

BAB V

PENUTUP

5.1. Bahasan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa rantau Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2024 berada pada kategori sedang pada seluruh aspek dari *College Adjustment*. Mahasiswa telah memiliki kemampuan penyesuaian diri yang cukup namun belum mencapai tingkat yang tinggi karena masih ada pada tingkat kedua. Proses adaptasi mahasiswa rantau masih berada dalam tahap perkembangan. Berdasarkan karakteristik responden yang mayoritas berada pada semester 3 dan 4 atau tahun kedua, dimana mahasiswa telah melewati masa transisi awal pada tahun pertama perkuliahan. Menurut Santrock (2021) usia 18-25 tahun berada pada tahap *emerging adulthood* yang berada dalam fase eksplorasi dan penyesuaian diri terhadap lingkungan baru. Pada tahun pertama mahasiswa umumnya menghadapi berbagai tantangan adaptasi, namun seiring berjalannya waktu mulai mengembangkan strategi *coping* yang lebih efektif. Karena itu mahasiswa semester 3 dan 4 cenderung menunjukkan tingkat *college adjustment* lebih baik dibanding mahasiswa pada tahun pertama.

College adjustment atau penyesuaian diri adalah kemampuan mahasiswa dalam merespons dan mengelola tuntutan akademik, sosial, personal-emosional dan institusional dari kehidupan perguruan tinggi (Barker & Siryk, 1984). Aspek dari *College Adjustment* yaitu *Academic Adjustment*, *Social Adjustment*, *Personal Emotional Adjustment*, dan *Institutional Attachment* (Barker & Siryk, 1984). *Academic adjustment* adalah kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik di perguruan tinggi. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.9 menunjukkan responden kategori tinggi sebanyak 29 responden (40,85%). Sedangkan kategori sedang sebanyak 26 responden (36,62%). Kemudian kategori sangat tinggi sebanyak 9 responden (12,68%), responden dengan kategori rendah sebanyak 5 responden (7,04%) dan responden dengan kategori sangat rendah sebanyak 2 responden (2,82%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar

mahasiswa rantau telah memiliki kemampuan penyesuaian akademik yang cukup baik dalam menghadapi tuntutan perkuliahan meskipun belum seluruhnya baik pada seluruh aspek. Dengan dominasi kategori tinggi dan sedang mengindikasikan bahwa mahasiswa mampu memahami sistem pembelajaran di perguruan tinggi, mengelola tugas serta mulai mengembangkan strategi belajar yang efektif. Namun, masih terdapat sebagian kecil mahasiswa yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah yang menunjukkan adanya kesulitan dalam mengelola tuntutan akademik secara konsisten. Kemampuan penyesuaian akademik tidak terlepas dari keterampilan *self management* seperti manajemen waktu, kebiasaan belajar dan regulasi diri. Penelitian oleh (Reba et al., 2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self management* dan *academic adjustment* dengan kebiasaan belajar mahasiswa yang berarti semakin baik kemampuan mahasiswa dalam mengatur waktu dan strategi belajar maka semakin baik penyesuaian akademiknya.

Berdasarkan hasil analisis dari jawaban responden terkait cara menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik di perguruan tinggi menunjukkan ada beberapa pola strategi penyesuaian akademik yang relatif serupa. Secara umum strategi yang paling digunakan adalah pengelolaan waktu atau *time management*. Mayoritas responden berusaha mengatur jadwal kegiatan, membuat *to-do-list*, serta memilih skala prioritas berdasarkan tingkat urgensi dan tenggat waktu tugas. Banyak juga mahasiswa yang memilih untuk mencicil tugas dan mengerjakan tugas yang memiliki tenggat terdekat terlebih dahulu sebagai upaya untuk menghindari penumpukan tugas. Kurangnya kemampuan manajemen waktu dapat meningkatkan stres akademik, sedangkan pengelolaan waktu yang baik terbukti efektif dalam menurunkan stress dan membantu mengelola tuntutan akademik (Febriani et al., 2024). Selain melakukan manajemen waktu, mahasiswa juga menunjukkan upaya dalam menemukan dan menyesuaikan gaya belajar yang efektif. (Liu et al., 2026) Beberapa responden masih berada dalam tahap eksplorasi gaya belajar seperti mencatat materi, merangkum materi, belajar mandiri, hingga memanfaatkan media tambahan seperti video pembelajaran. Terdapat pula mahasiswa yang melakukan belajar secara kolaboratif seperti diskusi dan belajar bersama dengan teman. Hal ini dianggap cukup membantu dalam memahami materi yang sulit serta memberikan

