

The Influence of Self-Adjustment and Social Support on Hardiness in Out-of-Town Students

[Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Hardiness pada Mahasiswa Rantau]

Shafa Fedha¹⁾, Eko Hardi Ansyah²⁾

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

* Email Penulis Korespondensi: ekohardi1@umsida.ac.id

Abstract. *Out-of-town students tend to face psychological pressure due to differences in lifestyle, customs, language, and social interaction patterns in the new environment. In facing these challenges, a resilient personality or hardiness is needed so that overseas students are able to find solutions to the problems faced. The purpose of this study was to determine the effect of self-adjustment and social support on hardiness in overseas students. This study used a quantitative approach by involving 204 overseas students as participants. Hypothesis testing was carried out through multiple linear regression with the help of the SPSS 29 for windows program. The results showed that the value of $F = 24.828$ with $Sig\ 0.001 < 0.05$, which means that there is a simultaneous influence between self-adjustment and social support on hardiness in overseas students with an effective contribution of 19.8% while the remaining 80.2% is influenced by other variables not examined in this study.*

Keywords – Self-Adjustment; Social Support; Hardiness

Abstrak. *Mahasiswa rantau cenderung menghadapi tekanan psikologis akibat perbedaan gaya hidup, adat istiadat, bahasa, dan pola interaksi sosial di lingkungan yang baru. Dalam menghadapi tantangan tersebut, diperlukan kepribadian yang tangguh atau hardiness agar mahasiswa rantau mampu mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap hardiness pada mahasiswa perantau. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan 204 mahasiswa luar kota sebagai partisipan. Pengujian hipotesis dilakukan melalui regresi linier berganda dengan bantuan program SPSS 29 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $F = 24,828$ dengan $Sig\ 0,001 < 0,05$, yang berarti terdapat pengaruh secara simultan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap hardiness pada mahasiswa luar kota dengan sumbangan efektif sebesar 19,8% sedangkan sisanya sebesar 80,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini*

Kata Kunci – Penyesuaian diri; Dukungan Sosial; Hardiness

I. PENDAHULUAN

Mahasiswa memasuki masa dewasa pada umur 18 hingga 25 tahun. Dalam hal ini, mahasiswa sudah mempunyai tanggung jawab atas perkembangan mereka sendiri, termasuk tanggung jawab pada kehidupan yang mereka jalani hingga dewasa [1]. Mahasiswa yang mempunyai tekad untuk menempuh pendidikan di luar dari daerah asal atau yang disebut mahasiswa rantau biasanya dituntut untuk mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru yang mereka tempati. Individu yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik akan merespons orang lain dan lingkungan secara efektif, sehat, serta mampu mengatasi konflik batin dan rasa frustrasi [2]. Menurut Santrock dalam Anggraini [3] Mahasiswa rantau adalah individu yang menempuh pendidikan tinggi di luar daerah asalnya dengan tujuan memperoleh kualitas pendidikan yang lebih baik, sebagai langkah untuk meraih cita-cita dan mencapai kehidupan yang lebih baik di masa depan. Seorang Mahasiswa rantau cenderung akan menghadapi yang namanya tekanan psikologis [4]. Hal ini dikarenakan mahasiswa rantau sering dihadapkan pada berbagai perbedaan dalam segi kehidupan, seperti adanya perbedaan gaya hidup, adat istiadat, bahasa, dan interaksi sosial [5]. Dalam hal ini, dibutuhkan kepribadian yang pantang menyerah sehingga mahasiswa rantau mampu menemukan solusi yang terbaik dari masalah yang dihadapinya dengan harapan mereka dapat menghadapi berbagai tekanan yang dialaminya.

