

PENYESUAIAN SOSIAL MAHASISWA PERANTAUAN DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA

Mohamad Fauzan Cipta Nurmansyah¹, Mimbar Oktaviana²

^{1, 2}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

mohamad.21036@mhs.unesa.ac.id, mimbaroktaviana@unesa.ac.id,

Abstract

This study aims to explore the social adjustment process experienced by out-of-town students at the Faculty of Psychology, State University of Surabaya. The research uses a qualitative approach with a case study method involving two participants from outside Java Island who have lived in Surabaya for at least two years. The findings show that both participants faced difficulties related to language, culture, and social norms during their early period of adaptation. However, over time, they were able to adjust by observing their surroundings, building communication, and receiving support from people around them. Social adjustment occurred gradually and was influenced by both internal and external factors.

Keyword: social adjustment, migrant students, case study

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses penyesuaian sosial yang dialami oleh mahasiswa perantauan di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus terhadap dua partisipan yang berasal dari luar Pulau Jawa dan telah tinggal di Surabaya selama minimal dua tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua partisipan mengalami kesulitan dalam hal bahasa, budaya, dan norma sosial saat pertama kali merantau. Namun, seiring waktu mereka mampu menyesuaikan diri melalui strategi seperti observasi, membangun komunikasi, dan dukungan dari lingkungan sekitar. Penyesuaian sosial berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh faktor internal serta eksternal yang saling mendukung.

Kata kunci: penyesuaian sosial, mahasiswa perantauan, studi kasus

Article History

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism Checker No 75

Prefix DOI :

[10.8734/liberosis.v1i2.365](https://doi.org/10.8734/liberosis.v1i2.365)

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed

under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

1. Pendahuluan

Universitas yang memiliki kredibilitas baik seringkali dapat dengan mudah menarik minat pelajar yang ingin melanjutkan pendidikan ke jenjang perkuliahan untuk bergabung menjadi bagian dari universitas tersebut. Namun, seringkali di ketahui bahwa banyaknya perguruan tinggi yang memiliki keunggulan tersebar di pulau Jawa. Data Kemdikbud (2023) menyebutkan tentang daftar PTN-BH di Indonesia menunjukkan 17 dari 22 PTN-BH dengan kredibilitas pendidikan yang baik tersebar di pulau Jawa.

Hal ini yang menjadi faktor penyebab banyaknya pelajar yang berharap mendapat kesempatan menempuh pendidikan yang baik dengan merantau ke pulau Jawa. Jika dikaitkan dengan faktor geografis di pulau Jawa serta kemudahan dalam mengakses berbagai hal, pulau Jawa terbilang lebih maju dibandingkan dengan wilayah lain yang ada di Indonesia (Wicaksono, 2024). Hal ini dapat diamati dari sarana dan prasarana yang mendukung proses pendidikan (Salsabila & Hasmarini, 2023).

Seorang perantau merupakan individu yang meninggalkan kampung halaman dalam kurun waktu yang lama, merantau untuk menempuh pendidikan yang lebih baik merupakan salah satu alasan dari berbagai macam tujuan setiap individu untuk merantau (Fauzia *et al.*, 2020). Pada era globalisasi saat ini, merantau dengan tujuan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi sering kita jumpai pada lingkup mahasiswa. Mahasiswa yang menempuh pendidikan dengan merantau pastinya meninggalkan kampung halamannya. Mahasiswa yang merantau memiliki keinginan untuk meningkatkan kualitas pendidikan yang didapat lebih baik dari tempat asalnya, serta bentuk pembuktian diri sebagai orang yang lebih mandiri dan bertanggung jawab atas pilihannya (Sarumaha *et al.*, 2024). Merantau dengan tujuan melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh mahasiswa untuk mendapatkan suatu pencapaian besar dalam hidupnya (Hutabarat & Nurchayati, 2021).

Nadlyfah & Kustanti (2018) menyebutkan bahwa kendala yang dialami oleh mahasiswa perantauan seperti kendala dalam lingkungan tempat tinggal, lingkungan perkuliahan, adat kebiasaan, akademik, makanan, hingga bahasa keseharian merupakan hal yang wajar, hal ini dikarenakan mahasiswa perantauan mengalami proses penyesuaian hubungan sosial dengan lingkungan barunya. Persoalan utama yang dialami oleh mahasiswa perantauan adalah permasalahan bahasa yang digunakan dalam berkomunikasi sehari-hari (Nadlyfah & Kustanti, 2018). Adanya perbedaan bahasa mahasiswa perantau yang jauh dari kota asal, bahkan dari luar pulau Jawa dengan mahasiswa Surabaya yang mayoritas bersuku Jawa menjadi faktor utama terjadinya hambatan penyesuaian diri.

Mahasiswa perantauan dihadapkan dengan tuntutan untuk memahami etika serta norma yang berlaku di lingkungan sosial tempatnya merantau (Novita Lestari *et al.*, 2023). Perubahan serta perbedaan yang terjadi menjadikan mahasiswa perantauan mengalami kesulitan dan hambatan dalam penyesuaian sosial dengan lingkungan sosialnya. Penyesuaian sosial perlu diperhatikan terutama bagi mahasiswa yang merantau dan berasal dari luar pulau Jawa.

