan tindakanya yang sudah tidak sesuai lagi.
9. Dapat bertindak sesuai dengan norma yang dianut oleh lingkungannya serta selaras dengan hak dan kewajiban.
10. Secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain, dan segala sesuatu di luar dirinya sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian.

2.2. Mahasiswa Perantau

2.2.1. Pengertian Mahasiswa

Dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi (Kamus Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id). Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012). Seorang mahasiswa di kategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012).

2.2.2. Mahasiswa Merantau

Mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi sedangkan perantau adalah orang yang mencari penghidupan, ilmu

dan sebagainya di negeri lain. (Kamus Besar Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id). jadi mahasiswa perantau adalah orang yang belajar di Perguruan Tinggi dengan niatan mencari ilmu di negeri orang (di luar daerahnya).

2.3. Hasil Penelitian Terdahulu

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
1	Clarisa Patricia Lawrence dan Moh. Mudzakkir, S.Sos., M.A.	Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau Indonesia Timur di Universitas Negeri Surabaya	Beberapa masalah yang di ungkap dalam jurnal tersebut yakni 1. tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa dari Indonesia Timur saat beradaptasi dengan	mengidentifikasi bagaimana cara mahasiswa rantau Indonesia Timur ini dalam melakukan penyesuaian diri, bagaimana mahasiswa rantau Indonesia Timur yang mereka hadapi	Konsep atau kerangka teoritis yang mendasari penelitian ini yakni 1. Teori Penyesuaian Diri: Penelitian mengacu pada teori penyesuaian diri yang melibatkan tiga unsur utama, yaitu motivasi, sikap	Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yakni Penyesuaian diri mahasiswa rantau	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dengan tujuan mengidentifikasi bagaimana cara mahasiswa rantau Indonesia Timur ini dalam melakukan penyesuaian diri Teknik pengumpulan data adalah - FGD - Observasi - wawancara	Penentuan partisipan berdasarkan dari teknik Purposive Sampling, karna teknik ini dapat memberikan keleluasaan dan kemudahan peneliti dalam penelitian. Teknik pengambilan sampel non-acak dan menentukan karakteristik informan	1. Proses Adaptasi yang Menguras Tenaga: Mahasiswa rantau Indonesia Timur mengalami proses adaptasi yang membutuhkan waktu, tenaga, dan juga pengorbanan ekonomi. Mereka harus berjuang untuk beradaptasi	Keterbatasan : 1. Generalisasi: Keterbatasan dalam generalisasi temuan penelitian karena fokus pada mahasiswa rantau Indonesia Timur di Universitas Negeri Surabaya saja. Temuan yang diperoleh mungkin tidak dapat langsung diterapkan pada populasi mahasiswa rantau dari daerah lain

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			lingkungan baru, seperti perbedaan budaya, perubahan gaya hidup, pengaruh negatif dari teman sebaya, dan perlunya bertanggung jawab atas tindakan mereka 2. Kurangnya Pemahaman dan Dukungan:	seperti apa.	terhadap realitas, dan pola dasar penyesuaian diri. Teori ini 1. membantu dalam memahami bagaimana individu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan mengatasi ketegangan serta frustrasi yang muncul akibat kebutuhan yang tidak terpenuhi. 2. Teori Pengembangan		- Dokumentasi Penelitian.	penelitian, peneliti mempunyai pertimbangan tertentu dalam menentukan sampling dan tujuan tertentu. Penentuan informan ini dilakukan dengan alasan agar informan yang berkaitan dengan penelitian ini sesuai dengan kebutuhan. Keseluruhan partisipan pada penelitian ini terdapat 10 informan yang	dengan lingkungan baru dan menghadapi tantangan-tantangan yang muncul selama proses penyesuaian diri. 2. Perbedaan Individu dalam Penyesuaian: Terdapat perbedaan dalam cara mahasiswa merespon lingkungan baru. Ada yang mudah beradaptasi dan menikmati	atau di institusi pendidikan yang berbeda. 2. Subyektivitas: Partisipantivitas dalam interpretasi data dan analisis temuan karena keterlibatan peneliti dalam proses pengumpulan data dan analisis. Hal ini dapat mempengaruhi objektivitas dan kehandalan temuan penelitian. Saran 1. Melakukan Studi Komparatif:

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			Beberapa mahasiswa merasa bahwa rekan sebaya dan dosen mereka tidak sepenuhnya memahami posisi mereka sebagai minoritas, menyebabkan kesulitan dalam komunikasi dan adaptasi akademis		an Visi dan Misi: Terdapat kaitan dengan teori pengembangan visi dan misi yang mencakup identifikasi peluang dan ancaman eksternal, kekuatan dan kelemahan internal, penetapan tujuan jangka panjang, pencarian strategi alternatif, dan pemilihan			berkuliah di Universitas Negeri Surabaya (UNESA) dan dari data yang sudah dilakukan ini, di kampus UNESA lidah wetan kebanyakan mayoritas dari Nusa Tenggara Timur dan pada kampus UNESA Ketintang kebanyakan subyek Indonesia Timur berasal dari Papua.	pengalaman baru, sementara ada yang mengalami kesulitan dan memerlukan waktu lebih lama untuk beradaptasi. Faktor-faktor individu seperti karakter dan kemampuan sosial juga mempengaruhi proses penyesuaian diri. 3. Dukungan Sosial dan Interaksi:	Melakukan studi perbandingan antara mahasiswa rantau dari berbagai daerah di Indonesia untuk memahami perbedaan dan kesamaan dalam proses penyesuaian diri. Hal ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi adaptasi mahasiswa rantau dari berbagai latar belakang. 2. Memperluas

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			3. Kebudayaan dan Penyesuaian Sosial: Proses adaptasi bagi mahasiswa dari Indonesia Timur di Universitas Negeri Surabaya melibatkan kejutan budaya, perbedaan iklim, hambatan bahasa, dan kebiasaan		strategi. Mahasiswa perantau di lingkungan baru diharapkan memiliki visi dan misi untuk mencapai kesesuaian budaya akademik dengan cara mengembangkan pikiran kritis dan terlibat dalam kegiatan organisasi				Temuan menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman-teman dan lingkungan sekitar sangat penting dalam membantu mahasiswa rantau dalam proses adaptasi. Interaksi positif dengan rekan sebaya dan dosen juga berperan dalam memfasilitasi penyesuaian diri	Sampel dan Konteks: Memperluas sampel penelitian untuk mencakup lebih banyak mahasiswa rantau dari berbagai institusi pendidikan dan daerah asal. Selain itu, mempertimbangan konteks budaya yang lebih luas dan mendalam untuk memahami pengaruh budaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau.

