

# PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA NTT DI UNIVERSITAS WIJAYA PUTRA SURABAYA

Dinda Alfika Anugrahani<sup>1</sup>, Lutfiana Nurlaily<sup>2</sup>, Muhammad Reza Rahmadian<sup>3</sup>, Firsty Oktaria Grahani<sup>4</sup>, Ardianti Agustin<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra

[fikaal265@gmail.com](mailto:fikaal265@gmail.com)<sup>1</sup>, [22081023@student.uwp.ac.id](mailto:22081023@student.uwp.ac.id)<sup>2</sup>, [22081007@student.uwp.ac.id](mailto:22081007@student.uwp.ac.id)<sup>3</sup>,  
[firsty.oktaria@gmail.com](mailto:firsty.oktaria@gmail.com)<sup>4</sup>, [ardiantiagustin@uwp.ac.id](mailto:ardiantiagustin@uwp.ac.id)<sup>5</sup>

## Abstract

*This research examines the adaptation of students from East Nusa Tenggara (NTT) studying at Wijaya Putra University Surabaya, Java Island. The main focus is on how students face the challenges of adapting to new cultures, languages, and habits in a different educational environment. This research uses a qualitative approach with a phenomenological method to understand how NTT students adapt at Wijaya Putra University Surabaya. The subjects of the study are 2 students aged 22 years who are in their 3rd and 5th semesters. Through interviews with students from out of town, it was found that they experienced culture shock, language difficulties, and social pressure, but gradually managed to adapt with social support and interaction. Effective adaptation contributes to academic success and mental well-being. These findings are important as a basis for developing mentoring programs that support cultural and language adaptation for students from afar.*

**Keywords:** *self-adjustment, migrant students, East Nusa Tenggara, culture and language, social adaptation.*

## Abstrak

Penelitian ini mengkaji penyesuaian diri mahasiswa perantau asal Nusa Tenggara Timur (NTT) di Universitas Wijaya Putra Surabaya, Pulau Jawa. Fokus utama adalah bagaimana mahasiswa menghadapi tantangan adaptasi budaya, bahasa, dan kebiasaan baru di lingkungan pendidikan yang berbeda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk memahami bagaimana penyesuaian diri mahasiswa rantau NTT di Universitas Wijaya Putra Surabaya. Subjek penelitian adalah 2 mahasiswa yang berusia 22 tahun dan menginjak semester 3 dan 5. Melalui wawancara dengan mahasiswa rantau, ditemukan bahwa mereka mengalami culture shock, kesulitan bahasa, dan tekanan sosial, namun secara bertahap mampu menyesuaikan diri dengan dukungan sosial dan interaksi. Penyesuaian diri yang efektif berkontribusi pada keberhasilan akademik dan kesejahteraan mental. Temuan ini penting sebagai dasar pengembangan program pendampingan yang mendukung adaptasi budaya dan bahasa bagi mahasiswa rantau.

**Kata kunci:** penyesuaian diri, mahasiswa rantau, Nusa Tenggara Timur, budaya dan bahasa, adaptasi social.

## Pendahuluan

Pulau Jawa menjadi tujuan utama bagi calon mahasiswa yang ingin memperoleh pendidikan berkualitas, termasuk banyak mahasiswa dari Nusa Tenggara Timur (NTT). Data dari Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDIKTI) tahun 2019 menunjukkan bahwa terdapat 1.222.313 mahasiswa rantau asal NTT yang memilih studi di Pulau Jawa. Hal ini tidak mengherankan, mengingat lebih dari separuh perguruan tinggi di Indonesia berada di Pulau Jawa. Berdasarkan data Kementerian Pendidikan Nasional (Noviana, dalam Adiwaty & Fitriyah, 2015), dari 3.011 perguruan tinggi di Indonesia, sebanyak 1.508 berlokasi di Pulau Jawa. Selain sebagai pusat pendidikan (Nadlyfah & Kustanti, 2020), Pulau Jawa juga merupakan pusat perekonomian dan perdagangan, sehingga menarik banyak mahasiswa untuk merantau ke sana.

