

Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Hardiness pada Mahasiswa Rantau

Shafa Fedha,

Eko Hardi Ansyah

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Mei, 2025

Pendahuluan

Mahasiswa rantau cenderung menghadapi tekanan psikologis, karena mahasiswa rantau sering dihadapkan pada berbagai perbedaan dalam segala aspek kehidupan, seperti perbedaan gaya hidup, adat istiadat, bahasa, dan pergaulan (Sudirmanto, 2019).


Seseorang dengan hardiness yang tinggi akan memiliki tanggung jawab yang tinggi terhadap dirinya sendiri dan juga bertanggung jawab terhadap orang lain.

Siswa dengan sikap hardiness yang tinggi dianggap lebih mampu menghadapi masalah dalam hidupnya dengan sikap yang tepat, dibandingkan dengan siswa yang memiliki sikap hardiness yang rendah, karena mereka cenderung merasa tidak mampu menghadapi masalahnya dan mudah menyerah pada masalahnya (Putri & Sawitri, 2018).


Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada 30 mahasiswa rantau di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo menunjukkan bahwa hasil hardiness pada mahasiswa rantau berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki sebesar 63,6% dan perempuan sebesar 58,6%, dimana hasil survei awal tersebut menunjukkan bahwa tingkat hardiness pada mahasiswa rantau perempuan lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa rantau laki-laki.

Berdasarkan pandangan di atas, peneliti bertujuan untuk menguji apakah penyesuaian diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap hardiness pada mahasiswa rantau. Berdasarkan pandangan di atas, peneliti bertujuan untuk menguji apakah penyesuaian diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap hardiness pada mahasiswa rantau.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)



1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap hardiness pada mahasiswa rantau?



2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara penyesuaian diri terhadap hardiness pada mahasiswa rantau?

3. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap hardiness pada mahasiswa rantau?

Metode

Desain Penelitian

Menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional

Variabel

Variabel independen (X): Penyesuaian diri (X1) dan Dukungan sosial (X2).
Variabel dependen (Y): Ketangguhan (hardiness)

Populasi

Mahasiswa luar kota yang berada di Sidoarjo, mahasiswa aktif perguruan tinggi di Sidoarjo, tidak pulang pergi, dan tidak tinggal bersama orang tua.

Sampel

Menggunakan teknik non probability sampling, yaitu purposive sampling dengan jumlah yang akan diteliti sebanyak 204 mahasiswa rantau.

Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan diukur dengan skala Likert. Penelitian ini mengukur penyesuaian diri menggunakan skala penyesuaian diri yang diadaptasi oleh Martvie (2018) yang disusun berdasarkan teori Schneiders (1964), dukungan sosial menggunakan The Social Province Scale yang dikembangkan oleh Rusell & Cultrona (1987) dan diadaptasi oleh Yuli (2014) berdasarkan dimensi dari Weiss, dan hardiness menggunakan Dispotional Resilience Scale dari Bartone dan diadaptasi oleh Nadhifa (2019) yang disusun berdasarkan dimensi dari Kobasa (1979).

Teknik Analisis Data

Menggunakan teknik analisis regresi berganda dengan menggunakan bantuan spss 29.0.20 for windows.

Hasil

- Hipotesis pertama yang akan diuji adalah "terdapat pengaruh antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap hardiness pada mahasiswa rantau". Jika nilai Sig $F < 0.05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berdasarkan hasil uji hipotesis diketahui bahwa nilai $R = 0,441$, diketahui nilai $F = 24,828$ dengan Sig $0,001 < 0,05$. Hal ini berarti hipotesis pertama dalam penelitian ini dapat diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap hardiness pada mahasiswa perantau.
- Berdasarkan hasil uji hipotesis diketahui bahwa penyesuaian diri (X_1) memiliki nilai signifikansi sebesar $(0,315) > (0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis H_0 diterima dan H_1 ditolak, artinya tidak terdapat bukti yang cukup kuat untuk menyatakan bahwa penyesuaian diri (X_1) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap dan H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap hardiness (Y). hardiness (Y).
- Sedangkan variabel dukungan sosial (X_2) diketahui memiliki nilai signifikan sebesar $(0,001) < (0,05)$.

