

Pengaruh Dukungan Keluarga dan *College Sense of Belonging* terhadap *College Adjustment* Mahasiswa Tahun Pertama

INFO PENULIS

Bintan Bahrilia Ilma
UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
bahrilbintang7@gmail.com

INFO ARTIKEL

ISSN: 2963-8933
Vol. 5, No. 1 Februari 2026
<http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp>

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi:

Ilma, B. B. (2026). Pengaruh Dukungan Keluarga dan *College Sense of Belonging* terhadap *College Adjustment* Mahasiswa Tahun Pertama. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan (AJPP)*, 5(1), 482-488.

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena penyesuaian diri yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama dalam menghadapi berbagai perubahan selama masa transisi ke perguruan tinggi. Dukungan keluarga dan *college sense of belonging* dinilai dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan mahasiswa tahun pertama menyesuaikan diri dengan kehidupan perguruan tinggi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh dukungan keluarga dan *college sense of belonging* terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode survey, dan melibatkan 366 mahasiswa tahun pertama UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner skala *college adjustment*, skala dukungan keluarga, dan skala *college sense of belonging*, secara daring melalui *google form*. Hasil analisis data ditemukan terdapat pengaruh positif dukungan keluarga dan *college sense of belonging* secara parsial maupun simultan terhadap *college adjustment* dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 46,2%. Hasil tersebut disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan keluarga dan *college sense of belonging* maka semakin baik pula *college adjustment* mahasiswa tahun pertama.

Kata Kunci: college adjustment, dukungan keluarga, college sense of belonging, mahasiswa tahun pertama

Abstract

This study is based on the phenomenon of adjustment experienced by first-year college students in facing various changes during the transition to college. Family support and college sense of belonging are considered to be factors that contribute to the success of first-year students adjusting to college life. This study aims to understand the influence of family support and college sense of belonging on the college adjustment of first-year college students. This study is a quantitative research using a survey method, and involved 366 first-year students at UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Data collection was carried out using a questionnaire of college adjustment scale, a family support scale, and a college sense of belonging scale, which distributed online via a google form. The data analysis results found that there was a positive influence of family support and college sense of belonging, both partially and simultaneously, on college adjustment, with a coefficient of determination (R^2) value of 46.2%. These results indicate that higher levels of family support and college sense of belonging lead to better college adjustment for first-year students.

Key Words: college adjustment, family support, college sense of belonging, first-year college students.

A. Pendahuluan

Transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi menjadi proses perkembangan yang cukup krusial dalam kehidupan setiap mahasiswa tahun pertama. Selama proses ini, mahasiswa umumnya memasuki tahapan perkembangan *emerging adulthood*, yang dicirikan dengan terjadinya berbagai perubahan terkait otonomi pribadi, kemandirian parsial dari peran sosial, serta eksplorasi diri (Arnett, 2000). Berbagai perubahan kehidupan yang dialami mahasiswa selama tahun pertamanya di perguruan tinggi, meliputi perubahan sistem dan lingkungan pendidikan maupun sosial pertemanan, tanggungjawab pribadi, serta perubahan lingkungan tempat tinggal, bagi mahasiswa yang melanjutkan pendidikan ke luar kota tempat tinggalnya. Dalam menghadapi berbagai perubahan ini, mahasiswa tahun pertama akan melalui suatu proses yang disebut dengan penyesuaian diri (*adjustment*).

Proses penyesuaian diri memberikan tantangan bagi mahasiswa tahun pertama, meliputi perubahan tuntutan akademik yang lebih kompleks, perubahan lingkungan, perasaan kesepian di lingkungan baru, konflik interpersonal dan intrapersonal, serta kesulitan dalam mengembangkan otonomi pribadi. Berbagai tantangan ini dapat menyebabkan mahasiswa merasakan stress, frustrasi, dan rentan mengalami masalah kesehatan mental yang mengganggu kesejahteraan psikologis dan proses penyesuaian diri di tahun pertama perguruan tinggi (Lee & Ahn, 2020).