Pulau Jawa telah lama dikenal sebagai pusat pendidikan di Indonesia, dan angka ini mencerminkan tingginya minat mahasiswa dari NTT untuk berkuliah di sana. Kota-kota seperti Yogyakarta, Malang, Surabaya, dan Semarang menjadi tujuan utama karena reputasi perguruan tingginya yang unggul serta beragamnya pilihan program studi (Sandi & Dharma, 2023). Dominasi Jawa sebagai pusat pendidikan nasional semakin terlihat dari data Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi (2019), yang menunjukkan bahwa 1.255 perguruan tinggi besar (56% dari total nasional) berada di Pulau Jawa dan telah terakreditasi. Hal ini memperkuat pandangan bahwa kualitas pendidikan di Jawa lebih baik dibandingkan daerah lain, sehingga mendorong banyak mahasiswa NTT untuk merantau ke sana.

Akreditasi ini menandakan standar pendidikan yang lebih tinggi, serta fasilitas dan kurikulum yang lebih baik, yang semakin menarik minat mahasiswa untuk merantau ke pulau ini. Selain itu, banyak mahasiswa NTT yang melihat kesempatan untuk memperoleh pengalaman hidup yang berbeda dan akses ke fasilitas pendidikan yang lebih lengkap di Pulau Jawa. Meski demikian, tidak semua data terkait mahasiswa yang memilih berkuliah di kota-kota kecil di Pulau Jawa terdokumentasi dengan baik, terutama bagi mereka yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi swasta yang lebih kecil atau kurang terpublikasi secara luas. Hal ini menunjukkan bahwa fenomena migrasi pendidikan dari NTT ke Pulau Jawa mungkin lebih besar dari yang tercatat secara resmi. Setiap individu memiliki keinginan untuk berkembang menjadi lebih baik, salah satunya melalui pendidikan yang lebih tinggi.

Merantau pada dasarnya merupakan bentuk migrasi non-permanen dimana individu meninggalkan daerah asal untuk mengejar tujuan tertentu. Sebagaimana didefinisikan oleh Kato (dalam Fitri & Kustanti, 2020), perantau adalah mereka yang berpindah untuk mencari kekayaan, ilmu pengetahuan, dan kesejahteraan. Fenomena ini sangat relevan dalam konteks akademik, dimana banyak mahasiswa memilih merantau didorong oleh keinginan untuk memperoleh pendidikan yang lebih baik. Santrock (dalam Kodu et al., 2022) mengkonfirmasi bahwa mahasiswa perantau umumnya berhasil mendapatkan pendidikan berkualitas di bidang yang mereka minati.

Mahasiswa merantau umumnya bertujuan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik pada bidang yang diinginkan. Mahasiswa perantauan rela meninggalkan kampung halamannya untuk mengejar impian dan memperluas wawasan. Tantangan hidup mandiri, adaptasi di lingkungan baru, serta pengalaman belajar di institusi yang berkualitas menjadi bekal penting dalam membentuk pribadi yang tangguh dan berdaya saing tinggi. Mahasiswa yang merantau juga memiliki berbagai alasan, seperti mencoba peruntungan dengan beasiswa di perguruan tinggi, keinginan untuk hidup mandiri, atau mencari pendidikan yang lebih baik daripada yang tersedia di daerah asal. Namun, masa transisi ini sering kali membawa tantangan tersendiri, terutama ketika mereka menghadapi gegar budaya (*culture shock*).

