



Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *College Adjustment* pada Mahasiswa Rantau Tingkat Satu Diploma Tiga Keperawatan Abulyatama

Savinatun Najja¹, Urip Pratama^{2*}, Ambia Nurdin³

¹⁻³Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama Aceh, Indonesia

*Email: urip_psik@abulyatama.ac.id

Alamat: Jl. Blangbintang Lama No.KM 8, RW.5, Lampoh Keude, Kec. Kuta Baro, Kabupaten Aceh Besar, Aceh, Indonesia 24415

*Penulis Korespondensi

Abstract. *First-year out-of-town students face a challenging transition period because they have to adapt to new social and academic environments, college adjustment is the key to academic success and psychological well-being, and peer social support plays a crucial role in helping the adaptation process. The purpose of this study was to determine the correlation of peer social support with college adjustment for first-year out-of-town students in the Diploma Three Nursing Study Program at Abulyatama University. This study applied a quantitative method through a cross-sectional study approach and involved 109 populations. The sample consisted of 52 respondents selected through purposive random sampling using the Slovin formula. The instruments implemented include the questionnaire MSPSS to measure peer social support, it was found that the Cronbach Alpha for the family subscale was 0.81, the friend subscale was 0.82, and other significant subscales was 0.75 and SACQ to measure the level of college adjustment, it was found that the Alpha coefficient = 0.877, while the analysis used was univariate and bivariate by applying the chi square test. The study findings are based on the test findings using Chi-Square, it is known that the p value = 0.036 (≤ 0.05). The conclusion contains a correlation between peer social support and college adjustment in first-year out-of-town students. The results of this study are expected to be input for out-of-town students to improve their ability to adjust to the campus environment by utilizing peer social support. Educational institutions are expected to provide guidance or counseling programs that support the adaptation process of new students, especially out-of-town students. In addition, further research is expected to examine other factors that influence student adjustment, such as family and environmental factors, and use more diverse research methods to enrich the research results.*

Keywords: *Chi-Square Test; College Adjustment; New Students; Psychological Well-Being; Social Support.*

Abstrak. Mahasiswa rantau tahun pertama menghadapi masa transisi yang menantang karena harus beradaptasi dengan lingkungan sosial serta akademik baru, penyesuaian diri (*college adjustment*) menjadi kunci keberhasilan akademik dan kesejahteraan psikologis, serta Dukungan sosial rekan sebaya berperan krusial terkait membantu proses adaptasi tersebut. Tujuan penelitian guna mengetahui korelasi dukungan sosial teman sebaya terhadap *college adjustment* kepada mahasiswa rantau tingkat satu di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama. Studi ini menerapkan metode kuantitatif melalui pendekatan cross sectional study serta melibatkan 109 populasi, Adapun sampel berjumlah 52 responden yang dipilih melalui purposive random sampling dengan menggunakan rumus slovin. Instrumen yang diimplementasikan meliputi kuesioner MSPSS untuk mengukur dukungan sosial teman sebaya didapatkan bahwa Cronbach Alpha untuk subskala keluarga 0,81, subskala teman 0,82, dan subskala signifikan lainnya 0,75 dan SACQ untuk mengukur tingkat *college adjustment* didapatkan bahwa coefficient Alpha = 0, 877, adapun analisa yang digunakan univariat dan bivariat dengan meanerapkan uji chi square. Temuan studi berladaskan temuan uji menggunakan Chi-Square maka diketahui p value = 0,036 ($\leq 0,05$). Kesimpulan termuat korelasi dukungan sosial teman sebaya dengan *college adjustment* pada mahasiswa rantau tingkat satu. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi mahasiswa perantau untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan kampus dengan memanfaatkan dukungan sosial teman sebaya. Institusi pendidikan diharapkan dapat menyediakan program bimbingan atau konseling yang mendukung proses adaptasi mahasiswa baru, khususnya mahasiswa perantau. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri mahasiswa, seperti faktor keluarga dan lingkungan, serta menggunakan metode penelitian yang lebih beragam untuk memperkaya hasil penelitian.

Kata Kunci: Dukungan Sosial; Kesejahteraan Psikologis; Mahasiswa Baru; Penyesuaian Diri; Uji Chi-Square.