Penyesuaian sosial dapat diartikan dengan individu yang dapat merespon efektif dan harmonis terhadap lingkungan sosial dan realita sosial yang terjadi (Sari *et al.*, 2021). Rahmah & Setiowati (2019) berpendapat jika penyesuaian sosial merupakan kemampuan individu dalam menjalin hubungan sosial yang baik menjadi aspek penting dalam kehidupan sosial, hal ini dapat dilihat dari menghargai pendapat orang lain, memahami, dan menghargai setiap individu yang ada disekitarnya. Pada dasarnya penyesuaian sosial merupakan bentuk adaptasi individu terhadap lingkungan sekitarnya, sehingga dapat bersosialisasi dengan baik terhadap orang yang telah dikenali maupun belum dikenali.

Menurut Novita Lestari *et al* (2023) penyesuaian sosial menjadi penting apabila individu menghadapi permasalahan yang muncul dalam hubungan sosialnya dengan orang lain. Individu

yang mengalami permasalahan dalam hubungan sosialnya akan merasa munculnya hambatan. Namun, disisi lain sebagai makhluk sosial, individu membutuhkan adanya penerimaan, pergaulan, serta pengakuan dari orang lain (Novita Lestari *et al.*, 2023). Penyesuaian sosial diharapkan akan mengurangi maupun mengatasi permasalahan yang terjadi terhadap individu yang mengalami permasalahan dengan lingkungan sosialnya.

Dua dari empat mahasiswa rantau yang ada di Universitas Negeri Surabaya menyatakan bahwa selama menjadi mahasiswa terdapat permasalahan penyesuaian sosial. Salah satu mahasiswa rantau yaitu DE menyatakan bahwa mengalami permasalahan dalam segi bahasa dimana DE kesulitan dalam memahami bahasa keseharian di lingkungan tempat tinggalnya yang baru serta lingkungan perkuliahan. EO juga mengalami hal yang serupa seperti permasalahan dalam segi berbaur dengan lingkungan tempat tinggalnya. Dimana EO mengalami permasalahan bahasa dengan tempat tinggalnya yang baru. Selain itu EO merasa lingkungan tempat tinggalnya tidak sesuai dengan dirinya dikarenakan banyaknya perbedaan dalam segi budaya, adat, serta bahasa dengan tempat asalnya.

AF yang juga seorang perantau mengalami kendala berbeda, AF yang berasal dari Lampung mengalami kendala dalam segi akademik. Dimana AF merasa bahwa sulitnya menyesuaikan diri di perkuliahan sehingga adanya permasalahan di akademiknya. Dalam segi sosial AF tidak merasa adanya kesulitan dikarenakan daerah tempat asalnya sedikit banyak menggunakan bahasa yang sama dengan tempat perantauannya yaitu bahasa Jawa. AN juga mengalami masalah dalam penyesuaian diri, dimana AN adalah seorang mahasiswa perantau yang berasal dari Lampung sama dengan AF. AN merasa kesulitan dalam segi lingkungan kampus, dimana AN mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan teman perkuliahannya. Berdasarkan studi di lapangan yang telah dilakukan, terlihat bahwa mahasiswa rantau mengalami masalah paling banyak dalam hal penyesuaian sosial.

Universitas Negeri Surabaya merupakan salah satu universitas yang ada di pulau Jawa, lebih tepatnya di kota Surabaya. Mahasiswa yang berkuliah di Universitas Negeri Surabaya tidak hanya berasal dari kota Surabaya maupun daerah yang ada di pulau Jawa, namun banyak yang berasal dari luar pulau Jawa. Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui bagaimana cara penyesuaian diri mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Surabaya yang merantau di Surabaya dan langkah-langkah yang dilakukan dalam proses penyesuaian diri.

Hal ini menarik diteliti dikarenakan pada pengumpulan data awal, peneliti menemukan dua dari empat mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Surabaya yang merantau di Surabaya mengalami permasalahan hubungan dengan lingkungan sosialnya, baik dari lingkungan perkuliahan maupun lingkungan sosialnya.

2. Tinjauan Pustaka

Definisi Penyesuaian Sosial

Penyesuaian diri sosial merupakan proses adaptasi individu dalam membangun dan mempertahankan hubungan dengan lingkungan sosialnya. Aspek ini mencakup interaksi dengan berbagai kelompok sosial, termasuk keluarga, masyarakat, dan lingkungan pendidikan. Penyesuaian diri dalam keluarga berperan penting dalam membentuk dukungan emosional serta memberikan rasa aman bagi individu. Dalam lingkungan masyarakat, individu dituntut untuk dapat beradaptasi dengan norma dan nilai sosial yang berlaku guna menciptakan hubungan yang harmonis. Selain itu, dalam konteks pendidikan, penyesuaian diri sosial mencerminkan kemampuan individu dalam berinteraksi dengan teman sebaya, dosen, serta lingkungan

akademik secara keseluruhan, yang dapat berdampak pada keberhasilan studi dan kesejahteraan Psikologisnya.

Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai suatu upaya yang dilakukan oleh seorang individu dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi di lingkungannya (Hutabarat & Nurhayati, 2021). Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penyesuaian sosial, dimana setiap individu dapat merespon efektif dan harmonis terhadap lingkungan sosial dan realita sosial yang terjadi (Sari *et al.*, 2021). Schneiders (2010) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai kemampuan untuk merespon suatu, realitas, serta lingkup sosial sebagai tantangan dalam kehidupan bermasyarakat yang dilaksanakan dengan langkah-langkah yang dapat diterima dan memuaskan.

Penyesuaian sosial didefinisikan sebagai suatu tingkah laku individu yang mendorong individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan serta orang lain sesuai tuntutan di masyarakat serta kemauan individu tersebut sendiri (Kau & Idris, 2018). Rahmah & Setiowati (2019) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai cara individu dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, sehingga dapat berinteraksi dengan orang lain yang dikenal maupun tidak. Penyesuaian sosial dapat memicu seseorang untuk melakukan tindakan, dimana individu dapat menyesuaikan diri dengan teman sebaya, orang yang lebih dewasa, maupun kelompok tertentu. Hal ini sesuai dengan pendapat Afrizawati *et al* (2021) terkait penyesuaian sosial terjadi dikarenakan adanya dorongan dari manusia dalam memenuhi kebutuhan. Pemenuhan kebutuhan ini bertujuan untuk mencapai tuntutan yang terjadi di lingkungan sosial serta harapan pada diri individu tersebut.

Menurut Indrawati & Fauziah (2013) penyesuaian sosial diartikan sebagai kemampuan bereaksi secara efektif dalam menghadapi kenyataan, situasi, serta hubungan sosial, sehingga kebutuhan kehidupan sosial dapat dipenuhi dengan cara-cara yang dapat diterima dikalangan masyarakat serta dapat memberikan kepuasan dalam diri individu yang melakukannya.

Penyesuaian sosial pada mahasiswa merujuk pada pendapat Baker & Siryk (1984) penyesuaian sosial adalah proses psikososial yang dapat menimbulkan stres sehingga mahasiswa memerlukan keterampilan agar dapat menjalani kehidupan selama perkuliahan. Penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai proses mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan lingkungan akademik di perkuliahan (Dara *et al.*, 2020).

Penyesuaian sosial akan menjadi penting bagi mahasiswa apabila dihadapkan dengan berbagai permasalahan yang muncul dengan lingkungan sosialnya (Novita Lestari *et al.*, 2023). Berbagai permasalahan tersebut akan menjadi penghambat mahasiswa dalam melakukan penyesuaian sosial. Sebagai makhluk sosial mahasiswa tetap membutuhkan pergaulan, penerimaan, serta pengakuan orang lain terhadap dirinya sehingga penyesuaian sosial diperlukan guna menghadapi permasalahan-permasalahan tersebut.

Pada dasarnya penyesuaian sosial akan dialami oleh setiap individu oleh karena itu setiap individu akan berproses dalam setiap hal yang dihadapi dengan adanya tekanan dan tuntutan. Dari terjadinya penyesuaian sosial individu akan berkembang lebih baik dari pengalaman sebelumnya.

Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Menurut Kau & Idris (2018) terdapat beberapa aspek penyesuaian sosial, yaitu :

1. *Recognition*

Kondisi individu saat diterima serta di hormati hak-hak yang dimiliki. Hal ini dapat diartikan bahwa seorang individu merasa keberadaannya diakui oleh orang lain.

2. *Participation*

Kemampuan individu melibatkan dirinya dengan lingkungan sekitar. Seorang individu yang tidak dapat membangun relasi yang baik dengan orang lain mengakibatkan permasalahan dalam penyesuaian dirinya. Sedangkan penyesuaian yang baik dapat dilakukan apabila individu tersebut dapat menciptakan relasi yang sehat, bersosialisasi dengan lingkungan dengan aktif, serta dapat mengikuti norma-norma yang berlaku di masyarakat.

3. *Social Approval*

Dapat diartikan dengan bentuk simpati individu dalam kesejahteraan orang lain. Dengan kata lain seorang individu yang peka terhadap permasalahan maupun kesulitan orang lain yang ada di sekitar lingkungannya serta memiliki keinginan untuk membantu meringankan permasalahan. Selain itu individu perlu menunjukkan minat terhadap harapan, tujuan, serta aspirasi orang lain.

4. *Altruisme*

Diartikan dengan individu yang memiliki sikap rendah hati serta tidak egois. Rasa peduli serta saling membantu merupakan nilai moral yang baik apabila diterapkan di masyarakat. Sehingga semakin baik penerapan nilai moralnya maka semakin kuat pula penyesuaian diri individu tersebut. Bentuk dari nilai tersebut seperti kejujuran, rendah hati, serta memiliki rasa kemanusiaan yang baik. Individu yang memiliki sifat seperti ini memiliki kestabilan emosi serta penyesuaian diri yang baik.

