

MOTIVASI DAN KETAHANAN PSIKOLOGIS MAHASISWA RANTAU DARI LUAR KALIMANTAN BARAT DI UNIVERSITAS SULTAN MUHAMMAD SYAFIUDDIN SAMBAS

Firli Ariska

Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas
e-mail: firli1497@gmail.com

Nursyahira

Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas
e-mail: syahirasya290@gmail.com

Erzira

Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas
e-mail: erzirazrn@gmail.com

Syafaria

Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas
e-mail: syafaria.ria0903@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to describe the motivation and psychological resilience of out-of-town students from outside West Kalimantan who were pursuing their studies at Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas University. The study employed a descriptive qualitative approach involving ten active students selected through purposive sampling based on the criteria of originating from outside West Kalimantan and being enrolled at Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas University. Data were collected through an online questionnaire using Google Forms, which included questions related to adaptation experiences, learning motivation, social support, psychological stress, and coping strategies. The data were analyzed using thematic analysis. The findings revealed that out-of-town students encountered various challenges during their academic journey, including homesickness, academic pressure, financial constraints, and difficulties in adapting to a new environment. Nevertheless, strong motivation to achieve their goals, complete their studies on time, attain a better future, and make their families proud served as the primary driving force that enabled them to persevere in completing their education. Psychological resilience was reflected in the students' ability to manage academic and emotional pressures, build positive social relationships with family and peers, and implement adaptive coping strategies through strengthening spirituality, maintaining communication with their families, positive thinking, and effective self-management. The findings indicate that intrinsic motivation, social support, and adaptive coping strategies are the key factors contributing to the psychological resilience of out-of-town students, enabling them to adapt successfully to the university environment,

overcome various challenges, and maintain their commitment to completing their studies at Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas University.

Keywords: *motivation; psychological resilience; out-of-town students*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan motivasi dan ketahanan psikologis mahasiswa rantau dari luar Kalimantan Barat yang menempuh pendidikan di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan melibatkan sepuluh mahasiswa aktif yang dipilih menggunakan Teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria berasal dari luar Kalimantan Barat dan sedang menjalani studi di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas. Data dikumpulkan melalui angket daring menggunakan *Google Form* yang memuat pertanyaan mengenai pengalaman adaptasi, motivasi belajar, dukungan sosial, tekanan psikologis dan strategi *coping*. Data dianalisis dengan teknik analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa rantau menghadapi berbagai tantangan selama menjalani perkuliahan, meliputi *homesickness*, tekanan akademik, keterbatasan ekonomi dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru. Meskipun demikian, motivasi yang kuat untuk meraih cita-cita, menyelesaikan studi tepat waktu, memperoleh masa depan yang lebih baik serta membanggakan keluarga menjadi faktor utama yang mendorong mahasiswa tetap bertahan dalam menyelesaikan pendidikan. Ketahanan psikologis mahasiswa tercermin dari kemampuan mengelola tekanan akademik dan emosional, membangun hubungan yang positif dengan keluarga dan teman sebaya serta menerapkan strategi *coping* adaptif melalui penguatan spiritual, komunikasi dengan keluarga, berpikir positif dan pengelolaan diri. Temuan penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik, dukungan sosial dan strategi *coping* adaptif merupakan faktor utama yang mendukung ketahanan psikologis mahasiswa rantau sehingga mampu beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan dan mempertahankan komitmen untuk menyelesaikan studi di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas.

Kata Kunci: motivasi; ketahanan psikologis; mahasiswa rantau

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi memiliki peran penting dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas, tidak hanya dari aspek akademik, tetapi juga dari aspek psikologis, sosial, dan spiritual. Mahasiswa sebagai peserta didik pada jenjang perguruan tinggi dituntut untuk mampu beradaptasi dengan berbagai tuntutan akademik, mengembangkan kemandirian, serta menghadapi berbagai tantangan kehidupan yang semakin kompleks. Tantangan tersebut menjadi lebih besar bagi mahasiswa yang menempuh pendidikan jauh dari daerah asal atau dikenal sebagai mahasiswa rantau. Selain menghadapi tuntutan akademik, mahasiswa rantau juga harus

menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, budaya yang berbeda, serta keterbatasan dukungan keluarga secara langsung. Kondisi ini sering menimbulkan berbagai permasalahan psikologis seperti homesickness, kesepian, kecemasan, stres akademik, dan penurunan motivasi belajar yang berpotensi memengaruhi keberhasilan studi mahasiswa (Medani dkk., 2024).

