

## Kelekatan terhadap Orang Tua dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau Semester Pertama dari Luar Provinsi Banten

Wahyu Triyono<sup>1\*</sup>, Nurul Khasanah<sup>2</sup>, Safitri M<sup>3</sup>

Universitas Esa Unggul

e-mail: <sup>1</sup>[wahyutriyono@student.esaunggul.ac.id](mailto:wahyutriyono@student.esaunggul.ac.id), <sup>2</sup>[nurul.khasanah@esaunggul.ac.id](mailto:nurul.khasanah@esaunggul.ac.id),  
<sup>3</sup>[safitri@esaunggul.ac.id](mailto:safitri@esaunggul.ac.id)

\*Corresponding author

**Abstract.** This study aims to determine the relationship between attachment to parents and self-adjustment in first-semester nomadic students from outside Banten Province. This research is correlational quantitative with non probability sampling techniques with an exact unknown population number, sampling using purposive sampling with a total sample of 97 with the criteria for first-semester nomadic students from outside Banten Province with an age range of 18 to 21 years. The attachment measuring instrument refers to the attachment aspect proposed by Armsden & Greenberg (1987) compiled in the Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) that has been adapted to Indonesian. Self-adjustment uses instruments adapted from the Adjustment to College Scale (ATCS) compiled by Baker & Siryk (in Al-Khatib, 2012) that has been adapted to Indonesian. This study was tested with the Spearman Correlation non-parametric correlation technique. Correlation test showed that there was a positive relationship between attachment to parents and the self-adjustment of nomadic students. Overseas students had more attachment, as well as higher self-adjustment.

**Keywords:** *Attachment to parents, Nomadic students, Self-adjustment.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau semester pertama dari luar Provinsi Banten. Penelitian ini bersifat kuantitatif korelasional dengan teknik *non probability sampling* dengan jumlah populasi yang tidak diketahui secara pasti. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 97 orang dengan kriteria mahasiswa rantau semester pertama dari luar Provinsi Banten dengan rentang usia 18 sampai 21 tahun. Alat ukur kelekatan mengacu pada aspek kelekatan yang dikemukakan oleh Armsden & Greenberg (1987) yang disusun dalam *Inventory of Parent and Peer Attachment* (IPPA) yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia. Penyesuaian diri menggunakan instrumen yang diadaptasi dari *Adjustment to College Scale* (ATCS) yang disusun oleh Baker & Siryk (dalam Al-Khatib, 2012) yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia. Hasil uji korelasi menunjukkan ada hubungan positif antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau. Mahasiswa rantau lebih banyak memiliki kelekatan yang kuat, begitu juga penyesuaian diri lebih banyak yang tinggi.

**Kata kunci:** *Kelekatan terhadap orang tua, Mahasiswa rantau, Penyesuaian diri.*

|            |            |            |
|------------|------------|------------|
| Unggah:    | Revisi:    | Diterima:  |
| 15-02-2023 | 11-03-2023 | 11-04-2023 |

## Pendahuluan

Beragamnya Perguruan Tinggi di Indonesia, membuat calon mahasiswa memperoleh keleluasaan dalam menentukan Perguruan Tinggi serta program studi yang sesuai dengan minatnya. Dalam memilih Perguruan Tinggi dan Program studi sesuai minat, mahasiswa seringkali dihadapkan pada pilihan Perguruan Tinggi yang jauh dari tempat tinggalnya, sehingga mengharuskan mahasiswa untuk tinggal terpisah dari orang tua atau harus merantau.

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada masa transisi (*emerging adulthood*) yaitu transisi dari masa remaja menuju ke masa dewasa dengan rentang usia 18-25 tahun (Arnett, 2007 dalam Santrock, 2013). Pada masa ini individu mulai berpikir dan mempersiapkan secara matang untuk menjalani karier sesuai minat, mempersiapkan menjadi individu seperti apa di masa mendatang, serta gaya hidup yang ingin dijalani ketika telah memasuki usia dewasa (Santrock, 2013).