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			yang tidak dikenal, memerlukan strategi dan pendekatan yang berbeda untuk setiap individu						mahasiswa. 4. Strategi Penyesuaian Diri: Mahasiswa menggunakan berbagai strategi untuk mengatasi tantangan dan mengoptimalkan proses adaptasi, seperti bergabung dalam kegiatan organisasi, belajar bahasa lokal, dan mencari pengalaman baru. Strategi-strategi ini	

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
									<p>membantu mereka untuk menciptakan keseimbangan dan kesesuaian dengan lingkungan baru.</p> <p>5. Keterlibatan dalam Kegiatan Akademik dan Organisasi: Mahasiswa rantau Indonesia Timur terlibat dalam kegiatan akademik dan organisasi sebagai bagian dari upaya mereka untuk</p>	

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
									mencapai kesesuaian budaya akademik di kampus. Keterlibatan ini membantu mereka untuk memperluas pengalaman dan pengetahuan yang bermanfaat.	
2	Nanda Riska, Martina, dan Farah Dineva R.	Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah	Hasil wawancara pada 6 mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri mahasiswa rantau di	Teori yang digunakan dalam penelitian ini yakni 1. Teori Penyesuaian Diri (Self-Adjustment Theory):	Variabel yang terdapat dalam penelitian ini yakni Penyesuaian diri mahasiswa Rantau	Penelitian berbentuk kuantitatif dengan deskriptif. Populasi penelitian adalah mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan	Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa rantau sejumlah 362 responden. Sebanyak 24 responden di drop out dalam penelitian	Dalam penelitian ini, temuan yang ditemukan adalah mayoritas mahasiswa rantau di Fakultas Keperawatan	Keterbatasan : 1. Penggunaan metode purposive sampling dapat mempengaruhi representativitas sampel, sehingga hasil penelitian mungkin tidak dapat secara

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
		Kuala	Kuala, didapatkan hasil bahwa seluruh mahasiswa mengatakan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri, khususnya pada semester pertama perkuliahan mulai dari penyesuaian	Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. Fokus penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat penyesuaian diri mahasiswa rantau, serta memberikan wawasan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian	Teori ini mengemukakan bahwa individu secara aktif berusaha untuk mencapai keseimbangan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan diri sendiri. Proses penyesuaian diri melibatkan pengenalan tantangan, pengembangan strategi penyelesaian		Universitas Syiah Kuala. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Sampel berupa mahasiswa yang tinggal di luar Aceh Besar dan Banda Aceh sebanyak 338 orang. Dalam penelitian ini, alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah Kuesioner Penyesuaian Diri berdasarkan konsep Haber	sehingga sampel yang digunakan sebanyak 341 responden.	Universitas Syiah Kuala memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi, yaitu sebanyak 67,8% responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau mampu mengatasi stres, konflik, dan frustrasi yang mungkin timbul akibat perubahan lingkungan dan kondisi baru saat	langsung umumkan ke populasi mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala secara keseluruhan. 2. Adanya drop out sebanyak 24 responden dapat mempengaruhi validitas dan reliabilitas data yang diperoleh. 3. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain cross-sectional, sehingga tidak dapat menunjukkan hubungan sebab-

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			makanan, mengatur keuangan, budaya dan tempat tinggal yang berbeda, bahasa, jadwal kuliah yang padat, serta merasa sedih dan rindu dengan keluarga yang jauh di kampung halaman.	diri mereka, seperti lingkungan tempat tinggal, fasilitas yang dimiliki, dan kemampuan adaptasi mahasiswa baru.	masalah, dan adaptasi terhadap perubahan lingkungan . 2. Teori Dukungan Sosial (Social Support Theory): Teori ini menekankan pentingnya dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar dalam membantu individu mengatasi stres,		dan Runyon. Kuesioner ini digunakan untuk mengukur tingkat penyesuaian diri mahasiswa rantau di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala.		merantau untuk kuliah. Selain itu, temuan juga menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti tempat tinggal, fasilitas yang dimiliki, dan jenis kelamin tidak menjadi penghambat utama dalam penyesuaian diri mahasiswa rantau.	akibat antara variabel-variabel yang diteliti. 4. Faktor-faktor lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini, seperti faktor internal individu (misalnya motivasi, self-efficacy) atau faktor eksternal (misalnya dukungan keluarga), juga dapat berpengaruh pada penyesuaian diri mahasiswa rantau. Saran : 1. Melakukan

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
					kesulitan, dan tantangan dalam penyesuaian diri					<p>penelitian lanjutan dengan desain penelitian yang lebih kompleks, seperti studi longitudinal, untuk memahami perubahan penyesuaian diri mahasiswa rantau dari waktu ke waktu.</p> <p>2. Memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan lebih banyak variabel yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri, seperti motivasi, dukungan sosial, dan self-efficacy.</p> <p>3. Menggali lebih</p>

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
										<p>dalam faktor-faktor internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa rantau, seperti pengalaman masa lalu, harapan, dan kondisi lingkungan.</p> <p>4. Meningkatkan representativitas sampel dengan menggunakan metode pengambilan sampel yang lebih representatif, seperti metode random sampling.</p> <p>5. Memperhatikan</p>

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
										faktor-faktor yang dapat meminimalkan dropout responden selama penelitian untuk memastikan validitas data yang diperoleh.
3	Johnny Ardyles, Muhammad Syafiq	Penyesuaian Diri Mahasiswa Nusa Tenggara Timur di Surabaya	Masalah yang dihadapi oleh mahasiswa dari Nusa Tenggara Timur yang belajar di Surabaya meliputi: 1.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi kesulitan yang dihadapi mahasiswa dari Nusa Tenggara Timur dalam	Teori yang digunakan yakni Teori Penyesuaian Diri (Self-Adjustment Theory): Teori ini menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses	Variabel yang terdapat dalam penelitian ini yakni Penyesuaian diri mahasiswa Rantau	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara. Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini	Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan lima partisipan yang merupakan mahasiswa Program Profesi Guru Terintegrasi (PPGT) di Universitas Negeri Surabaya angkatan 2012	Hasil analisis data wawancara dari partisipan dalam penelitian ini telah berhasil menemukan 3 (tiga) tema besar yaitu kesulitan dalam lingkungan baru, upaya	Saran yang diharapkan dari penelitian ini berdasarkan hasil yang didapatkan dalam pembahasan, antara lain : 1. Bagi Mahasiswa Luar Pulau Jawa Mematuhi peraturan yang diberlakukan oleh