Perspektif Islam memandang bahwa berbagai kesulitan yang dialami manusia merupakan bagian dari ujian kehidupan yang bertujuan membentuk pribadi yang lebih kuat, sabar, dan bertakwa kepada Allah Swt. Sebagaimana firman Allah Swt. dalam QS. Al-Insyirah ayat 5–6 yang artinya, “Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan” (Departemen Agama RI, 2020). Nilai-nilai keislaman seperti sabar (*ṣabr*), syukur (*syukr*), ikhtiar, dan tawakal dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang membantu mahasiswa menghadapi berbagai tantangan selama menjalani kehidupan perkuliahan. Kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit dari berbagai tekanan tersebut dalam psikologi dikenal sebagai ketahanan psikologis. Penguatan ketahanan psikologis mahasiswa juga relevan dengan implementasi moderasi beragama di lingkungan perguruan tinggi. Moderasi beragama menekankan pentingnya sikap *tawassuth* (jalan tengah), *tawazun* (keseimbangan), *i’tidal* (keadilan), dan *tasamuh* (toleransi) dalam kehidupan bermasyarakat (Muhajarah, 2022). Nilai-nilai tersebut dapat membantu mahasiswa rantau membangun hubungan sosial yang harmonis di tengah keberagaman budaya, etnis, bahasa, dan latar belakang daerah asal yang ditemui selama masa perkuliahan. Mahasiswa yang memiliki sikap moderat akan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan baru, menghargai perbedaan, serta membangun dukungan sosial yang positif. Dengan demikian, moderasi beragama tidak hanya berfungsi sebagai penguat kehidupan beragama, tetapi juga sebagai modal sosial yang dapat mendukung ketahanan psikologis mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik maupun sosial.

Motivasi merupakan salah satu faktor internal yang berperan penting dalam membentuk ketahanan psikologis mahasiswa rantau. Motivasi menentukan arah, intensitas, dan ketekunan perilaku individu dalam mencapai tujuan tertentu. (Uno, 2023) menjelaskan bahwa motivasi merupakan dorongan internal maupun eksternal yang menyebabkan seseorang melakukan suatu aktivitas untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam konteks pendidikan, motivasi belajar menjadi faktor penting yang memengaruhi semangat, ketekunan, dan keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih mampu menghadapi berbagai hambatan dan mempertahankan usahanya untuk mencapai tujuan akademik. Sementara itu, ketahanan psikologis (*psychological resilience*) merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif, bertahan, dan bangkit kembali ketika menghadapi tekanan maupun kesulitan. Ketahanan psikologis memungkinkan individu tetap berfungsi secara optimal meskipun berada dalam situasi yang penuh tantangan. Dengan demikian, motivasi dapat

dipandang sebagai salah satu faktor internal yang berperan penting dalam membangun ketahanan psikologis atau ketahanan psikologis mahasiswa (Kumalasari, 2023).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara motivasi dan ketahanan psikologis pada mahasiswa. (Mostafa & Lim, 2020) menemukan bahwa motivasi memiliki hubungan positif dengan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik dan kehidupan di lingkungan pendidikan tinggi. Penelitian (Kumalasari, 2023) menunjukkan bahwa ketahanan psikologis akademik berperan penting dalam membantu mahasiswa mempertahankan performa belajar ketika menghadapi tekanan akademik. Sementara itu, (Medani dkk., 2024) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang menempuh pendidikan jauh dari daerah asal menghadapi berbagai tantangan adaptasi yang dapat memengaruhi kondisi psikologis dan akademiknya. Penelitian (Firdasari, 2024) juga menunjukkan bahwa *homesickness* yang dialami mahasiswa rantau berhubungan dengan motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa.

Faktor lain yang turut berkontribusi terhadap ketahanan psikologis mahasiswa adalah dukungan sosial. Penelitian (Gunawan & Huwae, 2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berhubungan positif dengan ketahanan psikologis akademik mahasiswa. Hasil serupa ditemukan oleh (Pratamy dkk., 2025) yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan ketahanan psikologis akademik mahasiswa tahun pertama. Selain itu, (Tadjuddin, 2025) menemukan bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan kontribusi yang besar terhadap peningkatan ketahanan psikologis akademik mahasiswa tingkat akhir. Dalam konteks psikologi Islam, spiritualitas merupakan faktor yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis individu. Penelitian (Komarudin dkk., 2022) menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki hubungan positif dengan kondisi psikologis mahasiswa dan berperan dalam membantu individu menghadapi berbagai tekanan kehidupan secara lebih adaptif. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penguatan nilai-nilai spiritual dapat menjadi salah satu sumber daya psikologis yang mendukung ketahanan individu dalam menghadapi berbagai tantangan akademik maupun sosial.

