

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis mengenai pengaruh konsep diri dan regulasi diri terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Kategorisasi konsep diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang berada pada kategori tinggi. Dari total 307 subjek penelitian, sebanyak 263 orang (85,7%) tergolong memiliki konsep diri positif. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mampu mengenali kelebihan dan kekurangan diri, mengembangkan potensi yang dimiliki secara optimal, serta melakukan evaluasi terhadap diri sendiri dengan baik. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa telah memiliki landasan psikologis yang kuat dalam menghadapi tantangan lingkungan baru dan proses penyesuaian perantauan.
2. Kategorisasi regulasi diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang berada pada kategori sedang. Dari total 307 subjek penelitian, sebanyak 169 orang (55%) tergolong memiliki regulasi diri pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki kemampuan regulasi diri yang memadai, yang tercermin dari kemampuan dalam menyusun perencanaan

awal, mengontrol tindakan, emosi, dan kemauan selama pelaksanaan kegiatan, serta melakukan evaluasi terhadap tindakan yang telah dilakukan. Namun demikian, kategori sedang mengindikasikan bahwa kemampuan regulasi diri mahasiswa belum sepenuhnya optimal dan masih harus ditingkatkan.

3. Kategorisasi penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang berada pada kategori sedang. Dari total 307 subjek penelitian, sebanyak 258 orang (84%) termasuk dalam kategori ini. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kapasitas atau kemampuan yang memadai dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, budaya baru, teman baru, serta suasana perantauan yang berbeda dari tempat asalnya. Namun demikian, kategori sedang juga mengindikasikan bahwa kemampuan penyesuaian diri mahasiswa belum sepenuhnya optimal dan masih terdapat tantangan dalam proses penyesuaian diri yang mereka alami.
4. Hasil analisis uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Pada variabel konsep diri diperoleh nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung $-4,628 > t$ tabel $1,968$. sehingga dapat disimpulkan bahwa konsep diri berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang. Nilai koefisien regresi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi konsep diri yang dimiliki mahasiswa, tingkat penyesuaian diri cenderung

menurun. Dengan kata lain, terdapat pengaruh yang nyata secara negatif antara konsep diri dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau.

5. Hasil analisis uji hipotesis kedua menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Pada variabel regulasi diri diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung $9503 > t$ tabel $1,968$. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi diri berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru perantau, atau dengan kata lain, terdapat pengaruh yang nyata antara regulasi diri dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang
6. Hasil analisis uji hipotesis ketiga menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Secara simultan, variabel konsep diri dan regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru perantau di Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang. Hal ini ditunjukkan oleh nilai F hitung sebesar $48,589$ yang lebih besar dari F tabel $3,03$, serta nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, yang mengindikasikan bahwa variabel *independen*, yaitu konsep diri dan regulasi diri, secara bersama-sama memengaruhi variabel *Dependen*, yaitu penyesuaian diri (H_3 diterima).

Analisis koefisien regresi berganda menunjukkan bahwa variabel konsep diri (X_1) memiliki koefisien negatif, yang berarti semakin tinggi konsep diri mahasiswa, semakin rendah penyesuaian diri yang ditunjukkan, dan sebaliknya, semakin rendah konsep diri, penyesuaian diri cenderung semakin tinggi. Sementara itu, variabel regulasi diri (X_2)

memiliki koefisien positif, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi diri mahasiswa, semakin tinggi pula penyesuaian diri, dan sebaliknya, semakin rendah regulasi diri, penyesuaian diri juga semakin rendah.

