

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA ANGGOTA IKATAN  
MAHASISWA SUMATERA UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**Arqi Maulana Caesaputra<sup>1</sup>, Novi Qonitatin<sup>1</sup>**

**<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro**  
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50725

[arqimaulana@gmail.com](mailto:arqimaulana@gmail.com)

**ABSTRAK**

Transisi ke lingkungan perguruan tinggi baru menuntut mahasiswa perantau untuk melakukan penyesuaian diri terhadap perbedaan budaya, akademik, dan sosial. Karena hambatan adaptasi berisiko menimbulkan masalah psikologis dan mengacaukan relasi sosial yang sehat. Oleh karena itu, dukungan sosial teman sebaya dan lingkungan akademik yang suportif berperan krusial dalam memfasilitasi penyesuaian sosial mahasiswa perantau secara optimal. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan dukungan sosial teman dan penyesuaian diri pada mahasiswa anggota ikatan mahasiswa Sumatera di Universitas Diponegoro. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 134 mahasiswa anggota ikatan daerah Sumatera di Universitas Diponegoro yang dipilih melalui teknik *convenience sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Penyesuaian Diri yang disusun berdasarkan aspek Haber dan Runyon dengan 30 aitem, serta skala dukungan sosial yang diadaptasi berdasarkan *The Social Provisions scale* yang disusun Weiss dan diadaptasikan ke bahasa Indonesia oleh Putra dengan 24 aitem. Hasil analisis koefisien reabilitas dengan sig 0.706 dan korelasi *Spearman Rho* menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial teman sebaya ( $r = 0,561; p < 0,001$ ). Nilai koefisien korelasi menunjukkan hubungan sedang-kuat antara kedua variabel. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya yang lebih tinggi berhubungan dengan kemampuan penyesuaian diri yang lebih matang dan efektif.

**Kata kunci:** Penyesuaian diri; Dukungan sosial teman sebaya; Mahasiswa; Psikologi sosial

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER SOCIAL SUPPORT AND SELF-ADJUSTMENT IN STUDENT MEMEBERS OF THE SUMATRA REGIONAL STUDENT ASSOCIATION AT DIPONEGORO UNIVERSITY**

**Arqi Maulana Caesaputra<sup>1</sup>, Novi Qonitatin<sup>1</sup>**

**<sup>1</sup>Faculty of Psychology, Diponegoro University**

Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50725

[arqimaulana@gmail.com](mailto:arqimaulana@gmail.com)

**ABSTRACT**

The transition to a new higher education environment requires out-of-town students to adjust to cultural, academic, and social differences. Adaptation barriers risk causing psychological problems and disrupting healthy social relationships. Therefore, peer support and a supportive academic environment play a crucial role in facilitating the optimal social adjustment of out-of-town students. This study aims to analyze the relationship between peer support and adjustment among members of the Sumatra Students' Association at Diponegoro University. This study employed a quantitative approach with a sample of 134 students from the Sumatra regional student association at Diponegoro University, selected through convenience sampling. Data were collected using an Adjustment Scale comprising 30 items based on the aspects outlined by Haber and Runyon, and a social support scale adapted from the Social Provisions Scale developed by Weiss and translated into Indonesian by Putra, comprising 24 items. Reliability analysis yielded a coefficient of 0.706, and Spearman's rho correlation revealed a significant positive relationship between adjustment and peer support ( $r = 0.561$ ;  $p < 0.001$ ). The correlation coefficient indicates a moderate-to-strong relationship between the two variables. These findings indicate that higher levels of peer support are associated with more mature and effective adjustment capabilities.

**Key Word:** Self Adjustment; Peer Social Support; College Student; Social Psychology

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan adalah dimensi vital dalam kehidupan karena berperan sebagai landasan utama dalam membangun karier di masa depan. Dewasa ini, pilihan pendidikan semakin beragam, mencakup pemilihan kota, program studi, hingga perguruan tinggi. Setiap individu umumnya mempertimbangkan berbagai faktor secara matang sebelum menentukan pilihan tersebut. Salah satu langkah yang diampu oleh individu dengan merantau, baik ke kota lain maupun ke luar pulau. Pulau Jawa, misalnya, sering menjadi tujuan karena memiliki jumlah perguruan tinggi yang relatif lebih banyak, didukung oleh fasilitas yang lebih baik serta kesempatan karier yang banyak bisa dipilih. Hal ini sejalan dengan Santrock (2012) Tujuan utama mahasiswa memilih merantau ke daerah baru adalah untuk mengakses pendidikan yang lebih berkualitas, sekaligus sebagai wahana pengaktualisasian diri guna mengembangkan kemandirian, kedewasaan, serta tanggung jawab pribadi.