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			Penyesuaian Budaya: Mahasiswa mungkin mengalami culture shock akibat perbedaan adat, tradisi, dan norma sosial antara kampung halaman mereka dan Surabaya, yang dapat menyebabkan rasa keterkejutan dan	menyesuaikan diri dengan lingkungan baru di Surabaya, serta untuk mengeksplorasi upaya penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa dan dampaknya terhadap kehidupan pribadi dan akademik mereka. Teori yang digunakan dalam	di mana individu berusaha untuk mencocokkan diri mereka dengan tuntutan dan harapan dari lingkungan sekitar. Mahasiswa perlu mengembangkan strategi penyesuaian diri yang efektif untuk mengatasi tantangan dan kesulitan dalam lingkungan baru mereka		adalah wawancara semi terstruktur. Peneliti menggunakan snowball sampling untuk pemilihan partisipan penelitian.	yang berasal dari Nusa Tenggara Timur. Berikut adalah identitas partisipan dalam penelitian ini yang diurutkan berdasarkan waktu wawancara: RMR (21 tahun, Ende) MES (21 tahun, Alor) MSA (22 tahun, Lembata) JK (23 tahun, Ende) AM (21 tahun, Alor) Partisipan dipilih	penyesuaian diri, dan dampak penyesuaian diri. Setiap individu yang memasuki lingkungan baru perlu untuk melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri adalah bagaimana cara seorang individu dapat mengikuti tata cara dan budaya yang ada di lingkungan baru.	asrama dan universitas agar mampu menyesuaikan diri dengan lebih baik di lingkungan yang baru. 2. Bagi Asrama PPG Mempertahankan peraturan yang telah diberlakukan pada mahasiswa dalam rangka pembentukan karakter dan kedisiplinan mahasiswa. 3. Bagi Penelitian Selanjutnya Peneliti selanjutnya yang

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			ketidakhadirannya . 2. Kesulitan Akademik: Mahasiswa mungkin menghadapi kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dan harapan di Surabaya, terutama jika mereka berasal dari latar	penelitian ini dari Schneiders. Schneiders (1996) berpendapat bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses kecakapan mental dan tingkah laku seseorang pada saat menghadapi tuntutan-tuntutan dari dalam dirinya sendiri maupun				menggunakan metode snowball sampling berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti, yaitu mahasiswa PPGT Unesa angkatan 2012 dari Nusa Tenggara Timur. Kesiapan partisipan untuk bergabung dalam penelitian ini dibuktikan dengan informed consent.	Schneiders (1996) berpendapat bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses kecakapan mental dan tingkah laku seseorang pada saat menghadapi tuntutan-tuntutan dari dalam dirinya sendiri maupun dari lingkungan, termasuk tuntutan kelompok maupun masyarakat.	tertarik meneliti dengan tema yang sama dapat menggali tentang faktor-faktor dan strategi penyesuaian diri serta dampaknya bagi mahasiswa yang merantau.

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			<p>belakang pendidikan dengan sumber daya terbatas atau paparan terhadap mata pelajaran tertentu .</p> <p>3. Integrasi Sosial: Tantangan dalam membangun hubungan dan koneksi sosial dengan mahasiswa</p>	<p>dari lingkungan, termasuk tuntutan kelompok maupun masyarakat.</p>					<p>Penelitian ini mengungkapkan kesulitan yang dihadapi berupa kesulitan bahasa, kesulitan interaksi, kesulitan ibadah dan kesulitan finansial.</p>	

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			lokal dapat mempengaruhi rasa memiliki dan kesejahteraan secara keseluruhan . 4. Hambatan Bahasa: Perbedaan bahasa dan variasi dialek dapat menghambat komunikasi dan pemahaman yang efektif,							

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			menciptakan hambatan dalam interaksi akademik dan sosial . 5. Dampak Psikologis: Stres dan tekanan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, bersama dengan perasaan ketidakcukupan atau inferioritas , dapat							

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			memiliki dampak negatif pada kesehatan mental dan kesejahteraan emosional mahasiswa							
4	Nirwana Permatasari, Tenriwali Rida Rahmah, dan Suryadi Tandiyuk.	Proceedings of the Interdisciplinary Conference of Psychology, Health, and Social Science (ICPHS 2021)	Penelitian ini mengkaji tantangan dan pengalaman yang dihadapi oleh mahasiswa migran dalam beradaptasi dengan	Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan penyesuaian diri mahasiswa imigran dan non-imigran selama masa transisi ke	Konsep penelitian ini didasarkan pada pemahaman bahwa mahasiswa imigran dan non-imigran mengalami tantangan yang berbeda dalam penyesuaian	Variabel X dapat diasosiasikan dengan status imigran atau non-imigran mahasiswa, sedangkan variabel Y dapat	Dalam penelitian ini, teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif. Data yang dikumpulkan dari partisipan menggunakan Student Adaptation to College	Penelitian ini melibatkan 105 responden sebagai sampel. Partisipan dipilih menggunakan metode convenience sampling, di mana mereka dipilih berdasarkan ketersediaan dan	Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri mahasiswa imigran berada dalam kategori sedang, sementara mahasiswa non-imigran berada dalam kategori	Keterbatasan : Salah satu keterbatasan dari penelitian ini adalah penggunaan metode convenience sampling dalam pemilihan sampel. Metode convenience sampling dapat menyebabkan

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
		"Overview of College Adjustment Migrant Students"	lingkungan akademis baru, terutama dalam konteks penyesuaian perguruan tinggi.	perguruan tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kemampuan penyesuaian diri mahasiswa imigran dan non-imigran dalam berbagai aspek, seperti penyesuaian sosial, emosional-pribadi, dan keterikatan dengan	diri mereka selama masa transisi ke perguruan tinggi. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan tingkat penyesuaian diri mahasiswa imigran dan non-imigran, dengan fokus pada aspek-aspek seperti penyesuaian sosial, emosional-	diasosiasikan dengan tingkat penyesuaian diri mahasiswa, yang mencakup aspek penyesuaian sosial, emosional-pribadi, dan keterikatan dengan institusi pendidikan tinggi. Dengan demikian, variabel X adalah	Questionnaire (SACQ) scale dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran tentang tingkat penyesuaian diri mahasiswa imigran dan non-imigran dalam aspek-aspek tertentu seperti penyesuaian sosial, emosional-pribadi, dan keterikatan dengan institusi pendidikan tinggi. Analisis deskriptif digunakan untuk mengidentifikasi	kemudahan akses. Dengan demikian, sampel penelitian terdiri dari 105 mahasiswa imigran dan non-imigran yang terlibat dalam penelitian ini. Jumlah responden yang cukup besar dapat memberikan representasi yang lebih baik tentang tingkat penyesuaian diri mahasiswa imigran dan non-imigran dalam	rendah. Mahasiswa non-imigran memiliki skor rendah dalam penyesuaian sosial, sementara mahasiswa imigran memiliki skor rendah dalam keterikatan dengan institusi pendidikan tinggi. Namun, baik mahasiswa imigran maupun non-imigran memiliki skor tinggi dalam	bias dalam pemilihan partisipan karena mereka dipilih berdasarkan ketersediaan dan kemudahan akses, bukan secara acak. Hal ini dapat mempengaruhi representasi keseluruhan populasi mahasiswa imigran dan non-imigran. Selain itu, keterbatasan lain mungkin terkait dengan generalisasi temuan, karena penelitian ini dilakukan di