Hasil uji koefisien determinasi (R^2) menunjukkan nilai 0,242, yang berarti variabel konsep diri dan regulasi diri bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 24,2% terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru perantau. Sisanya, sebesar 75,8%, dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini, seperti pengalaman, kondisi fisik, budaya, agama, serta kemampuan adaptasi, resilien, dan inteligensi individu.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dilakukan, maka dapat disarikan terkait penelitian ini beberapa hal:

1. Bagi Mahasiswa Baru Perantau

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori sedang. Oleh karena itu, diharapkan mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri agar lebih mampu membangun hubungan sosial yang baik di lingkungan perantauan. Selain itu, mahasiswa dianjurkan untuk memanfaatkan masa kuliah tidak hanya sebatas menerima materi di kelas, tetapi juga aktif berpartisipasi dalam berbagai kegiatan dan lembaga yang dapat

meningkatkan pengetahuan, pengalaman, serta kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

2. Bagi Perguruan Tinggi

Perguruan tinggi diharapkan memberikan perhatian lebih komprehensif terhadap aspek psikologis mahasiswa, khususnya pada fase awal perkuliahan. Pendekatan ini tidak hanya terbatas pada program orientasi mahasiswa baru, tetapi juga melalui kegiatan yang dapat meningkatkan konsep diri dan kemampuan regulasi diri mahasiswa, seperti pengelolaan emosi, pengendalian diri, serta manajemen waktu. Optimalisasi layanan bimbingan dan konseling juga perlu dilakukan, khususnya bagi mahasiswa perantau yang menghadapi tantangan dalam penyesuaian akademik maupun sosial.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi penelitian sejenis dengan memperluas ruang lingkup penelitian dan mempertimbangkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi penyesuaian diri, seperti perkembangan dan pematangan individu, kondisi fisik, pengalaman, budaya, agama, serta aspek kepribadian yang meliputi kemampuan adaptasi, resiliensi, dan inteligensi. Peneliti selanjutnya juga dapat memperluas karakteristik subjek penelitian, misalnya dari segi latar belakang budaya atau sosial, agar hasil penelitian lebih representatif dan dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Selain itu, penggunaan metode penelitian yang berbeda, seperti pendekatan kualitatif, diharapkan

mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika penyesuaian diri mahasiswa baru perantau.



UIN IMAM BONJOL
PADANG

DAFTAR PUSTAKA

- Ababiel, M., & Yudiarso, A. (2025). Psychometric Properties and Latent Subclass Analysis Mixture Rasch Model of on Self-Adjustment Questionnaire. *Journal of Psychology and Instruction*, 9(1).
- Agustina, F. (2019). Hubungan antara efikasi diri dan regulasi diri dengan prestasi akademik pada mahasiswa program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN Raden Intan Lampung (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Alfiana, A. D. (2013). Regulasi diri mahasiswa ditinjau dari keikutsertaan dalam organisasi kemahasiswaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 245-259.
- Ahsan, K. M. F., & Alwi, M. A. (2024). Hubungan self regulated learning dengan penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau di Universitas Negeri Makassar. *Journal of Correctional Issues*, 7(1), 144-155.
- Al-Hufaz. (2019). *Al-Qur'an dan terjemahannya*. Jakarta: Al-Hufaz.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi 4). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ardi, I. Y., Feoh, N., & Jani, S. A. (2024). Pengaruh self compassion pada kemampuan penyesuaian diri mahasiswa perantau. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 7(1), 433-440.
- Alsahafi, N., & Shin, S. C. (2016). Factors affecting the academic and cultural adjustment of Saudi international students in Australian universities. *Journal of International Students*, 7(1), 53-72.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Batoran, S., & Puspitadewi, N. W. S. (2018). Perbedaan konsep diri pada mahasiswa berdasarkan status partisipasi dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Universitas Negeri Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2).
- Bastien, G., Seifen-Adkins, T., & Johnson, L. R. (2018). Striving for success: Academic adjustment of international students in the US. *Journal of International Students*, 8(2), 1198-1219.