Keputusan untuk merantau membawa konsekuensi yang tidak sederhana, khususnya dalam hal penyesuaian diri. Mahasiswa perantau diharuskan untuk bisa beradaptasi dengan lingkup sosial, budaya, dan pola kehidupan yang berbeda dari daerah asalnya (Afifah & Nur, 2026). Selain itu, mereka juga perlu menyesuaikan diri

dengan sistem pembelajaran di perguruan tinggi yang cenderung menekankan tanggung jawab pribadi dan kemandirian diri. Peralihan dari jenjang sekolah menengah menjadi mahasiswa adalah fase penting dalam kehidupan seseorang yang sering dipenuhi berbagai tantangan, baik secara akademik maupun sosial. Pada tahap ini, mahasiswa memasuki lingkungan baru dengan sistem pembelajaran yang berbeda secara signifikan. Jika di sekolah menengah proses belajar cenderung lebih terstruktur dan diawasi secara ketat oleh guru, maka di dalam lingkungan perguruan tinggi seseorang mahasiswa dituntut untuk lebih proaktif, serta memiliki tanggung jawab atas proses belajarnya sendiri (Syam, 2026) . Mereka perlu mengatur waktu dengan baik, mengelola tugas dan jadwal perkuliahan, serta aktif dalam belajar secara independen.

Hal ini sejalan dengan Dewinta (2025) yang melihat tingkat kemandirian dalam mengikuti proses belajar. Siswa pada jenjang sekolah masih perlu diberikan penjelasan lisan yang menyeluruh dan terstruktur, sedangkan mahasiswa sudah seharusnya dituntut untuk lebih aktif dan mandiri dalam mengeksplorasi materi. Kondisi tersebut menjadi semakin kompleks ketika individu berada pada fase sebagai mahasiswa baru. Pada masa transisi ini, mahasiswa kerap mengalami berbagai perasaan, seperti antusiasme, kebanggaan, kecemasan, hingga ketidakpastian. Perasaan tersebut muncul sebagai respons terhadap lingkungan yang baru, tuntutan akademik yang berbeda, serta kebutuhan untuk membangun relasi sosial dengan teman sebaya dan dosen.

Menurut Syam (2026) transisi menuju perguruan tinggi bukan sekadar perubahan jenjang pendidikan, melainkan juga proses pendewasaan diri yang menuntut

kesiapan mental, emosional, dan sosial. Keberhasilan dalam melewati masa ini akan sangat menentukan kualitas pengalaman belajar serta perkembangan pribadi mahasiswa secara keseluruhan.

Dalam konteks ini, keberadaan dukungan sosial menjadi kebutuhan yang tidak dapat diabaikan, khususnya dukungan dari teman sebaya di lingkungan baru. Teman sebaya memiliki peran yang signifikan karena berada pada fase perkembangan dan situasi yang relatif serupa, sehingga lebih mudah untuk saling memahami dan memberikan empati. Dukungan dari teman sebaya dapat berbentuk bantuan akademik, berbagi pengalaman, pemberian motivasi, maupun sekadar menjadi tempat untuk bertukar pikiran dan mencurahkan perasaan. Peran dukungan sosial dalam hal ini adalah untuk mengurangi stres dan kecemasan diri serta menaikkan daya tahan dalam situasi apa pun (Christanti dkk., 2023).

Dukungan sosial teman sebaya adalah mekanisme menerima dan memberikan bantuan berdasarkan rasa menghormati, komitmen diri dan saling pengertian tentang hal yang memiliki manfaat dengan individu yang seusianya. Memiliki rasa pengertian terhadap situasi orang lain dengan empati, menyampaikan bantuan melalui bentuk emosional sampai psikologis (McLeish, 2023). Kehadiran dukungan sosial teman sebaya yang positif, mahasiswa baru, terutama yang merantau, akan lebih mudah membangun rasa aman dan keterikatan sosial di lingkungan barunya. Hal ini berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri, kestabilan emosional, serta kemampuan penyesuaian diri secara keseluruhan. Karena hal tersebut, dukungan dari teman sebaya adalah contoh salah satu elemen berpengaruh yang menopang

keberhasilan mahasiswa saat menjalani tahapan transisi dan adaptasi di perguruan tinggi.