Hardiness mempunyai pengaruh penting terhadap perilaku pribadi, salah satunya yakni berkaitan dengan pengendalian diri [6]. Menurut Kobasa [7] kepribadian ketangguhan atau *hardiness* merupakan suatu karakteristik kepribadian yang berfungsi untuk menghadapi semua permasalahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya. Seseorang yang memiliki *hardiness* yang tinggi akan memiliki tanggung jawab yang tinggi terhadap dirinya sendiri dan juga

orang lain. Di samping itu, individu akan merasakan bahwa kebutuhan orang lain yang tidak terpenuhi adalah tanggung jawabnya. Hal ini sesuai dengan perkataan Eschleman, Bowling, & Alarcon [8] bahwa tanggung jawab atas ketangguhan tidak semata-mata ditujukan hanya untuk pribadi individu, tetapi banyak hal yang juga menjadi bagian tanggung jawab dari seseorang, sama halnya dengan bagaimana cara individu mengambil tanggung jawab bagi lingkungan sosial.

Adapun aspek -aspek kepribadian *hardiness* menurut Kobasa [9] dibagi menjadi tiga aspek, yaitu komitmen (*commitment*), kontrol (*control*), dan tantangan (*challenge*). Komitmen mencerminkan sejauh mana seseorang memiliki keyakinan dan kemampuan untuk tetap bertahan dalam menghadapi situasi yang dialaminya. Kontrol berkaitan dengan kepercayaan diri individu bahwa dirinya mampu memengaruhi berbagai peristiwa dalam hidupnya. Seseorang dengan tingkat kontrol (*control*) yang tinggi cenderung percaya diri dan optimis dalam menghadapi berbagai tantangan, serta memiliki peluang lebih besar untuk berhasil mengatasi masalah. Sementara itu, aspek tantangan (*challenge*) menunjukkan sikap individu yang memandang perubahan sebagai hal positif dan penuh harapan. Individu dengan pandangan ini meyakini bahwa perubahan merupakan bagian alami dari kehidupan dan bukan sebagai ancaman, melainkan sebagai peluang untuk tumbuh dan berkembang. Orang yang memiliki kepribadian *hardiness* umumnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi dan mengelola stres. Rahardjo [10] mengatakan bahwa *hardiness* bermanfaat bagi individu karena dapat membantu mereka beradaptasi saat menghadapi situasi yang menekan, mengurangi kecenderungan untuk menilai peristiwa mengancam secara negatif, serta meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan situasi, mengambil keputusan, dan memperoleh pembelajaran dari tekanan yang dialami. Menurut Florian [11] faktor-faktor yang memengaruhi *hardiness* meliputi kemampuan merancang rencana yang realistis, kepercayaan diri serta citra diri yang positif, keterampilan komunikasi yang baik, kapasitas dalam mengelola emosi yang intens, serta dorongan internal untuk mengambil tindakan.

Adapun penelitian terdahulu yang dilakukan Arisandi [12] mengenai *hardiness* mahasiswa rantau di Universitas Syiah Kuala bahwa *hardiness* mahasiswa rantau yang berjenis kelamin perempuan lebih tinggi yakni 58,98 daripada rata-rata tingkat *hardiness* mahasiswa rantau yang berjenis kelamin laki-laki yakni 56,44. Penelitian yang dilakukan Berahmawati [13] Penelitian juga menemukan bahwa tingkat *hardiness* pada penyintas perempuan dari suku Karo lebih tinggi dibandingkan dengan penyintas laki-laki. Hal ini disebabkan oleh budaya Karo yang menuntut perempuan untuk menjadi lebih tangguh dalam menghadapi berbagai persoalan, mengingat banyaknya beban tugas serta tanggung jawab yang mereka emban, yang dinilai lebih berat dibandingkan dengan tanggung jawab yang umumnya dihadapi oleh laki-laki Karo dalam kehidupan sehari-hari. Namun terdapat perbedaan dengan survei awal yang telah saya lakukan pada 30 mahasiswa rantau di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang mayoritasnya suku Jawa menunjukkan bahwa rata-rata *hardiness* pada mahasiswa rantau berjenis kelamin laki-laki, yakni laki-laki sebesar 63,6 dan perempuan sebesar 58,6 yang mana hasil survei awal menunjukkan bahwa tingkat *hardiness* pada mahasiswa rantau berjenis kelamin perempuan lebih rendah daripada laki-laki. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Sawitri [14] menemukan bahwa siswa dengan tingkat *hardiness* yang tinggi cenderung mampu mengatasi berbagai masalah kehidupan dengan cara yang tepat dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat *hardiness* yang rendah. Hal ini disebabkan karena orang yang memiliki tingkat *hardiness* yang rendah merasa tidak mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan cenderung lebih mudah menyerah ketika menghadapi tekanan atau kesulitan.

