

## **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA RANTAU DARI SUMATERA DI UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**Hizma Rufaida, Erin Ratna Kustanti**

*Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

[hizmar2@gmail.com](mailto:hizmar2@gmail.com) , [erintanjung@yahoo.co.id](mailto:erintanjung@yahoo.co.id)

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. Populasi penelitian berjumlah 150 mahasiswa rantau di Universitas Diponegoro yang bergabung dalam ikatan mahasiswa dari Pulau Sumatra. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik cluster random sampling. Metode pengambilan data menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya (32 aitem,  $\alpha = 0,925$ ) dan skala penyesuaian diri (29 aitem,  $\alpha = 0,861$ ). Data dianalisis dengan menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan nilai ( $r_{xy}$ ) = 0,582 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), artinya terdapat hubungan positif antara variabel dukungan sosial teman sebaya dengan variabel penyesuaian diri. Dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 33,9% terhadap penyesuaian diri.

**Kata Kunci:** Penyesuaian Diri; Dukungan Sosial Teman Sebaya; Mahasiswa Rantau

### **Abstract**

*This research aims to discover the relations between peers' social support and self adjustment on overseas students from Sumatera in Universitas Diponegoro. The research population amounts to 150 overseas students in Universitas Diponegoro who are involved in regional students organization from Sumatra Island. The sampling technique of this research is cluster random sampling. The data collection method used the scale of peers' social support (32 aitem,  $\alpha = 0,925$ ) and scale of self-adjustment (29 aitem,  $\alpha = 0,861$ ). The data was analyzed by using simple regression analysis. The result of the analysis shows the value ( $r_{xy}$ ) = 0,582 with  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), which means that there is a positive correlation between the peers' social support to self-adjustment. Peers' social support provides effective contribution for 33,9% to self adjustment*

**Keywords:** *Self Adjustment; Peers' Social Support; Overseas Students*

## **PENDAHULUAN**

Pulau Jawa merupakan salah satu tempat tujuan utama para mahasiswa yang berasal dari daerah untuk melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi. Hal ini disebabkan perguruan tinggi unggulan banyak berada di Pulau Jawa. Menurut data Webometrics (2016) peringkat 10 besar universitas terbaik di Indonesia tahun 2016 Universitas Diponegoro berada di tingkat ke-7, universitas tersebut mempunyai akreditasi yang baik yaitu akreditasi A. Hal tersebut menunjukkan bahwa perguruan tinggi berkualitas masih didominasi oleh perguruan tinggi di pulau Jawa. Hal tersebut dikarenakan tidak meratanya kualitas pendidikan di setiap wilayah Indonesia menyebabkan tingginya jumlah mahasiswa yang merantau untuk mengenyam pendidikan yang lebih berkualitas di Pulau Jawa (Harian Kompas, 2008).

Berdasarkan data yang telah dihimpun oleh bagian akademik Undip diketahui bahwa pada tahun akademik 2016/2017 pada program sarjana (S1) terdapat sebanyak 1.114 mahasiswa yang berasal dari luar Jawa di Universitas Diponegoro. Mahasiswa rantau yang melanjutkan studi di

Undip kemudian membentuk perkumpulan. Pada perkumpulan tersebut para mahasiswa berkumpul sesuai dengan daerah asalnyamahasiswa (Data Kemahasiswaan Undip, 2016).

Mahasiswa yang tinggal di perantauan dapat bertahan hidup di lingkungan baru yang berbeda dengan daerah asalnya. Mahasiswa perantau dihadapkan pada berbagai perubahan dan perbedaan di berbagai aspek kehidupan, seperti pola hidup, interaksi sosial serta tanggung jawab terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, sehingga dituntut untuk mampu menyesuaikan diri. Masa transisi sebagai sebuah “*culture shock*” yang melibatkan pembelajaran kembali terhadap masalah sosial dan psikologis dalam menghadapi hal baru, pengajar dan teman baru dengan nilai dan berbagai keyakinan, kebebasan dan peluang baru dan tuntutan akademik, personal, dan sosial yang baru. Santrock (2007)mengungkapkan bahwa masa transisi dari sekolah menengah atas menuju ke universitas melibatkan hal-hal yang positif sekaligus negatif.

Haber & Runyon (2006) menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses, bukan merupakan keadaan yang statis. Penyesuaian diri dikatakan efektif apabila ditandai dengan seberapa baik individu mampu menghadapi situasi dan kondisi yang yang selalu berganti. Penyesuaian diri menjadi salah satu bekal penting dalam membantu individu pada saat terjun dalam masyarakat luas. Penyesuaian diri juga merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa dan mental individu (Desmita, 2009).

Penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor psikologis, fisiologis, perkembangan dan kematangan, lingkungan, budaya dan agama. Salah satu faktor penyesuaian diri yang telah disebutkan yaitu lingkungan. Lingkungan dimana individu tumbuh dan berkembang dapat menjadi faktor penentu bagi penyesuaian dirinya di masa yang akan datang. Lingkungan terdiri dari lingkungan sekolah, teman sepermainan, lingkungan masyarakat, dan juga keluarga. Teman sepermainan atau teman sebaya ada untuk saling sharing, memberikan masukan, dan saling support. Peran teman sebaya dalam penyesuaian diri ini dapat berupa pemberian dukungan sosial, Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2015).

Arnett (2013) menjelaskan bahwa individu biasanya mulai meninggalkan rumah, baik karena bekerja maupun meneruskan pendidikan di perguruan tinggi, sehingga kelekatan dan aktivitas dengan teman-temannya menjadi lebih tinggi. Stroul (dalam Solomon, 2004) berpendapat bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan suatu proses yang berisi dukungan, persahabatan, empati, saling berbagi, dan saling membantu yang dapat mengurangi intensitas gangguan psikiatrik yang sering dialami individu seperti rasa kesepian, penolakan, diskriminasi, dan frustrasi. Dukungan sosial teman sebaya ini akan berpengaruh pada kehidupan remaja

## **METODE**

Populasi dalam penelitian ini adalahmahasiswa rantau Universitas Diponegoro tahun pertama yang menjadi anggota Ikatan Mahasiswa Lampung, Jambi, Riau dan Padang. Adapun karakteristik dari populasi adalah mahasiswa tahun pertama Universitas Diponegoro yang memiliki status mahasiswa aktif, mahasiswa yang berasal dari pulau Sumatera, mahasiswa yang merupakan anggota Ikatan Mahasiswa Lampung, Jambi Riau, dan Padang, dan aktif mengikuti kegiatan ikatan mahasiswa, seperti kehadiran yang selalu ada dalam kegiatan ikatan mahasiswa.

Penentuan sampel menggunakan *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dari populasi dengan cara melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 2013). Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 150 mahasiswa dengan jumlah subjek dalam penelitian sebanyak 108 orang mahasiswa. Skala penyesuaian diri (29 aitem;  $\alpha = 0,861$ ) disusun berdasarkan dimensi yang diungkapkan Haber & Runyon (2006), yaitu persepsi terhadap realitas, kemampuan

mengatasi stress dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, dan hubungan interpersonal yang baik. Skala dukungan sosial teman sebaya (32 aitem;  $\alpha = 0,925$ ) disusun berdasarkan dimensi yang dikemukakan oleh Weiss (Mayer & Lewis, 2012), yaitu keterikatan, integrasi sosial, penghargaan atau pengakuan, hubungan yang dapat diandalkan, bimbingan dan kesempatan untuk mengasuh. Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian adalah analisis regresi sederhana dengan menggunakan SPSS 21.0.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebelum uji hipotesis, dilakukan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi yang harus dipenuhi untuk melakukan analisis regresi sederhana, yaitu uji normalitas dan uji linieritas.

Berdasarkan uji normalitas terhadap dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri didapatkan nilai *Kolmogorov – Smirnov* pada dukungan sosial teman sebaya sebesar 0,549 dengan nilai  $p = 0,924$  ( $p > 0,05$ ) dan nilai *Kolmogorov – Smirnov* pada penyesuaian diri sebesar 0,901 dengan nilai  $p = 0,392$  ( $p > 0,05$ ), sehingga sebaran data kedua variabel memiliki distribusi normal. Uji linieritas dari variabel dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri menunjukkan nilai koefisien F sebesar 54,286 dengan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel adalah linier sehingga analisis data dapat dilanjutkan dengan uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi sederhana.

**Tabel 1**  
**Hasil Uji Normalitas Data**

<b>Variabel</b>	<b>Kolmogorov- Smirnov</b>	<b>Signifikansi</b>	<b>Bentuk</b>
Penyesuaian Diri	0,549	0,924	Normal
Dukungan Sosial Teman Sebaya	0,901	0,392	Normal

**Tabel 2**  
**Hasil Uji Linieritas Variabel Dukungan Sosial  
Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri**

<b>Nilai F</b>	<b>Signifikansi</b>	<b>Keterangan <math>p &lt; 0,05</math></b>
54,286	0,000	Linier

Hasil dari analisis regresi sederhana menunjukkan hasil koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0,582 pada  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri. Nilai positif pada ( $r_{xy}$ ) =

0,582 menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antar dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri, sehingga hipotesis yang diajukan peneliti dapat **diterima**.