5. *Conformity*

Dapat diartikan dengan individu yang menghormati serta mentaati nilai-nilai integritas hukum, kebiasaan yang ada di masyarakat, serta tradisi yang terus berjalan di lingkungan sekitar.

Faktor-faktor Penyesuaian Sosial

Menurut Kau & Idris (2018) faktor penyesuaian sosial, yaitu :

1. Faktor Internal

Faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu faktor fisik serta faktor psikologis. Faktor fisik dipengaruhi dari kondisi jasmani serta kematangan individu. Sedangkan faktor psikologis dipengaruhi dari pengalaman yang sudah dialami oleh individu serta konflik-konflik yang pernah dialami oleh individu.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian sosial individu yaitu faktor keluarga, pola asuh, serta hubungan sosial dengan keluarga. Hubungan yang baik, keharmonisan, serta cinta kasih antara keluarga dengan individu mempengaruhi penyesuaian sosial individu dapat diindikasikan baik atau tidaknya. Selain itu, peranan lingkungan sosial masyarakat, dosen, serta pertemanan individu juga mempengaruhi indikasi penyesuaian sosial individu dapat dinilai baik atau tidak.

Perantauan

Dalam KBBI (KBBI Daring, Badan Bahasa, Kemendikbud, 2024) perantau dari kata dasar rantau dapat diartikan dengan berlayar atau dapat diartikan dengan mencari penghidupan di tanah rantau atau pergi ke negeri lain untuk mencari penghidupan, ilmu, dan sebagainya. Dalam hal ini merantau dapat diartikan dengan meninggalkan tempat asal dengan harapan menjadi lebih baik daripada tinggal ditempat asal. Perantau dapat diartikan dengan orang yang pergi merantau.

Fauzia *et al* (2020) Menyebutkan bahwa seorang perantau adalah seseorang yang meninggalkan tempat asalnya dalam kurun waktu yang lama. Berbagai tujuan untuk merantau sering ditemui, salah satunya adalah peningkatan pendidikan. Di era perkembangan zaman sekarang banyak

calon mahasiswa yang memiliki keinginan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perkuliahan dengan cara merantau.

Halim & Dariyo (2016) berpendapat mahasiswa perantauan merupakan mahasiswa yang menempuh pendidikannya dengan cara merantau. Yang mana akan menjalani kehidupannya dengan sendiri tanpa ada keluarga yang ada di sampingnya. Mahasiswa perantauan dituntut untuk bisa menangani masalahnya sendiri ketika dihadapkan dengan berbagai situasi.

Faktor Perantauan

Secara umum, terdapat berbagai alasan yang mendorong seseorang untuk meninggalkan kampung halamannya dan merantau ke daerah lain. Di antara beragam faktor tersebut, keinginan untuk memperoleh kehidupan yang lebih baik seringkali menjadi landasan utama bagi individu dalam mengambil keputusan untuk merantau.

Menurut (Rochgiyanti *et al.*, 2022) berikut beberapa faktor yang mempengaruhi setiap individu memutuskan untuk merantau :

a. Faktor Ekonomi

Faktor ekonomi menjadi faktor yang sering dijumpai ketika seseorang memutuskan untuk merantau. Hal ini dikarenakan sulitnya mendapat penghasilan yang cukup di tempat asal, sehingga seseorang memutuskan untuk merantau untuk memiliki ekonomi yang lebih baik dari sebelumnya.

b. Faktor Pendidikan

Pendidikan merupakan aspek yang penting bagi kehidupan setiap individu. Seringnya kita jumpai pendidikan yang tidak merata menjadi faktor seseorang memutuskan untuk merantau dengan tujuan mendapat pendidikan yang lebih baik.

c. Faktor Kesempatan Kerja

Kesempatan kerja yang lebih baik sering menjadi alasan seseorang memutuskan untuk merantau. Kurangnya permintaan tenaga kerja menjadikan seseorang memilih merantau ke daerah lain yang lebih banyak permintaan tenaga kerja.

d. Faktor Hubungan Keluarga

Manusia merupakan makhluk sosial yang bersifat berkelompok. Sehingga faktor hubungan keluarga tak jarang menjadi alasan suatu individu memutuskan untuk merantau. Adanya keluarga yang tinggal di daerah tertentu terlebih dahulu menjadikan suatu individu memutuskan untuk merantau

3. Metodologi

Jenis penelitian ini dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan pendekatan yang cenderung menggunakan analisis yang mendalam. Penelitian kualitatif dapat diartikan sebagai penelitian yang memiliki prinsip mengunggulkan pandangan deskriptif dari hasil yang telah didapat di lapangan (Utavia *et al.*, 2023). Penelitian kualitatif memiliki karakteristik penelitian yang deskriptif dan analisis. Deskriptif bertujuan untuk menjelaskan berbagai fenomena, peristiwa, maupun situasi yang menjadi objek kajian. Analisis dapat diartikan sebagai upaya peneliti dalam memberikan makna, membandingkan data, serta melakukan interpretasi dari data yang diperoleh selama melakukan penelitian untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam dari objek yang diteliti (Waruwu, 2023).