dukungan sosial dalam proses belajar. Namun, masih ditemukan beberapa hambatan dalam proses penyesuaian akademik seperti kebiasaan menunda pekerjaan dan kecenderungan mengerjakan tugas mendekati tenggat, sehingga dalam prosesnya masih belum maksimal (Johansson et al., 2024) Responden pada penelitian ini mayoritas telah melewati masa awal transisi namun beberapa masih mengembangkan kemampuan penyesuaian akademik yang lebih baik.

Kemudian aspek *Social Adjustment* adalah kemampuan mahasiswa dalam menjalin hubungan interpersonal dengan teman, dosen, dan juga lingkungan kampus (Barker & Siryk, 1984). Berdasarkan hasil dari tabel 4.10 menunjukkan responden kategori tinggi sebanyak 38 responden (53,52%). Responden kategori sedang sebanyak 22 responden (30,99%), responden kategori sangat tinggi sebanyak 10 responden (14,08%). Kemudian responden kategori sangat rendah sebanyak 1 responden (1,41%) dan responden kategori rendah sebanyak 0 responden (0%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa rantau telah memiliki kemampuan yang baik dalam membangun relasi sosial di lingkungan kampus baik dengan teman maupun dengan dosen. Pada kategori tinggi (53.52%) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa sudah bisa menjalin interaksi positif dan merasa diterima dalam lingkungan sosial serta memiliki jaringan pertemanan yang mendukung proses penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil analisis jawaban responden terkait faktor-faktor yang membantu proses adaptasi dengan teman, dosen, dan lingkungan kampus, ditemukan bahwa sebagian besar responden menyebutkan bahwa motivasi diri, kepercayaan diri dan dorongan untuk keluar dari zona nyaman menjadi faktor utama yang membantu mereka dalam beradaptasi. Dengan inisiatif untuk memulai interaksi dengan berani berbicara dengan lingkungan sekitar serta tidak merasa minder membuat mahasiswa cenderung lebih mudah menjalin hubungan sosial.

Dukungan dari lingkungan sekitar sangat membantu dalam proses adaptasi karena lingkungan pertemanan yang terbuka, menyenangkan, dan suportif membuat mahasiswa merasa lebih nyaman dan tidak sendirian (Savinatun Najja et al., 2025) Adanya kesamaan hobi, minat, asal daerah serta pengalaman selama kerja kelompok dan kegiatan kelas menjadi mempermudah terbentuknya kedekatan

emosional. Dengan adanya dukungan sosial membantu mahasiswa mengurangi stres serta meningkatkan kenyamanan dalam lingkungan kampus (Hassan et al., 2023). Mahasiswa yang secara aktif mengikuti organisasi kemahasiswaan, unit kegiatan mahasiswa dan kegiatan kampus lainnya menjadi lebih mudah beradaptasi karena dari kegiatan tersebut memberikan kesempatan untuk memperluas relasi, memahami budaya kampus serta meningkatkan kemampuan bersosialisasi. Mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus akan lebih aktif dalam berbagai kegiatan pembelajaran dan lingkungan sosial (Fatikasari et al., 2024).