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
				<p>institusi pendidikan tinggi.</p>	<p>pribadi, dan keterikatan dengan institusi pendidikan tinggi. Melalui pengumpulan data dan analisis yang teliti, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang lebih baik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri</p>	<p>status imigran atau non-imigran mahasiswa, sedangkan variabel Y adalah tingkat penyesuaian diri mahasiswa dalam berbagai aspek selama masa transisi ke perguruan tinggi.</p>	<p>pola-pola umum, perbedaan, dan kesamaan dalam penyesuaian diri antara kedua kelompok mahasiswa. Selain itu, penelitian ini juga melibatkan analisis kualitatif terhadap jawaban-jawaban dari pertanyaan terbuka untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman mahasiswa selama masa</p>	<p>lingkungan akademis baru.</p>	<p>penyesuaian emosional-pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa imigran dan non-imigran memiliki kemampuan yang baik dalam mengontrol emosi mereka dalam menghadapi tekanan akademis di perguruan tinggi. Penelitian ini memberikan wawasan yang berharga</p>	<p>lokasi dan waktu tertentu sehingga hasilnya mungkin tidak dapat langsung diterapkan pada populasi mahasiswa imigran dan non-imigran secara umum. Diperlukan penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat dan representatif untuk memperluas generalisasi temuan ini.</p> <p>Saran : 1. Penggunaan</p>

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
					mahasiswa imigran dan non-imigran di lingkungan perguruan tinggi.		transisi ke perguruan tinggi. Dalam penelitian ini, alat ukur yang digunakan adalah Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) scale. Alat ukur ini digunakan untuk mengukur tingkat penyesuaian diri mahasiswa dalam berbagai aspek, seperti penyesuaian sosial, emosional-pribadi, dan keterikatan		tentang tantangan dan pengalaman mahasiswa selama masa transisi ke perguruan tinggi, serta pentingnya dukungan dari berbagai pihak seperti diri sendiri, keluarga, dan teman dalam proses belajar mengajar.	metode pemilihan sampel yang lebih representatif, seperti metode random sampling, untuk memastikan bahwa sampel mencerminkan populasi mahasiswa imigran dan non-imigran secara lebih akurat. 2. Melibatkan lebih banyak variabel yang relevan dalam penelitian, seperti faktor-faktor lingkungan sosial, budaya, dan psikologis yang dapat

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
							dengan institusi pendidikan tinggi. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan beberapa pertanyaan terbuka untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman dan tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa imigran dan non-imigran selama masa transisi ke perguruan tinggi.			mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa imigran dan non-imigran. 3. Memperluas cakupan penelitian ke berbagai lokasi geografis dan institusi pendidikan tinggi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang pengalaman penyesuaian diri mahasiswa imigran dan non-imigran. 4. Menggunakan

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
										desain penelitian longitudinal untuk melacak perubahan dalam penyesuaian diri mahasiswa seiring waktu dan memahami faktor-faktor yang mempengaruhinya.
5	Untung Subroto, Linda Wati dan Monty P. Satiadarma	The document "Personal Tendency that Contributes to Self-Adjustment of Migrant	Masalah yang dibahas dalam penelitian ini yakni tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa perantau di	Tujuan untuk menemukan kecenderungan kepribadian yang mendukung mahasiswa perantau agar lebih mudah	Konsep yang dibahas dalam penelitian ini meliputi penyesuaian diri, kecerdasan, kesenjangan budaya, norma-norma sosial, dan	Dalam penelitian ini variabel X dapat diasosiasikan dengan kecenderungan kepribadian	Dalam Penelitian ini teknik analisis yang digunakan adalah regresi berganda (multiple regression) untuk mengukur kontribusi dari prediktor (variabel	Jumlah data atau sampel yang diteliti adalah sebanyak 62 partisipan mahasiswa perantau yang direkrut berdasarkan metode non probability sampling dari	Temuan yang dapat disimpulkan adalah sebagai berikut: 1. Penyesuaian diri mahasiswa perantau di lingkungan baru merupakan tantangan yang	Terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam penelitian ini, antara lain: 1. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan sampel sebanyak 62 mahasiswa perantau dari

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
		Students in Jakarta" was published in the Official Conference Proceedings of The Asian Conference on Education 2015.	Jakarta, terutama menyoroti kesulitan terkait kesenjangan budaya, norma-norma sosial, dan proses penyesuaian diri di lingkungan baru.	beradaptasi dalam lingkungan baru tempat tinggal mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menyoroti kontribusi kecenderungan kepribadian yang lebih besar daripada aspek kecerdasan dalam proses penyesuaian diri.	peran kepribadian dalam mempengaruhi proses penyesuaian sosial-emosional mahasiswa perantau di Jakarta. Dokumen juga membahas teori kepribadian Big Five (OCEAN) yang mencakup faktor-faktor seperti keterbukaan, kesungguhan,	(seperti agreeableness dan conscientiousness) dan variabel Y dapat diasosiasikan dengan penyesuaian diri sosial-emosional mahasiswa perantau di Jakarta. Variabel X (kepribadian	independen) terhadap varians penyesuaian diri sosial-emosional (variabel dependen). Dalam hal ini, kepribadian (seperti agreeableness dan conscientiousness) dan IQ digunakan sebagai prediktor untuk memprediksi varians penyesuaian diri sosial-emosional mahasiswa perantau di Departemen Psikologi	Departemen Psikologi Universitas Tarumanagara.	signifikan. Kemampuan penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor kepribadian lebih daripada faktor kecerdasan. Hal ini menunjukkan bahwa aspek kepribadian seperti kematangan emosional dan kemampuan adaptasi alami memiliki peran yang penting dalam proses penyesuaian diri mahasiswa	Departemen Psikologi Universitas Tarumanagara. Jumlah sampel yang relatif kecil ini mungkin tidak mewakili keragaman mahasiswa perantau secara keseluruhan, sehingga generalisasi temuan penelitian dapat terbatas pada populasi yang lebih luas. 2. Metode pengambilan sampel yang menggunakan non probability sampling juga