Dalam usaha mencapai tujuan dari penelitian tersebut metode penelitian kualitatif yang digunakan adalah studi kasus, peneliti mengharapkan dari penelitian ini didapatkan hasil yang lebih spesifik dari partisipan yang diteliti. Pendekatan ini berfokus pada kajian mendalam pada suatu permasalahan dengan tujuan pemahaman secara mendalam dalam objek yang diteliti (Utavia *et al.*, 2023). Selain itu tujuan lain dari pendekatan studi kasus adalah untuk

memahami, menganalisis, serta menjelaskan fenomena yang terjadi dalam kasus yang diteliti. Dalam pelaksanaannya, data penelitian diperoleh melalui proses refleksi, kodifikasi, dan interpretasi terhadap kasus yang diteliti. Seluruh proses tersebut kemudian dianalisis secara sistematis untuk mendapatkan hasil dan kebenaran (Wiraguna *et al.*, 2024).

4. Hasil dan Pembahasan

Penyesuaian sosial merupakan proses panjang dan berkelanjutan yang melibatkan keseluruhan aspek dalam diri individu, baik secara psikologis, emosional, maupun sosial, terlebih bagi mahasiswa perantauan yang harus menghadapi dunia baru yang asing dan jauh dari kampung halaman. Mereka tidak hanya berpindah tempat tinggal, tetapi juga berpindah ruang budaya, nilai, dan cara hidup, sehingga segala hal yang sebelumnya familiar berubah menjadi tantangan yang harus dihadapi sendiri. Dalam konteks ini, penyesuaian sosial tidak sekedar menjadi kemampuan untuk bertahan hidup di lingkungan baru, tetapi menjadi upaya aktif untuk mengenali dan memahami orang-orang di sekitar, membentuk relasi yang sehat, serta menanamkan nilai-nilai toleransi dan keterbukaan terhadap perbedaan.

Proses ini sering kali dimulai dari fase kebingungan, rasa sungkan untuk bergaul, hingga perasaan kesepian yang muncul akibat perbedaan bahasa, logat, gaya komunikasi, atau nilai-nilai budaya yang tidak sejalan dengan kebiasaan dari daerah asal. Namun, dalam keterbatasan dan ketidaknyamanan itu, mahasiswa perantauan justru belajar tentang arti keberanian, belajar menekan ego dan membuka hati, serta meresapi bahwa menjadi bagian dari lingkungan sosial yang baru adalah tentang tumbuh bersama, bukan menyerah terhadap kesulitan.

Mereka mulai membangun relasi secara perlahan, menyerap norma yang berlaku, dan pada akhirnya menemukan ritme baru dalam kehidupan sosialnya, di mana identitas asal tidak harus dihapus, melainkan diolah agar selaras dengan konteks sosial tempat mereka berada sekarang. Dengan demikian, penyesuaian sosial menjadi ruang pembelajaran hidup, di mana mahasiswa perantauan tidak hanya berkembang secara akademik, tetapi juga sebagai manusia yang lebih matang, adaptif, dan bijaksana dalam menyikapi perbedaan.

Schneiders (2010) menyebutkan bahwa penyesuaian sosial adalah usaha yang kompleks dan terus-menerus karena individu berhadapan dengan realitas sosial yang berbeda dari lingkungan asal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa perantauan mengalami dinamika penyesuaian yang unik dan bersifat personal, tergantung pada pengalaman, sikap, serta strategi adaptasi masing-masing individu.

Baker & Siryk (1984) menyatakan bahwa penyesuaian sosial merupakan proses psikososial yang dapat menimbulkan stres, sehingga mahasiswa memerlukan keterampilan untuk menyesuaikan diri selama menjalani perkuliahan. Partisipan dalam penelitian ini menggambarkan pengalaman awal mereka yang penuh kecanggungan ketika harus berinteraksi dengan mahasiswa lokal karena perbedaan bahasa dan norma sosial yang berlaku di Surabaya. Dalam prosesnya, mereka menunjukkan berbagai strategi adaptasi, seperti pengamatan terhadap kebiasaan lokal, mencoba membuka komunikasi, hingga belajar bahasa daerah setempat.

Proses ini mencerminkan pendapat Indrawati & Fauziah (2013) bahwa penyesuaian sosial menuntut individu untuk bereaksi secara efektif terhadap kenyataan dan situasi sosial yang dihadapi. Mahasiswa perantauan tidak hanya harus beradaptasi dengan aspek akademik, tetapi juga dengan pola komunikasi, sistem sosial, dan dinamika pergaulan yang berbeda. Di sinilah letak dinamika utama penyesuaian sosial mereka.

Penyesuaian sosial mahasiswa perantauan tidak lepas dari lima aspek yang dikemukakan Kau & Idris (2018), yaitu: *recognition*, *participation*, *social approval*, *altruism*, dan *conformity*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelima aspek ini muncul dalam berbagai bentuk pengalaman partisipan.