Dalam konteks mahasiswa perantau dari Sumatera, tantangan ini bisa lebih terasa karena perbedaan budaya, adat istiadat, dan dialek yang cukup signifikan dengan Pulau Jawa. Oleh karena itu, keberadaan *support system* dari teman sebaya di lingkungan baru menjadi sangat krusial. Keberadaan teman sebaya membantu mahasiswa Sumatera menyesuaikan diri dengan lingkungan, memberikan dukungan emosional, serta menjadi tempat berbagi pengalaman dan mengurangi rasa rindu akan kampung halaman (Hutapea et al., 2025).

Dukungan sosial teman sebaya memungkinkan mahasiswa perantau dari Sumatera membangun rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, dan mempercepat proses adaptasi mereka (Farhan & Annisa, 2025). Dengan *support system* yang baik, mereka dapat lebih mudah menghadapi tantangan kehidupan perkuliahan, menjaga keseimbangan emosional, dan mengoptimalkan potensi diri meskipun berada jauh dari rumah.

Alasan peneliti memilih mahasiswa anggota ikatan mahasiswa daerah Sumatera karena mahasiswa perantau asal pulau Sumatera yang menempuh pendidikan di Semarang menghadapi tantangan adaptasi terhadap budaya lokal Jawa Tengah yang berbeda secara norma, bahasa, dan pola interaksi. Hal ini sejalan dengan Aisyah (2025) Mahasiswa yang berasal dari pulau Sumatera di Semarang mengalami negosiasi identitas seperti mempertahankan nilai-nilai budaya asal sambil beradaptasi dengan

budaya Jawa yang lebih hierarkis dan halus dalam komunikasi. Proses ini dapat menghasilkan hibriditas budaya atau justru penguatan identitas asal.

Mahasiswa perantau yang berasal dari Sumatera menghadapi tantangan unik dalam proses penyesuaian diri di lingkungan baru, seperti Kota Semarang. Sebagai perantau, mahasiswa ini harus menyesuaikan diri dengan budaya, bahasa, gaya hidup, dan sistem sosial yang berbeda dari tempat asal mereka (Farhan & Annisa, 2025). Kondisi tersebut menjadikan penyesuaian diri sebagai aspek penting yang dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial teman sebaya. Mahasiswa perantau yang berasal dari Sumatera dan menempuh pendidikan di Semarang dihadapkan pada tuntutan untuk mengadaptasikan diri dengan suasana budaya, sosial, dan pendidikan yang baru. Selama proses penyesuaian diri, jejaring teman sebaya khususnya yang terjalin dalam organisasi kedaerahan mampu memberikan kontribusi signifikan sebagai jaringan dukungan sosial, baik melalui bantuan konkret (instrumental), pertukaran informasi (informasional), maupun dukungan psikologis (emosional).

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa anggota ikatan Mahasiswa Sumatera Universitas Diponegoro.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji secara empirik antara hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa anggota ikatan mahasiswa Sumatera Universitas Diponegoro.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoretis**

Dari perspektif teoretis, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan ilmiah bagi disiplin psikologi secara luas, sekaligus memperdalam landasan konseptual khususnya dalam bidang psikologi sosial berkaitan dengan hubungan dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri pada mahasiswa anggota ikatan daerah Sumatera anggota ikatan mahasiswa mahasiswa daerah Sumatera di Universitas Diponegoro.

#### **2. Manfaat Praktis**

Dalam penerapannya, hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi langsung dan solusi operasional bagi:

- a. Subjek, yaitu untuk memberikan informasi terkait hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa anggota organisasi ikatan mahasiswa daerah Sumatera di Universitas Diponegoro.

- b. Peneliti lain, guna menyajikan temuan empiris yang dapat dijadikan referensi dan bahan komparasi oleh peneliti lain dalam mengembangkan studi sejenis di masa mendatang.

