



**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN PENYESUAIAN DIRI
PADA MAHASISWA RANTAU DARI WILAYAH 3T DAERAH PAPUA**

Oleh

Kristianus Doni Baruna Marandof¹, Dewita Karema Sarajar²^{1,2}Universitas Kristen Satya WacanaEmail: barunamarandof@gmail.com, dewita.sarajar@uksw.edu**Abstract**

The 3T areas are the outermost areas of Indonesia and the majority of people in these areas make the decision to migrate to cities that are considered more advanced, both for work and to study. Thus, to be successful in migrating, students are required to have good adjustments to pursue education and take on the role of students who come from minority areas in the urban areas where they now live. This research aims to determine the relationship between peer social support and adjustment in overseas students from the 3T region of Papua. This research used a saturated sampling technique with the subjects involved in this research being 63 overseas students from the 3T region of Papua who had migrated to SWCU Salatiga. Data collection methods used the Student Social Support Scale (SSSS) to measure peer social support and the Student Adjustment to College Questionnaire (SACQ) adjustment. The data analysis method used is non-parametric Spearman's rho. From the results of the data analysis that has been carried out, a correlation coefficient of 0.439 is obtained with a p value of 0.001 or ($p < 0.05$). From these results it can be concluded that there is a significant positive relationship between social support from peers and adjustment in overseas students from the 3T region of Papua. Thus, if 3T students' self-adjustment is high, the higher the social support their peers have, and vice versa

Keywords: Peer Social Support, Adjustment, 3T area, Student**PENDAHULUAN**

Setiap orang memiliki hak untuk memperoleh akses pendidikan yang layak. Adapun pemerintah juga telah melakukan berbagai usaha dalam pemerataan akses pendidikan untuk masyarakat di era saat ini. Akan tetapi, kenyataan upaya akses pendidikan yang merata masih mengalami banyak hambatan dan permasalahan, utamanya di daerah 3T yakni (Terdepan, Terpencil, dan Tertinggal). Daerah 3T merupakan daerah-daerah yang paling luar dari wilayah Indonesia dan mayoritas masyarakat di daerah tersebut mengambil keputusan untuk merantau ke kota yang dianggap lebih maju baik untuk bekerja maupun untuk menuntut ilmu (Tim Humas Universitas Islam An Nur Lampung, 2023). Salah satu diatantara sekian banyaknya mahasiswa terdapat mahasiswa yang berasal dari pulau Papua, kabupaten-kabupaten seperti

Nduga, Pegunungan Bintang, dan Asmat merupakan beberapa contoh daerah yang termasuk dalam kategori 3T. Akibat dari kondisi ini banyak mahasiswa asal Papua yang merantau ke kota-kota besar di Indonesia, terutama di Pulau Jawa untuk melanjutkan pendidikan perguruan tinggi.

Salah satu daerah yang menjadi tujuan mahasiswa rantau adalah Universitas Kristen Satya Wacana yang terletak di Kota Salatiga. Menurut Sebagai salah satu universitas swasta tertua di Indonesia, Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) juga dikenal sebagai "Kampus Indonesia Mini" karena banyak mahasiswa/i yang berasal dari seluruh penjuru Indonesia. Keberagaman suku, adat dan budaya Indonesia berkumpul di UKSW bergandengan tangan dalam mengembangkan dan memajukan dunia pendidikan. Adapun populasi mahasiswa aktif tahun ajaran 2023/2024 mencapai 15.395



mahasiswa/i, diantaranya hanya terdapat 0,4% atau 63 mahasiswa rantau angkatan 2020 dan 2021 dari wilayah 3T yang berasal dari daerah Papua yaitu Kab. Asmat, Kab. Biak Numfor, Kab. Jayawijaya, Kab. Keerom, Kab. Mappi, Kab. Mamberamo Tengah, Kab. Merauke, Kab. Nabire, Kab. Pegunungan Bintang, Kab. Puncak Jaya, Kab. Supiori, Kab. Tolikara, Kab. Waropen, Kab. Yahukimo dan Kab. Yalimo. Namun kampus Indonesia Mini menjadi wahana di mana mahasiswa dan dosen bersama-sama menjalani pelatihan untuk tetap peka terhadap perubahan dan memahami kerangka keragaman.