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
					ekstroversi, kesopanan, dan neurotisme.	ian) digunakan sebagai prediktor untuk mengukur kontribusi terhadap variabel Y (penyesuaian diri sosial-emosional) dalam lingkungan baru. Dengan demikian, variabel X (agreeableness dan conscienti	Universitas Tarumanagara, Indonesia. Terdapat tiga alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data, yaitu: 1. Kuesioner Kepribadian Big Five: Digunakan untuk mengukur faktor-faktor kepribadian seperti agreeableness, conscientiousness, extraversion, openness, dan neuroticism berdasarkan teori Big Five Personality.		perantau . 2. Kesenjangan budaya antara daerah asal dan lingkungan baru seperti Jakarta dapat menjadi hambatan dalam proses penyesuaian diri mahasiswa perantau. Mahasiswa yang sangat cerdas pun dapat mengalami kesulitan dalam beradaptasi ketika terdapat	dapat mempengaruhi validitas hasil penelitian. Penggunaan metode sampling yang lebih acak seperti probability sampling mungkin dapat meningkatkan representativitas sampel dan keandalan temuan penelitian. Saran : 1. Memperluas Sampel: Disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih besar dan representatif agar

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
						ousness) dapat dianggap sebagai faktor-faktor yang mempengaruhi variabel Y (penyesuaian diri sosial-emosional) pada mahasiswa perantau.	2. CFIT (Cattell's Culture Fair Intelligence Test): Digunakan untuk mengukur tingkat kecerdasan (IQ) mahasiswa perantau. 3. Skala Penyesuaian Sosial dan Emosional: Digunakan untuk mengukur tingkat penyesuaian diri sosial-emosional mahasiswa perantau di Departemen Psikologi Universitas Tarumanagara,		kesenjangan budaya yang signifikan . Oleh karena itu, pemahaman terhadap isu budaya dan pemberian dukungan emosional serta integrasi sosial menjadi kunci dalam meningkatkan pengalaman penyesuaian mahasiswa perantau . 3. Penelitian ini menyoroti pentingnya memperhatikan faktor	hasil penelitian dapat lebih umum dan dapat diaplikasikan pada populasi mahasiswa perantau secara keseluruhan. Penggunaan metode sampling yang lebih acak seperti probability sampling juga dapat meningkatkan validitas hasil penelitian. 2. Studi Komparatif: Melakukan studi komparatif antara mahasiswa perantau dengan karakteristik

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
							Indonesia.		kepribadian dalam mendukung penyesuaian diri mahasiswa perantau. Dengan memahami karakteristik kepribadian mahasiswa, pendekatan pendidikan dapat disesuaikan untuk membantu mahasiswa mengatasi tantangan penyesuaian yang mereka hadapi.	kepribadian yang berbeda untuk melihat bagaimana faktor kepribadian mempengaruhi proses penyesuaian diri mereka. Hal ini dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang peran kepribadian dalam penyesuaian diri mahasiswa perantau.

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
6	Renu Seshadri, Radhika Srinivasan, Dan Veena Kumar	Indian Journal Of Mental Health 2020 : "Self Esteem, Life Satisfaction, and Adjustment in Migrant Students"	Terdapat beberapa gap atau masalah dalam penelitian ini yakni 1. Ukuran Sampel: Meskipun studi ini melibatkan 60 mahasiswa migran (30 pria dan 30 wanita), ukuran sampel yang relatif kecil mungkin membatasi	Fokus penelitian adalah untuk memahami perbedaan yang mungkin ada antara mahasiswa migran pria dan wanita dalam hal harga diri, kepuasan hidup, dan penyesuaian. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menguji	Dalam penelitian tersebut, teori yang digunakan tidak secara eksplisit disebutkan. Namun, penelitian ini berfokus pada hubungan antara harga diri, kepuasan hidup, dan penyesuaian di antara mahasiswa migran pria dan wanita. Teori-teori yang	Variabel yang diteliti dalam penelitian adalah harga diri (self-esteem), kepuasan hidup (life satisfaction), dan penyesuaian (adjustment) di antara mahasiswa migran pria dan wanita. Penelitian	Dalam penelitian tersebut, teknik analisis yang digunakan meliputi perhitungan korelasi (r) antara dua variabel untuk memahami hubungan dan jenis hubungan di antara variabel-variabel tersebut. Data dari kuesioner dihitung secara manual dan analisis statistik lebih lanjut dilakukan menggunakan Microsoft Excel. Korelasi	Dalam penelitian tersebut, sampel penelitian terdiri dari 60 partisipan, dengan 30 pria dan 30 wanita berusia 18 hingga 21 tahun yang telah bermigrasi ke kota Mumbai untuk tujuan pendidikan. Partisipan dipilih secara acak dan dengan persetujuan mereka diharuskan mengisi kuesioner.	Dalam penelitian tersebut, temuan yang signifikan meliputi: 1. Terdapat perbedaan signifikan antara mahasiswa migran dan nonmigran dalam penyesuaian secara keseluruhan, dengan mahasiswa migran laki-laki lebih baik menyesuaikan diri dibandingkan	Keterbatasan : Beberapa keterbatasan yang mungkin mempengaruhi hasil penelitian meliputi: 1. Ukuran sampel yang relatif kecil, yaitu 60 partisipan, yang mungkin tidak mewakili populasi mahasiswa migran secara keseluruhan. 2. Penggunaan kuesioner sebagai alat pengumpulan data dapat rentan terhadap bias responden dalam memberikan

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			<p>generalisasi temuan. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan penggunaan sampel yang lebih besar untuk mendapatkan hasil yang lebih representatif.</p> <p>2. Variabel</p> <p>Tambahan: Studi ini fokus pada hubungan antara harga diri,</p>	<p>hubungan antara harga diri, kepuasan hidup, dan penyesuaian di antara mahasiswa migran.</p> <p>Tujuan dari penelitian adalah untuk memahami dan menguji hubungan antara harga diri, kepuasan hidup, dan penyesuaian di antara</p>	<p> mungkin relevan untuk penelitian ini termasuk teori-teori tentang harga diri, kepuasan hidup, penyesuaian, dan migrasi. Studi sebelumnya yang disebutkan untuk memberikan wawasan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri dan</p>	<p> ini bertujuan untuk memahami hubungan antara variabel-variabel tersebut dan apakah terdapat perbedaan antara mahasiswa migran pria dan wanita dalam hal variabel-variabel tersebut.</p>	<p> digunakan untuk memahami hubungan antara harga diri, kepuasan hidup, dan penyesuaian di antara mahasiswa migran pria dan wanita.</p> <p> Alat ukur yang digunakan adalah sebagai berikut:</p> <p>1. Untuk harga diri (self-esteem): Skala harga diri Rosenberg yang terdiri dari 10 item.</p> <p>2. Untuk kepuasan hidup</p>		<p> dengan rekan perempuan terutama dalam bidang kesehatan, sosial, dan emosional.</p> <p>2. Mahasiswa perempuan di sekolah menengah menunjukkan penyesuaian secara keseluruhan yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki.</p> <p>3. Tidak ada perbedaan signifikan</p>	<p> tanggapan.</p> <p>3. <input type="checkbox"/> Keterbatasan dalam analisis data yang hanya menggunakan korelasi untuk memahami hubungan antara variabel, tanpa mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi hasil.</p> <p>Saran : Untuk peneliti selanjutnya, beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk meningkatkan</p>