1. *Recognition*

Mahasiswa perantauan menunjukkan upaya untuk tidak menyinggung nilai-nilai lokal, misalnya dengan mulai menggunakan bahasa Jawa halus atau menyesuaikan gaya bicara mereka. Hal ini merupakan bentuk pengakuan atas hak dan nilai orang lain agar terhindar dari konflik sosial.

2. *Participation*

Aspek ini terlihat ketika partisipan mulai aktif mengikuti kegiatan kampus, menjalin komunikasi dengan teman-teman lokal, dan bergabung dalam organisasi. Keterlibatan aktif ini mempercepat proses integrasi sosial dan mengurangi rasa keterasingan.

3. *Social Approval*

Partisipan menunjukkan empati terhadap teman seangkatannya, bahkan berusaha membantu teman lain yang juga kesulitan dalam perkuliahan. Sikap ini menjadi cerminan bahwa mahasiswa perantauan tidak hanya menyesuaikan diri, tetapi juga turut menciptakan iklim sosial yang positif.

4. *Altruisme*

Dalam banyak kutipan wawancara, tampak bahwa mahasiswa berusaha menekan egonya, menyesuaikan sikap, dan menghindari sikap eksklusif terhadap kelompok asal. Hal ini memperlihatkan bentuk penyesuaian diri yang matang secara emosional.

5. *Conformity*

Mahasiswa perantauan mulai menghormati adat dan tradisi lokal, bahkan dalam hal kecil seperti waktu makan bersama, gaya berpakaian, dan tata cara berbicara. Ini membuktikan bahwa mereka telah belajar menyesuaikan diri tanpa kehilangan jati dirinya.

Penyesuaian sosial mahasiswa perantauan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal, seperti yang dikemukakan oleh Kau & Idris (2018).

1. Faktor Internal

Faktor internal mencakup kesiapan mental, kepribadian, motivasi, dan kematangan emosi. Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa dengan motivasi belajar yang kuat dan mental yang terbuka terhadap perbedaan menunjukkan proses penyesuaian yang lebih cepat dan sehat. Sebaliknya, partisipan yang tertutup atau memiliki kecenderungan menarik diri membutuhkan waktu lebih lama untuk membaur. Salah satu partisipan misalnya, mengalami kesulitan karena kepribadian introvertnya menghambat inisiatif sosialnya. Namun, dengan proses refleksi diri, ia akhirnya mampu membuka diri dan membentuk relasi sosial yang bermakna.

Faktor kematangan emosi juga penting. Mahasiswa yang mampu mengelola perasaan rindu rumah, frustrasi karena perbedaan budaya, atau tekanan akademik, cenderung lebih mampu bertahan dan berkembang di lingkungan barunya. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan penyesuaian tidak hanya ditentukan oleh kecerdasan sosial, tetapi juga oleh ketahanan emosional.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal meliputi dukungan dari keluarga, teman, dosen, serta lingkungan kampus. Mahasiswa yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga cenderung lebih siap menghadapi tekanan sosial di perantauan. Selain itu, keberadaan teman dekat yang dapat menjadi tempat berbagi pengalaman turut memperkuat rasa diterima dalam lingkungan baru. Beberapa partisipan menyebutkan bahwa kelompok pertemanan di kampus sangat membantu mereka dalam memahami budaya lokal, bahkan membantu mereka dalam memahami tugas-tugas akademik yang sulit di awal-awal masa perkuliahan.

Selain itu, lingkungan sosial di kampus yang inklusif dan menghargai keberagaman budaya terbukti memberikan ruang aman bagi mahasiswa perantau untuk belajar dan berkembang tanpa merasa terasing.

Penelitian ini memiliki konteks mahasiswa perantau didefinisikan sebagai individu yang meninggalkan kampung halaman untuk menempuh pendidikan di luar daerah asal. Hal ini sejalan dengan pendapat Fauzia et al. (2020) yang menyebutkan bahwa perantau merupakan seseorang yang meninggalkan tempat asalnya dalam jangka waktu yang lama, salah satunya dengan keperluan pendidikan. Mahasiswa yang menempuh pendidikan di kota lain seperti Surabaya mengalami transisi identitas yang cukup besar. Seperti yang dijelaskan oleh Halim & Dariyo (2016),

mahasiswa perantau harus menjalani kehidupan secara mandiri dan menyelesaikan masalah tanpa kehadiran keluarga. Ini diperkuat oleh pernyataan partisipan yang merasa "terlempar" ke dunia baru dan harus membangun semuanya dari nol mulai dari pertemanan, cara hidup, hingga identitas sosial. Dalam penelitian ini menyatakan bahwa mahasiswa perantau mengalami berbagai permasalahan dalam proses penyesuaian sosial, terutama dalam permasalahan budaya, bahasa, serta norma-norma sosial yang berlaku di lingkungan yang baru. Kondisi ini seringkali menimbulkan tantangan emosional, yang jika tidak diantisipasi, bisa menjadi hambatan besar dalam proses penyesuaian sosial. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa perantau justru berkembang dalam tekanan tersebut, menumbuhkan rasa tanggung jawab, kemandirian, serta resiliensi psikologis.

proses penyesuaian sosial mahasiswa perantau dalam penelitian ini dapat dipandang sebagai proses transformasi identitas sosial yang bertahap. Penyesuaian sosial bukan hanya upaya bertahan dalam lingkungan baru, tetapi juga mencakup perubahan dalam cara berpikir, bersikap, dan berperilaku. Mahasiswa perantau pada akhirnya menjadi pribadi yang lebih terbuka, inklusif, serta mampu menjembatani dua budaya sekaligus: budaya asal dan budaya tempat perantau.