Masalah penyesuaian diri di perguruan tinggi hingga saat ini masih menjadi fenomena global yang sering dialami oleh mahasiswa tahun pertama. Faktanya, kesulitan penyesuaian diri kerap menjadi salah satu kendala yang mengganggu kesehatan mental dan mendorong mahasiswa melakukan *drop out* atau putus kuliah. *Education Data Initiative* tahun 2024 melaporkan bahwa sebanyak 23,3% mahasiswa tahun pertama mengalami putus kuliah, dimana 30% dari mereka putus kuliah dikarenakan tidak dapat menyesuaikan diri (Hanson, 2024). Ditambah lagi, penelitian mengenai faktor yang berpengaruh pada kesehatan mental mahasiswa, juga menyebut bahwa kesulitan menyesuaikan diri dengan kehidupan perguruan tinggi menjadi salah satu pemicu mahasiswa tahun pertama mengalami masalah kecemasan dan *Seasonal Affective Disorder* (SAD) (Limone & Toto, 2022).

Menyikapi permasalahan terkait penyesuaian diri di perguruan tinggi (*college adjustment*), Crede dan Niehorster menyebut bahwa terdapat beberapa faktor yang dinilai berkontribusi mempengaruhi *college adjustment* mahasiswa. Faktor-faktor tersebut meliputi karakteristik demografis, prestasi di sekolah sebelumnya, pengalaman di perguruan tinggi, *self evaluation* dan sifat kepribadian, keadaan afeksi atau emosional, *coping strategy*, dukungan sosial, serta hubungan dengan orangtua (Credé & Niehorster, 2012).

Didasarkan pada perspektif teori *self-determination*, dukungan keluarga dan *college sense of belonging* dapat berperan memenuhi tiga kebutuhan psikologis dasar mahasiswa tahun pertama dalam menumbuhkan motivasi intrinsik untuk mencapai kesejahteraan psikologis dan tujuan di perguruan tinggi (Ryan & Deci, 2017). Dukungan keluarga dan *sense of belonging* dapat memenuhi kebutuhan akan keterhubungan melalui hubungan positif dengan individu lain, kebutuhan akan otonomi melalui bimbingan dan arahan untuk menjadi mandiri, serta kebutuhan akan kompetensi melalui pemenuhan sumber daya dan bantuan yang dapat meningkatkan kepercayaan diri serta motivasi intrinsik individu dalam mencapai tujuan. Pemenuhan kebutuhan ini berperan penting dalam membantu mahasiswa menyesuaikan diri dengan kehidupan perguruan tinggi (Rincon et al., 2024).

Dukungan sosial dari keluarga adalah salah satu unsur eksternal yang dinilai mampu mendukung individu mengatasi berbagai tantangan, termasuk ketika mahasiswa sedang dalam proses menyesuaikan diri di perguruan tinggi (Rochmah & Ansyah, 2023). Keluarga telah menjadi lingkungan pertama yang dikenal individu sejak lahir dan masing-masing anggotanya umumnya memiliki hubungan yang dekat satu sama lain. Sebagian besar mahasiswa tahun pertama umumnya masih belum memiliki ikatan pertemanan yang kuat ketika baru memasuki perguruan tinggi, sehingga keluarga dapat menjadi salah satu *support system* utama.

Dukungan keluarga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi internal mahasiswa mencapai keberhasilan di perguruan tinggi (Purnamasari et al., 2022). Selain itu, dukungan keluarga dinilai dapat membantu menumbuhkan motivasi internal mahasiswa untuk mencapai keberhasilan dan berprestasi di perguruan tinggi (Nichols & Islas, 2016; Rincon et al., 2024). Dukungan keluarga, melalui pemberian saran dan bimbingan, juga dapat membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan merancang dan mengoptimalkan strategi dalam mencapai tujuan di perguruan tinggi (Igirisa & Yoenanto, 2021). Mahasiswa yang memperoleh cukup dukungan keluarga juga cenderung memiliki kesehatan mental dan kualitas hidup lebih baik di perguruan

tinggi, karena merasa diperhatikan dan terbantu dalam menghadapi berbagai tantangan (Alsubaie et al., 2019). Dalam hal ini, dukungan keluarga pada akhirnya dapat mengurangi keinginan mahasiswa untuk berhenti dari studinya di perguruan tinggi, terutama di tahun pertama (Benito-Gomez et al., 2022).