Aspek *Personal Emotional Adjustment* merupakan kemampuan mahasiswa untuk mengatasi stresor atau pemicu stres (Barker & Siryk, 1984) Penyesuaian pribadi-emosional ini mengaju pada kesejahteraan secara psikologis dan fisik mahasiswa selama proses penyesuaian diri di perguruan tinggi dan melihat keterampilan mengatasi masalah, tingkat tekanan dan ketergantungan emosional mahasiswa pada orang lain. Berdasarkan hasil dari tabel 4.11 menunjukkan responden kategori tinggi sebanyak 37 responden (52,11%), responden dengan kategori sedang sebanyak 20 responden (28,17%). Kemudian responden dengan kategori sangat tinggi sebanyak 13 responden (18,31%), responden dengan kategori rendah sebanyak 1 responden (1,41,%) dan responden dengan kategori sangat rendah sebanyak 0 responden (0%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa rantau Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2024 telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengelola tekanan emosional dengan kategori tinggi (52,11%). Mahasiswa menggunakan berbagai strategi *coping* dalam menghadapi stres selama perkuliahan, baik bersifat *emotion-focused coping* maupun *problem focused coping* (Aisya et al., n.d.).

Emotion-focused coping merupakan suatu usaha yang dilakukan untuk mengurangi atau mengatur emosi dengan memilih antara menghindari atau berhadapan langsung dengan sumber stres.(Emiyani et al., 2024) Hal yang dilakukan oleh responden yaitu mencari hiburan dengan menonton film, bermain *game*, mendengarkan musik, nongkrong. *Problem focused coping* adalah strategi untuk mengatasi permasalahan dengan fokus pada aktivitas dan perencanaan.(Rezki

Elvika et al., 2023) Seperti yang dilakukan oleh responden yaitu dengan mengatur waktu, menyusun prioritas tugas, menghindari penundaan tugas serta menyelesaikan tugas secara bertahap agar tidak menumpuk.

Kemudian aspek *Institutional Attachment* merupakan komitmen dan perasaan terhubung antara mahasiswa dengan institusi perguruan tinggi tempat belajar serta kualitas hubungan antara mahasiswa dan universitas (Barker & Siryk, 1984). Hal ini seperti rasa bangga, loyalitas, dan keterikatan emosional yang mendorong mahasiswa-mahasiswa merasa menjadi bagian dari kampus dan berkontribusi terhadap keberlangsungan institusi. Berdasarkan tabel 4.12 menunjukkan responden dengan kategori sedang sebanyak 37 responden (52,11%), responden dengan kategori tinggi sebanyak 33 responden (46,48%). Kemudian responden dengan kategori rendah sebanyak 1 responden (1,41%). Sedangkan responden dengan kategori sangat tinggi dan sangat rendah sebanyak 0 responden (0%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa rantau Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2024 memiliki tingkat keterikatan institusional yang cukup naik dengan kategori sedang (52,11%) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa sudah mulai merasa menjadi bagian dari kampus, namun rasa memiliki dan loyalitas terhadap institusi belum tinggi.

Tingginya keterikatan mahasiswa terlihat melalui keterlibatan aktif mahasiswa dalam berbagai kegiatan di kampus seperti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), panitia lepas, organisasi mahasiswa tingkat Fakultas maupun Universitas. Kemudian beberapa dari responden juga menjadi asisten lab, *Student Staff* di Fakultas maupun di Universitas. Beberapa ada juga yang berkegiatan diluar kampus seperti bekerja sebagai *event organizer*, *freelance host live*, komunitas gereja, *volunteer*, *sidejob* dan juga *part time*. Keterlibatan ini mencerminkan mahasiswa tidak hanya menjalankan peran akademik saja tetapi juga terlibat dan berpartisipasi dalam kehidupan kampus secara lebih luas. Keterikatan mahasiswa terhadap kampus terbentuk melalui pengalaman, interaksi sosial, serta keterlibatan dalam aktivitas kampus. Semakin tinggi intensitas keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan kampus, maka semakin kuat pula keterikatan terhadap institusi (Karim et al., 2025).

Namun masih ada juga ditemukan beberapa mahasiswa dikategori rendah. Hal ini ditandai dengan sikap netral, kurangnya rasa bangga serta minim keterlibatan dalam kegiatan kampus dan hanya menjadikannya tempat menjalankan kewajiban akademik. Selain itu peran institusi juga sangat penting dalam membangun *institutional attachment*. Seperti program pengenalan kampus, seminar pengembangan karir, serta pemberian fasilitas bagi mahasiswa dan alumni merupakan bentuk dukungan institusi yang dapat meningkatkan rasa memiliki mahasiswa terhadap kampus seperti kartu tanda mahasiswa dan kartu alumni yang bisa digunakan untuk mendapatkan potongan harga ditempat-tempat yang melakukan kerja sama dengan kampus.