Disamping itu, keputusan untuk merantau bagi individu yang berasal dari daerah 3T tentu bukan menjadi keputusan yang mudah, mahasiswa perantau bertujuan meraih kesuksesan dengan mendapatkan pendidikan berkualitas di bidang yang diinginkannya (Rufaida, dkk., 2018). Mahasiswa ingin merantau untuk mendapatkan pendidikan lebih baik, merasakan kebebasan dari kendali orang tua, mengeksplorasi pengalaman baru, mengenal adat dan budaya daerah baru, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta melatih kemandirian diri (Sitorus, 2013). Sehingga dalam proses merantau, mahasiswa akan menghadapi tantangan berupa beradaptasi dengan budaya, pendidikan, dan lingkungan baru yang tidak mereka kenal sebelumnya (Hediati, 2020). Mahasiswa perantau mengalami penyesuaian baru, seperti ketiadaan orang tua, perbedaan dalam sistem pertemanan, dan komunikasi dengan teman baru, serta penyesuaian terhadap norma sosialisasi di lingkungan tersebut, sebagaimana disebutkan oleh Hurlock (Hediati, 2020). Ketika mahasiswa merantau, strategi belajar mereka mengalami perubahan signifikan dalam proses penyesuaian, seperti harus mengandalkan teknologi pembelajaran, memanfaatkan fleksibilitas waktu, menggunakan bahasa dialek yang berbeda, dan mengembangkan keterampilan multikultural. Oleh karena itu, mahasiswa perantau menggabungkan fleksibilitas dan kreativitas dalam strategi

belajar untuk mengatasi tantangan baru di lingkungan yang berbeda. Dengan demikian, untuk berhasil dalam merantau, mahasiswa dituntut memiliki penyesuaian diri yang baik untuk mengejar pendidikan dan mengambil peran sebagai mahasiswa yang berasal dari wilayah minoritas di perkotaan tempat mereka tinggal sekarang (Lioni, dkk., 2021).

Menurut Baker dan Siryk (1984) penyesuaian diri adalah proses di mana seseorang beradaptasi dan mengatasi tuntutan dan tekanan dari lingkungan baru, seperti perguruan tinggi, dengan cara yang efektif dan sehat. Secara ideal, mahasiswa baru yang hidup di perantauan membutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi agar ia mampu menjalani perkuliahan serta menghadapi tantangan maupun tuntutan dengan baik. Akan tetapi, tidak semua mahasiswa baru yang hidup di perantauan mampu menyesuaikan diri dengan baik dan cepat dikarenakan masa ini merupakan masa peralihan dari masa SMA menuju perguruan tinggi sekaligus hidup di lingkungan baru yang memberikan tekanan lebih tinggi dan menghambat proses penyesuaian diri dalam diri individu (Widihapsari & Susilawati, 2018). Pritaningrum dan Hendriani (2013) mengatakan bahwa individu yang kurang mampu dalam menyesuaikan diri umumnya menunjukkan ciri-ciri dimana ia seringkali menjauhkan diri dari lingkungan pergaulan dan seringkali menyendiri, seringkali melamun atau merasakan suasana hati yang kurang baik. Individu juga seringkali melupakan jadwal makan dan istirahat dengan baik, kurang mampu merespon orang lain di sekitarnya dengan baik, kurang mampu mengikuti perkembangan proses belajar dan informasi terbaru di lingkungan. Hambatan dalam penyesuaian diri juga mengakibatkan individu kurang mampu berpartisipasi secara aktif dalam kelompok, serta merasakan tekanan tinggi dari lingkungan tersebut dan menjadikannya cenderung pendiam (Maimunah, 2020). Hal ini didukung oleh survey yang dilakukan Nur (2015) di Universitas Padjadjaran (UNPAD) menunjukkan bahwa sekitar 60% mahasiswa



mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik. Faktor-faktor utama yang menyebabkan kesulitan ini antara lain adalah kesulitan dalam menyelesaikan tugas akademik, sulit menjalin hubungan dengan teman baru, kurang terbiasa dengan sistem perkuliahan, dan ketergantungan yang masih tinggi pada orang tua. Temuan serupa juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Shafira (2015), di mana sekitar 56.6% mahasiswa baru mengalami perasaan sedih, kesepian, dan ketakutan saat pertama kali tinggal jauh dari orang tua. Mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tua dihadapkan pada tuntutan untuk dapat mengatur hidup sendiri, menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan kegiatan baru, serta menghadapi perubahan budaya dari lingkungan asal ke lingkungan tempat tinggal baru. Adapun fenomena lain yang menunjukkan bahwa situasi baru yang dihadapi oleh mahasiswa perantauan seperti perbedaan budaya dan lingkungan misalnya cuaca, hubungan interpersonal, rasa makanan, gaya berpakaian, perkembangan ekonomi, sistem pendidikan dan pengajaran, transportasi umum, peraturan dan tradisi memberikan pengaruh terhadap hambatan penyesuaian diri pada diri mahasiswa perantauan terutama yang berasal dari daerah 3T (Siregar & Kustanti, 2020).