1. PENDAHULUAN

Di awal perkuliahan, mahasiswa baru bertransisi dari sekolah menengah atas (SMA). Banyak mahasiswa baru merasa penyesuaian dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi cukup menantang, baik dalam aspek akademik, sosial, maupun emosional. Kesulitan ini terutama dirasakan oleh mahasiswa rantau yang harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru tanpa dukungan langsung keluarga, serta dituntut membangun sistem pertemanan baru dan memahami norma sosial yang berlaku (Hediati, 2020). Penyesuaian diri (*college adjustment*) menjadi kunci keberhasilan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial, karena kegagalan beradaptasi dapat memicu stres hingga gangguan psikologis (Hasanah et al., 2022). Perubahan sistem akademik di perguruan tinggi juga menuntut kemandirian dan tanggung jawab yang lebih tinggi dibandingkan masa sekolah sebelumnya (Rustham et al., 2023).

Fenomena global menunjukkan bahwa tingkat putus kuliah tahun pertama cukup tinggi, dengan rata-rata 37,9% mahasiswa, dan sekitar 30% di antaranya berasal dari mahasiswa rantau. Di Australia, 22% mahasiswa baru tidak melanjutkan kuliah, sementara di Amerika 53,5% mahasiswa mengalami stres tinggi pada tahun pertama. Hal serupa terjadi di Belanda (33%), Afrika Selatan (50%), dan Spanyol (lebih dari 50%) mahasiswa gagal menyelesaikan studi, sebagian besar di tahun pertama (Purnamasari et al., 2022). Penelitian di Ethiopia melaporkan 42,1% mahasiswa baru mengalami masalah penyesuaian diri. Sedangkan fenomena yang terjadi di Asia rata-rata tingkat putus kuliah tahun pertama mencapai 42,5% dengan mayoritas mahasiswa rantau. Studi di Universiti Putra Malaysia, Universitas Yordania Utara, dan Jimma University menunjukkan 36,8–48% mahasiswa gagal melanjutkan kuliah di tahun kedua karena kesulitan beradaptasi. Di Indonesia, angka putus kuliah tahun 2020 mencapai 7% dari 8,4 juta mahasiswa (Valdo, 2022). Penelitian (Hasanah et al., 2022) menemukan mayoritas mahasiswa baru memiliki penyesuaian diri tinggi (72,54%), namun penelitian (Lukmandar, 2020) menunjukkan mahasiswa rantau di Universitas Sahid Surakarta seluruhnya berada pada kategori sedang (56,7%) dan rendah (43,3%). Di Aceh, penelitian (Sari & Julistia, 2023) pada mahasiswa rantau Universitas Malikussaleh menunjukkan prevalensi penyesuaian diri tinggi 36%, sedang 33%, dan rendah 31%, sedangkan di Universitas Syiah Kuala ditemukan 48,7% mahasiswa beradaptasi baik dan 51,3% memiliki adaptasi rendah (Loreni, L., & Jannah, 2021).

Fenomena di atas menyoroti pentingnya mahasiswa mampu menyesuaikan diri mereka dengan tuntutan apapun yang muncul selama perkuliahan (Rahmadani & Rahmawati, 2020). Tahun pertama kuliah termasuk periode kritis yang menentukan pencapaian akademik peserta

didik di masa depan, sehingga kemampuan menyesuaikan diri sangat penting (Fattia & et al, 2024).