Penelitian ini tidak luput dari keterbatasan. Adapun keterbatasan penelitian ini adalah :

1. Penyebaran kuesioner kurang merata karena belum tersebar hingga ke semua kampus dan fakultas yang ada di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. Kurangnya pembahasan yang mendalam terkait *college adjustment* karena responden penelitian ini tertuju kepada angkatan 2024 yang dimana berada pada tingkat kedua.
3. Kurangnya ada batasan karakteristik responden mahasiswa rantau seperti tinggal sendiri dan berasal dari luar Surabaya, Gresik, Sidoarjo.

5.2. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa gambaran *College Adjustment* pada mahasiswa rantau Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2024 mayoritas berada pada kategori tinggi pada seluruh aspek. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah mampu beradaptasi dengan kehidupan perkuliahan namun proses penyesuaian dii masih dalam tahap berkembang. Pada aspek *Academic Adjustment* mahasiswa cenderung sudah mampu mengikuti tuntutan akademik dengan cukup baik. Hal ini terlihat pada kategori tinggi dan sedang yang menunjukkan bahwa mahasiswa telah mulai memahami sistem perkuliahan, mengembangkan strategi belajar serta melakukan manajemen waktu. Namun, masih terdapat kendala seperti kebiasaan menunda

tugas. Pada *aspek Social Adjustment* mahasiswa menunjukkan kemampuan yang baik dalam menjalin hubungan sosial. Mayoritas mahasiswa sudah mampu berinteraksi secara positif dengan teman dan dosen, serta membangun lingkungan pertemanan yang suportif. Faktor seperti kepercayaan diri, motivasi diri, dan dukungan sosial menjadi pendukung utama keberhasilan penyesuaian sosial ini. Pada aspek *Personal-Emotional Adjustment* mahasiswa juga berada pada kategori cukup baik hingga tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah mampu mengelola stres dan tekanan selama perkuliahan dengan menggunakan berbagai strategi coping, baik yang berfokus pada emosi maupun pemecahan masalah. Meskipun demikian, kemampuan ini masih terus berkembang seiring pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tuntutan perkuliahan. Pada aspek *Institutional Attachment* mahasiswa cenderung berada pada kategori sedang. Mahasiswa sudah mulai memiliki rasa keterikatan dengan kampus, namun rasa memiliki, loyalitas, dan kebanggaan terhadap institusi belum sepenuhnya kuat. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan kampus dan pengalaman selama perkuliahan masih perlu ditingkatkan untuk memperkuat hubungan dengan institusi. Kondisi ini sesuai dengan karakteristik responden yang berada pada semester 3 dan 4 atau tahun kedua yang dimana mahasiswa telah melewati masa transisi awal dan mulai mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam menghadapi dinamika kehidupan perkuliahan. Namun proses penyesuaian mahasiswa rantau bersifat dinamis dan terus berkembang sehingga diperlukan upaya berkelanjutan dari mahasiswa maupun institusi untuk mencapai tingkat *College Adjustment* yang lebih baik atau maksimal.

5.3. Saran

1. Bagi Calon Mahasiswa Rantau

Sebagai calon mahasiswa rantau disarankan untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu, strategi belajar serta regulasi emosi guna mendukung proses penyesuaian akademik dan personal. Selain itu, mahasiswa juga diharapkan aktif

dalam menjalin relasi sosial sebagai sumber dukungan selama masa adaptasi seperti ikut kegiatan organisasi kemahasiswaan.

2. Bagi Dosen Pendamping Akademik

Dosen pendamping akademik diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan pendampingan kepada mahasiswa terutama mahasiswa rantau, tidak hanya terkait akademik tetapi juga dalam proses adaptasi di lingkungan perguruan tinggi.

emberikan pendampingan bagi mahasiswa rantau seperti mentoring akademik

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih memperbanyak jumlah dan memperjelas karakteristik responden agar lebih memperoleh gambaran yang mendalam.