Disisi lain, *college sense of belonging*, yang tercipta berdasarkan pengalaman mahasiswa di perguruan tinggi juga dinilai berkontribusi terhadap *college adjustment* mahasiswa. *College sense of belonging* memiliki kontribusi positif terhadap *college adjustment* secara akademik maupun emosional dengan mendorong mahasiswa untuk lebih aktif mengikuti aktivitas akademik (Mtshweni, 2024). *College sense of belonging* menciptakan perasaan keterhubungan yang dapat meningkatkan kepuasan hidup, kenyamanan dan motivasi belajar, sehingga mahasiswa cenderung lebih aktif terlibat dalam aktivitas sosial dan akademik kampus (Avcı, 2023; Kelly et al., 2024; Lee, 2019). *College sense of belonging* juga membantu mahasiswa mengembangkan perilaku lebih adaptif, mengurangi stress akademik serta perasaan kesepian, sehingga mahasiswa memiliki kestabilan emosional serta kesehatan mental yang lebih baik (Arslan, 2021; Jain & Sharma, 2022). Perasaan positif yang dirasakan mahasiswa di kampus menciptakan pengalaman positif di perguruan tinggi. Berbagai pengalaman positif dapat mengurangi keinginan mahasiswa untuk *dropout* meskipun menghadapi berbagai kesulitan (Gillen-O'Neel, 2021). Hal ini membuat mahasiswa tahun pertama memiliki kesejahteraan emosional dan kesehatan mental lebih baik, serta lebih puas dengan kehidupannya di kampus.

Berdasarkan pendapat ahli dan temuan penelitian sebelumnya, diketahui bahwa dukungan keluarga dan *college sense of belonging* berkontribusi positif terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama. Namun demikian, terdapat pula fakta di lapangan yang menunjukkan sebaliknya. Hasil observasi di lapangan menemukan bahwa terdapat mahasiswa tahun pertama dengan dukungan keluarga yang cukup, namun masih mengalami kesulitan dalam proses *college adjustment*, dikarenakan ketergantungannya terhadap bantuan penuh dari keluarga sehingga tidak mampu membangun otonomi pribadi. Disisi lain, terdapat mahasiswa dengan dukungan keluarga yang tergolong kurang, namun tetap mampu menyesuaikan diri, dikarenakan mereka terbiasa untuk hidup mandiri. Terdapat pula mahasiswa dengan *college sense of belonging* yang rendah, ditandai dengan perasaan kurang cocok dengan kampus dan jurusan yang dipilihnya, namun tetap mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan universitas dengan baik. Adanya inkonsistensi antara data fakta ini, mendorong perlunya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh dukungan keluarga dan *college sense of belonging* terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama.

Riset mengenai pengaruh dukungan keluarga dan *college sense of belonging* terhadap *college adjustment* pada mahasiswa memang telah dilakukan sebelumnya, namun secara terpisah. Belum ditemukan riset yang menggabungkan ketiga variabel tersebut dalam satu penelitian untuk memahami efek gabungan dari kedua faktor terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama secara keseluruhan. Studi terdahulu juga cenderung fokus pada subjek dengan karakteristik demografis tertentu, seperti mahasiswa yang berasal dari latar belakang keluarga, etnis, program studi, atau status sosial ekonomi tertentu.

Didasarkan pada kesenjangan penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki fokus menganalisis pengaruh dukungan keluarga terhadap *college adjustment*, pengaruh *college sense of belonging* terhadap *college adjustment*, serta pengaruh dukungan keluarga dan *college sense of belonging* secara bersamaan terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama dari berbagai latar belakang yang beragam. Fokus ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pengaruh faktor eksternal dukungan keluarga dan faktor internal *college sense of belonging* terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama, sehingga hasil penelitian ini dapat lebih representative dan dapat digeneralisasikan.

B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif korelasional, dengan arah hubungan kausal (sebab-akibat). Sementara itu, metode yang digunakan adalah survey melalui penyebaran kuesioner skala untuk memperoleh dan mengumpulkan data. Skala yang digunakan meliputi skala *college adjustment* hasil adaptasi dan modifikasi *The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)* yang dikembangkan Baker dan Siryk tahun 1989, dan dimodifikasi oleh (LaBrie et al., 2012), skala dukungan keluarga yang disusun peneliti berdasarkan dimensi dukungan keluarga menurut teori Dolan et al. (2006), dan skala *college sense of belonging* hasil adaptasi dan modifikasi *Revised Sense of Belonging Scale* yang dikembangkan oleh (Hoffman et al., 2002).