Menurut Haber & Runyon [15] proses penyesuaian diri adalah suatu proses dimana individu mampu menempatkan diri dalam situasi apapun. Hal ini membutuhkan adaptasi terhadap kondisi lingkungan sekitar yang berubah-ubah. Pada dasarnya, penyesuaian diri berperan dalam menjalin hubungan antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Proses ini berkaitan dengan aspek perilaku dan mental, di mana seseorang akan berupaya memenuhi berbagai kebutuhannya, termasuk menghadapi tekanan, frustrasi, konflik batin, serta tuntutan yang diterimanya. Keberhasilan dalam penyesuaian diri ditentukan oleh sejauh mana individu mampu menghadapi serta menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan [15]. Hal ini selaras dengan penelitian Dodik dan Astuti [16] bahwa individu yang memiliki kepribadian *hardiness* umumnya menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik, khususnya ketika menghadapi situasi atau peristiwa yang bersifat mengancam. Menurut Schneiders [17] aspek-aspek penyesuaian diri meliputi kemampuan untuk mengendalikan emosi yang berlebihan, penggunaan mekanisme pertahanan diri yang minimal, tingkat frustrasi pribadi yang rendah, kemampuan untuk berpikir secara rasional dan bertindak secara mandiri, kemampuan untuk belajar dari pengalaman masa lalu, dan sikap yang realistis dan objektif.

Dalam hal ini, perlunya kemampuan beradaptasi dan memahami lingkungan baru menjadi hal yang krusial bagi mahasiswa perantau. Dukungan sosial berperan signifikan dalam proses penyesuaian diri, karena dapat membantu mencegah timbulnya perasaan kesepian dan isolasi [18]. Mahasiswa memerlukan dukungan dalam bentuk emosional, instrumental, informatif, dan afirmatif guna menunjang kesejahteraan psikologis mereka [19]. Menurut Baron & Byrne [20] dukungan sosial merupakan suatu bentuk kenyamanan baik fisik maupun psikologis yang diberikan oleh anggota keluarga ataupun sahabat dekat. Adapun menurut Weiss, dukungan sosial adalah suatu proses hubungan yang terbentuk dari individu dengan persepsi bahwa seseorang dicintai dan dihargai untuk memberikan bantuan kepada

individu yang mengalami tekanan. Dukungan sosial diukur dari seberapa banyak interaksi sosial yang individu lakukan dengan lingkungan sekitar, membangun atau mengalami sebuah hubungan. Selain itu Santrock [21] berpendapat bahwa dukungan sosial mengacu pada informasi, komentar, dan lain-lain dari orang lain yang dianggap sangat penting bagi individu yang saling bergantung. Adapun aspek-aspek dalam dukungan sosial menurut Weiss [22] yaitu keterikatan emosional, integrasi sosial, jaminan nilai, sekutu yang dipercaya, bimbingan, dan kesempatan untuk mengasuh. Berdasarkan sebuah studi yang dilakukan oleh Rufaida & Kustanti [15] menemukan korelasi positif antara dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri mahasiswa rantau, yaitu semakin besar dukungan teman sebaya, semakin baik kemampuan individu untuk beradaptasi. Sebaliknya, dukungan sosial yang lebih rendah cenderung mengarah pada penyesuaian diri yang lebih rendah. Dukungan sosial teman sebaya memberikan kontribusi sebesar 33,9% terhadap penyesuaian diri, sementara 66,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel tersebut. Adapun hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Istiqamah & Alwi [23] bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam meningkatkan hardiness mahasiswa selama menyusun skripsi. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial, semakin kuat hardiness yang dimiliki. Sebaliknya, tingkat dukungan sosial yang lebih rendah cenderung menghasilkan hardiness mahasiswa yang lebih rendah.