Mahasiswa baru dituntut untuk melakukan adaptasi pada beberapa aspek kehidupan yang sepenuhnya berbeda ketika tinggal di daerah asalnya bersama orang tua. Andriani & Listiyandini (2017) menyatakan bahwa dalam proses transisi mahasiswa menghadapi berbagai persoalan yang menyebabkan mahasiswa mengalami stres yang disebabkan berbagai macam tuntutan. Pada kondisi ini mahasiswa baru yang tinggal jauh dari daerah asalnya diharapkan untuk mampu melakukan adaptasi dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial serta tugas baru sebagai mahasiswa.

Individu mulai memasuki dunia perkuliahan, ia akan dihadapkan pada berbagai tuntutan, kewajiban, serta tanggung jawab baru sebagai mahasiswa. Hal ini tentunya akan berbeda ketika individu masih menempuh pendidikan di Sekolah Menengah Atas. Individu dituntut untuk mampu melakukan penyesuaian diri, tidak hanya dalam urusan akademik, namun ketika individu memutuskan untuk menuntut ilmu jauh dari tempat tinggalnya maka individu dituntut untuk mampu melakukan penyesuaian diri di lingkungan sosial yang baru. Menurut Nugraheni & Arianti (2020) tantangan penyesuaian diri yang dihadapi mahasiswa perantau tidak hanya akademik dan non akademik, namun juga menghadapi tantangan pada aspek psikologis, seperti

keinginan untuk pulang serta jarak geografis yang jauh dari keluarga. Hutapea (2014) menyatakan bahwa mahasiswa mahasiswa rantau yang berasal dari daerah manapun pasti akan menghadapi berbagai persoalan dalam hal penyesuaian diri di perguruan tinggi. Berbagai kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa perantau di antaranya tekanan akademik, permasalahan finansial, rasa kesepian, konflik antar pribadi, kesulitan dalam menghadapi perubahan, serta permasalahan dalam mengembangkan otonomi pribadi.

Mahasiswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri yang melibatkan respon mental dan tingkah laku dengan lingkungan sekitarnya, cenderung rentan mengalami stres, frustrasi serta konflik selama masa pendidikan di lingkungan kampus. Dikutip dari Pikiran Rakyat.com sekitar 78% mahasiswa, selama mejalani studi pernah mengalami masalah gangguan kesehatan mental atau *mental health* (MH). 40% di antaranya selain menimbulkan penderitaan juga mengganggu prestasi akademisnya, dan 33,2% serius memikirkan tindakan bunuh diri. Bunuh diri tiga orang mahasiswa selama tiga bulan di suatu Perguruan Tinggi adalah puncak gunung es dari permasalahan MH di Perguruan Tinggi (Nurulliah, 2019). Lebih kurang 40% kelompok usia 18-25 tahun selama dua sampai empat tahun berada di lingkungan Perguruan Tinggi, dan sebagian besar gangguan mental mulai terlihat sebelum usia ini, sehingga Perguruan Tinggi merupakan tempat yang ideal untuk mengidentifikasi adanya permasalahan yang dialami mahasiswa perantau pada proses penyesuaian diri.

Mahasiswa perantau diharapkan dapat membangun relasi yang baik. Dalam hal ini melalui hubungan relasi yang terjalin dengan baik dengan lingkungan barunya secara tidak langsung dapat membantu mahasiswa baru dalam melakukan penyesuaian diri. Menurut Baker & Siryk (1984) penyesuaian diri adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya yang melibatkan respon mental dan tingkah laku sehingga individu mampu memenuhi kebutuhannya sendiri, mengatasi stres, frustrasi serta konflik yang dialami untuk menciptakan keseimbangan kebutuhan diri. Bila individu dapat menyelaraskan kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan yaitu orang lain maka

akan tercipta penyesuaian diri yang baik. Mahasiswa dengan penyesuaian diri yang baik akan mampu menghadapi tantangan yang ditemui di perguruan tinggi seperti mampu menunjukkan prestasi akademik yang baik, memiliki komitmen dalam mencapai tujuan perkuliahan, terlibat dalam kegiatan kampus, serta mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan sosial di lingkungan tempat tinggal selama merantau.