College adjustment dipahami sebagai proses kompleks yang mencakup aspek akademik, pribadi, sosial, dan keterikatan dengan perguruan tinggi, dengan indikator keberhasilan berupa pencapaian akademik dan pertumbuhan pribadi (Rahmadani & Rahmawati, 2020). Faktor yang memengaruhinya antara lain dukungan orang tua dan teman sebaya. Penelitian (Rufaida & Kustanti, 2018) menunjukkan korelasi yang baik dengan kontribusi dukungan teman sebaya sebesar 33,9% terhadap penyesuaian diri. Hasil penelitian (Nari et al., 2023) menemukan bahwa 73,78% mahasiswa mampu menyesuaikan diri dipengaruhi dukungan teman sebaya. Penelitian (Marandof & Serajar, 2024) juga melaporkan bahwa 76,2% mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana memiliki penyesuaian diri yang baik karena dukungan sebaya. Sebaliknya, penelitian (Gunandar et al., 2017) menunjukkan dukungan sosial orang tua hanya memberi sumbangan 10% terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Hasil serupa juga ditemukan (Area, 2024) yang melaporkan kontribusi dukungan orang tua sebesar 5,8%. Dukungan sebaya berperan dalam memberikan ikatan sosial, dorongan emosional, nasihat, serta informasi yang membantu mahasiswa menghadapi stres dan kecemasan (Zalika & Rusmawati, 2022). Teman sebaya memiliki kemampuan lebih besar untuk memengaruhi mahasiswa baru di akhir usia belasan tahun, sehingga dukungan sebaya menjadi faktor penting bagi mahasiswa rantau dalam melakukan penyesuaian diri akademik maupun sosial (Tionardi & Gunatirin, 2018).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa peran suportif dari rekan sebaya berperan signifikan terhadap kemampuan adaptasi pelajar rantau. (Tionardi & Gunatirin, 2018) di Universitas Surabaya menemukan terdapat korelasi yang signifikan dan positif antara dukungan sebaya dengan adaptasi sosial mahasiswa baru luar kota dengan nilai p sebesar 0,000. (Marandof & Serajar, 2024) di Universitas Kristen Satya Wacana juga melaporkan adanya hubungan positif pada mahasiswa rantau 3T asal Papua dengan p value 0,05. Hasil serupa dilaporkan (Rufaida & Kustanti, 2018) di Universitas Diponegoro, yang menemukan korelasi nilai p 0,05 antara dukungan teman sebaya serta penyesuaian diri pada siswa Sumatera. (Nari et al., 2023) di Universitas Kristen Satya Wacana juga melaporkan hubungan positif, meskipun relatif rendah dengan p value 0,243.

Sementara itu, hasil survei awal peneliti di Program Studi D3 Keperawatan Universitas Abulyatama tahun 2024 menunjukkan dari 190 mahasiswa baru terdapat 109 mahasiswa rantau, dan hasil wawancara dengan 10 mahasiswa rantau menemukan bahwa 7 orang mengaku belum sepenuhnya mampu menyesuaikan diri karena perbedaan lingkungan, sistem

belajar, persaingan, dan minimnya teman dekat, sedangkan 3 orang menyatakan mampu menyesuaikan diri berkat adanya dukungan sosial teman sebaya (Data Primer BAAK Universitas Abulyatama, 2024).

Berdasarkan uraian di atas yang telah dijelaskan, Peneliti ingin melanjutkan penelitian lebih dalam terkait “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *College Adjustment* pada Mahasiswa Rantau Tingkat Satu Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama”.

2. KAJIAN TEORITIS

Penyesuaian diri (*adjustment*) merupakan proses penting bagi individu untuk mencapai keseimbangan hidup melalui respon mental dan perilaku terhadap tuntutan internal maupun eksternal (Utami, 2022). Di perguruan tinggi, konsep ini dikenal sebagai *college adjustment*, yaitu kemampuan mahasiswa menyesuaikan diri secara pembelajaran, kehidupan sosial, emosional, serta keterikatan terhadap institusi pendidikan. Penyesuaian diri ini sangat penting bagi pelajar tingkat awal maupun mahasiswa perantau yang menghadapi lingkungan baru, perbedaan sistem pembelajaran, interaksi sosial, serta tekanan psikologis dan akademik yang lebih tinggi (Prastiwi & Imanti, 2022). Salah satu elemen penting yang mempengaruhi adaptasi mahasiswa adalah dukungan sosial teman sebaya. Dukungan ini mencakup bantuan informasi, emosional, dan fisik untuk membuat orang merasa dihargai dan diperhatikan. (Rahmadi, 2023). Dukungan sosial teman sebaya memiliki beberapa komponen, seperti dukungan emosional (perhatian dan kedekatan), apresiasi, fungsional (bantuan tugas atau jasa), dan informasi (saran atau umpan balik) (Yanita & Zamralita, 2001) (dalam (Rusiana, H. P., & Purqoti, 2021) Faktor yang memengaruhi dukungan ini antara lain empati, norma sosial, dan pertukaran sosial timbal balik (Myers, dalam (Nuryani, 2024).