Populasi dalam studi ini adalah mahasiswa angkatan 2024 yang saat ini merupakan mahasiswa tahun pertama UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, berjumlah 4290. Sementara itu, sampel penelitian yang ditentukan berdasarkan rumus Slovin dengan taraf signifikansi 5%, diperoleh berjumlah 366 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan *probability sampling*, dengan teknik *simple random sampling*, agar setiap individu dalam populasi berpeluang sama terpilih menjadi sampel, sehingga meminimalisir bias dan sampel yang diperoleh dapat representatif dari populasi secara keseluruhan. Adapun analisis data dilakukan dengan uji regresi linier berganda, melalui program *IBM SPSS for windows* versi 25.00.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Analisis Statistik Deskriptif

	Descriptive Statistics							
	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation	Kategorisasi		
						Rendah	Sedang	Tinggi
<i>College adjustment</i>	366	54	144	106.20	13.616	2%	71%	27%
Dukungan Keluarga	366	37	103	77.65	11.465	2%	48%	50%
<i>College sense of belonging</i>	366	34	83	60.65	8.499	3%	59%	38%
Valid N (listwise)	366					100%	100%	100%

Hasil perhitungan statistic deskriptif data penelitian dengan partisipan sebanyak 366 mahasiswa tahun pertama, menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tahun pertama (71%) memiliki tingkat *college adjustment* dalam kategori sedang. Sementara itu, pada variable dukungan keluarga, sebagian besar partisipan (50%) diketahui memiliki tingkat dukungan keluarga pada kategori tinggi. Untuk variabel *college sense of belonging*, sebagian besar mahasiswa tahun pertama (59%) dalam penelitian ini diindikasikan memiliki tingkat *college sense of belonging* pada kategori sedang.

Uji Hipotesis

Model	Coefficients ^a				
	Unstandarized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
1 (Constant)	35.603	4.376		8.135	.000
Dukungan Keluarga	.117	.050	.098	2.330	.020
<i>College sense of belonging</i>	1.014	.068	.633	14.991	.000

a. Dependent Variable: *College adjustment*

Hasil uji t (parsial) untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen secara terpisah terhadap variabel dependen, menampilkan nilai Sig. variabel Dukungan Keluarga adalah $0,020 < 0,05$, sehingga H1 dapat diterima. Hasil ini diartikan bahwa Dukungan Keluarga (X1) berpengaruh positif terhadap *College adjustment* (Y) secara parsial. Sementara itu, nilai Sig. variabel *College sense of belonging* yang diperoleh $0,000 < 0,05$, sehingga H2 diterima. Hasil ini dapat diartikan bahwa *College sense of belonging* (X2) berpengaruh positif terhadap *College adjustment* (Y) secara parsial.

ANOVA ^a		
Model	F	Sig.
Regression	155.706	.000 ^b

Hasil uji F (simultan) untuk mengetahui pengaruh variabel Dukungan Keluarga dan *College sense of belonging* terhadap variabel *College adjustment* secara simultan (keseluruhan), menampilkan nilai Sig. sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga H3 diterima. Hasil ini artinya secara simultan Dukungan Keluarga (X1) dan *College sense of belonging* (X2) berpengaruh positif terhadap *College adjustment* (Y) mahasiswa tahun pertama. Sementara itu, uji koefisien determinasi menghasilkan nilai R^2 sebesar 0,462. Nilai ini menunjukkan bahwa variable dukungan keluarga dan *college sense of belonging* secara simultan memiliki pengaruh terhadap *college adjustment* sebesar 46,2%.

Adapun *unstandarized coefficients B* menampilkan nilai *constant* 35,603, serta nilai dukungan keluarga 0,117 dan *college sense of belonging* 1,014, di mana ketiganya menunjukkan nilai positif. Hasil ini semakin memperkuat diterimanya hipotesis bahwa terdapat pengaruh positif dukungan keluarga dan *college sense of belonging* terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama, baik secara parsial maupun simultan.

Pembahasan

Penelitian ini menganalisis pengaruh dukungan keluarga dan *college sense of belonging* terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama yang mengalami proses transisi ke kehidupan pendidikan yang lebih tinggi. Hasil data demografis yang diperoleh selama penelitian, diketahui bahwa subjek penelitian berusia antara 18 – 21 tahun. Dikaitkan dengan teori perkembangan Arnett, individu rentang usia ini mengalami periode perkembangan *emerging adulthood* yang dicirikan dengan terjadinya berbagai perubahan terkait otonomi pribadi, kemandirian parsial dari peran sosial, serta eksplorasi diri (Arnett, 2000). Selama periode ini, mahasiswa tahun pertama dihadapkan pada berbagai perubahan signifikan di universitas, sehingga mengharuskan beradaptasi serta menyesuaikan diri dengan kehidupan baru tersebut.