Adapun wawancara awal yang peneliti lakukan pada mahasiswa UKSW yang berasal dari wilayah 3T maka hasil yang didapatkan yaitu, KU yang berasal dari kab. Jayawijaya, SU yang berasal dari kab. Pegunungan Bintang, DA yang berasal dari kab. Puncak Jaya bahwa saat ini masih kesulitan dalam menyesuaikan diri hal ini terlihat dari beberapa aspek seperti aspek kognitif menjadi perhatian utama, dimana mereka menghadapi kesulitan menyesuaikan diri dengan kurikulum dan teknologi yang diterapkan di lingkungan akademik mereka. Selain itu, aspek emosional juga menjadi kendala yang signifikan, dengan mahasiswa-mahasiswa tersebut mengungkapkan bahwa mereka merasa kurang

mampu mengelola perasaan dan stres akademik. Aspek sosial juga menjadi hambatan, dengan kesulitan berinteraksi dan beradaptasi di lingkungan sosial kampus yang berbeda dari lingkungan 3T tempat mereka berasal. Aspek fisik, terutama penyesuaian dengan kondisi suhu cuaca yang berbeda, juga menjadi tantangan tersendiri. Mereka juga menyoroti bahwa dukungan sosial yang mereka terima saat ini masih kurang memadai. Dalam konteks ini, aspek dukungan emosional jarang diperoleh seperti kehadiran seseorang untuk menyediakan pendengaran dan pengertian, begitu juga dengan dukungan instrumental seperti bantuan fisik atau material yang hanya sedikit orang yang bersedia memberikannya. Dukungan informasi juga terbatas dengan keterbatasan sumber pengetahuan yang dapat diakses, dan dukungan persahabatan pun minim karena kelompok sosial lebih cenderung membiarkan mereka sendiri tanpa interaksi yang mendalam.

Menurut Werner (dalam Mufidah, dkk., 2017) ketika individu mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri ia cenderung menyandarkan sumber kekuatan pada keluarga, teman sebaya atau lingkungan sekitar. Apabila individu merasa mendapatkan dukungan sosial yang cukup seperti merasa diterima, dihargai secara positif, ia cenderung mampu mengembangkan sikap positif atas diri sendiri dan mampu bangkit dari situasi yang kurang menyenangkan seperti pada kasus mahasiswa yang hidup di perantauan yang berasal dari daerah 3T. Kondisi ini tentu menjadi kondisi yang sangat sulit karena ketimpangan yang dirasakan dari tempat tinggal lama yang tercatat ialah daerah 3T menuju daerah perkotaan dengan lingkungan yang bebas dan fasilitas maju. Meskipun perkotaan menyediakan berbagai fasilitas dan akses yang serba mudah, individu akan merasakan keterkejutan dan kondisinya yang jauh dari keluarga akan dianggap sebagai bentuk tekanan tersendiri mengingat hidup sebagai mahasiswa baru juga telah memberi banyak tekanan lain. Menurut



Sarafino (2011) dukungan sosial merupakan persepsi individu pada rasa kenyamanan, perhatian, penghargaan, informasi ataupun bantuan yang diterima dari orang lain. Dukungan sosial baik dari keluarga, teman sebaya, atau pasangan menjadi sebuah hal yang penting agar individu mampu melewati fase *stress* ini (Setiawan & Pratitis, 2015).

Menurut Zimet dkk (1988), dukungan sosial dapat dianggap sebagai faktor yang berkontribusi negatif jika tidak terdapat penyesuaian diri individu, karena kurang memberikan dukungan yang diperlukan terhadap individu untuk menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. sehingga dukungan tersebut dapat memberikan pengaruh juga terhadap kondisi kesehatan mental dalam diri mahasiswa tersebut. Hal ini juga secara tidak langsung akan berisiko memunculkan hambatan dan permasalahan dalam lingkup akademik maupun non-akademik misalnya produktivitas, maka akan memberikan pengaruh juga terhadap kondisi kesehatan mental dalam diri mahasiswa tersebut. Hal ini juga secara tidak langsung akan berisiko memunculkan hambatan dan permasalahan dalam lingkup akademik maupun non-akademik misalnya produktivitas rendah, kurang disiplin, mengisolasi diri dari lingkungan dan putus asa hidup dalam perantauan (Alnadi & Sari, 2021). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tionardi (2019) mengenai dukungan sosial dari teman sebaya terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru luar kota Surabaya menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Susanto & Indrawati (2020), ditemukan bahwa ada korelasi positif antara dukungan sosial dari teman sebaya dan penyesuaian diri di kalangan siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen. Dukungan dari teman sebaya telah terbukti memberikan sumbangan efektif sebesar 49,7% terhadap penyesuaian diri. Lalu penelitian Zalika & Rusmawati (2022) menyimpulkan bahwa terdapat korelasi positif antara dukungan sosial dari teman sebaya dan penyesuaian diri

pada siswa kelas X Pondok Pesantren MA Ribatul Muta'allimin Pekalongan. Ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dari teman sebaya, semakin tinggi tingkat penyesuaian diri siswa, dan sebaliknya.