Penelitian sebelumnya telah mengindikasikan adanya korelasi positif antara penyesuaian diri serta dukungan sosial teman sebaya. (Tionardi & Gunatirin, 2018) menemukan mahasiswa lebih nyaman menyesuaikan diri bila mendapatkan dukungan teman sebaya. (Marandof & Serajar, 2024) melaporkan mahasiswa rantau dari wilayah 3T Papua memiliki penyesuaian diri lebih baik jika dukungan teman sebaya tinggi. (Rufaida & Kustanti, 2018) menemukan hasil serupa pada mahasiswa rantau dari Sumatera, sementara (Sari & Zaini, 2024) menegaskan dukungan teman sebaya dapat meningkatkan penyesuaian akademik melalui resiliensi.

Sebagai landasan keperawatan, penelitian ini menggunakan Roy Adaptation Model (RAM) yang memandang manusia sebagai makhluk holistik dengan sistem adaptasi terhadap stimulus internal maupun eksternal. Lingkungan berperan sebagai sumber stimulus yang

menuntut individu beradaptasi agar mencapai keseimbangan dan kesejahteraan (Lestari, 2018). Dukungan sosial dari teman sebaya mempunyai dampak besar terhadap penyesuaian diri dengan lingkungan kampus bagi pelajar luar kota tahun pertama, menurut teori dan data sebelumnya. Dukungan yang memadai membantu adaptasi akademik, sosial, emosional, dan institusional secara optimal.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif melalui desain analitik serta menerapkan metodologi studi *cross-sectional* yang ditujukan guna menguji korelasi antara dukungan sosial teman sebaya terhadap *college adjustment* pada mahasiswa rantau tingkat satu Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama. Populasi pada studi ini ialah seluruh mahasiswa rantau tingkat satu Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama Tahun Ajaran 2024/2025 (109 orang). Sampel ditentukan dengan rumus *slovin* dan diperoleh 52 sampel. Metode penentuan sampel yang diimplementasikan yakni *purposive random sampling*. Dukungan sosial teman sebaya menjadi *variable independent* penelitian, serta *college adjustment* menjadi variabel dependen. Pengukuran dukungan sosial teman sebaya dilakukan dengan *Multidimensional Scale Perceived Sosial Support* (MSPSS) subskala teman sebaya (4 item, skala likert 1-7). *College adjustment* diukur dengan SACQ adaptasi (41 item, meliputi aspek sosial, akademik, emosional, serta institusional). Instrumen MSPSS memiliki reliabilitas memadai dengan *Cronbach's Alpha* subskala teman = 0,82. Instrumen SACQ memiliki koefisien *Alpha* = 0,877.

Adapun teknik pengumpulan data, data dikumpulkan melalui kuesioner online (Google Form) yang dibagikan kepada responden sesuai kriteria inklusi. Analisis univariat diaplikasikan guna meninjau distribusi frekuensi, serta analisis bivariat dilakukan melalui uji Chi-Square dengan taraf sig. $p < 0,05$. Studi ini sudah berizin dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Abulyatama. Responden diberikan penjelasan tujuan penelitian dan menyetujui partisipasi melalui *inform consent*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berlandaskan temuan studi yang dijalankan pada 10 hingga 25 Maret 2025 pada 52 orang Mahasiswa Rantau Tingkat Satu Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama dengan membagikan kuesioner menggunakan link google form. Berikut ini adalah hasil penelitiannya:

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Umum Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Asal Daerah pada Mahasiswa Rantau Tingkat Satu Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama Kabupaten Aceh Besar Tahun 2025.

(n=52)

No	Karakteristik Responden	F	%
1	Usia		
	18	25	48,1
	19	21	40,4
	20	4	7,7
	21	2	3,8
	Jumlah	52	100,0
2	Jenis Kelamin		
	Perempuan	47	90,4
	Laki-laki	6	9,6
	Jumlah	52	100,0
3	Asal daerah		
	Aceh Barat	1	1,9
	Aceh Jaya	12	23,1
	Aceh Selatan	5	9,6
	Aceh Singkil	6	11,5
	Aceh Tamiang	1	1,9
	Aceh Tengah	3	5,8
	Aceh Timur	1	1,9
	Bener Meriah	1	1,9
	Bireum	1	1,9
	Gayo Luwes	2	3,8
	Nagan Raya	3	5,8
	Pidie	2	3,8
	Pidie Jaya	5	9,6
	Simelue	7	13,5
	Sabulusalam	2	3,8
	Jumlah	52	100,0

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)

Berdasarkan tabel 4.1 di atas mayoritas responden yang usia 18 tahun sebanyak 25 orang (48,1%), mayoritas responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 47 orang (90,4%) dan mayoritas responden yang asal daerah Aceh Jaya sebanyak 12 orang (23,1%).