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			kepuasan hidup, dan penyesuaian. Namun, penelitian mendatang dapat mempertimbangkan faktor-faktor tambahan yang juga dapat memengaruhi kesejahteraan mahasiswa migran, seperti faktor sosial, lingkungan	mahasiswa migran pria dan wanita. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami sifat dan jenis hubungan antara variabel-variabel lainnya	penyesuaian, serta dampak migrasi terhadap harga diri dan kepuasan hidup.		(life satisfaction): Skala kepuasan hidup yang dikembangkan oleh Neugarten, Havighurst, dan Tobin yang terdiri dari 13 item. 3. Untuk penyesuaian (adjustment): Inventory Penyesuaian untuk mahasiswa yang dirumuskan oleh Prof. A.K.P. Sinha dan Prof. R.P. Singh yang terdiri dari 102 item yang digunakan untuk mengukur		antara penyesuaian kesehatan, sosial, dan emosional antara mahasiswa perempuan dan laki-laki, namun terdapat perbedaan signifikan antara penyesuaian kesehatan dan emosional antara mahasiswa kota dan desa. 4. Hasil penelitian menunjukkan hubungan	kualitas penelitian meliputi: 1. Memperluas ukuran sampel untuk mencakup lebih banyak partisipan dari berbagai latar belakang migrasi dan lokasi geografis untuk mendapatkan representasi yang lebih luas. 2. Menggunakan desain penelitian longitudinal untuk memahami perubahan dalam harga diri, kepuasan hidup, dan penyesuaian seiring waktu selama masa

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			, atau dukungan sosial. 3. Konteks Lain: Studi ini difokuskan pada mahasiswa migran di Mumbai. Penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan untuk membandingkan temuan dengan mahasiswa migran di lokasi lain				tingkat penyesuaian dalam lima area: Rumah, Kesehatan, Sosial, Emosional, dan Pendidikan.		yang signifikan antara harga diri dan penyesuaian pada tingkat 0.01 untuk wanita, harga diri dan kepuasan hidup pada tingkat 0.01, kepuasan hidup dan penyesuaian pada tingkat 0.05, serta harga diri dan penyesuaian pada tingkat 0.01 untuk pria. 5. Hasil penelitian	migrasi. 3. Memperluas variabel yang diteliti untuk memasukkan faktor-faktor tambahan yang dapat mempengaruhi harga diri, kepuasan hidup, dan penyesuaian, seperti dukungan sosial, pengalaman migrasi sebelumnya, dan faktor lingkungan. 4. Melakukan analisis statistik yang lebih kompleks, seperti regresi berganda,

No	Penulisan Jurnal	Judul Penelitian	Gap / Masalah	Topik/fokus/tujuan penelitian	Konsep/theoretical framework	Variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks /sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
			atau dengan populasi non-migran untuk memahami perbedaan yang mungkin timbul.						dapat digunakan dalam pengaturan sehari-hari seperti di sekolah, perguruan tinggi, dan kantor perusahaan.	untuk memahami kontribusi relatif dari berbagai faktor terhadap harga diri, kepuasan hidup, dan penyesuaian.

2.4. Perspektif Teoritis

Peneliti ingin mencoba memperlihatkan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau berdasarkan latar belakang tentang penyesuaian diri mahasiswa perantau itu sendiri. Penyesuaian diri mempunyai pengaruh penting pada mahasiswa perantau ketika berada di lingkungan baru. Penyesuaian diri sebagai suatu respon individu baik bersifat behavioral maupun mental dalam upaya mengatasi kebutuhan-kebutuhan dari dalam diri, ketegangan emosional, frustrasi dan konflik, serta memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan tersebut dan tuntutan norma lingkungan.

Penelitian yang dilakukan Vidyandita, Setyanto & Agustin (2017) Mahasiswa perantau cenderung memiliki masalah dalam penyesuaian sosial terlihat dari kurangnya keinginan untuk mengenal nilai, norma atau aturan baru di lingkungan baru serta kurangnya penerimaan antar individu. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Universitas Airlangga terkait dengan kemampuan adaptasi mahasiswa baru, terdapat 49% mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi yang rendah. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, mahasiswa yang tinggal di kos lebih banyak mengalami depresi berat dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal dengan orang tua. Artinya, penyesuaian diri masih menjadi masalah bagi mahasiswa khususnya mahasiswa baru yang merantau (Rahayu, Aidi, Rizki, & Mandangi, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mistari & Istikomayanti (2017) yang meneliti penyesuaian diri mahasiswa perantau dalam penelitiannya menyatakan bahwa mahasiswa perantau banyak mengalami

masalah dalam menyesuaikan diri, kurangnya rasa memiliki lingkungan baru, merasa canggung bertemu dengan mahasiswa local sehingga takut untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dan lebih tergantung dengan teman yang berasal dari satu daerahnya.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Metode penelitian adalah salah satu tahapan dalam melakukan suatu penelitian, karena pada dasarnya metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian berguna untuk menemukan, mengembangkan, dan menguji suatu kebenaran pengetahuan dengan cara-cara ilmiah. Metode penelitian memiliki tujuan untuk memperoleh informasi sesuai dengan yang terumuskan dalam permasalahan atau tujuan penelitian dalam rinciannya digunakan sesuai operasional dengan secara sistematis.

Peneliti melakukan penelitian dengan pendekatan kualitatif dan menggunakan metode Fenomenologi (*phenomenology*). Fenomenologi menyatakan bahwa upaya studi mengenai pengetahuan yang timbul dikarenakan rasa kesadaran ingin mengetahui. Objek pengetahuan berupa gejala atau kejadian-kejadian dipahami melalui pengalaman secara sadar (*conscious experience*). Fenomenologi menganggap pengalaman yang aktual sebagai data tentang realitas yang dipelajari. Kata gejala (*phenomenon* yang berbentuk jamaknya adalah *phenomena*) merupakan asal istilah fenomenologi dibentuk, dan dapat diartikan sebagai suatu tampilan dari objek, kejadian, atau kondisi-kondisi menurut persepsi (Littlejohn, 2002).

Pendekatan fenomenologi, menurut Polkinghorne (1989) dalam Creswell (2014) menggambarkan arti sebuah pengalaman hidup beberapa orang tentang

sebuah konsep atau fenomena. Orang-orang yang terlibat dalam menangani sebuah fenomena melakukan eksplorasi terhadap struktur kesadaran pengalaman hidup manusia. Menurut Cribbe (1986) dalam Creswell (2014), fenomenologi adalah suatu pendekatan dalam sosiologi yang mengidentifikasi masalah dari dunia pengalaman inderawi yang bermakna kepada dunia yang penuh dengan objek-objek yang bermakna, suatu hal yang semula terjadi dalam kesadaran individu secara terpisah dan kemudian secara kolektif, di dalam interaksi-interaksi antara kesadaran-kesadaran.