Dengan demikian, penyesuaian sosial tidak hanya penting untuk kelangsungan studi akademik, tetapi juga berperan besar dalam pembentukan karakter dan kematangan sosial mahasiswa perantau.

5. Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Surabaya mengalami berbagai tantangan dalam penyesuaian di lingkungan sosial. Proses penyesuaian sosial yang dialami oleh kedua partisipan berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi berbagai faktor baik faktor internal maupun faktor eksternal. Partisipan mengalami tantangan dalam bentuk kesulitan bahasa, perbedaan budaya, hingga kecanggungan dalam menjalin interaksi sosial pada masa perantau. Masing-masing partisipan menghadapi hambatan dalam penyesuaian sosial yang serupa, khususnya dalam memahami bahasa lokal yang dominan digunakan di lingkungan sosial dan perkuliahan. Selain itu, terdapat perbedaan norma dalam bersikap maupun berkomunikasi yang menimbulkan *culture shock* dan adanya rasa tidak percaya diri pada awal merantau.

Strategi penyesuaian sosial yang dilakukan oleh partisipan menggunakan observasi dengan lingkungan sekitar, membangun komunikasi secara perlahan, serta menjalin kedekatan dengan teman-teman yang dianggap suportif oleh partisipan. Kedua partisipan menunjukkan kemampuan belajar dan menyesuaikan diri, baik secara sikap maupun penggunaan bahasa. Dukungan sosial dari teman dan keluarga menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan proses penyesuaian sosial. Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau tidak

hanya beradaptasi secara fisik dengan lingkungan baru, tetapi juga melalui proses psikososial yang kompleks, dimana nilai-nilai budaya asal tetap dipertahankan selama tidak bertentangan dengan norma di lingkungan baru. Penyesuaian sosial pada konteks ini berlangsung secara dinamis, tidak bersifat instan, melainkan memerlukan waktu, dukungan, serta kemauan pribadi untuk berubah.

Daftar Referensi

- Afrizawati, Anggraini, R., & Nurhayati. (2021). Hubungan Konsep Diri dan Penyesuaian Sosial dengan Self Regulated Learning di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal As-Said*, 1(2), 13-24. <https://e-journal.institutabdullahsaid.ac.id/index.php/AS-SAID/article/view/40>
- Arianto, B. (2024). Triangulasi Metoda Penelitian Kualitatif. In I. K. Hatiebi, S. Ghozi, E. Sorongan, & Gozali (Eds.), *Borneo novelty publishing* (Vol. 251). Borneo Novelty Publishing. <https://ebooks.borneonovelty.com/publications/584982/triangulasi-metoda-penelitian-kualitatif>
- Arum, A. R., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Psikologi. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 1-120. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i8.41717>
- Baker, R. w, & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179-189. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry & Research Design* (A. Hutchinson (ed.)). Vicki Knight. [https://repositorio.ciem.ucr.ac.cr/bitstream/123456789/501/1/Qualitative inquiry %26 research design. design _ Choosing among five approaches. %281%29.pdf](https://repositorio.ciem.ucr.ac.cr/bitstream/123456789/501/1/Qualitative%20inquiry%26%20research%20design.%20design_%20Choosing%20among%20five%20approaches.%281%29.pdf)
- Dara, Y. P., Dewi, S. H., Faizah, F., & Rahma, U. (2020). Penyesuaian Sosial Berdasarkan Adversity Quotient pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 10(2), 139. <https://doi.org/10.26740/jptt.v10n2.p139-149>
- Erindana, F. U. N., Nashori, H. F., & Tasaufi, M. N. F. (2021). Penyesuaian Diri dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama. *Motiva Jurnal Psikologi*, 4(1), 11-18. <https://doi.org/10.31293/mv.v4i1.5303>
- Fahrezi, A., & Diana, R. (2019). Pola Asuh Co-Parenting dan Penyesuaian Diri pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai (Broken Home). *Jurnal Wacana*, 11(2), 196-212. [https://doi.org/DOI: https://doi.org/10.13057/wacana.v11i2.146](https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.13057/wacana.v11i2.146)
- Fauzia, N., Asmaran, & Komalasari, S. (2020). Dinamika Kemandirian Mahasiswa Perantauan. *Jurnal Al Husna*, 1(3), 167-181. <https://doi.org/https://doi.org/10.18592/jah.v1i3.3918>
- Fitrianti, L., & Cahyono, R. (2021). Pengaruh Regulasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Selama PJJ di Masa Pandemi Covid-19. *Buletin Penelitian Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1180-1189. <http://jiip.stkipyapisdompnu.ac.id/jiip/index.php/JIIP/article/view/364>
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau Relationship. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170-181. <https://doi.org/https://doi.org/10.24854/jps.v4i2.344>
- Hasanuddin, & Khairuddin. (2021). Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri, dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 148-155. <https://doi.org/https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5906>