Berdasarkan pandangan di atas, peneliti bertujuan untuk menguji apakah penyesuaian diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap *hardiness* pada mahasiswa rantau. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu: 1) Terdapat pengaruh yang signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap *hardiness* pada mahasiswa luar kota, 2) Terdapat pengaruh penyesuaian diri terhadap *hardiness*, 3) Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *hardiness* pada mahasiswa luar kota.

II. METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan studi kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan survei kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Penelitian ini menggunakan desain *explanatory research*, yang bertujuan untuk menjelaskan posisi masing-masing variabel yang diteliti serta hubungan atau pengaruh yang terjadi antar variabel tersebut [24]. Penelitian ini melibatkan variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Variabel independen terdiri dari penyesuaian diri (X_1) dan dukungan sosial (X_2), dan variabel dependen yang diteliti adalah *hardiness* (Y).

Populasi Sampel Penelitian

Untuk menentukan jumlah sampel yang sesuai, penelitian ini menggunakan teknik non-probability sampling dengan *purposive sampling*, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan [25]. Pada penelitian ini menggunakan jumlah sampel sebanyak 204 mahasiswa rantau. Adapun kriteria dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa perantauan yang berada di Sidoarjo, mahasiswa aktif perguruan tinggi yang ada di Sidoarjo, tidak tinggal bersama orang tua, dan tidak pulang-pergi.

Dalam penelitian ini, setiap indikator diukur menggunakan skala likert, yang memuat pernyataan-pernyataan dari masing-masing variabel. Skala ini terdiri dari empat pilihan jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala Likert memiliki pernyataan yang mendukung dan tidak mendukung. Pernyataan *favorable* mendukung arah variabel yang sedang diukur, sedangkan pernyataan *unfavorable* bertentangan atau tidak mendukung arah variabel. Skor untuk pernyataan *favorable* adalah 4, 3, 2, dan 1, sedangkan skor untuk pernyataan *unfavorable* dibalik menjadi 1, 2, 3, dan 4.

Alat Ukur Penyesuaian Diri

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala penyesuaian diri yang diadaptasi oleh Martvie [26] yang disusun berdasarkan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Schneiders [27], yang terdiri dari beberapa aspek, yaitu *adaptation*, *conformity*, *mastery*, *individual variation*. Skala tersebut memiliki 28 item dan hasil reliabilitasnya adalah ($\alpha=0,739$). Setelah peneliti melakukan *try out*, skala tersebut memiliki 16 item yang valid dan mendapatkan hasil reliabilitas ($\alpha=0,776$).

Alat Ukur Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial menggunakan skala *The Social Province Scale* yang dikembangkan oleh Russell & Cultrona [28] dan diadaptasi oleh Yuli [29] berdasarkan dimensi-dimensi Weiss, yaitu *emotional attachment*, *social integration*, *reassurance of worth*, *reliable alliance*, *guidance*, *opportunity for nurturance*. Skala ini terdiri dari 24 item dan hasil reliabilitasnya adalah ($\alpha=0,70$). Setelah peneliti melakukan *try out*, skala tersebut memiliki 20 item yang valid dan mendapatkan hasil reliabilitas ($\alpha=0,905$).

Alat Ukur Hardiness

Skala *hardiness* menggunakan skala *Dispositional Resilience Scale : A Short Hardiness Scale* (DRS-15) yang dikembangkan oleh Bartone [30] dan diadaptasi oleh Nadhifa [31] yang didasarkan pada dimensi Kobasa [9] yaitu kontrol, komitmen, dan tantangan. Skala ini terdiri dari 15 item dan hasil reliabilitasnya adalah ($\alpha=0,70$). Setelah peneliti melakukan *try out*, skala tersebut memiliki 10 item yang valid dan mendapatkan hasil reliabilitas ($\alpha=0,820$).