Pendekatan fenomenologi menurut Schutz digunakan untuk mengkaji cara-cara anggota masyarakat menyusun dan membentuk ulang dalam kehidupan sehari-hari (Denzin, 2009). Sedangkan menurut Husserl (1998) peneliti fenomenologis berusaha mencari tentang hal-hal yang perlu (esensial), struktur invarian (esensi) atau arti pengalaman yang mendasar dan menekankan pada intensitas kesadaran dimana pengalaman terdiri hal-hal yang tampak dari luar dan hal-hal yang berada dalam kesadaran masing-masing berdasarkan memori, image dan arti.

Berdasarkan beberapa pernyataan diatas maka peneliti menilai bahwa pendekatan kualitatif fenomenologi dianggap sebagai pilihan yang paling tepat digunakan untuk mengetahui bagaimana gambaran penyesuaian diri mahasiswa perantau suku Nias di universitas HKBP Nommensen.

3.2. Unit Analisis

Pada penelitian kualitatif, konsep dari populasi maupun sampel disebut juga sebagai partisipan penelitian atau unit analisis. Dimana satuan tertentu yang

diperhitungkan dalam penelitian yang akan dilakukan nantinya disebut dengan unit analisis. Unit analisis ini juga berkaitan dengan populasi dari partisipan atau objek yang berada pada suatu topik dari penelitian tersebut, dimana di dalam nya yang berkaitan dengan individu, kelompok maupun organisasi (Abdussamad, 2021). Dapat ditarik kesimpulan bahwa unit analisis ini adalah satuan yang akan diteliti nantinya bisa itu individu, kelompok, benda atau suatu kondisi dari latar sebuah peristiwa sosial, di mana contoh nya berikatan dengan aktivitas dari individu atau kelompok dalam lingkup partisipan penelitian yang dilakukan.

Berdasarkan penjelasan berkaitan dengan unit analisis di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa unit analisis dalam penelitian ini adalah partisipan yang akan diteliti nantinya kasusnya. Maka unit analisis dari penelitian ini adalah Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Suku Nias Di Universitas HKBP Nommensen.

3.3. Partisipan Penelitian

Menurut Moleong (dalam, Nugrahani, 2014) partisipan penelitian adalah individu dalam latar penelitian, dimana individu tersebut yang akan dimanfaatkan dalam memberikan informasi tentang suatu situasi dan kondisi berikatan dengan latar dari penelitian itu sendiri.

3.3.1. Karakteristik Partisipan Penelitian

Maka dari itu partisipan penelitian ini adalah Mahasiswa suku Nias, dengan kriteria sebagai berikut :

- a. Mahasiswa Suku Nias Yang Merantau
- b. Mahasiswa Yang Berstatus Aktif Di Universitas HKBP Nommensen

3.3.2. Jumlah Partisipan Penelitian

Menurut Lincoln dan Guba (dalam Sugiyono, 2012) penentuan sampel dalam penelitian kualitatif sangat berbeda dengan penentuan sampel dalam penelitian kuantitatif. Sampel dalam penelitian kualitatif yang dipilih berfungsi untuk mendapatkan informasi yang maksimum, bukan untuk digeneralisasikan.

Dalam penelitian ini, jumlah responden atau partisipan yang direncanakan adalah dua orang mahasiswa suku Nias perantau yang berstatus sebagai mahasiswa aktif di Universitas HKBP Nommensen.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

Berdasarkan berbagai jenis data yang dibutuhkan, dan ketersediaan sumber data yang memungkinkan penggalian informasi di lapangan, maka peneliti dapat menentukan teknik pengumpulan data yang tepat, sesuai dengan kondisi, waktu dan biaya yang tersedia, serta pertimbangan lain demi efektifnya penelitian (Nugrahani, 2014).

Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan beberapa teknik untuk mengumpulkan data, ini dipergunakan sesuai dengan tujuan penelitian dan jenis data yang ingin digali serta keadaan dari subyeknya:

1. Observasi

Sugiyono mengatakan bahwa observasi adalah dasar dari ilmu pengetahuan. Dalam penjabaran observasi merupakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap unsur-unsur yang tampak dalam suatu gejala dalam objek penelitian. Peneliti dapat menyelesaikan sebuah penelitian

berdasarkan data yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi. Oleh karena itu observasi dibutuhkan untuk memahami proses terjadinya wawancara dari hasil wawancara serta dapat dipahami sesuai konteksnya. Observasi dilakukan sesuai dengan partisipan, terlihat dari interaksi partisipan dengan peneliti, dan hal-hal yang dianggap relevan sehingga dapat memberikan data tambahan terhadap hasil wawancara, Tujuan menggunakan teknik pengumpulan data melalui observasi yaitu dapat memahami secara baik tentang konteks yang akan diteliti atau sedang diteliti, memperoleh data secara langsung yang menambah keabsahan data dan memperoleh data lapangan, serta memperdalam pengamatan dengan berbagai teknik komunikasi langsung, dialog interaktif, dan diskusi.

2. Wawancara

Dipilihnya wawancara sebagai salah satu metode pengumpulan data adalah berdasarkan pertimbangan bahwa metode ini dapat mengungkapkan hal-hal yang lebih mendalam dan detail yang tidak dapat diungkap oleh metode lain. Disamping itu dengan wawancara peneliti dapat mengembangkan pertanyaan sesuai dengan kebutuhan berdasarkan respon dari partisipan. Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu (Moleong, 2007).

Adapun alat bantu yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

a. Pedoman Wawancara

Hal ini dilakukan guna agar wawancara tidak menyimpang dari tujuan peneliti, pedoman ini juga dapat mempermudah pada tahap analisis data.

b. Lembar Persetujuan Wawancara

Lembar persetujuan wawancara digunakan agar responden mengerti tujuan wawancara, bersedia menjawab pertanyaan yang diajukan, mempunyai hak untuk mengundurkan diri dari penelitian sewaktu -waktu serta memahami bahwa hasil wawancara adalah rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

c. Alat Perekam

Alat perekam ini digunakan untuk memudahkan peneliti saat ingin mengulang kembali hasil wawancara yang telah dilakukan dan juga untuk memudahkan apabila terjadi kehilangan berkas hasil wawancara.

d. Alat Tulis

Alat yang dimaksud adalah buku tulis, pena/pulpen dan lain-lain yang berfungsi untuk menulis seluruh percakapan pada saat wawancara berlangsung.

e. Kamera /Hp

Kamera/ Hp Untuk mengabadikan momen-momen berlangsungnya wawancara ataupun kegiatan saat proses wawancara berlangsung.