Kelekatan yang terjalin dengan kuat ketika anak berada di lingkungan keluarga bersama figur lekatnya dalam hal ini pengasuh atau orang tua, dapat membentuk perilaku anak menuju arah yang lebih positif di masa yang akan datang sehingga anak akan lebih mudah dalam menjalin hubungan dengan orang asing dari luar lingkungan keluarga dan lebih mampu melakukan adaptasi dengan lingkungan baru di luar tempat tinggalnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kocayoruk & Simsek (2016), menyatakan bahwa kelekatan terhadap orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri pada remaja. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa kelekatan terhadap orang tua merupakan mediator yang signifikan terhadap kemampuan penyesuaian diri remaja. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki hubungan kelekatan yang positif terhadap orang tua cenderung memiliki sikap positif dan cenderung lebih mampu dalam mengekspresikan perasaan dan perilaku sosial secara positif.

Kelekatan atau *attachment* merupakan suatu istilah yang pertamakali dikemukakan oleh psikiater yang berasal dari Inggris bernama J. Bowlby pada tahun 1958. Bowlby (dalam Santrock, 2013) mengungkapkan bahwa kelekatan merupakan suatu ikatan emosional kuat yang terbentuk antara dua individu. Kelekatan ini mengacu pada suatu relasi antara dua orang yang memiliki perasaan yang kuat satu sama lain dan melakukan banyak hal bersama untuk melanjutkan suatu relasi atau keterikatan satu sama lain. Anak yang memperoleh kelekatan (*Attachment*) yang cukup dari figur lekatnya, akan merasa dirinya aman (*Secure*) dan lebih positif terhadap kelompoknya, menunjukkan ketertarikan yang lebih besar terhadap orang lain di dalam mengajak bermain atau ketika digendong. Sejalan dengan penelitian Anderson (2016) yang menunjukkan bahwa kelekatan aman mengurangi dampak dari

gangguan psikologis yang berupa stres, kecemasan, dan perasaan terasing selama masa transisi dan penyesuaian di perguruan tinggi.

### **Metode**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif korelasional karena peneliti ingin mengetahui hubungan antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau semester pertama dari luar Provinsi Banten. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa perantau semester pertama dengan usia 18 sampai 21 tahun yang sedang menempuh pendidikan di seluruh wilayah Provinsi Banten dengan jumlah yang tidak diketahui secara pasti.

Penentuan ukuran sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus *Cochran* dikarenakan jumlah populasi yang tidak diketahui secara pasti (Sugiyono 2019). Setelah dilakukan perhitungan diperoleh jumlah sampel sebanyak 96,04 subjek yang dibulatkan menjadi 97 subjek.

Pada skala kelekatan mengacu pada aspek kelekatan yaitu aspek kepercayaan, komunikasi, dan pengasingan yang dikemukakan oleh Armsden & Greenberg (1987) yang disusun dalam *Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)* pada penelitian ini melakukan modifikasi dari peneliti sebelumnya (Lerie, 2021) yang berjumlah 34 aitem, setelah dimodifikasi berjumlah 42 aitem. Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas diperoleh sebanyak 31 aitem valid dengan nilai reliabilitas sebesar 0,940. Pada skala penyesuaian diri menggunakan instrumen yang diadaptasi dari *Adjustment to College Scale (ATCS)* yang disusun oleh Baker & Siryk (dalam Al-Khatib, 2012) yang mengacu pada aspek penyesuaian akademik, penyesuaian sosial, penyesuaian emosional, dan kelekatan pada institusi.

### **Hasil**

Berdasarkan tabel uji normalitas dengan menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* pada variabel kelekatan menunjukkan Sig (p) sebesar 0,000 yang berarti  $(p) < 0,05$  artinya data dari variabel kelekatan tidak terdistribusi dengan normal. Kemudian pada variabel penyesuaian diri menunjukkan Sig (p) sebesar 0,156 yang

berarti  $(p) > 0,05$  artinya data terdistribusi normal. Sugiyono (2019) menyatakan bahwa apabila terdapat data yang tidak normal, analisis statistik yang digunakan adalah analisis *Non Parametric*. Berdasarkan hasil uji normalitas pada kedua variabel, dapat dinyatakan bahwa pengujian analisis statistik menggunakan analisis *Non Parametric* dengan teknik *Spearman Correlation* untuk mengetahui korelasi dari kedua variabel. Teknik tersebut digunakan karena salah satu variabel memiliki data yang terdistribusi tidak normal.

Berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman* diperoleh nilai  $\text{Sig.}(p) = 0,000 < 0,05$  menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Koefisien korelasi sebesar  $0,501^{**}$  menunjukkan arah hubungan positif antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa. Dari hasil uji korelasional tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan positif antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Artinya apabila mahasiswa memiliki kelekatan yang kuat terhadap orang tua maka mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang tinggi, sebaliknya apabila mahasiswa memiliki kelekatan yang lemah terhadap orang tua maka mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang rendah.

Berdasarkan hasil uji kategorisasi kelekatan diketahui 58 subjek atau 59,8 % memiliki kelekatan yang kuat terhadap orang tua, dan 39 subjek atau 40,2% memiliki kelekatan yang lemah terhadap orang tua. Dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian dengan kelekatan kuat berjumlah lebih banyak (59,8%).

**Tabel 1.**  
**Kategorisasi Skor Kelekatan**

| Rentang skor    | Kategorisasi | Frekuensi | Persentase (%) |
|-----------------|--------------|-----------|----------------|
| $X \geq 101,09$ | Kuat         | 58        | 59,8%          |
| $X < 101,09$    | Lemah        | 39        | 40,2%          |
| Total           |              | 97        | 100%           |

Berdasarkan hasil uji kategorisasi penyesuaian diri diketahui 58 subjek atau 59,8% memiliki penyesuaian diri yang tinggi, dan 39 subjek atau 40,2% memiliki penyesuaian diri yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa subjek dengan

penyesuaian diri tinggi lebih banyak dari subjek dengan penyesuaian diri rendah (59,8%).

**Tabel 2.**  
**Kategorisasi Skor Penyesuaian Diri**

| Rentang skor   | Kategorisasi | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------|--------------|-----------|----------------|
| $X \geq 89,32$ | Tinggi       | 58        | 59,8%          |
| $X < 89,32$    | Rendah       | 39        | 40,2%          |
| Total          |              | 97        | 100%           |

Selanjutnya dilakukan *crosstab* antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri dengan hasil sebagai berikut.

**Tabel 3.**  
**Crosstab Kelekatan dan Penyesuaian Diri**

|           |       | Penyesuaian Diri |            | Total      |
|-----------|-------|------------------|------------|------------|
|           |       | Tinggi           | Rendah     |            |
| Kelekatan | Kuat  | 46 (47,7%)       | 12 (12,4%) | 58 (59,8%) |
|           | Lemah | 12 (12,4%)       | 27 (27,8%) | 39 (40,2%) |
| Total     |       | 58 (59,8%)       | 39 (40,2%) | 97 (100%)  |

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa subjek yang memiliki kelekatan kuat dan memiliki penyesuaian diri tinggi berjumlah 46 subjek atau 47,7% dari total subjek. Subjek dengan kelekatan kuat dan memiliki penyesuaian diri rendah berjumlah 12 subjek atau 12,4% dari total subjek. Subjek dengan kelekatan lemah dan penyesuaian diri kuat berjumlah 12 subjek atau 12,4% dari total subjek. Kemudian subjek dengan kelekatan lemah dan penyesuaian diri rendah berjumlah 27 subjek atau 27,8% dari total subjek.

Dari pengujian korelasional dan pengujian kategorisasi diketahui bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri. Subjek yang memiliki kelekatan kuat terhadap orang tua memiliki penyesuaian diri yang tinggi.