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda untuk mengetahui pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap *hardiness* mahasiswa rantau. Untuk melakukan analisis regresi linier berganda menggunakan SPSS versi 29 *for Windows* untuk melakukan uji asumsi klasik (uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinearitas, uji kointegrasi) dan uji hipotesis

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N		204	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	3.07085193	
Most Extreme Differences	Absolute	.028	
	Positive	.028	
	Negative	-.027	
Test Statistic		.028	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.	.969	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.964
		Upper Bound	.973

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas diketahui nilai signifikan $0,969 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data dari penyesuaian diri, dukungan sosial, dan *hardiness* berdistribusi normal.

Uji Linearitas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Hardiness * Penyesuaian Diri	Between Groups	(Combined) Linearity Deviation from Linearity	317.391	29	10.945	.920
			3.773	1	3.773	.317
			313.618	28	11.201	.942
	Within Groups		2069.839	174	11.896	
Total			2387.230	203		

Berdasarkan hasil uji linearitas di atas diketahui Sig dari *Deviation from Linearity* $0,555 > 0,05$ dan nilai *Sig Linearity* $0,574 > 0,05$ artinya telah memenuhi kriteria asumsi sehingga variabel Penyesuaian Diri (X_1) memiliki hubungan linear terhadap *hardiness* (Y). Selain itu $0,574 > 0,05$ mengindikasikan bahwa hubungan antara penyesuaian diri dan *hardiness* tidak signifikan secara statistik. Artinya, meskipun hubungan antara kedua variabel ini bersifat linear, penyesuaian diri tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *hardiness*.

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Hardiness * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	979.460	33	29.681	3.584	<.001
		Linearity	463.270	1	463.270	55.944	<.001
		Deviation from Linearity	516.190	32	16.131	1.948	.004
	Within Groups		1407.771	170	8.281		
	Total		2387.230	203			

Berdasarkan hasil uji yang disajikan, diketahui bahwa nilai signifikansi linearitas sebesar 0,004 dan 0,001, yang keduanya lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa syarat asumsi linearitas telah terpenuhi, sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial (X_2) memiliki hubungan linear dengan Hardiness (Y).

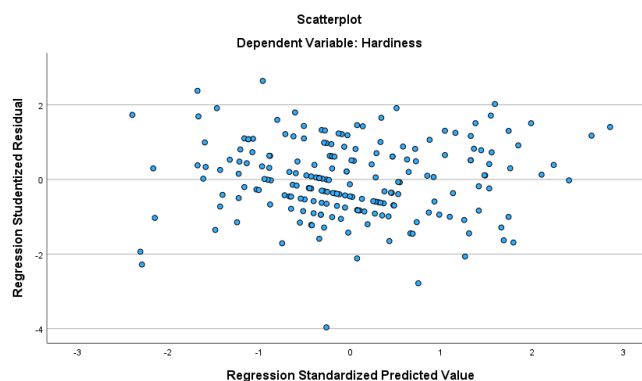
Uji Multikolinearitas

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Collinearity Statistics		
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
1	(Constant)	15.806	2.796		5.654	<.001		
	Penyesuaian Diri	.040	.040	.065	1.006	.315	.947	1.056
	Dukungan Sosial	.216	.031	.456	7.018	<.001	.947	1.056

a. Dependent Variable: Hardiness

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas antara X_1 dan X_2 , dengan nilai *covariance tolerance* sebesar 0,947 (lebih besar dari 0,10) dan nilai VIF sebesar 1,056 (lebih kecil dari 10,00).