Hasil temuan yang didasarkan pada hasil dari uji t (parsial) untuk mengetahui pengaruh secara parsial dukungan keluarga terhadap *college adjustment* dan pengaruh parsial *college sense of belonging* terhadap *college adjustment*, menemukan bahwa dukungan keluarga dan *college sense of belonging*, masing-masing secara terpisah memiliki pengaruh positif terhadap *college adjustment*. Disamping itu, hasil uji F (simultan) untuk menyelidiki pengaruh dukungan keluarga dan *college sense of belonging* secara bersamaan terhadap *college adjustment* menemukan bahwa dukungan keluarga dan *college sense of belonging* secara simultan berpengaruh positif terhadap *college adjustment*. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin cukup dukungan keluarga dan semakin tinggi tingkat *college sense of belonging* maka semakin baik pula *college adjustment* mahasiswa tahun pertama.

Didasarkan pada teori dukungan keluarga, dukungan keluarga memiliki kontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan dan resiliensi individu secara efektif dalam kehidupan sehari-hari, melalui penyediaan keamanan emosional, informasi yang bermanfaat, dan tindakan mendukung (Dolan et al., 2006). Dalam hal ini, dukungan keluarga dapat memberi kontribusi positif dalam kehidupan mahasiswa di perguruan tinggi secara akademik, sosial, maupun personal, dengan memberikan keamanan emosional serta tindakan positif yang dapat mengurangi stress dan kecemasan dalam merespon berbagai tantangan, sehingga mahasiswa lebih termotivasi berprestasi, mampu membangun hubungan sosial yang positif, serta lebih mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan baru di perguruan tinggi.

Dukungan keluarga, baik secara emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan dapat memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa tahun pertama menavigasi kehidupan di universitas, mengurangi perasaan negatif tentang diri sendiri, serta mengurangi rasa frustrasi dan penurunan motivasi ketika mahasiswa menghadapi kesulitan di perguruan tinggi selama masa transisi (Benito-Gomez et al., 2022). Ketika seorang mahasiswa memperoleh dukungan dari keluarganya, berupa penyediaan keamanan dan kenyamanan emosional, bimbingan dan arahan, serta bantuan dalam memenuhi kehidupan perkuliahan, maka mahasiswa tersebut cenderung memiliki coping strategy yang lebih efektif, serta lebih mampu dan percaya diri dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses *college adjustment*.

Sementara itu, *college sense of belonging*, didasarkan teori *sense of belonging* mahasiswa, memiliki kontribusi positif terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama. Perasaan dihargai dan didukung oleh komunitas kampus dapat meningkatkan kenyamanan mahasiswa secara keseluruhan di lingkungan perguruan tinggi. Perasaan nyaman yang disertai perasaan dihargai dan didukung di perguruan tinggi, meningkatkan motivasi mahasiswa di perguruan tinggi, mengurangi stres, dan membuat mahasiswa lebih mampu mengatasi berbagai tuntutan selama masa transisi di perguruan tinggi (Hoffman et al., 2002).

College sense of belonging mengindikasikan perasaan terhubung, diterima, dihargai menjadi bagian penting universitas dalam diri mahasiswa. Perasaan keterhubungan ini mampu menciptakan perasaan nyaman yang kemudian meningkatkan motivasi mahasiswa untuk lebih aktif terlibat di berbagai aktivitas positif di perguruan dan mengurangi keinginan untuk dropout (Kelly et al., 2024). Dengan begitu, *college sense of belonging* dapat berkontribusi positif membantu proses *college adjustment* mahasiswa tahun pertama melalui perasaan nyaman untuk berada di perguruan tinggi.

Dukungan keluarga dan *college sense of belonging*, dalam implikasinya di kehidupan, dapat memberikan efek gabungan dalam membantu proses *college adjustment* mahasiswa tahun pertama. Dukungan keluarga sebagai, unsur eksternal, dapat memotivasi mahasiswa untuk berprestasi dan mencapai keberhasilan di perguruan tinggi, sementara *college sense of belonging* mendorong keterlibatan aktif dalam berbagai kegiatan di perguruan tinggi, sehingga keduanya dikatakan memegang peran penting dalam membantu mahasiswa menyesuaikan diri (Rincon et al., 2024).