Diskusi

Tidak ada bukti yang cukup kuat untuk menyatakan bahwa penyesuaian diri (X) **memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hardiness (Y)**. Berdasarkan **sumbangan efektif** menyatakan bahwa **sumbangan pengaruhnya sebesar 0,26%**, yang mengindikasikan bahwa **sumbangan variabel penyesuaian diri terhadap hardiness sangat kecil dan cenderung negatif**.

Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap hardiness dimana semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula tingkat hardiness pada mahasiswa rantau. **Berdasarkan sumbangan efektif menyatakan bahwa sumbangan pengaruhnya sebesar 20,11%**. Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Istiqamah & Alwi (23) bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap hardiness sebesar 10,2%. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula hardiness yang dimiliki mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula hardiness mahasiswa

Penyesuaian diri dan dukungan sosial secara bersamaan berkontribusi terhadap hardiness pada mahasiswa rantau. **Hal ini diperkuat dengan nilai R-Square sebesar 0,194 atau 19,4%**, maka dapat diketahui bahwa dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap hardiness sebesar 19,4% dan sisanya sebesar 80,6% dipengaruhi oleh variabel lain. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Maddi (37) menyatakan bahwa hardiness juga dipengaruhi oleh aspek-aspek, seperti kontrol diri, komitmen terhadap tujuan, dan persepsi terhadap tantangan hidup. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin baik kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dan semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat hardiness yang dimiliki.

Temuan Penting Penelitian

- 1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap hardiness pada mahasiswa rantau.**
Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dan semakin besar dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat hardiness yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai tantangan.
- 2. Dukungan sosial memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap hardiness daripada penyesuaian diri.**
Berdasarkan analisis sumbangan efektif, dukungan sosial memberikan pengaruh sebesar 20,11% terhadap hardiness, sedangkan penyesuaian diri hanya memberikan sumbangan sebesar 0,26%. Temuan ini menekankan pentingnya lingkungan sosial yang mendukung bagi mahasiswa rantau.
- 3. Penyesuaian diri tidak berpengaruh signifikan terhadap ketahanan.**
Meskipun penyesuaian diri merupakan faktor penting dalam kehidupan mahasiswa rantau, namun hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel ini tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hardiness jika tidak didukung oleh faktor eksternal seperti dukungan sosial.
- 4. Mahasiswa rantau dengan dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki ketahanan pribadi yang lebih kuat dalam menghadapi tekanan akademis dan sosial.**
Hal ini menegaskan bahwa hubungan interpersonal dan keterlibatan sosial memainkan peran penting dalam membentuk ketahanan mental mahasiswa rantau.

Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami hubungan antara hardiness, penyesuaian diri, dan dukungan sosial pada mahasiswa rantau. Temuan penelitian ini mendukung teori yang menyatakan bahwa ketahanan pribadi (hardiness) dapat ditingkatkan melalui kemampuan penyesuaian diri yang baik dan dukungan sosial yang memadai.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dan referensi bagi penelitian selanjutnya dalam mengkaji lebih dalam aspek-aspek psikologis yang mempengaruhi hardiness pada mahasiswa, serta memperluas cakupan kajian mengenai tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa perantau dalam berbagai konteks.