Dalam konteks ini, penjelasan mengenai kaitan antara dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri pada mahasiswa 3T menjadi penting. Menyadari fenomena yang terjadi mahasiswa 3T yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik yang berat, terutama jika mereka berasal dari lingkungan yang berbeda, memerlukan dukungan sosial untuk membantu mereka mengatasi tekanan psikologis yang mungkin timbul. Dukungan sosial, terutama dari teman sebaya, dapat berperan sebagai faktor penyeimbang yang membantu mahasiswa 3T menghadapi tantangan dan kondisi sulit yang mereka alami. Teman sebaya bisa memberikan dukungan emosional, informasional, dan bahkan dukungan instrumental, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan penyesuaian diri mahasiswa 3T di lingkungan akademik yang baru. Apabila mahasiswa 3T tidak dapat memandang kondisinya sebagai suatu hal yang positif, ia tidak akan mampu untuk menghadapi tantangan dan terlepas dari kondisi yang dihadapinya (Prabowo, 2016). Selain itu, belum banyak penelitian yang membahas antara hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa 3T, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri terutama pada mahasiswa 3T daerah Papua yang sedang di lingkungan akademik UKSW.

LANDASAN TEORI

A. *Penyesuaian diri*

Definisi Penyesuaian Diri

Schneiders (1964) berpendapat bahwa penyesuaian diri adalah proses di mana individu menunjukkan kematangan yang lebih baik dalam merespon kebutuhan lingkungan. Calhoun & Acocella (1995) menyatakan bahwa



penyesuaian diri adalah interaksi terus-menerus individu dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitarnya. Sunarno dan Hartono (2022) menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai keseimbangan dalam diri dan dengan lingkungan sekitarnya. Proses penyesuaian diri ini berlangsung sepanjang hidup (*lifelong process*), di mana manusia terus berupaya menghadapi tekanan dan tantangan hidup untuk mencapai kesejahteraan pribadi. Santrock (2017) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses dinamis dimana individu berusaha untuk mencapai keselarasan atau keseimbangan dengan tuntutan lingkungan mereka. Menurut Samani dan Sohrabi (2016) penyesuaian diri adalah proses di mana organisme berusaha mencapai keseimbangan baru dengan merespons perubahan di dalam atau di luar dirinya, baik yang berasal dari faktor internal maupun eksternal. Adapun menurut Baker dan Siryk (1984) mengemukakan penyesuaian diri adalah proses dimana seseorang beradaptasi dan mengatasi tuntutan dan tekanan dari lingkungan baru, seperti perguruan tinggi dengan cara yang efektif dan sehat.

Dengan merujuk pada beberapa definisi yang telah disampaikan oleh para ahli, maka peneliti menggunakan konsep yang dikemukakan oleh Baker dan Siryk (1984) mengemukakan penyesuaian diri adalah proses dimana seseorang beradaptasi dan mengatasi tuntutan dan tekanan dari lingkungan baru, seperti perguruan tinggi dengan cara yang efektif dan sehat.

1. Aspek-aspek penyesuaian diri

Menurut Baker (dalam Herdiansyah, 2021) menyatakan bahwa terdapat empat aspek penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi, yaitu sebagai berikut:

a. Penyesuaian Akademik (*Academic Adjustment*)

Penyesuaian akademik bisa terlihat dari berbagai aspek seperti motivasi mahasiswa dalam memilih perguruan tinggi, partisipasi dalam tugas kuliah,

penerapan motivasi dalam prestasi akademik, kesuksesan akademik, dan tingkat kepuasan terhadap lingkungan akademik di institusi pendidikan tinggi.

b. Penyesuaian Sosial (*Social Adjustment*)

Penyesuaian sosial melibatkan prestasi dan partisipasi mahasiswa dalam aktivitas sosial, hubungan dengan berbagai pihak di institusi pendidikan tinggi, adaptasi dari lingkungan dan perpindahan dari rumah sebelumnya, serta tingkat kepuasan terhadap lingkungan sosial di perguruan tinggi..

c. Penyesuaian Personal-Emosional (*Personal-Emotional Adjustment*)

Penyesuaian personal-emosional melibatkan kesejahteraan psikologis dan fisik yang dialami oleh mahasiswa. Ini mencakup perhatian terhadap kondisi psikologis dan gejala fisik yang mungkin terjadi selama proses adaptasi di lingkungan perguruan tinggi.

d. Kelekatan Institusional dan Komitmen terhadap Tujuan (*Goal-Commitment Institutional Attachment*)

Kelekatan institusional melibatkan tingkat kepuasan mahasiswa terhadap pengalaman mereka secara keseluruhan di perguruan tinggi, termasuk kepuasan terhadap program studi yang diikuti. Kelekatan institusional juga mencakup komitmen terhadap tujuan pendidikan yang sedang dikejar.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Career Adaptability*

Baker (2002, dalam Herdiansyah, 2021) menjelaskan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi dapat dikelompokkan menjadi karakteristik mahasiswa dan karakteristik lingkungan, yaitu sebagai berikut:

a. Karakteristik Mahasiswa

1. Kesehatan Mental dan Fisik (*Mental and Physical Health*)



Kondisi mental dan fisik yang sehat mahasiswa berkontribusi pada penyesuaian yang baik di perguruan tinggi. Sebaliknya, gangguan kesehatan mental atau fisik dapat menjadi hambatan, terutama pada penyesuaian personal-emosional dan akademik.