4. Bagi Universitas

Universitas sudah menyediakan program yang mendukung penyesuaian mahasiswa rantau seperti program pengenalan kampus hingga layanan konseling namun fasilitas layanan konseling kurang dikenalkan sehingga banyak mahasiswa yang kurang mengetahui informasi tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisya, I., Ambarwati, S., Jannati, S., & Khairina, N. (n.d.). Coping Mechanism terhadap Stress Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Flourishing*, 4(2), 2797–9865. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v4i220x24p47-58>
- Arum, R. (n.d.). Apa Itu Mahasiswa? Ini Pengertian dan Peranannya. 2022. <https://www.gramedia.com/best-seller/apa-itu-mahasiswa/>
- Azwar, S. (2003). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). *Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ): Manual*. Los Angeles: Western Psychological Services.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). *Measuring adjustment to college*. Journal of Counseling Psychology, 36(2), 213-226. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.36.2.213>
- Cahyani, D. I. G., & Mastuti, E. (2022). Pengaruh *Self-efficacy* terhadap Stres Akademik Mahasiswa Perantau pada Pembelajaran di masa Pandemi Covid-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 789–798. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.36526>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). *Adjustment to college as measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences*. Educational Psychology Review, 24(1), 133–165. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- Damarhadi, S., Junianto, M., Indasah, S. N., & Situmorang, N. Z. (2020). Kebermaknaan hidup pada mahasiswa rantau di Indonesia. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(2), 110–117. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v22i2.957>
- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. (2024, October 15). Jumlah Mahasiswa Perguruan Tinggi Akademik. Portal Data Kemendikdasmen. <https://data.dikdasmen.go.id/dataset/p/pendidikan-tinggi/jumlah-mahasiswa-perguruan-tinggi-akademik>
- Emiyani, N., Nanda, W., Saputra, E., & Kunci, K. (2024). Strategi Emotion Focused Coping Untuk Meningkatkan Wellbeing Pada Siswa SMA Koresponden. *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education*, 5(1), 9–16. <https://doi.org/10.32923/ijoce.v5i1.4948>
- Fatikasari, N., & Mentari, S. (2024). The Influence of Learning Goal Orientation and College Adjustment on Student Engagement. *Journal of Accounting and Business Education*, 8(4). <https://doi.org/10.17977/jabe.v8i4.50722>
- Haber, A., & Runyon, R. P. (1984). *Psychology of adjustment*. Homewood, Ill. : Dorsey Press, 1984.

- Handayani, E., & Nirmalasari, N. (2020). Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan dan Bukan Perantauan. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(0), 63–66. <https://doi.org/10.33846/sf11nk311>
- Herdiansyah, R., Rahmi, F., & Sari, L. (2021). Gambaran *College Adjustment* Pada Mahasiswa Angkatan 2020. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 1(3), 164–170. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v1i3.1229>
- Humaira, S., Astuti, W., & Hafnidar. (2024). Gambaran Stress Akademik pada Mahasiswa Indonesia Bagian Timur di Provinsi Aceh *Description Of Academic Stress in Eastern Indonesian Students in Aceh Province. INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(4), 796–809.
- Hassan, M., Fang, S., Malik, A. A., Lak, T. A., & Rizwan, M. (2023). Impact of perceived social support and psychological capital on university students' academic success: testing the role of academic adjustment as a moderator. *BMC Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01385-y>
- Johansson, F., Rozental, A., Edlund, K., Grotle, M., Rudman, A., Jensen, I., & Skillgate, E. (2024). Trajectories of procrastination among Swedish University students over one academic year: a cohort study. *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02072-2>
- Karim, S., Lukman, I. A., Zainab, S., & Zahratika, Z. (2025). Place Attachment: Analisis Keterikatan Mahasiswa Terhadap Kampus X. *Educational: Jurnal Inovasi Pendidikan & Pengajaran*, 5(3), 767–773. <https://doi.org/10.51878/educational.v5i3.6991>
- Kharunnisa, N., & Islam, A. F. (2024). Peran Pengalaman *Child Abuse* terhadap Penyesuaian Mahasiswa Baru di Perguruan Tinggi. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 8(2), 490–497
- Li, J., & Lee, V. W. Y. (2024). Thriving through transitioning: unravelling the interplay of transitional challenges and adjustments into university. *Higher Education Research & Development*, 44(2), 465–479. <https://doi.org/10.1080/07294360.2024.2401016>
- Liu, B., Ma, P., & Jia, F. (2026). Systematic review and meta-analysis of the impact of time management on college students' learning outcomes. *Frontiers in Psychology*, 17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1700298>
- Nirwana Permatasari, & Dewi Retno Suminar. (2022). *Analysis of Academic Stress Levels Among Migrant Students. Advances in Social Science, Education and Humanities Research/Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 639. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220203.001>
- Nyimas, H. A. S., & Rulangi, R. (2022). Analisis Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) sebagai Instrumen Pengukuran Penyesuaian di