Analisa Univariat**Dukungan Sosial Teman Sebaya****Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Mahasiswa Rantau Tingkat Satu Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama kabupaten Aceh Besar Tahun 2025.

(n=52)

No	Dukungan Sosial Teman Sebaya	F	%
1	Sedang	15	28,8
2	Tinggi	37	71,2
Jumlah		52	100,0

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)

Berlandaskan tabel 4.2 tersebut mayoritas respondens dukungan sosial teman sebaya pada kategori tinggi sejumlah 37 orang (71,2%), Sedang sejumlah 15 orang (28,8%) serta rendah sejumlah 0 orang (0,0%).

College Adjustment**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *College Adjustment* pada Mahasiswa Rantau Tingkat Satu Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama Kabupaten Aceh Besar Tahun 2025.

(n=52)

No	College Adjutsment	F	%
1	Rendah	28	53,8
2	Tinggi	24	46,2
Jumlah		52	100,0

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)

Berlandaskan tabel 4.3 tersebut mayoritas respondens *college adjustment* pada kategori rendah sejumlah 28 orang (53,8%) serta tinggi sejumlah 24 orang (46,2%).

Bivariat**Tabel 4.** Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *College Adjustment* pada Mahasiswa Rantau Tingkat Satu Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama Kabupaten Aceh Besar Tahun 2025.

(n=52)

Dukungan Sosial Teman Sebaya	College Adjutsment		Jumlah	P Value
	Rendah	Tinggi		

	F	%	F	%	F	%	
Sedang	12	80,0	3	20,0	15	100,0	0,03 6
Tinggi	16	43,2	21	56,8	37	100,0	
Jumlah	28	53,8	24	46,2	52	100,0	

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)

Berlandaskan tabel 4.4 mengindikasikan bahwa dari 37 responden dengan dukungan sosial teman sebaya yang tinggi tergolong dalam kategori tinggi, dengan 21 responden (56,8%) tergolong dalam kategori ini, dan mayoritas penyesuaian perguruan tinggi untuk 15 responden dengan dukungan sosial teman sebaya yang sedang tergolong dalam kategori rendah, dengan 12 responden (80,0%) tergolong dalam kategori ini. Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* yang dilakukan dengan menggunakan tabel kontingensi 2x2 dan tidak didapati $cell < 5$ maka yang diambil ialah hasil continuity correction diketahui $p\ value = 0,036 (\leq 0,05)$, maka ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap *college adjustment* pada mahasiswa rantau tingkat satu diploma tiga keperawatan Universitas Abulyatama Kab. Aceh Besar.

Pembahasan

Temuan studi berdasarkan karakteristik usia mengindikasikan bahwa dari 52 sampel mayoritas responden yang usia 18 tahun sebanyak 25 orang (48,1%). Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian (Tionardi & Gunatirin, 2018), yang dilaksanakan di Universitas Surabaya didapatkan hasil bahwa dari 85 sampel sebagian besar yang usia 18 tahun sebanyak 55 orang (64,7%). Menurut hasil penelitian (Sari & Zaini, 2024), yang dilaksanakan di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, juga menemukan bahwa dari 323 sampel sebagian besar yang usia 18-22 tahun sebanyak 256 orang (79%). Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang baru masuk adalah remaja akhir. Hurlock (2002, dalam Maharania, 2023) menyatakan bahwa masa remaja akhir dimulai antara usia 18 dan 21 tahun, yang memperkuat penelitian ini. Remaja harus beradaptasi dengan perubahan norma sosial dan kebiasaan gaya hidup baru selama masa ini. Masa penyesuaian ini dianggap sebagai salah satu masa yang khusus dan sulit dalam kehidupan seseorang. Karena itu, dalam penelitian ini, peneliti memilih sampel yang berusia minimal 18 tahun. Sedangkan karakteristik berdasarkan jenis kelamin hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 52 sampel, Proporsi perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, perempuan yakni 47 orang (90,4%) sementara laki-laki 6 orang (9,6%). Temuan studi ini konsisten dengan riset (Marandof & Serajar, 2024) yang dilaksanakan di Universitas Kristen Satya Wacana, juga menemukan bahwa dari 63 sampel sebagian besar yang berjenis kelamin perempuan adalah 33 orang (52,3%). Menurut hasil penelitian (Tionardi & Gunatirin, 2018) yang dilaksanakan di Universitas Surabaya didapatkan hasil bahwa dari 85 sampel