- 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.
- Calhoun, F. G., & Acocella, J. R. (1983). *Human behavior in the social environment*. New York, NY: Macmillan.
- Calhoun, F. G., & Acocella, J. R. (1990). *The dynamics of human behavior* (2nd ed.). New York, NY: Macmillan.
- Can, N., & Kalkan, B. (2021). Adaptation of the Turkish language version of the Inventory of New College Student Adjustment: The roles of resilience and social self-efficacy in college adjustment. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 8(2), 1–12.
- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus lengkap psikologi* (Penerj. Kartini Kartono). Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Datuchtidha, S., & Huwae, A. (2024). Tantangan menjalani kehidupan di perantauan: Studi hubungan antara regulasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Salatiga. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(3), 268-277.
- Dewi, M. P., & Setyanto, Y. (2025). Gegar budaya pada mahasiswa perantauan terhadap lingkungan sekitar. *Kiwari*, 4(1), 1-9.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., Yuliati, L., Priyambodo, A. B., Anam, M. K., Fakhrol, F. M. I., & Muhammad, H. B. (2020). Pengembangan skala konsep diri life base learning mahasiswa Universitas Negeri Malang (Monograf). Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang.
- Fernanda, D. P., & Darmawanti, I. (2021). Hubungan antara konsep diri dengan perilaku asertif pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 116-125.
- Fitrianti, D., & Cahyono, R. (2021). Pengaruh self-regulation terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru selama pembelajaran jarak jauh. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(2), 112–123.
- Ghozali, I. (2013). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS* (Edisi ketujuh). Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gumiwang, I. N., Wahidah, F. S. N., Mekanah, A. P., & Purwantini, L. (2025). Pengaruh konsep diri dan regulasi diri terhadap stres akademik pada mahasiswa. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(1), 257–265.

- Gunarta, I. W. (2023). Konsep diri, dukungan sosial, dan penyesuaian sosial mahasiswa pendatang di Bali. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(1), 34–47.
- Haru, E., Den, F., & Marlina, J. (2023). Upaya meningkatkan regulasi diri pada mahasiswa. *Jurnal Alternatif: Wacana Interkultural*, 12(2), 143.
- Hartati, N., & Rahmandani, A. (2022). Hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa perantau Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 11(4), 251-159.
- Haktanir, A., Watson, J. C., Ermis-Demirtas, H., Karaman, M. A., Freeman, P. D., Kumaran, A., & Streeter, A. (2021). Resilience, academic self-concept, and college adjustment among first-year students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 23(1), 161-178.
- Hulukati, W., & Djibrin, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa fakultas ilmu pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 2(1), 73-80.
- InfoPublik.id. (2024, 21 April). Berdasarkan SPAN-PTKIN, UIN Imam Bonjol kampus paling diminati di Sumbar. *InfoPublik.id*.
- Indartini, M., & Mutmainah. (2024). Analisis data kuantitatif: Uji instrumen, uji asumsi klasik, uji korelasi dan regresi linier berganda. *Vol. 14, Issue 5*.
- Lohbeck, A., & Moschner, B. (2022). Motivational regulation strategies, academic self-concept, and cognitive learning strategies of university students: Does academic self-concept play an interactive role? *European Journal of Psychology of Education*, 37(4), 1217-1236.
- Lutfianawati, D., Putri, A. M., Junaidi, J., Wijayanti, T., Vina, K. O., & Sari, J. R. (2023). Pelatihan regulasi emosi pada mahasiswa baru. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(9), 3609-3622.
- Manab, A., & Tahimu, M. R. (2022). Memahami regulasi diri. *Madika: Jurnal Politik dan Governance*, 2(2), 47-56.
- Mickwitz, Å., Londen, M., Perander, K., & Tiihonen, S. (2025). Understanding the varieties in first year university students' experience of self regulated learning during emergency remote teaching. *European Journal of Higher Education*, 15(3), 467–484.
- Nasir, N. (2022). Kesulitan-kesulitan proses adaptasi mahasiswa baru: Studi kasus pada salah satu program studi Pendidikan Bahasa Inggris di Indramayu. *Gema Wiralodra*, 13(2).