**Tabel 3**  
**Koefisien Garis Regresi**

Model	Koefisien tidak standar		Koefisien standar	T	Signifikansi
	B	Std. Kesalahan	Beta		
Konstanta	43,309	6,065		7,141	0,000
Dukungan Sosial Teman Sebaya	0,464	0,063	0,582	7,368	0,000

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro berada dalam kategori tinggi. Hal tersebut ditunjukkan dengan 63,88% sampel penelitian berada pada kategori tinggi. Sisanya yaitu sebanyak 0% sampel penelitian berada pada kategori sangat rendah, 1,85% sampel penelitian berada pada kategori rendah, dan 34,25% sampel penelitian berada pada kategori sangat tinggi, serta tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro juga berada pada kategori tinggi. Hal tersebut ditunjukkan dengan sampel penelitian yang berada pada kategori sangat rendah berjumlah 0%, rendah 0,9%, tinggi 85,18%, dan sangat tinggi 13,88%.

Nilai  $R^2$  dalam penelitian ini adalah 0.339, yang berarti bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya mempengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro sebesar 33,9%, dan 66,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini. Persamaan garis regresi dalam penelitian ini adalah  $Y = 43,309 + 0,464X$ . Persamaan tersebut menunjukkan bahwa nilai variabel penyesuaian diri (Y) akan berubah sebesar 0,564 untuk setiap perubahan yang terjadi pada variabel dukungan sosial teman sebaya (X).

Penelitian ini mendukung pernyataan Rahmat (2005) menyatakan bahwa kehidupan bermasyarakat berpengaruh terhadap pola penyesuaian diri individu, penyesuaian sosial terjadi di lingkungan tempat individu tersebut hidup dan berinteraksi dengan orang lain. 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.

Penelitian Karademas (2006) yang mengemukakan bahwa dukungan dari lingkungan dapat menggambarkan individu menjadi mampu dan menganggap dunia menjadi ramah, yang mana akan menghasilkan penilaian mengenai penyesuaian diri yang baik. Dennis, Phinney, dan

Chuatecco (2005) menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya merupakan prediktor negatif untuk penyesuaian kuliah pada mahasiswa minoritas.

Hasil penelitian Hasan, Muryantinah (2014) menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rantau Universitas Diponegoro memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi, sehingga penyesuaian diri yang dimiliki oleh mahasiswa rantau juga positif. Sebaliknya, jika mahasiswa rantau Universitas Diponegoro memiliki dukungan sosial teman sebaya rendah, maka penyesuaian diri yang dimiliki oleh mahasiswa rantau negatif.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro dengan nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0,582 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah skor dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah penyesuaian diri. Dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 33,9% dalam mempengaruhi penyesuaian diri, sementara 66,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini. Adapun saran yang peneliti ajukan bagi subjek penelitian untuk mempertahankan dan meningkatkan penyesuaian diri yang dimiliki dalam menjalin berbagai hubungan yang baik di lingkungan masyarakat dengan mencari sebanyak-banyak teman dan aktif mengikuti organisasi. Saran untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti penyesuaian diri disarankan untuk melakukan penelitian dengan mencari populasi yang lebih luas. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor penyesuaian diri, sehingga didapatkan hasil yang lebih berpengaruh, sedangkan saran untuk Universitas Diponegoro diharapkan dapat membuat program atau kegiatan di fakultas yang dapat meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa baru, seperti acara malam keakraban.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ali, M., & Asrori, M. (2015). *Psikologi remaja, perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arnett, J. J. (2009). *Adolscence and emerging adulthood*. NJ: Pearson Education, INC.
- Azwar, S. (2013). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dennis, J. M., Phinney, J.S., Chuatecco, L.I. (2006). The role of motivation, parental support, and peer support in the academic succes of ethnic minority frist-generation college students. *Journal of Collage Student Development*, 46(3), 223-236. Doi: 10.1353/csd.2005.0023
- Desmita. (2009). *Perkembangan peserta didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Haber, A., & Runyon, R. P. (2006). *Psychology of adjustment*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Harian Kompas (2008). *PT berkualitas belum merata*. Diunduh dari: <http://nasional.kompas.com/read/2008/06/17/17241053/pt.berkualitas.belum.merata>

- Hasan, S. A., & Muryantinah, M. H. (2014). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu di sekolah inklusi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3(2), 128-135
- Karademas, E.C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being the mediating role of optimism. *Journal of personality and individual differences*, 40(4), 1281-1290. Doi: 10.1016/j.paid.2005.10.019
- Mayes, L., & Lewis, M (2012). *The Cambridge handbook of environment in human development*. New York: Cambridge University Press
- Rahmat, J. (2005). *Psikologi komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Solomon, P. (2004). Peer support/ peer provide service underlying processes, benefits, and critical ingredients. *Psychiatric Rehabilitation Journal*. 27(4): 392-401. Diunduh dari [www.freedom-center.org/pdf/peersupportdefined.pdf](http://www.freedom-center.org/pdf/peersupportdefined.pdf)
- Santrock, J.W. (2007). *Adolescence (perkembangan remaja)*. Terjemahan. Jakarta: Erlangga.
- Webometrics (2016). *Rangking Web Of Universities*. Diunduh dari <http://www.webometrics.info/en/Asia/indonesia%20>