2. Penghargaan Diri atau Penilaian Diri (Self-Regard or Self-Appraisal)

Penghargaan atau penilaian diri mahasiswa memainkan peran kunci dalam menentukan efektivitas penyesuaian di perguruan tinggi. Mahasiswa dengan *self-esteem*, *self-confidence* atau *self-concept* yang tinggi cenderung menyesuaikan diri lebih efektif.

3. Karakteristik Kognitif

a) Kognisi Kausalitas (*Cognition of Causality*)

Mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal cenderung lebih baik dalam penyesuaian. Gaya atribusi negatif dapat menghambat penyesuaian.

b) Karakteristik Intelektual

1) Mahasiswa dengan pemikiran terorganisir (*organized thinking*) cenderung menyesuaikan diri baik, terutama dalam aspek penyesuaian akademik.

2) Tingkat bakat skolastik yang tinggi berkorelasi dengan penyesuaian yang baik di perguruan tinggi.

3) Kemampuan mahasiswa dalam mengatasi stres (*coping with stressors*) mempengaruhi penyesuaian, dengan mahasiswa yang memiliki strategi koping aktif cenderung menyesuaikan diri lebih baik.

b. Karakteristik Lingkungan

1. Peristiwa kehidupan yang signifikan atau penuh tekanan (*Significant or Stressful Life Events*); mahasiswa dapat mengalami stres karena peristiwa hidup yang signifikan, seperti kurangnya dukungan sosial, konflik dan perbedaan budaya.

2. Karakteristik keluarga (*Family Characteristics*); Keberfungsian keluarga, otonomi dan keintiman keluarga berpengaruh pada penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi.

3. Dukungan sosial (*Social Support*); dukungan sosial baik dari keluarga maupun teman memiliki dampak positif pada penyesuaian di perguruan tinggi. Semakin besar dukungan sosial, semakin baik penyesuaian diri mahasiswa.

Karakteristik Institusi (*Institutional Characteristics*); faktor-faktor seperti aturan, organisasi, pelayanan, tipe perguruan tinggi dan lainnya juga mempengaruhi penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi.

B. *Dukungan Sosial Teman Sebaya*

1. Definisi Dukungan Sosial Teman Sebaya

Manusia sebagai entitas sosial tidak mampu menjalani hidup secara independen tanpa dukungan dari individu lainnya. Kebutuhan akan hal-hal seperti sandang, pangan, tempat tinggal, interaksi sosial, pengakuan, pendidikan, dan pekerjaan, bersama dengan kebutuhan psikologis seperti rasa ingin tahu, rasa aman, dan perasaan religiusitas, tidak dapat dipenuhi tanpa bantuan dari orang lain. Menurut Sarason (2010) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dan orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Lalu pendapat para ahli lainnya yaitu Baron & Byrne (2003) mengemukakan dukungan sosial dapat diperoleh baik dari teman, keluarga, pasangan, atau orang lain di sekitar individu.



Sarafino (2007) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan persepsi individu pada rasa kenyamanan, perhatian, penghargaan, informasi ataupun bantuan yang diterima dari orang lain. Sementara King (2012) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah informasi yang berasal dari luar individu yang menunjukkan adanya perhatian, bentuk penghargaan, penghormatan, rasa cinta, dan keterlibatan dalam segala komunikasi didalamnya. Adapun pendapat Taylor (dalam King, 2012) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dihormati dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi serta kewajiban yang timbal balik. Menurut Malecki & Elliott (1999) dukungan sosial merupakan sikap atau perilaku positif dari seseorang yang mencakup empat jenis dukungan yaitu emosional, instrumental, informasional dan penilaian yang diberikan oleh orang tua, guru, teman sebaya dan teman dekat.

Dari konsep-konsep tersebut, dapat disadari betapa krusialnya peran dukungan sosial bagi seseorang, terutama ketika mengalami situasi yang menegangkan seperti mahasiswa dari luar kota yang merasa tidak nyaman tinggal sendirian dan terpisah dari lingkungan asalnya. Maka peneliti menggunakan konsep yang dikemukakan oleh Malecki & Elliott (1999) dukungan sosial merupakan sikap atau perilaku positif dari seseorang terutama teman sebaya dan teman dekat.

2. Aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya

Malecki & Elliott (1999) menyatakan bahwa terdapat empat aspek penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi, yaitu sebagai berikut:

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional adalah bentuk dukungan yang berfokus pada perasaan dan hubungan emosional antara individu. Ini mencakup ekspresi kasih sayang,

perhatian dan dukungan emosional dari orang lain. Misalnya, ketika seseorang mengalami kesulitan atau stres, dukungan emosional dapat muncul dalam bentuk mendengarkan dengan penuh perhatian, memberikan semangat atau bahkan menyediakan bahu untuk bersandar.

b. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental melibatkan tindakan nyata atau bantuan konkret yang diberikan kepada seseorang untuk membantu mereka mengatasi masalah atau kesulitan. Ini bisa mencakup bantuan fisik, materi atau sumber daya. Contohnya mungkin adalah teman yang membantu secara fisik dalam pindahan atau keluarga yang memberikan dukungan keuangan ketika diperlukan.

c. Dukungan informasional

Dukungan informasional terkait dengan memberikan informasi, saran, atau panduan kepada seseorang untuk membantu mereka mengatasi masalah atau situasi tertentu. Dukungan ini dapat membantu individu membuat keputusan yang informasional dan bijaksana. Sebagai contoh, guru yang memberikan panduan akademis kepada siswa atau teman yang memberikan saran praktis mengenai suatu masalah.

d. Dukungan penilaian

Dukungan penilaian melibatkan memberikan evaluasi positif atau penghargaan terhadap individu. Ini menciptakan rasa penghargaan terhadap prestasi atau kualitas positif seseorang. Misalnya, ketika seorang anak menerima pujian atas usaha mereka di sekolah atau saat teman memberikan apresiasi terhadap kontribusi yang berharga.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan penelitian secara kuantitatif, dimana data yang diperoleh



cenderung berupa angka sehingga analisis yang digunakan menggunakan perhitungan statistik yang baku. Sementara jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional, dimana metode ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri. Maka dari itu peneliti memilih penelitian korelasional untuk mengukur hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau 3T.

Participants

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau yang berasal dari Papua yang termasuk wilayah 3T. Berkaitan dengan hal tersebut adapun kriteria subjek yaitu mahasiswa rantau yang masih aktif berkuliah di Universitas Kristen Satya Wacana, berasal dari wilayah 3T daerah Papua, tinggal di (asrama, kos atau kontrakan) dan sedang berada di Salatiga. Adapun jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 63 orang mahasiswa rantau angkatan 2020 dan 2021 yang berasal dari wilayah 3T daerah Papua.

Instrumen

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu teknik sampling jenuh. Menurut Sugiyono (2014) Teknik sampling jenuh adalah teknik penentuan bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Maka dari itu, Penulis memilih sampel menggunakan teknik sampling jenuh karena jumlah populasi yang relatif kecil. Sehingga sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 63 orang.

Data Analysis

Analisis data yang digunakan adalah analisis statistik, data yang diperoleh akan diuji menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas. Setelah instrumen dinyatakan valid dan dapat dipercaya, selanjutnya akan dilakukan Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang tersebar berdistribusi normal atau tidak, model regresi yang baik adalah memiliki nilai residual yang berdistribusi normal. Kemudian peneliti juga akan melakukan uji linieritas untuk mengetahui apakah data yang

digunakan dalam penelitian ini bersifat linear atau tidak. Kemudian, akan dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi ini menggunakan uji kolerasi *non parametric spearman's rho* yang dibantu oleh program *Software IBM SPSS Statistic 25*. untuk melihat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari wilayah 3T daerah Papua

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Partisipan Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa strata 1 yang masih aktif berkuliah, mahasiswa rantau dari Wilayah 3T daerah Papua yang masih aktif berkuliah di Universitas Kristen Satya Wacana. Jumlah responden yang didapatkan berjumlah 63 mahasiswa yang terdiri dari 33 perempuan dan 30 laki-laki. Data karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Informasi	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	30	47,6%
	Perempuan	33	52,3%
Total		63	100%
Fakultas	FKIK	23	36,5%
	FKIP	20	31,7%
	FPSI	8	12,7%
	FEB	10	15,8%
	FTI	1	1,5%
	FISKOM	1	1,5%
Total		63	100%
Asal Daerah	Pegunungan Bintang	25	39,7%
	Merauke	8	12,7%
	Puncak Jaya	12	19%
	Jayawijaya	11	17,4%
	Nabire	7	11,1%
Total		63	100%



Analisis Deskriptif

Tabel 2. Hasil Analisis Deskriptif Dukungan Sosial Teman Sebaya

Interval	Kategori	Mean	N	Prosentase (%)
$X < 47,0$	Rendah		1	1,6
$47,0 \leq x < 52,7$	Sedang	49,92	48	76,2
$52,7 \leq x$	Tinggi		14	22,2
Total			63	100 %
		SD = 2,853	Min = 46	Max = 58

Berdasarkan data pada tabel kategorisasi 2 di atas, menunjukkan tingkat kecemasan sosial dari 63 partisipan yang terbagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Pada kategori rendah menunjukkan persentase sebesar (1,6%) dengan frekuensi sebanyak 1 orang. Kemudian pada kategori tinggi menunjukkan persentase sebesar (22,2%) dengan frekuensi 14 orang. Jika kita melihat dari data di atas rata-ratanya adalah 49,92 dengan standar deviasi sebesar 2,853. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa, Dukungan social teman sebaya berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 76,2%.