Gegar budaya merupakan kondisi dimana individu mengalami proses aktif ketika dihadapkan pada perubahan lingkungan yang baru, yang melibatkan berbagai reaksi seperti perasaan, perilaku, dan cara berpikir dalam menghadapi pengaruh budaya baru (Maedani & Hakim, 2022). Oleh karena itu, mahasiswa rantau harus mampu beradaptasi dengan perubahan sosial dan psikologis, agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang memiliki nilai, keyakinan, kebebasan, serta tantangan akademik dan personal yang berbeda (Rufaida & Kustanti, 2018). Pada tahun pertama perkuliahan, banyak mahasiswa yang berada dalam rentang usia 18 hingga 21 tahun, yang mengalami transisi signifikan dari status sebagai siswa menjadi mahasiswa.

Perubahan ini tidak hanya berimplikasi pada peran sosial, tetapi juga memengaruhi perkembangan mereka dari segi fisik, kognitif, emosi, moral, kepribadian, dan kesadaran beragama (Yusuf, 2014). Dalam konteks ini, mahasiswa rantau dituntut untuk beradaptasi dengan berbagai aspek budaya baru, mulai dari bahasa, makanan, interaksi sosial, hingga pola hidup. Apabila mereka kesulitan dalam menyesuaikan diri, mereka bisa mengalami kesulitan yang berkaitan dengan *culture shock*, yang berdampak pada emosi negatif seperti kecemasan dalam berinteraksi, rasa rindu rumah (*homesickness*), stres, hingga keinginan untuk mengasingkan diri atau alienasi. Jika tidak dikelola

dengan baik, hal ini dapat berpengaruh buruk pada kesejahteraan mental dan keberhasilan akademik mereka.

Selain alasan akademik, merantau juga memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk melatih kemandirian serta mengembangkan kemampuan adaptasi di lingkungan baru. Seiring dengan perkembangan zaman, semakin banyak orang tua yang mendukung anak-anak mereka untuk merantau demi pendidikan yang lebih baik, berharap bahwa pengalaman ini akan membuka jalan bagi masa depan yang lebih cerah. Namun, hidup jauh dari orang tua membawa tantangan tersendiri, seperti perubahan pola hidup, risiko pengaruh negatif dari teman sebaya, serta peningkatan tanggung jawab pribadi atas tindakan dan keputusan mereka (Sari, 2018) Dalam konteks ini, penyesuaian diri menjadi hal yang krusial bagi mahasiswa luar NTT agar dapat mencapai studi yang optimal. Penyesuaian diri, menurut Kartini Kartono (2002), adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonian atau kesatuan antara diri sendiri dan lingkungan sekitar, yang dapat membantu memusnahkan rasa permusuhan, prasangka, dengki, iri hati, gangguan depresi, serta emosi negatif lainnya yang dianggap sebagai respons pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien (Suharsono, 2020). Sukadji (2000 dalam Ardyles dan Syafiq, 2017) menambahkan bahwa menyesuaikan diri berarti melakukan perubahan yang tepat untuk memenuhi syarat tertentu. Melalui proses penyesuaian diri ini, mahasiswa mampu beradaptasi dengan budaya lingkungan universitas di Jawa serta menanggulangi permasalahan seperti *culture shock*.

Permasalahan penyesuaian diri sering kali muncul ketika individu memasuki jenjang pendidikan yang baru, seperti perguruan tinggi. Individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik akan mengubah diri mereka sesuai dengan keadaan lingkungan sekitar, sehingga mereka akan lebih mampu menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup. Sebaliknya, individu yang tidak mampu menyesuaikan diri berisiko besar tidak dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi. Oleh karena itu, mahasiswa perantau dituntut untuk mengubah diri mereka sesuai dengan keadaan lingkungan tempat tinggal mereka di perantauan, agar dapat mengatasi berbagai tantangan dan kesulitan yang muncul selama proses belajar mereka (Shafira, 2015). Kondisi yang umum terjadi pada mahasiswa perantau di Universitas Wijaya Putra ialah seperti *culture shock*, tekanan akademik dan sosial serta pembentukan karakter dan resiliensi.