3.5. Teknik Pengorganisasian Dan Analisis Data

3.5.1. Teknik Pengorganisasian

Analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini merupakan dari metode penelitian yaitu analisa kualitatif. Analisa kualitatif adalah metode penelitian yang memiliki fokus kompleks dan bersifat respondent serta menyeluruh. Menurut Patton (dalam Moleong, 2007). Analisis data adalah proses mengatur urutan data, mengelompokkannya ke dalam satu pola, kategori dan satuan uraian dalam bentuk dasar. Analisa merupakan suatu tahapan-tahapan yang dilakukan oleh peneliti yang berfungsi untuk mencari, menata, serta meningkatkan pemahaman mengenai masalah yang diambil dalam penelitian ini. Analisa dilakukan pada saat pengumpulan data dan juga setelah pengumpulan data.

1. Tahap-Tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian kualitatif dengan salah satu ciri pokok peneliti sebagai alat-alat peneliti menjadi berbeda dengan tahap-tahap penelitian kuantitatif. Adapun tahap tahap penelitian dalam kualitatif (Moleong, 2017) antara lain:

A. Tahap Persiapan Penelitian

Tahap persiapan penelitian dilakukan peneliti untuk mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam penelitian, yaitu sebagai berikut:

1) Mengumpulkan Informasi dan Teori-Teori Mengenai Penelitian

Mengumpulkan informasi berupa identitas dan latar belakang partisipan yang akan dituju. Dengan demikian informasi yang diperoleh tersebut dapat menentukan apakah individu tersebut layak menjadi partisipan penelitian atau tidak.

2) Menyusun Pedoman Wawancara

Agar wawancara yang dilakukan tidak menyimpang dari tujuan penelitian yang sudah ditentukan, maka sebelum wawancara dilakukan, peneliti terlebih dahulu menyiapkan pedoman wawancara berdasarkan teori yang ada.

3) Menghubungi Calon Responden yang Sesuai Dengan Karakteristik

Responden

Setelah peneliti memperoleh beberapa calon responden untuk menjelaskan tentang penelitian yang dilakukan dan menanyakan kesediaannya untuk berpartisipasi dalam penelitian. Apabila responden bersedia, peneliti kemudian menyepakati waktu wawancara bersama responden.

B. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Setelah tahap persiapan penelitian dilakukan, maka peneliti memasuki tahap pelaksanaan penelitian, antara lain :

1) Mengkonfirmasi Ulang Waktu dan Tempat Wawancara

Sebelum dilaksanakannya proses wawancara, peneliti mengkonfirmasi ulang waktu dan tempat yang telah disepakati sebelumnya bersama dengan responden. Konfirmasi ini dilakukan dengan tujuan agar memastikan responden dalam keadaan sehat dan tidak berhalangan dalam melaksanakan wawancara yang akan dilakukan.

2) Melakukan Wawancara Berdasarkan Pedoman

Wawancara Sebelum melakukan wawancara, peneliti meminta responden untuk menandatangani lembar persetujuan wawancara yang menyatakan bahwa responden mengerti tujuan dari wawancara, bersedia menjawab pertanyaan yang diajukan, mempunyai hak untuk mengundurkan diri dalam penelitian sewaktu-waktu, serta memahami bahwa hasil wawancara adalah rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

3) Memindai Rekaman Hasil Wawancara Kedalam Bentuk Verbatim

Setelah hasil wawancara diperoleh, peneliti memindahkan hasil wawancara kedalam data verbatim tertulis.

4) Melakukan Analisis Data

Dibuatkan salinan verbatim berulang-ulang untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas. Selain itu verbatim wawancara dipilih untuk memperoleh hasil yang relevan dengan tujuan penelitian.

5) Menarik Kesimpulan dan Saran

Setelah analisis data selesai, peneliti menarik kesimpulan untuk menjawab permasalahan, kemudian dengan memperhatikan hasil penelitian, serta kesimpulan dari penelitian. Setelah itu, peneliti mengajukan saran bagi partisipan, lingkungan yang terkait, dan bagi peneliti selanjutnya.

6) Tahap Analisis Data

Semua data yang diperoleh pada saat wawancara direkam dengan menggunakan alat perekam dan melalui persetujuan dari responden penelitian. Berdasarkan hasil rekaman tersebut, kemudian ditranskrip oleh peneliti secara verbatim untuk dianalisis. Transkrip adalah salinan wawancara dalam pita suara ke dalam ketikan di atas kertas.

2. Prosedur Analisis Data

Menurut Nugrahani (2014) Analisis data dalam penelitian kualitatif bersifat open ended dan induktif. Tahap analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan di lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain (Sugiyono, 2018).

3.5.2. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif, data diperoleh dari berbagai sumber, dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang bermacam-macam (triangulasi), dan dilakukan secara terus menerus sampai datanya jenuh. Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan.

Kegiatan analisis data pada penelitian ini terdiri dari analisis sebelum dilapangan dan selama dilapangan yang merujuk kepada analisis data versi Miles dan Huberman.

1. Analisis data sebelum di lapangan

Penelitian kualitatif telah melakukan analisis data sebelum peneliti memasuki lapangan. Analisis dilakukan terhadap data hasil studi pendahuluan, atau data sekunder, yang akan digunakan untuk menentukan fokus penelitian. Namun demikian fokus penelitian ini masih bersifat sementara, dan akan berkembang setelah peneliti masuk dan selama peneliti berada di lapangan. Jadi analisis data sebelum di lapangan ini dilakukan sebagai rencana dalam penelitian yang akan dilakukan, sehingga dalam penelitian nanti peneliti dapat mendapatkan data sesuai dengan yang diharapkan.

2. Analisis data di lapangan model Miles dan Huberman

Analisis data dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Seperti yang dijelaskan oleh Miles dan

Huberman yaitu, “aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas sehingga datanya sudah jenuh”. Aktivitas dalam analisis data yaitu :

a. Reduksi Data

Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah pada temuan. Reduksi data merupakan proses berpikir sensitif yang memerlukan kecerdasan, keluasan, kedalaman, serta wawasan yang tinggi.

b. Penyajian Data

Dalam penelitian kualitatif, penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Dengan menyajikan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan pekerjaan selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami. Jadi dengan penyajian data ini maka akan memudahkan peneliti dalam memahami apa yang terjadi dan sejauh mana data telah diperoleh, sehingga dapat menentukan langkah selanjutnya.

c. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan dapat berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal,

didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

Dalam proses analisis data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan sebuah kesimpulan merupakan suatu hal yang saling berhubungan erat.