Didasarkan pada teori *self-determination*, dukungan keluarga dan *sense of belonging* membantu memenuhi kebutuhan mahasiswa akan keterhubungan melalui hubungan positif dengan individu lain, kebutuhan akan otonomi melalui bimbingan untuk lebih mandiri dan pengarahan diri, serta kebutuhan akan kompetensi melalui pemenuhan sumber daya dan bantuan yang dapat meningkatkan kepercayaan diri serta motivasi intrinsik individu dalam mencapai tujuan. Pemenuhan kebutuhan ini sangat penting dalam membantu mahasiswa menyesuaikan diri dengan kehidupan perguruan tinggi (Rincon et al., 2024).

Dukungan keluarga dan *college sense of belonging* berperan membantu memenuhi tiga kebutuhan psikologis dasar mahasiswa tahun pertama dalam menumbuhkan motivasi intrinsik untuk mencapai kesejahteraan psikologis dan tujuan di perguruan tinggi (Ryan & Deci, 2017). Dalam hal ini, dukungan keluarga dapat menciptakan suatu rasa keterhubungan pada mahasiswa tahun pertama melalui pemberian keamanan emosional, bimbingan, dan saran, yang dapat membantu mahasiswa tahun pertama menavigasi kehidupan baru di perguruan tinggi. Pada saat yang sama, *college sense of belonging* juga menciptakan suatu rasa keterhubungan di perguruan tinggi yang membuat mahasiswa merasa menjadi bagian dari komunitas perguruan tinggi dan lebih termotivasi untuk terlibat dalam berbagai aktivitas di perguruan tinggi.

Mahasiswa dengan dukungan keluarga yang cukup dan *college sense of belonging* yang kuat, cenderung mampu memenuhi kebutuhan akan otonominya, karena merasa terdukung untuk lebih percaya diri dalam mengeksplorasi identitas dan mengembangkan diri di kampus, membuat keputusan independen, serta bertanggungjawab atas aktivitas akademik dan sosialnya di universitas. Hal ini juga memotivasi mahasiswa mengembangkan kompetensi dalam mengelola tantangan di universitas. Dapat dikatakan bahwa dukungan keluarga dan *college sense of belonging* secara bersamaan saling memiliki kontribusi positif terhadap *college adjustment* melalui pemenuhan kebutuhan psikologis dasar yang dapat membantu mahasiswa mencapai tujuannya di perguruan tinggi dan beradaptasi secara lebih efektif dengan tantangan di universitas

D. Kesimpulan

Penelitian menghasilkan bahwa dukungan keluarga dan *college sense of belonging*, secara parsial maupun simultan berpengaruh positif terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin cukup dukungan keluarga dan semakin kuat *college sense of belonging*, maka semakin baik pula *college adjustment* mahasiswa tahun pertama. Hasil temuan penelitian ini menggarisbawahi pentingnya dukungan keluarga dan *college sense of belonging* dalam membantu mahasiswa tahun pertama menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan serta tuntutan kehidupan baru di perguruan tinggi.

Mengingat pentingnya peran dukungan keluarga dan *college sense of belonging* terhadap keberhasilan proses *adjustment* mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi, maka perlu dikembangkan hubungan yang baik serta komunikasi terbuka antara mahasiswa tahun pertama dengan keluarga, agar keluarga dapat lebih memahami dan mendukung mahasiswa tahun pertama dalam menghadapi proses penyesuaian diri di universitas. Disamping itu, perlu bagi mahasiswa tahun pertama agar lebih aktif mengikuti aktivitas-aktivitas positif di kampus dan membangun relasi sosial yang bermakna dengan individu lain di lingkungan universitas, sehingga tercipta *college sense of belonging* yang lebih kuat.