Tabel 3. Hasil Analisis Deskriptif Penyesuaian Diri

Interval	Kategori	Mean	N	Prosentase (%)
$x < 158,2$	Rendah		2	3,2
$158,2 \leq x < 174,2$	Sedang	166,26	53	84,1
$174,2 \leq x$	Tinggi		8	12,7
Total			63	100 %
		SD = 166,26	Min = 157	Max = 191

Berdasarkan Data pada tabel 3 di atas, menunjukkan tingkat penyesuaian diri dari 63 partisipan yang terbagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Pada kategori rendah menunjukkan persentase sebesar (3,2%) dengan frekuensi sebanyak 2 orang. Kemudian pada kategori tinggi menunjukkan persentase sebesar (12,7%) dengan frekuensi 8 orang. Jika kita melihat dari data di atas rata-ratanya adalah 166,26 dengan standar deviasi sebesar 7,984. Dengan demikian dapat dikatakan penyesuaia diri berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 54,5 %.

Hasil Uji Asumsi Uji Normalitas

Pengujian uji normalitas dilakukan dengan melihat hasil uji *Kolmogorov-Smirnov*. Data pada hasil penelitian dapat dikatakan sebagai data yang normal jika memiliki nilai signifikansi ($p > 0,05$). Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS 25. Hasil uji normalitas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

		Dukungan Sosial Teman Sebaya	Penyesuaian Diri
N		63	63
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	49,9206	166,2698
	Std. Deviation	2,85285	7,98427
	Most Extreme Differences		
	Absolute	0,289	0,243
	Positive	0,289	0,243
	Negative	-0,203	-0,201
Test Statistic		0,289	0,243
Asymp. Sig. (2-tailed)		0,000 ^c	0,000 ^c

Berdasarkan Tabel 4, variabel penelitian ini signifikansinya lebih besar dari 0,05 ($> 0,05$). Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya mempunyai koefisien sebesar 0,289 dan probabilitas (p) atau signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Oleh karena nilai signifikansi $< (0,05)$, maka variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya tidak berdistribusi normal. Hal ini juga terjadi pada variable Penyesuaian Diri yang memiliki koefisien sebesar 0,243 dengan probabilitas (p) atau signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena nilai signifikansi $< 0,05$, maka variabel Penyesuaian Diri tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hal tersebut, maka variabel dalam penelitian tidak berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Pengujian linieritas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode uji ANOVA. Data pada hasil penelitian dapat dikatakan linier jika memiliki nilai signifikansi ($p > 0,05$). Pengujian linieritas yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS 25. Hasil uji linieritas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 5



Tabel 5. Hasil Uji Linieritas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Dukungan Teman Sebaya*Penyesuaian Diri	Social Groups	(Combined)	1925,245	12	160437	3,957	,001
		Linearity	762,645	1	762,645	18,811	,001
		Deviation from Linearity	1162,600	11	105,691	2,607	,010
	Within Groups		2027,168	50	40,543		
	Total		3952,413	62			

Berdasarkan Tabel 5, maka dapat diketahui bahwa variabel kecanduan *game online* dan kecemasan sosial pada responden diperoleh nilai Fhitung sebesar 2,607 dengan sig = 0,010 (< 0,05) hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara Penyesuaian diri dengan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa rantau yang berasal dari wilayah 3T daerah Papua adalah linear

Uji Hipotesis

Berdasarkan pengujian normalitas dan pengujian linieritas yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa data memiliki tidak berdistribusi normal dan data memiliki distribusi linier. Dengan demikian pengujian selanjutnya dilakukan dengan pengujian metode non parametrik dengan menggunakan uji hipotesis *pearson*. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 6

Tabel 6. Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

		Kecemasan sosial	Kecanduan <i>Game Online</i>
Kecemasan Sosial	Pearson Correlation	1	0,439**
	Sig. (2-tailed)		0,001
	N	63	63
Kecanduan <i>Game Online</i>	Pearson Correlation	0,439**	1
	Sig. (2-tailed)	0,001	
	N	63	63

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi pada tabel 4.8 didapatkan hasil koefisien korelasi variabel penyesuaian diri dan dukungan sosial teman sebaya sebesar r = 0,439 dengan hasil sig. = 0,001 atau (p<0,05) yang berarti terdapat hubungan positif signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial teman sebaya pada

mahasiswa rantau yang berasal dari wilayah 3T daerah Papua.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang didapatkan dari uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho* diperoleh nilai korelasi antara penyesuaian diri dan dukungan sosial teman sebaya yaitu sebesar r = 0,439 dengan hasil sig. = 0,001 atau p < 0,05 yang berarti terdapat hubungan positif signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa rantau yang berasal dari wilayah 3T daerah Papua yaitu jika penyesuaian diri yang dimiliki oleh mahasiswa 3T tinggi maka semakin tinggi juga dukungan sosial teman sebaya yang dimiliki. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dari penelitian ini diterima. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanto & Indrawati (2020) yang menyatakan bahwa adanya hubungan positif antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri pada siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen, kemudian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zalika & Rusmawati (2022) bahwa penyesuaian diri memberikan pengaruh terhadap dukungan sosial teman sebaya pada siswa Pondok Pesantren kelas X MA Ribatul Muta'allimin Pekalongan.