- Hutabarat, E., & Nurchayati. (2021). Penyesuaian Diri Mahasiswa Batak yang Merantau di Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(07), 45-59. <https://doi.org/10.17977/um070v4i52024p210-224>
- Indrawati, E. S., & Fauziah, N. (2013). *Penyesuaian Sosial dan Tingkat Kesenangan Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi UNZIP*.
- Kau, M. A., & Idris, M. (2018). Deskripsi Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kota Gorontalo. *Jurnal Ideas Publishing*, 4(4), 397-412.
- Lesmana, D. A. I., & Roychansyah, M. S. (2021). Indeks aksesibilitas regional Jawa Tengah dan Daerah Istimewa Yogyakarta menggunakan principal component analysis dan kernel density analysis. *Region : Jurnal Pembangunan Wilayah Dan Perencanaan Partisipatif*, 16(2), 226. <https://doi.org/10.20961/region.v16i2.41907>
- Mufidah, V. N., & Fadilah, N. N. (2022). Adaptasi dan Culture Shock : Studi Kasus pada Peserta Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka. *Jurnal Pemikiran Dan Riset Sosiologi*, 3(1), 61-70. <https://doi.org/https://doi.org/10.47776/10.47776/MJPRS.003.01.05>
- Nadlyfah, A. K., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Antara Pengungkapan diri Pada Mahasiswa Rantau Di Semarang. *Jurnal Empati*, 7(Nomor 1), 136-144. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2018.20171>
- Niam, E. K. (2009). Koping Terhadap Stres pada Mahasiswa Luar Jawa yang Mengalami Culture Shock di Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 11(1), 69-77. <https://doi.org/https://doi.org/10.23917/indigenous.v11i1.1615>
- Novita Lestari, S., Meiyuntariningsih, T., & Sari Ramadhani, H. (2023). Penyesuaian sosial pada mahasiswa rantau Luar Jawa: Menguji peranan self monitoring. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 907-915.
- Nugroho, A., & Mareza, L. (2023). Culture Shock Mahasiswa Rantau Sebagai Kelompok Minoritas. *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi Dan Pendidikan*, 6(3), 269-278. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/perspektif.v6i2.789>
- Rahmah, A. N., & Setiowati, E. A. (2019). Hubungan Antara Penyesuaian Sosial dengan Keputusan Pembelian Barang Bermerek pada Remaja Putri di Semarang. *Proyeksi*, 14(1), 94. <https://doi.org/10.30659/jp.14.1.94-103>
- Rochgiyanti, Miftahuddin, Susanto, H., Fathurrahman, & Hadijah, M. (2022). Madam: Budaya Urang Banjar Merantau untuk Kehidupan Lebih Baik. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(3), 1693-1700. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i3.4945>
- Salsabila, A., & Hasmarini, M. I. (2023). Determinan Indeks Pembangunan Manusia di Pulau Jawa : Analisis Data Panel Tahun 2014-2021. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 11(1), 59. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jupe/article/view/50445>
- Sari, D. O., Drupadi, R., & Syafrudin, U. (2021). Peran Orang Tua dalam Proses Penyesuaian Diri Anak Usia Dini Terhadap Kegiatan Pembelajaran di Rumah. *Pedagogi : Jurnal Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 149-160. <https://doi.org/https://doi.org/10.30651/pedagogi.v7i2.7001>
- Sarumaha, Y., Saragih, S., & Ariyanto, E. A. (2024). Stres dan Dukungan Sosial pada Mahasiswa Perantauan yang Bekerja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), 1-8. <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i1.10408>
- Schneiders, Alexander A. (2010). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Reinhart dan Winstons.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*.
- Utavia, A., Jannati, P., Malahati, F., Qathrunnada, & Shaleh. (2023). Kualitatif : Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(2), 341-348. <https://doi.org/https://doi.org/10.46368/jpd.v11i2.902>

- Waruwu, M. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan : Metode Penelitian Kualitatif , Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2896-2910. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v7i1.6187>
- Wicaksono, B. (2024). *Gambaran Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau yang Mandiri Secara Finansial di Yogyakarta* [Universitas Negeri Islam Yogyakarta]. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/65209/>
- Widodo, B. (2021). Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun Tahun Akademik 2020 / 2021. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 4(8), 899-907. <https://doi.org/https://doi.org/10.54371/jiip.v4i8.364>
- Wiraguna, S. A., Purwanto, L. M. ., & Widjaja, R. R. (2024). Metode Penelitian Kualitatif di Era Transformasi Digital. *Jurnal Arsitekta*, 6(1), 46-60. <https://doi.org/https://doi.org/10.47970/arsitekta.v6i01.524>