Penelitian Fitriany (dalam Shafira, 2015) mengungkapkan bahwa mahasiswa perantau menghadapi tantangan kompleks dalam penyesuaian diri sosial. Mereka tidak hanya mengalami perubahan lingkungan dengan adat, norma, dan kebudayaan yang berbeda, tetapi juga harus beradaptasi dengan pola hidup baru, sistem interaksi sosial yang berbeda, tanggung jawab yang meningkat, perbedaan kebiasaan dan bahasa, kehidupan mandiri jauh dari orang tua.

Kondisi ini menciptakan tuntutan penyesuaian diri yang besar agar dapat diterima oleh kelompok dan masyarakat sekitar. Hasil penelitian Mamesah (2019) terhadap dua mahasiswa baru asal NTT memperkuat temuan ini, menunjukkan bahwa mahasiswa sering mengalami tekanan saat memasuki lingkungan kampus yang sangat berbeda dengan lingkungan SMA. Beberapa tantangan spesifik yang dihadapi meliputi sistem pembelajaran yang berbeda, interaksi dengan teman sebaya dari berbagai daerah, hubungan dengan dosen, peraturan kampus yang baru, perubahan-perubahan drastis inilah yang kemudian menimbulkan berbagai masalah penyesuaian diri bagi mahasiswa perantau.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti pada 2 mahasiswa rantau dari NTT yang bernama AN/1 yang berasal dari Manggarai dan berusia 22 tahun dari semester 3, mengatakan bahwa:

*"Awal mula saya datang ke Surabaya ya saya merasa minder karena bahasa yang berbeda sekali dari tempat asal saya, saya takut kak bila tidak ada yang berteman dengan saya. tapi saya juga senang, saya kan takut bakal dijauhi karena Bahasa saya yang berbeda, tapi ternyata saya bisa mendapatkan teman-teman yang baik dan mau menerimanya dan membantunya untuk mengerti bahasa Jawa, tapi walaupun begitu saya juga tetap berusaha untuk mencoba menyesuaikan diri dengan lingkungan baru saya."*

Sedangkan wawancara yang telah dilakukan dengan MMT yang berasal dari Flores dan berusia 22 tahun dari mahasiswa semester 5, mengatakan bahwa:

*“Awalnya agak susah sih. Perbedaan budaya, cuaca, bahkan cara orang ngomong tuh kadang bikin kaget. Di NTT kan kita lebih santai, nggak terlalu sibuk. Tapi di sini semuanya harus serba cepat. Makanan di sini juga pedas banget. Aku sempat kaget pas pertama kali makan soto ayam Surabaya, kayaknya lidah aku langsung terbakar. Tapi sekarang udah biasa, malah jadi suka pedes. Kalau cuaca, di Surabaya Panas banget, kalau di NTT kan lebih adem, ya. Tapi di sini panasnya nggak ada ampun.”*

Melihat kondisi dari fenomena mahasiswa rantau yang mengalami tantangan penyesuaian diri terhadap lingkungan barunya. Dengan demikian, fenomena tersebut menarik untuk diteliti. Adapun tujuan dari penelitian ini, yaitu mengidentifikasi bagaimana cara mahasiswa rantau NTT ini dalam melakukan penyesuaian diri, serta permasalahan apa saja yang sering dihadapi oleh mahasiswa rantau NTT terutama perihal budaya, bahasa hingga kebiasaan.

Penelitian ini penting untuk memberikan pemahaman mendalam tentang dampak permasalahan bahasa terhadap proses adaptasi mahasiswa rantau NTT. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi institusi pendidikan, organisasi kemahasiswaan, atau pihak terkait untuk merancang program pendampingan yang mendukung penguasaan bahasa lokal dan peningkatan kemampuan komunikasi mahasiswa rantau. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan mahasiswa rantau tetapi juga pada penguatan hubungan lintas budaya dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia.