sebagian besar yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 73 orang. Hal ini dikarenakan perempuan sering dibentuk oleh norma sosial untuk menjadi peduli, empatik, dan relasional, sehingga lebih cenderung mencari dukungan emosional dari teman sebaya saat menghadapi penyesuaian diri atau situasi baru.

Temuan studi mengindikasikan bahwa dari 37 responden dengan dukungan sosial teman sebaya tinggi berjumlah 21 responden (56,8%) tergolong dalam kategori ini, dan mayoritas penyesuaian perguruan tinggi untuk 15 responden dengan dukungan sosial teman sebaya sedang tergolong dalam kategori rendah, dengan 12 responden (80,0%) tergolong dalam kategori ini. Berlandaskan output uji Chi-Square didapat skor p value sejumlah 0,036 ($\leq 0,05$) yang mengindikasikan adanya korelasi antara dukungan sosial teman sebaya terhadap college adjustment pada mahasiswa rantau tingkat satu diploma tiga keperawatan Universitas Abulyatama Kabupaten Aceh Besar.

Riset ini konsisten dengan temuan studi yang dijalankan oleh (Rufaida & Kustanti, 2018) mengemukakan adanya sumbangan efektif antara peranan dukungan sosial teman sebaya kepada *collage adjustment* dengan p value 0,000. Berlandaskan (Nari et al., 2023) Dukungan sosial teman sebaya membuat siswa merasa dihargai, dicintai, dan diperhatikan karena dorongan, perhatian, rasa terima kasih, bantuan, dan kasih sayang yang mereka terima dari lingkungan mereka. Sementara itu, penyesuaian diri yang bisa dilakukan antara lain dengan mampu memenuhi kebutuhan diri sendiri, tidak mengganggu orang lain dalam proses penyesuaian, serta mampu bertanggung jawab terhadap masyarakat dalam lingkungan baru. Penelitian tentang dukungan sebaya terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru dari luar kota Surabaya (Tionardi & Gunatirin, 2018) di Universitas Surabaya mendukung temuan studi ini. Studi ini menemukan korelasi signifikan antara dukungan sebaya serta penyesuaian sosial, dengan nilai p sejumlah 0,000. Berlandaskan studi yang dijalankan oleh (Marandof & Serajar, 2024) yang dilaksanakan di Universitas Kristen Satya Wacana, ditemukan bahwa ada korelasi positif antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau yang berasal dari wilayah 3T daerah Papua, dengan p value 0,05, artinya, jika kemampuan seseorang mahasiswa 3T dalam beradaptasi tinggi, maka semakin tinggi pula dukungan sosial dari teman sebaya yang didapatkan. (Trisnaningtiyas et al., 2021) yang dilaksanakan di Universitas Chusairi Airlangga hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri, dengan nilai p sejumlah 0,486.

Hal ini juga didukung oleh teori Mesidor dan Sly dalam (Mafaza, et al., 2024) yang mengatakan bahwa dukungan sosial ialah satu diantara unsur yang memberi dampak kepada penyesuaian diri mahasiswa baru. Dukungan sosial ini mencakup berbagai sumber dukungan

yang dimiliki individu, seperti orang tua, saudara, sahabat, teman, tetangga, serta anggota organisasi atau komunitas. Kehadiran dukungan sosial ini membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan di lingkungan baru, serta meningkatkan kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri selama masa transisi ke kehidupan perkuliahan.