### Diskusi

Berdasarkan uji korelasi yang dilakukan menggunakan program statistik antara kelekatan terhadap orang tua dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau diperoleh hasil sig. (P) = 0,000 ( $p < 0,005$ ) hal ini menunjukkan adanya hubungan yang

signifikan dari kedua variabel. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,501 menunjukkan arah hubungan positif antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa. Dari hasil uji korelasional tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan positif antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Artinya apabila mahasiswa memiliki kelekatan yang kuat terhadap orang tua maka mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang tinggi, sebaliknya apabila mahasiswa memiliki kelekatan yang lemah terhadap orang tua maka mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang rendah.

Individu dengan hubungan kelekatan kuat dengan figur orang tua akan memfasilitasi kecakapan dan kesejahteraan sosial termasuk harga diri, penyesuaian emosi, dan kesehatan fisik. Individu yang lekat dengan figur orang tua akan lebih mampu untuk memenuhi kebutuhannya sendiri, mengatasi stres, frustrasi serta konflik selama menjalani perkuliahan. Sebaliknya hubungan kelekatan yang tidak terjalin dengan kuat maka individu akan mengalami permasalahan pada kesehatan fisik dan emosional, tingkat harga diri rendah, kurang percaya diri, serta ketidakmampuan individu untuk melakukan interaksi sosial dengan teman maupun orang lain di sekitarnya, seperti guru saat sekolah, dosen di kampus serta pasangan ketika memasuki usia remaja. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Baker & Siryk (1984) seseorang dengan penyesuaian diri kuat akan mampu untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya yang melibatkan respon mental dan tingkah laku sehingga individu mampu memenuhi kebutuhannya sendiri, mengatasi stres, frustrasi serta konflik yang dialami untuk menciptakan keseimbangan kebutuhan diri selama masa pendidikan di lingkungan kampus.

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Syarifa (2017) yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kelekatan aman terhadap ibu dan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Semakin tinggi kelekatan aman yang terjalin antara anak dan ibu menunjukkan semakin baiknya penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama, sebaliknya semakin rendahnya kelekatan aman antara anak dan ibu menunjukkan semakin rendahnya kemampuan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama.



Kategorisasi dari kelekatan terhadap orang tua menunjukkan bahwa mahasiswa perantau semester pertama dari luar Provinsi Banten yang memiliki kelekatan yang kuat sebanyak 58 orang (59,8%), sedangkan mahasiswa dengan kelekatan lemah sebanyak 39 orang (40,2%) dari total subjek yang terlibat dalam penelitian. Artinya mahasiswa yang memiliki kelekatan kuat berjumlah lebih banyak dari mahasiswa dengan kelekatan lemah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa perantau semester pertama dari luar Provinsi Banten telah memiliki kelekatan yang kuat terhadap orang tua yang memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku sosial, kesehatan emosional, tingkat harga diri, kepercayaan diri, serta kemampuan individu untuk melakukan interaksi sosial individu di lingkungan Perguruan Tinggi (Santrock 2012). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggreani & Ramadhani (2021) yang menunjukkan adanya pengaruh kelekatan terhadap penyesuaian diri mahasiswa perantau semester pertama di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Kelekatan yang terjalin dengan baik antara anak dan orang tua akan mempermudah anak dalam menjalin hubungan dengan orang asing di luar lingkungan keluarga dan mampu beradaptasi dengan lingkungan baru di luar tempat tinggalnya.

Kategorisasi dari penyesuaian diri menunjukkan bahwa mahasiswa perantau semester pertama dari luar Provinsi Banten memiliki penyesuaian diri yang tinggi sebanyak 58 orang atau 59,8%, sedangkan mahasiswa dengan penyesuaian diri rendah sebanyak 39 orang atau 40,2%. Artinya mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri tinggi berjumlah lebih banyak dari mahasiswa dengan penyesuaian diri rendah hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa perantau semester pertama dari luar Provinsi Banten sudah mampu untuk menyeimbangkan antara kebutuhan pribadi dengan tuntutan akademik, interpersonal, dan sosial di lingkungan Perguruan Tinggi, memiliki kesejahteraan psikologis dan kondisi fisik yang baik selama menjalani proses penyesuaian diri, serta memiliki komitmen terhadap Universitas maupun kegiatan-kegiatan di Universitas.

Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Schneiders (dalam Ghufon & Risnawita, 2017) individu dikatakan mampu melalui proses penyesuaian diri ketika

mereka mampu untuk memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, dan mencapai kepuasan mereka sendiri tanpa adanya berbagai hambatan (seperti kecemasan kronis, kemurungan, depresi, atau gangguan psikosomatik yang dapat menghambat tugas pribadi), kemunduran dan konflik.

### **Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau dari luar Provinsi Banten diperoleh simpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau dari luar Provinsi Banten. Artinya semakin kuat kelekatan terhadap orang tua maka akan semakin kuat penyesuaian diri mahasiswa perantau, begitupun sebaliknya semakin lemah kelekatan terhadap orang tua maka semakin lemah penyesuaian diri mahasiswa perantau.

Mahasiswa lebih banyak memiliki kelekatan kuat dan penyesuaian diri tinggi. Sedangkan pada data-data pendukung seperti usia, jenis kelamin, daerah asal, suku/etnis, dan jurusan kuliah tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, usia, jenis kelamin, daerah asal, suku/etnis dan jurusan kuliah tidak memiliki hubungan yang signifikan, diharapkan untuk melakukan penelitian pada faktor-faktor lain yang memengaruhi penyesuaian diri seperti faktor kesehatan, kepribadian, dan agama. Bagi mahasiswa perantau semester pertama yang mengalami kesulitan pada proses penyesuaian diri untuk dapat meningkatkan intensitas komunikasi dengan orang tua yang dapat dilakukan melalui berbagai media seperti telepon, SMS, *Whatsapp* dan lain sebagainya, serta aktif untuk terlibat dalam kegiatan-kegiatan baik di lingkungan kampus maupun lingkungan masyarakat agar terjalin hubungan sosial yang baik sehingga dapat membantu pada proses penyesuaian diri.

### Daftar Pustaka

- Al-Khatib, B. A., Awamleh, H. S., Samawi, S. F. (2012). Student's Adjustment to College Life at Albalqa Applied University, vol. 2. *American International Journal of Contemporary Research Psychology Albalqa Applied University Jordan*
- Anderson, M. E. (2016). *First-year Readjustment to Family Culture: The Roles of Generation Status and Parental Attachment on Re-entry Shock*. Directed by Dr. Deborah J. Taub. The University of North Carolina at Greensboro
- Andriani, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Peran Kecerdasan Sosial terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Awal. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 67–90. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1261>
- Anggreani, R., & Ramadhani, A. (2021). Kelekatan Orangtua dan Kemandirian Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Universitas Mulawarman. *Jurnal Imiah Psikologi*, 9(2), 310-322.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179–189. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- Ghufron, M. N. & Risnawita, R. S. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media.
- Hutapea, B. (2014). Stres kehidupan, religiusitas, dan penyesuaian diri warga Indonesia sebagai mahasiswa internasional. *Makara Hubs-Asia*, 18(1), 25-40.
- Kocayoruk, E. & Simsek, O. F. (2016). Parental Attachment and Adolescents' Perception of School Alienation : The Mediation Role of Self Esteem and Adjustment, vol. 150, no. 4, 405-421. *Journal of Psychology. Department of Psychology Counseling and Guidance of Onsekiz Mart University & Arel University*.
- Nugraheni, M., Rahayu, M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. In *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi* (Vol. 4, Issue 2).
- Nurulliyah, N. (2021). Mahasiswa Rentan Mengalami Gangguan Mental. *Pikiran-Rakyat.com*. Diakses dari <https://www.pikiran-rakyat.com/pendidikan/pr-01317979/mahasiswa-rentan-mengalami-masalah-gangguan-mental> pada tanggal 10 November 2021.
- Santrock, J. W. (2013). *Perkembangan Masa hidup Jilid 1*. (Terj. B Widiasinta). Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syarifa, M. (2017). Hubungan Antara Kelekatan Aman Terhadap Ibu dan Penyesuaian Diri Pada Maghasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro (Vol. 6, Issue 1).