Uji Homoskedastisitas



Berdasarkan hasil uji homoskedastisitas, terlihat bahwa tidak ada pola tertentu dan titik-titik terdistribusi secara acak di atas dan di bawah angka 0. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa varians residual tidak sama antar pengamatan atau model memenuhi asumsi homoskedastisitas

Uji Hipotesis

Uji Hipotesis Pertama

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis yang disajikan, nilai R sebesar 0,441 dan nilai F sebesar 24,828, dan nilai sig sebesar 0,001, yaitu kurang dari 0,05. Oleh karena itu, hipotesis pertama dari penelitian ini diterima, yang berarti bahwa penyesuaian diri dan dukungan sosial mahasiswa rantau memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hardiness.

Selanjutnya, untuk nilai R square yang disajikan adalah sebesar 0,198 yaitu 19,8%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri dan dukungan sosial mempengaruhi hardiness hanya sebesar 19,8% sedangkan sisanya sebesar 80,2% dipengaruhi oleh faktor lain.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.445 ^a	.198	.190	3.086

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

b. Dependent Variable: Hardiness

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	472.914	2	236.457	24.828	<.001 ^b
	Residual	1914.317	201	9.524		
	Total	2387.230	203			

a. Dependent Variable: Hardiness

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri

Uji Hipotesis Kedua dan Ketiga

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	15.806	2.796		5.654	<.001
	Penyesuaian Diri	.040	.040	.065	1.006	.315
	Dukungan Sosial	.216	.031	.456	7.018	<.001

a. Dependent Variable: Hardiness

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang ditunjukkan, nilai signifikansi penyesuaian diri (X_1) sebesar 0,315, yang lebih besar dari 0,05. Oleh karena itu, H^0 diterima dan H^1 ditolak, dan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat cukup bukti bahwa penyesuaian diri (X_1) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hardiness (Y). Sedangkan untuk variabel dukungan sosial (X_2) diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 yang berarti kurang dari 0,05. Oleh karena itu, hipotesis H^0 ditolak dan hipotesis H^1 diterima yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dengan hardiness (Y).

Persamaan Regresi

$$Y = A + b_1X_1 + b_2X_2 \quad Y = 15,806 + 0,40X_1 + 0,216X_2$$

15,806 merupakan nilai konstanta, artinya apabila variabel penyesuaian diri dan dukungan sosial=0, maka nilai prediksi *hardiness* adalah 15,806. 0,40 (X_1) merupakan nilai koefisien regresi variabel penyesuaian diri terhadap *hardiness*. Hal ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu kesatuan dalam penyesuaian diri akan meningkatkan hardiness sebesar 0,40 artinya terdapat korelasi positif signifikan antara kedua variabel tersebut.

Nilai koefisien regresi variabel dukungan sosial terhadap hardiness sebesar 0,216 (X_2), yang berarti bahwa peningkatan satu satuan pada variabel dukungan sosial menyebabkan peningkatan 0,216 pada hardiness, yang mengindikasikan adanya korelasi positif yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

Sumbangan Efektivitas Variabel Independen dalam Penelitian

Variabel	Standardized Coefficient (Beta)	Koefisien Korelasi	R-Square	Sumbangan Efektif
Penyesuaian Diri (X_1)	0,065	-0,040	19,8%	0,26%
Dukungan Sosial (X_2)	0,456	0,441		20,11%

Hasil menunjukkan bahwa variabel penyesuaian diri memberikan sumbangan efektif sebesar 0,26%, sedangkan dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 20,11%. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan faktor yang memberikan kontribusi paling besar terhadap hardiness pada mahasiswa rantau.