Sesuai pula dengan teori menurut Sarafino dan Smith dalam (Rahmadi, 2023) mengemukakan bahwa Empat kategori dukungan sosial dapat dibedakan: dukungan pertemanan, dukungan informasi, dukungan praktis atau bantuan konkret, dan dukungan emosional atau rasa syukur. Bantuan ini sangat penting ketika seseorang berada di bawah tekanan psikologis, misalnya akibat kesulitan dalam menghadapi tuntutan dan perubahan di lingkungan perkuliahan. Dalam konteks ini, teman sebaya dapat memberikan kenyamanan fisik, seperti menemani di saat sedih, membantu menyelesaikan tugas yang sulit, atau memberikan bantuan dalam bentuk tindakan nyata. Selain itu, mereka juga dapat memberikan kenyamanan psikologis melalui empati, kasih sayang, perhatian, penghargaan positif, serta nasihat. Bentuk dukungan tersebut membantu menciptakan perasaan diterima, hangat, dan pemahaman, sehingga pada akhirnya mempermudah seseorang dalam menghadapi masalah dengan lebih baik.

Menurut peneliti, Dukungan sosial teman sebaya dan kapasitas mahasiswa untuk beradaptasi dengan kehidupan kampus saling berkorelasi. Hal ini terjadi karena siswa yang mendapatkan dukungan dari teman sebayanya cenderung lebih mampu mengatasi stres dan tantangan di tahun pertama kuliahnya. Dukungan tersebut membantu mereka beradaptasi dengan peran baru sebagai mahasiswa, serta memengaruhi kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri terhadap penampilan akademik dan motivasi untuk menyelesaikan studi di perguruan tinggi. Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa responden pada umumnya kurang dapat beradaptasi dengan lingkungan di awal-awal perkuliahan, sehingga memiliki *college adjustment* yang rendah, karena butuh waktu dalam beradaptasi dengan lingkungan serta belum adanya dukungan sosial karena belum mengenal banyak orang (teman) yang dapat memberikan dukungan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Riset ini mengindikasikan bahwa terdapat korelasi antara dukungan sosial teman sebaya kepada *college adjustment* pada mahasiswa rantau tingkat satu diploma tiga keperawatan universitas abulyatama. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran penting dalam memfasilitasi proses penyesuaian diri mahasiswa rantau tingkat

satu. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, maka semakin baik pula kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik maupun non-akademik. Dengan demikian, keberadaan jaringan sosial sebaya menjadi faktor protektif yang mendukung kesejahteraan mahasiswa dalam masa transisi awal perkuliahan.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa interaksi sosial yang positif dengan teman sebaya mampu memperkuat rasa percaya diri, meningkatkan motivasi belajar, dan membantu mahasiswa rantau menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Hal ini menegaskan bahwa dukungan sosial bukan hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga turut mempengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam mencapai penyesuaian diri secara akademik dan sosial.

Penelitian ini juga menekankan pentingnya kesadaran mahasiswa rantau untuk bersikap adaptif dalam menghadapi perubahan lingkungan. Dukungan teman sebaya hanya akan optimal apabila mahasiswa mampu membuka diri, membangun komunikasi yang efektif, serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan akademik maupun sosial. Keseimbangan antara faktor eksternal berupa dukungan sosial dan faktor internal berupa sikap adaptif menjadi kunci keberhasilan mahasiswa dalam mencapai penyesuaian diri yang optimal di perguruan tinggi.

Saran

Saran dari penelitian ini adalah agar mahasiswa rantau mampu menjalin interaksi positif dengan teman sebaya untuk meningkatkan penyesuaian diri. Institusi pendidikan juga disarankan untuk menciptakan program orientasi, layanan konseling, dan kegiatan kelompok yang dapat mendukung adaptasi mahasiswa rantau. Disamping itu, disarankan teruntuk peneliti berikutnya guna mengkaji lebih jauh aspek-aspek yang terkait dengan college adjustment, seperti dukungan keluarga, kepribadian, dan strategi coping.

DAFTAR REFERENSI

- Area, U. M. (2024). *Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Angkatan 2022 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Skripsi Oleh : Utami Kesuma Wardhani Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Medan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Angkatan 2022 Fa.*
- Diandra Shafira Maharania, N. b, A. H. M. H. H. (2023). 1260-Article Text-3812-1-10-20231213. [http://Jurnal.Minartisi.Com/Index.Php/Jishs,2\(1\),46-51](http://Jurnal.Minartisi.Com/Index.Php/Jishs,2(1),46-51).
- Fattia, & et al. (2024). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Tingkat 1 Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama.* 61–71.