Penelitian ini memiliki signifikansi untuk memberikan pemahaman mendalam tentang tantangan yang dialami oleh mahasiswa rantau, khususnya mahasiswa dari NTT, dalam menghadapi perbedaan budaya, dan lebih ditekankan pada bahasa di lingkungan baru. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk merancang program pendampingan yang efektif bagi mahasiswa rantau dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial yang berbeda. Selain itu, penelitian ini berkontribusi pada literatur tentang penyesuaian diri lintas budaya, yang relevan dalam konteks mobilitas pendidikan dan keberagaman budaya di Indonesia.

### **Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri merupakan respon mental dan tingkah laku individu dalam mengatasi stress, berdamai dengan kekecewaan, dan beradaptasi dalam segala situasi (Schneider, 1964; I. Widihapsari & Susilawati, 2018). Penyesuaian diri yang baik akan mampu berinteraksi dengan baik, serta menyelesaikan berbagai masalah secara efektif (Schneider, 1964; Pratiwi & Wilani, 2018). Terdapat dua pengertian menurut Schneiders (dalam Clarisa & Moh. Mudzakkir, 2024) yaitu mengenai penyesuaian diri yang pertama penyesuaian diri dapat dikatakan suatu proses dari dalam diri individu untuk memperjuangkan respon-respon baik mental maupun perilaku agar terjadinya keberhasilan dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik-konflik serta diharapkan adanya keberhasilan kualitas keselarasan antara tuntutan-tuntutan dari individu sendiri dengan tuntutan-tuntutan dari lingkungan tempat individu berada atau dunia luar.

### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Schneiders (dalam Adawiyah, 2018) mengidentifikasi lima faktor utama yang berperan dalam proses penyesuaian diri:

1. Kondisi Fisik

Faktor fisik meliputi karakteristik biologis individu seperti genetik, kesehatan, dan bentuk tubuh. Aspek-aspek ini secara signifikan memengaruhi kemampuan adaptasi seseorang dalam lingkungan baru.

2. Perkembangan dan Kematangan

Kemampuan penyesuaian diri berkembang seiring dengan pertumbuhan individu. Tingkat

kematangan dalam aspek intelektual, sosial, moral, dan emosional menentukan efektivitas proses adaptasi seseorang.

3. **Kondisi Psikologis**  
Kesehatan mental merupakan prasyarat utama untuk penyesuaian diri yang optimal. Faktor psikologis seperti pengalaman hidup, kemampuan mengatasi frustrasi, dan penyelesaian konflik turut membentuk respons individu terhadap tuntutan lingkungan.
4. **Lingkungan Sosial**  
Lingkungan yang mendukung, aman, dan penuh pengertian memfasilitasi proses adaptasi. Lingkungan pendidikan, keluarga, dan komunitas tempat tinggal berperan penting dalam membentuk kemampuan penyesuaian diri individu.
5. **Budaya dan Agama**  
Nilai-nilai budaya dan keyakinan agama membentuk pola perilaku dan mekanisme adaptasi individu. Keduanya berfungsi sebagai sistem pendukung yang membantu mengurangi ketegangan psikologis dan konflik internal.

### **Aspek-Aspek Penyesuaian Diri**

Schneiders (dalam Martvie, 2018) mengemukakan empat dimensi utama dalam penyesuaian diri:

1. **Adaptasi (*Adaption*)**  
Kemampuan individu untuk membangun hubungan yang harmonis dengan lingkungan sekitarnya. Individu dengan kemampuan adaptasi yang baik dapat menciptakan relasi yang memuaskan dengan berbagai elemen lingkungan.
2. **Kesesuaian (*Conformity*)**  
Kemampuan memenuhi standar sosial sekaligus menjaga integritas pribadi. Penyesuaian diri yang baik tercermin dari keseimbangan antara tuntutan eksternal dan nilai-nilai internal individu.
3. **Penguasaan (*Mastery*)**  
Kemampuan merencanakan dan mengorganisir respons secara efektif. Individu yang memiliki aspek ini dapat menyusun strategi penyelesaian masalah secara sistematis dan efisien.
4. **Variasi Individual (*Individual Variation*)**  
Keunikan respon dan perilaku individu dalam menghadapi tantangan. Aspek ini mengakui adanya perbedaan karakteristik personal dalam proses penyesuaian diri.