Pada hasil kategorisasi, variabel Penyesuaian diri berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 84,1% dan jumlah responden 53 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki penyesuaian diri yang cukup baik. Sedangkan pada variabel dukungan sosial teman sebaya yang dimiliki oleh mahasiswa berada di kategori sedang dengan persentase 76,2% yang terdiri dari 48 mahasiswa. Memiliki dukungan sosial teman sebaya yang baik diperlukan oleh setiap mahasiswa sebagai salah satu faktor pembentuk penyesuaian diri terhadap situasi sulit pada mahasiswa yang merantau.



Dukungan sosial teman sebaya yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan penilaian atau evaluasi dapat menjadi penguat bagi mahasiswa yang sedang jauh dari keluarga. Ketika mahasiswa merasa telah mendapatkan dukungan sosial yang cukup dari teman sebaya hal ini mampu membuat mahasiswa yang merantau dari daerah 3T tidak merasa sendiri dan semakin memiliki kesiapan untuk menghadapi situasi yang sulit karena adanya rasa nyaman, merasa dihargai, dan merasa dibantu karena memiliki teman yang membantu (Sarafino, 2011).

Dengan demikian, dukungan sosial teman sebaya berperan penting untuk meningkatkan penyesuaian diri bagi mahasiswa dari daerah 3T yang sedang merantau. Hal ini sesuai dengan pernyataan Setiawan & Pratitis (2015) yaitu dukungan sosial dari teman sebaya merupakan hal yang penting dalam membantu individu agar mampu melewati masa sulit. Keterlibatan dukungan sosial teman sebaya dalam proses pertumbuhan dan perkembangan mahasiswa dari daerah 3T yang merantau dapat membuat mahasiswa tidak merasa takut dan lebih berani dalam mengambil keputusan serta siap menghadapi situasi sulit di perantauan dan meningkatkan penyesuaian diri.

Namun kemampuan penyesuaian diri pada masing-masing mahasiswa yang berasal dari daerah 3T tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan sosial teman sebaya saja, hal ini menjadi keterbatasan dalam penelitian ini dimana peneliti belum melakukan pengujian terhadap semua faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa rantau yang berasal dari 3T daerah Papua, seperti faktor kepribadian, dukungan keluarga, kecerdasan emosional, efikasi diri.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Alnadi, A., & Sari, C. A. K. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah.

Proyeksi: Jurnal Psikologi, 16(2), 153-165.

- [2] Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. 31, 179-189 : Journal of Counseling Psychology
- [3] Hediati, H. D. (2020). Perilaku adaptif mahasiswa rantau fakultas psikologi Universitas Airlangga. (*Doctoral dissertation*, Universitas Airlangga)..
- [4] Lioni, L., Hidayati, W. H., & Lukman, L. (2021). Daya juang mahasiswa pelosok negeri asal daerah 3t: terdepan, terluar, dan terbelakang (Studi Fenomenologi Mahasiswa Universitas Islam Indonesia. At-Thullab Jurnal Mahasiswa Studi Islam, 3(1), 625-640.
- [5] Maimunah, S. (2020). Pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri. Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 8(2), 275-282.
- [6] Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri. *Jurnal sains psikologi*, 6(2), 68-74.
- [7] Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.*
- [8] Setiawan, A., & Pratitis, N. T. (2015). Religiusitas, dukungan sosial dan resiliensi korban lumpur lapindo Sidoarjo. *Persona Jurnal Psikologi*, 4(2), 137-144.
- [9] Siregar, A. O. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku minang di Universitas Diponegoro. *Jurnal empati*, 7(2), 474-490.
- [10] Susanto, Y., & Indrawati, E. S. (2020). Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri pada siswa asrama virgo fidelis bawen. *Jurnal Empati*, 9(5), 415-422.



- [11] Tionardi, E. F. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Baru yang Berasal dari Luar Kota Surabaya. *CALYPTRA*, 7(2), 3725-3738.
- [12] Universitas Islam An Nur Lampung. (2023) Daerah 3T: Pengertian, permasalahan dan daftar wilayahnya di indonesia. Diakses dari <https://an-nur.ac.id/daerah-3t-pengertian-permasalahan-dan-daftar-wilayahnya-di-indonesia/>
- [13] Widihapsari, I. A. G. K., & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Peran kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru Universitas Udayana yang berasal dari luar pulau Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 48-62.
- [14] 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.
- [15] Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41.