- Gunandar, M. S., Muhana, &, & Utami, S. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru yang Merantau. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 3(2), 98–109.
- Hasanah, A., Priasmoro, D. P., & Zakaria, A. (2022). Gambaran Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Prodi DIII Keperawatan Tahun Angkatan 2021 – 2022 di ITSK RS dr. Soepraoen Malang. *Journal of Borneo Holistic Health*, 5(1), 28–36. <https://doi.org/10.35334/borticalth.v5i1.2606>
- Hediati, H. D. (2020). Perilaku adaptif mahasiswa rantau fakultas psikologi Universitas Airlangga. (*Doctoral Dissertation, Universitas Airlangga*).
- Lestari, L. & R. (2018). *Falsafah dan Teori Keperawatan*. Pustaka Belajar.
- Loreni, L., & Jannah, S. R. (2021). Tingkat adaptasi mahasiswa baru terhadap pembelajaran akademik secara daring. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(3).
- Lukmandar, R. I. (2020). Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Perantauan Di Universitas Sahid Surakarta. *Jurnal Talenta*, 9(1), 79–96.
- Mafaza, Hidayati, I., & Maputra, Y. (2024). *Identifikasi Pengembangan Diri: Belajar di Perguruan Tinggi*. Deepublish.
- Marandof, K. D. B., & Serajar, D. K. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Wilayah 3T Daerah Papua. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 13(1), 61–72.
- Nari, L., Sarajar, D. K., Kunci, K., Diri, P., Sosial, D., Sebaya, T., & Rantau, M. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Asal Toraja Di Salatiga. *Jurnal Mirai Management*, 8(1), 257–265.
- Nuryani, I. (2024). *Faktor-Faktor Penentu Keberhasilan Pendidikan*. Penerbit Widina.
- Prastiwi, E., & Imanti, V. (2022). Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru IAIN Surakarta Dalam Menempuh Pembelajaran Online di Tahun Pertama Perkuliahan Selama Pandemi Covid-19 * Corresponding Author Enis Prastiwi , Vera Imanti Pendahuluan Saat ini seluruh mahasiswa di tanah air mengikuti perkuli. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 4(1), 1–18.
- Purnamasari, H., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2022). Systematic Review: A Study of College Adjustment Among First-Year Undergraduates. *Buletin Psikologi*, 30(2), 259. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.71892>
- Rahmadani, A., & Mukti, Y. R. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional : studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(3), 159. <https://doi.org/10.29210/145700>
- Rahmadi, H. (2023). *Pengantar Pendidikan Teori Dan Aplikasi*. Cv. Azka Pustaka.
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2018). The correlation between peer social support and adjustment to overseas students from Sumatra at the University of Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 6(3), 217–222.

<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/19751>

- Rusiana, H. P., & Purqoti, D. N. S. (2021). *Rekrutmen Careworker Pada Alumni Stikes Yarsi Mataram Melalui Peer Support System*. Penerbit NEM.
- Rustham, A. T. P., Ismail, N. S., & Eurika, G. (2023). College adjustment mahasiswa tahun pertama di kota makassar: self regulation sebagai prediktor. *Jurnal Mirai Management*, 8(1), 283–299.
- Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64–78. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.23190>
- Sari, D. R., & Julistia, R. (2023). Penyesuaian Diri dan Kompetensi Sosial pada Mahasiswa Perantauan. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 57–74. <https://ojs.unimal.ac.id/ijpp/article/view/10476>
- Tionardi, E. F., & Gunatirin, E. Y. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Baru yang Berasal dari Luar Kota Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 7(2), 1–12.
- Trisnaningtiyas, W., Utari, D., & Suminar, D. R. (2021). Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Hubungan Antara Konsep Diri dan Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, X(2776), 1306–1312. <https://www.researchgate.net/publication/367530183>
- Utami, N. P. (2022). *Adaptasi*. Elex Media Komputindo.
- Valdo, L. (2022). Gambaran College Adjustment Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Kedokteran Dan Hubungan Academic Adjustment Dengan Pencapaian Akademik. In *Journals of Ners Community* (Vol. 13).
- Zalika, R. D. Z., & Rusmawati, D. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren Kelas X Ma Ribatul Muta'Allimin Pekalongan. *Jurnal EMPATI*, 11(2), 72–79. <https://doi.org/10.14710/empati.2022.34426>