### **Metode Penelitian**

Metode yang digunakan pada penelitian ini yakni kualitatif pendekatan deskriptif. Jenis penelitian ini menggunakan metode fenomenologi. Fenomenologi dapat diartikan sebagai ilmu tentang fenomena yang menampakkan diri dari kesadaran peneliti. Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti pada penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Peneliti memilih wawancara dengan jenis semi terstruktur, karena peneliti ingin memberikan kebebasan untuk mengeksplorasi topik yang muncul selama percakapan yang dimulai dengan daftar pertanyaan yang telah disiapkan. Peneliti menggunakan teknik *Purposive Sampling* dalam penentuan subjek, karena peneliti dapat fokus pada karakteristik tertentu. Selain itu, *Purposive Sampling* juga dapat memberikan keleluasaan dan kemudahan peneliti dalam penelitian. Kriteria subjek pada penelitian ini ialah:

1. Mahasiswa rantau yang berasal dari NTT yang minimal usianya 25 tahun
2. Mahasiswa rantau NTT yang maksimal beradaptasinya selama 3 tahun
3. Mahasiswa rantau NTT yang minimal telah menempuh pendidikan semester 3 dari Universitas Wijaya Putra.

Peneliti memilih mahasiswa yang telah menempuh minimal di semester 3 karena memungkinkan mereka untuk menerapkan pengetahuan tersebut dalam konteks nyata, sehingga dapat memperdalam pemahaman serta informasi yang dapat peneliti peroleh. Lokasi penelitian dilaksanakan di Kota Surabaya Barat, khususnya di kampus Universitas Wijaya Putra terhadap mahasiswa rantau NTT. Universitas Wijaya Putra merupakan Universitas swasta favorit yang terletak di sisi barat kota Surabaya serta memberikan fasilitas bagi mahasiswa NTT dan mahasiswa dari beberapa pulau lain di Indonesia yang ingin menempuh Pendidikan perguruan tinggi di Universitas Wijaya Putra. Di Universitas Wijaya Putra memiliki 7 fakultas dan 11 program studi yang hampir semua fakultas terdapat mahasiswa dari NTT dan berbagai daerah seperti Manggarai dan Flores.

## **Hasil dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, mahasiswa rantau asal NTT yang merantau ke Surabaya memerlukan waktu untuk melakukan penyesuaian diri, terutama dalam menghadapi perbedaan lingkungan kampus dan tempat tinggal. Salah satu strategi adaptasi yang dilakukan adalah dengan aktif berpartisipasi dalam kegiatan organisasi kampus. Seperti yang diungkapkan salah satu responden, *"Aku coba aktif ikut kegiatan kampus, salah satunya gabung di UKKK (Unit Kegiatan Kerohanian Kristen). Dari situ aku mulai punya teman baru dan merasa lebih nyaman di lingkungan kampus."* Hal ini menunjukkan bahwa keikutsertaan dalam unit kegiatan mahasiswa menjadi salah satu cara efektif untuk membangun relasi sosial dan mengurangi rasa keterasingan di lingkungan baru.