Referensi

- [1] Hulukati & Djibran, "1787-Article Text-7586-1-10-20180522," *Jurnal Bikotetik*, Vol. 2, No. 1, Pp. 73–114, 2018.
- [2] M. Ali And M. Asrori, *Psikologi Remaja : Perkembangan Peserta Didik*. 2018.
- [3] E. N. Anggraini, "Hubungan Antara Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Yang Merantau Di Kota Malang," *Skripsi, Universitas Brawijaya, Malang*, 2014.
- [4] N. Fauzia, A. Dan, And S. Komalasari, "Dinamika Kemandirian Mahasiswa Perantauan," Vol. 2020, No. 3, Pp. 167–181, Doi: 10.1234/Jah.V1i3.3918.
- [5] S. Sudirmanto And H. Yoserizal, "Perilaku Mahasiswa Rantau Di Pekanbaru (Studi Kasus Mahasiswa Pelalawan)," 2019.
- [6] R. Rizki Ayudhia, I. Febrina Kristiana, And J. S. Soedarto Tembalang Semarang, "Hubungan Antara Hardiness Dengan Perilaku Prosocial Pada Siswa Kelas Xi Sma Islam Hidayatullah Semarang," 2016.
- [7] Hariyanto, *Belajar Dan Pembelajaran: Teori Dan Konsep Dasar* . 2011.
- [8] "Supplemental Material For A Meta-Analytic Examination Of Hardiness," *Int J Stress Manag*, 2010, Doi: 10.1037/A0020476.Supp.
- [9] S. C. Kobasa, "Stressful Life Event Personality And Health: An Inquiry Into Hardiness," *S. Journal Of Personality And Social Psychology*, Vol. 1, No. 11, Pp. 1–11, 1979.
- [10] R. Rizki Ayudhia, I. Febrina Kristiana, And J. S. Soedarto Tembalang Semarang, "Hubungan Antara Hardiness Dengan Perilaku Prosocial Pada Siswa Kelas Xi Sma Islam Hidayatullah Semarang," 2016.
- [11] C. M. Nisa, W. Sulistiani, A. Fakultas, P. Universitas, And H. Tuah, "Hubungan Antara Hardiness Dengan Adaptabilitas Karir Pada Mahasiswa Fakultas Vokasi Pelayaran Di Universitas Hang Tuah Surabaya."
- [12] E. , & N. H. Arisandi, "Perbedaan Hardiness Antara Mahasiswa Perantau Laki-Laki Dan Perempuan Di Universitas Syiah Kuala," *Syiah Kuala Psychology Journal*, Vol. 12, No. 2, Pp. 173–182, 2023.

Referensi

- [13] E. F. Berahmawati, "Perbedaan Hardiness Antara Pria Dan Wanita Karo Penyintas Bencana Gunung Sinabung," Universitas Sumatera Utara, Medan, 2016.
- [14] S. A. Putri And D. R. Sawitri, "Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Akademik Pada Taruna Tingkat Ii Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang," 2017.
- [15] H. Rufaida *Et Al.*, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Sumatera Di Universitas Diponegoro," 2017.
- [16] A. S. Arciana Dodik S And K. Astuti, "Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Stres Kerja Pada Anggota Polri Bagian Operasional Di Polresta Yogyakarta," 2012. [Online]. Available: [Www.Polri.Go.Id](http://www.Polri.Go.Id),
- [17] S. Junifa Clarabella And A. Tri Setyanto, "Hubungan Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Hardiness Pada Remaja Yang Mengalami Residential Mobilitydi Keluarga Militer Relation Of Self-Adjustment And Peers Social Support With Hardiness In Residential Mobility Adolescents Of Military Family."
- [18] P. Korespodensi, P. Studi Bimbingan Dan Konseling, And F. Pendidikan Dan Bahasa, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Yang Berdomisili Di Dormitory Unika Atma Jaya Anandita Christanti Dan Caroline Lisa Setia Wati *," Vol. 21, Pp. 106–122, 2023, Doi: 10.25170/Psikoedukasi.V21i2.4947.
- [19] I. A. Gede, K. Widihapsari, D. Luh, K. Pande, And A. Susilawati, "Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Universitas Udayana Yang Berasal Dari Luar Pulau Bali," 2018.
- [20] D. Indriani, "Dukungan Sosial Dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawati Pt. Sc Enterprises Semarang," *Proyeksi*, Vol. 11, No. 1, Pp. 46–54, 2016.
- [21] J. W. Santrock, *Life-Span Development Psychology*. New York: Mcgraw Hill Companies, 2006.
- [22] Weiss, *The Provision Of Social Relationship*. . New Jersey: Prentice-Hall, 1974.
- [23] F. I. Hasbi And M. A. Alwi, "Kontribusi Dukungan Sosial Terhadap Hardiness Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi."