E. Referensi

- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D., & Wadman, R. (2019). The Role of Sources of Social Support on Depression and Quality of Life for University Students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(4), 484–496. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1568887>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arslan, G. (2021). Loneliness, College Belongingness, Subjective Vitality, and Psychological Adjustment during Coronavirus Pandemic: Development of the College Belongingness Questionnaire. *Journal of Positive School Psychology*, 5(1), 17–31. <https://doi.org/10.47602/jpsp.v5i1.240>
- Avci, M. (2023). Belongingness, Social Connectedness, and Life Satisfaction in College Students after COVID-19 Pandemic. *Journal of Happiness and Health*, 3(2), 23–36. <https://doi.org/10.47602/johah.v3i2.43>
- Benito-Gomez, M., Lee, G. Y., McCurdy, A. L., & Fletcher, A. C. (2022). "If I Hadn't Had that Support

- System, I Think I Would Have Dropped Out by Now”: Parental Support in College and its Implications for Student Adjustment. *Journal of Family Issues*, 43(12), 3373–3394. <https://doi.org/10.1177/0192513X211044490>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to College as Measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A Quantitative Review of its Structure and Relationships with Correlates and Consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133–165. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- Dolan, P., Canavan, J., & Pinkerton, J. (2006). *Family Support as Reflective Practice*. Jessica Kingsley Publishers.
- Gillen-O’Neel, C. (2021). Sense of Belonging and Student Engagement: A Daily Study of First- and Continuing-Generation College Students. *Research in Higher Education*, 62(1), 45–71. <https://doi.org/10.1007/s11162-019-09570-y>
- Hanson, M. (2024). *College Dropout Rates*. Education Data Initiative. <https://educationdata.org/college-dropout-rates>
- Hoffman, M., Richmond, J., Morrow, J., & Salomone, K. (2002). Investigating “Sense of Belonging” in First-Year College Students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 4(3), 227–256. <https://doi.org/10.2190/dryc-cxq9-jq8v-ht4v>
- Igrisa, S. F., & Yoenanto, N. H. (2021). Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Penyesuaian Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama Selama Proses Pembelajaran Daring. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1435–1443. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.30678>
- Jain, V., & Sharma, A. (2022). College Sense of Belongingness and Adjustment of Undergraduate Students in Covid-19. *The International Journal of Indian Psychology*, 10(4), 2046–2076. <https://doi.org/10.25215/1004.195>
- Kelly, M. L., Nieuwoudt, J., Willis, R., & Lee, M. F. (2024). Belonging, Enjoyment, Motivation, and Retention: University Students’ Sense of Belonging Before and During the COVID-19 Pandemic. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*, 0(0), 1–20. <https://doi.org/10.1177/15210251241231242>
- LaBrie, J. W., Ehret, P. J., Hummer, J. F., & Prenovost, K. (2012). Poor Adjustment to College Life Mediates the Relationship between Drinking Motives and Alcohol Consequences: A Look at College Adjustment, Drinking Motives, and Drinking Outcomes. *Addict Behav*, 37(4), 379–386. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.11.018>
- Lee, J. (2019). *Why Belonging Matters for College Students’ Academic Engagement : Antecedents and Consequences of Sense of Classroom Belonging* [Doctoral Dissertation, The University of Texas at Austin]. <https://doi.org/10.26153/tsw/1498>
- Lee, S., & Ahn, H. Y. (2020). Model Construction for Undergraduate Student College Adjustment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197090>
- Limone, P., & Toto, G. A. (2022). Factors That Predispose Undergraduates to Mental Issues: A Cumulative Literature Review for Future Research Perspectives. *Frontiers in Public Health*, 10(0), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.831349>
- Mtshweni, B. V. (2024). Sense of Belonging and Academic Persistence among Undergraduate University Students: The Chain Mediation Effect of Emotional and Academic Adjustment. *Journal of Psychology in Africa*, 34(2), 176–183. <https://doi.org/10.1080/14330237.2024.2335868>
- Nichols, L., & Islas, Á. (2016). Pushing and Pulling Emerging Adults Through College: College Generational Status and the Influence of Parents and Others in the First Year. *Journal of Adolescent Research*, 31(1), 59–95. <https://doi.org/10.1177/0743558415586255>
- Purnamasari, H., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2022). Systematic Review: A Study of College Adjustment Among First-Year Undergraduates. *Buletin Psikologi*, 30(2), 259. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.71892>
- Rincon, B., Bravo, D. Y., Arnold, E., Meza, A., & Camacho-Thompson, D. (2024). Community and Family Relationships across the Transition to Medical School: Links to Student Adjustment. *Frontiers in Psychology*, 15(0), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330455>
- Rochmah, S. N., & Ansyah, E. H. (2023). Berpikir Positif Dan Dukungan Keluarga Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Pertukaran Pelajar Kampus Merdeka. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 9(3), 265. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v9i3.12154>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory : Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. The Guilford Press.