Selain tantangan dalam lingkup kampus, mahasiswa NTT juga menghadapi perbedaan signifikan dalam kehidupan sehari-hari di Surabaya. Sebagaimana disampaikan salah satu mahasiswa, *"Kalau di Surabaya jauh lebih maju, pokoknya bedalah jauh lebih maju di sini."* Pernyataan ini menggambarkan kesenjangan pembangunan antara daerah asal mereka dengan Surabaya sebagai kota metropolitan. Perbedaan infrastruktur, fasilitas publik, dan dinamika kehidupan urban menjadi faktor yang memengaruhi proses adaptasi. Tidak hanya itu, kondisi geografis dan iklim yang berbeda juga turut memengaruhi kenyamanan mereka, seperti yang diungkapkan responden lain, *"Kalo di NTT kan plosok ya... apalagi di kampung saya kan plosok, kan beda suasananya dengan di sini, di sini kan kota rame... terus... emm panas juga ya di sini... Kan kalau di kampung adem gitu... terus ini lingkungannya, emm mungkin manusianya juga yaa... bedaaa."*

Dari hasil wawancara tersebut, terlihat bahwa penyesuaian diri mahasiswa rantau NTT di Surabaya meliputi tiga aspek utama: lingkungan sosial kampus, kondisi perkotaan, dan iklim. Mereka harus beradaptasi dengan sistem organisasi kampus yang lebih kompleks, interaksi sosial yang lebih heterogen, serta cuaca yang lebih panas dibandingkan dengan daerah asal. Proses adaptasi ini tidak berlangsung instan, melainkan membutuhkan waktu dan upaya aktif dari mahasiswa, seperti membangun jaringan pertemanan dan membiasakan diri dengan ritme kehidupan kota.

Temuan ini sejalan dengan teori penyesuaian diri yang menyatakan bahwa individu memerlukan proses untuk mencapai keseimbangan antara tuntutan internal dan eksternal ketika berada di lingkungan baru. Dalam konteks mahasiswa rantau NTT, tantangan adaptasi tidak hanya bersifat fisik, seperti cuaca dan infrastruktur, tetapi juga psikologis dan sosial. Dukungan dari komunitas sesama perantau, lembaga kampus, serta kesiapan mental mahasiswa sendiri menjadi faktor penentu keberhasilan penyesuaian diri. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat pentingnya pendekatan holistik dalam memfasilitasi mahasiswa rantau agar dapat beradaptasi secara optimal di lingkungan barunya.

## **Simpulan Dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penyesuaian diri mahasiswa rantau asal NTT di Universitas Wijaya Putra Surabaya, dapat disimpulkan bahwa mereka memerlukan waktu dan proses

untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, baik dalam organisasi kampus maupun tempat tinggal.

Perbedaan signifikan antara Surabaya dan NTT seperti kemajuan kota, suasana yang lebih ramai dan panas, serta perbedaan karakteristik sosial menjadi tantangan dalam proses adaptasi. Penyesuaian diri ini berpengaruh besar terhadap kenyamanan dan keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan kampus, seperti bergabung di UKKK yang membantu mereka membangun jaringan sosial dan merasa diterima.

Oleh karena itu, disarankan agar institusi pendidikan mengembangkan program pendampingan komprehensif yang mencakup asesmen kebutuhan awal, orientasi budaya intensif, kelas bahasa Jawa praktis, konseling peka budaya, serta pelatihan soft skills. Nilai-nilai multikultural juga perlu diintegrasikan dalam kurikulum dan kegiatan ekstrakurikuler. Organisasi kemahasiswaan, termasuk organisasi daerah, dapat memfasilitasi integrasi melalui mentoring, forum komunikasi, kegiatan sosial budaya, dan kolaborasi lintas organisasi.