- Ningrum, D. S. A., & Pratiwi, E. A. (2022). Hubungan antara self concept dengan penyesuaian diri mahasiswa baru. *Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 6(1), 13-17.
- Nadzir, M., & Wulandari, D. (2013). Peran kematangan emosi dalam penyesuaian diri mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam*, 10(1), 23–36.
- Nur Eva, M., dkk. (2020). Pengembangan skala konsep diri mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(1), 55–67.
- Orah, K. D., & Purnawinadi, I. G. (2025). Penyesuaian diri dan homesickness pada mahasiswa rantau. *Nutrix Journal*, 9(2), 388-398.
- Oetomo, Y., Yuwanto, L., & Rahaju, S. (2017). Faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa baru pada masa emerging adulthood. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 101–114.
- Pangesti, W. P., & Affandi, G. R. (2024). Pengaruh regulasi diri terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 15-15.
- Pamungkas, I. B., Prana, C. M., & Ningsih, Y. (2020). Pengaruh motivasi dan kepribadian terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat 1 Universitas Pamulang. *Jurnal Disrupsi Bisnis*, 3(1), 44-59.
- Pradita, L., Darma, J., Ramdhansyah, R., Nurwendari, W., & Nurhayani, U. (2025). Pengaruh konsep diri, regulasi diri dan literasi digital terhadap kemandirian belajar siswa. *Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan (JKIP)*, 6(3), 1379–1391.
- Pramitha, R. (2019). Hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau di Yogyakarta.
- Prasetyo, G. A., Arifiana, I. Y., & Efendy, M. (2024). Konsep diri sebagai kunci penyesuaian diri mahasiswa baru Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(04).
- Prastiwi, E., & Imanti, V. (2022). Penyesuaian diri mahasiswa baru IAIN Surakarta dalam menempuh pembelajaran online di tahun pertama perkuliahan selama pandemi Covid-19. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 4(1), 1-18.
- Pratiwi, S., Astuti, B., Kasmi, K., & Saraswati, M. L. (2025). The influence of self-regulation, homesickness, and culture shock on migrant students' self-adjustment. *Journal of Innovation in Educational and Cultural Research*, 6(1), 33-43.

- Priyatno. (2012). *Cara kilat belajar analisis data dengan SPSS*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science* (Vol. 3, pp. 184–256). New York: McGraw-Hill.
- Rusi, I. (2019). Pengaruh penggunaan internet terhadap minat dan motivasi belajar dengan mempertimbangkan jenis kelamin. 10, 64–79.
- Runyon, R. P., & Haber, A. (1984). *Personality and adjustment*. Homewood, IL: Dorsey Press.
- Rustham, Ismail, & Eurika. (2023). College adjustment mahasiswa tahun pertama: Self-regulation sebagai prediktor. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(2), 89–104.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence* (9th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Saputri, N. S. (2012). Hubungan antara kesepian dengan konsep diri pada mahasiswa perantau asal Bangka yang tinggal di Bandung (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Sari, D. R., Julistia, R., & Muna, Z. (2023). Penyesuaian diri dan kompetensi sosial pada mahasiswa perantauan. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 57-74.
- Setiawan, B. (2022). Pengembangan self regulation scale mahasiswa berdasarkan Zimmerman Self Regulation Model. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(2), 215–228.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Ed. 11). Bandung: Alfabeta.
- Suharsono, & Anwar, Z. (2020). Analisis stres dan penyesuaian diri pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 9(1), 12–24.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-Misbah: Pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an* (Vol. 15). Lentera Hati

- Tao, X., Hanif, H., & Lieqin, W. (2025). The effects of self regulated learning strategies on academic procrastination and academic success among college EFL students in China. *Frontiers in Psychology*, 16.
- Widodo, A., & Pujiastuti, S. (2006). Profil pertanyaan guru dan siswa dalam pembelajaran sains. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(2), 139-148.
- Wulan, S., & Ratna. (2018). Pengaruh self-regulation terhadap penyesuaian akademik mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(2), 95–108.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press.



UIN IMAM BONJOL
PADANG