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis variabel dalam penelitian pada uji normalitas diketahui bahwa nilai Sig $0,969 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dalam uji linieritas pengaruh penyesuaian diri terhadap hardiness, diketahui penyesuaian diri (X_1) memiliki nilai signifikansi $(0,315) > (0,05)$. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis H^0 diterima dan H^1 ditolak, artinya tidak ada bukti yang cukup kuat untuk menyatakan bahwa penyesuaian diri (X_1) memiliki pengaruh signifikan terhadap hardiness (Y). Berdasarkan sumbangan efektif menyatakan bahwa banyak sumbangan pengaruhnya adalah 0,26% yang menunjukkan bahwa kontribusi variabel penyesuaian diri terhadap hardiness sangat kecil dan cenderung negatif. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan penyesuaian diri tidak berkontribusi secara signifikan terhadap hardiness dan adanya hubungan yang tidak searag antara penyesuaian diri dan hardiness, sehingga ketika penyesuaian diri meningkat hardiness justru cenderung menurun. Hal ini juga mencerminkan bahwa individu yang tampak menyesuaikan diri belum tentu memiliki tingkat hardiness yang tinggi. Salah satu kemungkinan penyebabnya adalah peran dominan dukungan sosial dalam mempengaruhi hardiness. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Purba et al. [33] menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat menurunkan burnout pada guru, yang menunjukkan bahwa dukungan eksternal dapat lebih berperan dibandingkan faktor internal seperti penyesuaian diri. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Tuwanakotta & Kristinawati [34] menemukan bahwa penyesuaian diri memiliki hubungan negatif signifikan dengan stress akademik pada mahasiswa rantau. Hal ini mengindikasikan bahwa penyesuaian diri tidak selalu berkorelasi positif dengan semua aspek psikologis.

Pengaruh dukungan sosial terhadap hardiness berdasarkan hasil penelitian menunjukkan pada variabel dukungan sosial (X_2) diketahui nilai signifikan $(0,001) < (0,05)$. Maka dapat disimpulkan bahwa H^0 ditolak dan H^1 diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap hardiness yang mana semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga tingkat hardiness pada mahasiswa rantau. Berdasarkan sumbangan efektif menyatakan bahwa banyak sumbangan pengaruhnya adalah 20,11%. Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Istiqamah & Alwi [23] bahwa dukungan sosial mempengaruhi hardiness sebesar 10,2%. Hal ini menunjukkan semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima, maka semakin kuat pula hardiness yang dimiliki. Sebaliknya, jika dukungan sosial yang diperoleh rendah, maka tingkat hardiness mahasiswa juga cenderung menurun. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Salma & Sawitri [35] menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan hardiness pada mahasiswa. Dalam hal ini, dukungan sosial memiliki peran yang penting. Mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarga rentan mengalami stress dikarenakan mereka harus menyesuaikan dengan lingkungan baru dan menanggung beban akademik secara mandiri. Dukungan sosial terbukti dapat menjadi sumber coping yang efektif untuk menghadapi tekanan tersebut [36].

Secara simultan penyesuaian diri dan dukungan sosial berkontribusi terhadap hardiness pada mahasiswa rantau. Hal ini diperkuat dengan nilai *R-Square* yaitu sebesar 0,194 atau 19,4% dapat dilihat maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri dan dukungan sosial mempengaruhi hardiness sebesar 19,4% dan sisanya 80,6% dipengaruhi oleh variabel lain. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Maddi [37] menyebutkan 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 dimilikinya. Hasil menunjukkan bahwa baik faktor internal (penyesuaian diri) maupun faktor eksternal (dukungan sosial) memiliki peran penting dalam membentuk hardiness mahasiswa rantau. Penyesuaian diri yang baik memungkinkan individu untuk merespon tantangan dan perubahan lingkungan secara adaptif, sehingga mereka tidak mudah tertekan dalam menghadapi kesulitan [21]. Di samping itu, dukungan sosial berfungsi sebagai sumber daya eksternal yang memberikan rasa aman, penerimaan, serta bantuan emosional yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan daya tahan individu dalam menghadapi stress [36].