Mahasiswa rantau diharapkan proaktif dalam membangun relasi, belajar bahasa dan budaya lokal, memanfaatkan dukungan yang tersedia, menjaga kesehatan mental, serta tetap terhubung dengan budaya asal. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengevaluasi dampak program pendampingan, melakukan studi longitudinal, membandingkan dengan kelompok mahasiswa lain, dan mendalami aspek spesifik dari proses penyesuaian diri.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adiwaty, M. R., & Fitriyah, Z. (2015). Efektivitas strategi penyesuaian mahasiswa baru pada proses pembelajaran di perguruan tinggi. (Studi pada UPN "Veteran" Jawa Timur). *Neo-Bis*, 9(2), 1–15.
- Aisyah, W. N. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Rantau*. Pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap .... [http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/57628%0Ahttp://digilib.uinsby.ac.id/57628/2/WahyuNurAisyah\\_J71218067.pdf](http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/57628%0Ahttp://digilib.uinsby.ac.id/57628/2/WahyuNurAisyah_J71218067.pdf)
- Anggraini, R. (2024). *HUBUNGAN ANTARA INTERAKSI SOSIAL DENGAN CULTURE SHOCK PADA MAHASISWA RANTAU DI SEMARANG*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Bella, S., Musawwir, M., & Saudi, A. N. A. (2023). Gambaran Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Awal Perantau di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 425–431. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.2515>
- Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2020a). Hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa rantau dari Indonesia Bagian Timur di Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 491–501.
- Hediati, H. D., & Nawangsari, N. A. F. (2020). Perilaku Adaptif Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Doctoral Dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA, 2014*, 1–11. <https://repository.unair.ac.id/113281/>
- Kodu, U. L., Palupi, T. N., & Pratiwi, I. W. (2022). Hubungan Efikasi Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri Akademik Mahasiswa Rantau Asal NTT di Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Borobudur Publikasi Hasil-Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1).
- Maedani, S. I., & Hakim, L. (2022). PENGARUH GEGAR BUDAYA (CULTURE SHOCK) TERHADAP ALIENASI MAHASISWA BARU YANG TINGGAL DI RUMAH SUSUN MAHASISWA (RUSUNAWA) UNIVERSITAS TEKNOLOGI SUMBAWA. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi Dan Pendidikan*, 5(1), 42–48.

- Rahmadani, F., Karyani, U., & Psi, S. (2021). *Hubungan Antara Gegar Budaya dan Keterbukaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau*. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/90360>
- Riska, N., Martina, & Dineva, F. R. (2023). Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Self-Adjustment of Regional Student in Nursing Faculty Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2), 1-7.
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari sumatera di universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 6(3), 217-222.
- Sari, A. A. (2018). *Kontrol Diri Mahasiswa Perantau Dalam Menjaga Kepercayaan Orang Tua (Studi Kasus pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Purwokerto Angkatan 2017)*. IAIN Purwokerto.
- Septiawan, D., Meddina, N., Amanda, A., & Dewi Fatmasari Edy. (2024). Penyesuaian Diri Mahasiswa Batak yang Merantau di Malang. *Flourishing Journal*, 4(5), 210-224. <https://doi.org/10.17977/um070v4i52024p210-224>
- Wijaya, I. O. (2020). Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru yang Berasal dari Luar Pulau Jawa. *Doctoral Dissertation*, 1-13. [http://eprints.ums.ac.id/48450/22/Naskah Publikasi.pdf](http://eprints.ums.ac.id/48450/22/Naskah%20Publikasi.pdf)
- Witi, L. A. B., Priyanggasari, A. T. S., & Sera, D. C. (2023). Komunikasi Interpersonal dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau Luar Pulau Jawa di Universitas Merdeka Malang. *Seminar Nasional Sistem Informatika, September*, 4015-4025.
- Lawrence, C. P., & Mudzakir, M. (2024). Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau Indonesia Timur di Universitas Negeri Surabaya. *Paradigma*, 13(1), 11-20.
- ELISABETH, Y. (2023). *HUBUNGAN ANTARA KEMANDIRIAN DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU UNIKA SOEGIJAPRANATA*. UNIVERSITAS KHATOLIK SOEGIJAPRANATA.
- Yusron, M. A. (2021). *Efikasi Diri Mahasiswa Rantau Luar Jawa Dalam Mengatasi Culture Shock*. Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, Surabaya.
- Wulandari, I. (2022). *Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Rantau Luar Jawa di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.(The Relationship between Self-Adjustment and Study Motivation of Overseas Students from Outside Java at the University of 17 August 1945 Surabaya)*. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.