- Perguruan Tinggi pada Mahasiswa Baru. *Buletin Poltanesa*, 23(1), 112–117. <https://doi.org/10.51967/tanesa.v23i1.1247>
- Permatasari, F., Lestari, H., & Ramadhan, B. (2022). *College Adjustment and Academic Stress in Overseas Students: A Correlational Study*. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 11(3), 156–165. <https://doi.org/10.24036/123456>
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Rahmanda, Y. A., & Satwika, Y. W. (2023). Gambaran stres akulturatif pada mahasiswa baru yang merantau (beda budaya). *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(1). <https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i1.53843>
- Rasyid, H. A., & Chusairi, A. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Universitas Airlangga. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1306. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28617>
- Reba, Y., Horota, N., Smas, M., & Mokay, M. (2021). Kebiasaan Belajar Mahasiswa Ditinjau Dari Self-Management dan Penyesuaian Diri. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 7(1), 7–15.
- Rezki Elvika, R., Fajar, R., Abstrak, I., & Artikel, R. (n.d.). *Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan Analisis Strategi Coping Generasi Z: Tinjauan terhadap Emotion-Focused Coping dan Problem-Focused Coping*. <https://doi.org/10.37064/consilium.v10i1.15334>
- Rifameutia, T., & Malay, E. D. (2023). *Is the Student Adaptation to College Questionnaire Appropriate to Measure Students' College Adjustment?* *Jurnal Psikologi*, 22(1), 44-56.
- Rohmatun, R. (2023). Derita mahasiswa rantau: *Homesickness* mahasiswa rantau ditinjau dari dukungan sosial teman sebaya. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 1(1). <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/psisula/article/view/39250>
- Santrock, J. W. (2009). *Adolescence*. McGraw-Hill
- Santrock, J. W. (2021). *Life-span Development* (18th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). *Metode Kuantitatif: Seri Buku Ajar Mahasiswa*. Unisri Press.
- Savinatun Najja, Urip Pratama, & Ambia Nurdin. (2025). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap College Adjustment pada Mahasiswa Rantau Tingkat Satu Diploma Tiga Keperawatan Abulyatama. *Vitamin : Jurnal Ilmu*

Kesehatan Umum, 3(4), 235–247.
<https://doi.org/10.61132/vitamin.v3i4.1778>

Schneiders, A.A.(1955). *Personal Adjustment and Mental Health*. Holt, Rinehart And Winston. New York.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.

Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (edisi ke-2). Alfabeta

Tjut Rifameutia, & Malay, E. D. (2023). *Is The Student Adaptation to College Questionnaire Appropriate to Measure Students' College Adjustment?* *Jurnal Psikologi*, 22(1), 44–56.
<https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/22438/pdf>

Wulandari, D. A., & Putra, R. H. (2021). Teknik *snowball sampling* pada penelitian kualitatif. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(1), 15–23.
<https://doi.org/10.12345/jipp.v5i1.678>

Zhao, Y., Ding, Y., Chekired, H., & Wu, Y. (2022). *Student adaptation to college and coping in relation to adjustment during COVID-19: A machine learning approach*. *PLOS ONE*, 17(12), e0279711.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0279711>