Berdasarkan hasil analisis data dari penelitian terdapat beberapa limitasi. Pertama, pengumpulan data menggunakan kuesioner berbasis *self-report* memungkinkan munculnya bias subjektivitas dari responden. Kedua, sampel dalam penelitian hanya terbatas pada mahasiswa rantau di satu wilayah tertentu sehingga hasil penelitian belum tentu dapat digeneralisasikan ke mahasiswa rantau di wilayah lain dengan latar belakang budaya atau sosial yang berbeda. Ketiga, variabel yang digunakan terbatas sehingga belum mampu untuk menjelaskan secara menyeluruh faktor-faktor yang mempengaruhi *hardiness*

IV. SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap *hardiness* pada mahasiswa rantau. Hasil menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, tidak ditemukan multikolinearitas dan homoskedastisitas dalam data. Kontribusi dalam penelitian ini yaitu: (1) Penyesuaian diri (X_1) berpengaruh negatif dan tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *hardiness*. (2) Dukungan sosial (X_2) berpengaruh positif dan signifikan terhadap *hardiness*, (3) Antara penyesuaian diri dan dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap *hardiness* pada mahasiswa rantau yang secara bersama-sama memberikan pengaruh sebesar 19,8%, sedangkan sisanya 80,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi sebagai berikut: secara teoritis, temuan penelitian menunjukkan bahwa *hardiness* mempunyai pengaruh terhadap penyesuaian diri dan dukungan sosial mahasiswa rantau. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa semakin baik kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dan semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat *hardiness* yang dimilikinya. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat memberikan kontribusi yang lebih luas terhadap pemahaman psikologis mahasiswa rantau dalam menghadapi tantangan akademik maupun sosial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dan memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini, sehingga penelitian dapat berlangsung dengan lancar dan dapat terselesaikan dengan baik.

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. Febrian 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. Febrian 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 Journa*, Vol. 12, No. 2, Pp. 173–182, 2023.
- [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,
- [17] S. Junifa Clarabella And A. Tri Setyanto, “Hubungan Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Hardiness Pada Remaja Yang Mengalami Residential Mobility di 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.”
- [24] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- [25] H. Husman And P. Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara, 2017.
- [26] M. A. Larassati, “Hubungan Antara Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Yang Merantau Di Kota Malang,” Skripsi, Hubungan Antara Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Yang Merantau Di Kota Malang, Malang, 2018.
- [27] Schneiders, *Personal Adjustment And Mental Health*. Usa: Brosh Publishing Company, 1964.
- [28] Cutrona & Russel, “Social Provisions Scale 0,” *Advances In Personal Relationship*, Vol. 1, Pp. 37–67, 1987.
- [29] Y. Utami, “Pengaruh Dukungan Sosial Dan Self-Efficacy Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Perantau Uin Syarif Hidayatullah Jakarta,” Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2014.
- [30] P. T. Bartone, “A Short Hardiness Scale M Avail And/Or Special.”
- [31] N. Hadiyani, “Pengaruh Dukungan Sosial, Hardiness, Dan Jenis Kelamin Terhadap Adaptabilitas Karier Pada Mahasiswa Tingkat Akhir,” Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2019.
- [32] I. Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program Ibm Spss 23*, Edisi 8. Universitas Diponegoro, 2018.
- [33] J. , Y. A. , & W. E. Purba, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Guru,” *Jurnal Psikologi*, Vol. 5, No. 1, Pp. 85–95, 2007.
- [34] M. F. , & K. W. Tuwanakotta, “Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Di Universitas Kristen Satya Wacana,” *Journal Of Innovation Research And Knowledge*, Vol. 3, No. 1, 2024.
- [35] A. R. Salma And D. R. Sawitri, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Ketangguhan Akademik Pada Mahasiswa Tahun Kedua Departemen Kedokteran Umum Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro,” *Jurnal Empati*, Vol. 10, No. 1, Pp. 29–33, Mar. 2021, Doi: 10.14710/Empati.2021.30418.
- [36] E. P. , & S. T. W. Sarafino, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th Ed. New Jersey: John Wiley & Sons., 2011.
- [37] S. R. Maddi, “Hardiness: The Courage To Grow From Stresses,” *J Posit Psychol*, Vol. 1, No. 3, Pp. 160–168, Jul. 2006, Doi: 10.1080/17439760600619609.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.