Kajian mengenai motivasi dan ketahanan psikologis mahasiswa rantau terus berkembang seiring meningkatnya perhatian terhadap kemampuan mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Namun, penelitian yang secara khusus mendeskripsikan motivasi dan ketahanan psikologis mahasiswa rantau dari luar Kalimantan Barat yang menempuh pendidikan di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas masih terbatas. Keterbatasan tersebut menunjukkan bahwa dinamika motivasi, dukungan sosial, dan strategi *coping* yang membentuk ketahanan psikologis mahasiswa rantau pada konteks tersebut belum tergambarkan secara komprehensif. Kebaruan penelitian ini terletak pada penyajian gambaran yang komprehensif mengenai motivasi dan ketahanan psikologis mahasiswa rantau melalui identifikasi sumber motivasi,

bentuk dukungan sosial, serta strategi *coping* yang digunakan dalam menghadapi tantangan akademik, sosial, dan emosional selama menjalani perkuliahan. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian mengenai motivasi dan ketahanan psikologis mahasiswa rantau, sekaligus menjadi dasar bagi perguruan tinggi dalam merancang program pendampingan, penguatan layanan bimbingan dan konseling, serta kegiatan yang mendukung proses adaptasi dan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memperoleh gambaran secara mendalam mengenai motivasi dan ketahanan psikologis mahasiswa rantau dari luar Kalimantan Barat yang menempuh pendidikan di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk memahami pengalaman, persepsi, dan makna yang diberikan oleh subjek terhadap fenomena yang dialaminya (Sugiyono, 2022).

Subjek penelitian terdiri atas sepuluh mahasiswa aktif yang berasal dari luar Kalimantan Barat dan sedang menempuh pendidikan di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas. Pemilihan subjek menggunakan teknik *purposive sampling* karena penelitian ini memerlukan responden yang memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu mahasiswa yang memiliki pengalaman menjalani kehidupan sebagai mahasiswa rantau sehingga mampu memberikan informasi yang relevan dan mendalam mengenai motivasi serta ketahanan psikologis selama menjalani perkuliahan. Pengumpulan data dilakukan melalui angket daring menggunakan *Google Forms*.

Tahap pengumpulan data diawali dengan penyusunan instrumen berdasarkan indikator motivasi, ketahanan psikologis, dukungan sosial, dan strategi *coping*. Selanjutnya, tautan angket disebarakan kepada responden yang memenuhi kriteria penelitian. Setelah seluruh data terkumpul, peneliti melakukan pemeriksaan kelengkapan jawaban sebelum melanjutkan ke tahap analisis. Analisis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis tematik melalui empat tahapan proses yaitu reduksi data, pengelompokan data ke dalam tema-tema yang memiliki kesamaan makna, interpretasi setiap tema berdasarkan fokus penelitian dan kajian teori serta penarikan kesimpulan (Fadli, 2021) untuk menggambarkan motivasi dan ketahanan psikologis mahasiswa rantau dari luar Kalimantan Barat di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis tematik terhadap data yang diperoleh dari sepuluh responden, ditemukan empat tema utama yang menggambarkan pengalaman mereka selama menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Keempat tema tersebut menunjukkan bahwa kehidupan mahasiswa rantau tidak hanya diwarnai oleh berbagai tekanan psikologis, tetapi juga oleh kemampuan

adaptasi, dukungan sosial dan motivasi yang membantu mereka mempertahankan keberlangsungan studi

Tabel 1.
Hasil Analisis Tematik

No	Hasil Tema
1	<i>Homesickness</i> dan Tekanan Emosional
2	Motivasi sebagai Faktor Protektif
3	Dukungan Sosial sebagai Penguat Ketahanan Psikologis
4	Strategi <i>Coping</i> dan Ketahanan Psikologis Mahasiswa Rantau

***Homesickness* dan Tekanan Emosional**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami berbagai bentuk tekanan emosional selama menjalani kehidupan sebagai mahasiswa rantau. Bentuk tekanan yang paling sering muncul adalah rasa rindu terhadap keluarga (*homesickness*), kesepian, tuntutan akademik, keterbatasan ekonomi, serta kesulitan beradaptasi dengan lingkungan dan budaya baru. Beberapa responden mengungkapkan bahwa hidup jauh dari orang tua membuat mereka harus belajar menyelesaikan berbagai persoalan secara mandiri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses perantauan tidak hanya menuntut kemampuan akademik, tetapi juga kesiapan psikologis untuk menghadapi perubahan lingkungan dan pola kehidupan yang baru.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Medani dkk., 2024) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang menempuh pendidikan jauh dari daerah asal menghadapi berbagai tantangan psikologis, sosial, dan akademik yang lebih kompleks dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga. Hasil penelitian (Firdasari, 2024) juga menunjukkan bahwa *homesickness* memiliki hubungan dengan motivasi belajar mahasiswa rantau. Semakin tinggi tingkat kerinduan terhadap rumah dan keluarga, semakin besar kemungkinan mahasiswa mengalami kesulitan dalam mempertahankan semangat belajar dan menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan. Kesamaan antara temuan penelitian ini dengan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *homesickness* merupakan salah satu tantangan psikologis yang umum dialami mahasiswa rantau, terutama pada masa awal proses adaptasi di lingkungan perguruan tinggi. Tekanan emosional yang dialami responden tidak hanya menjadi hambatan dalam menjalani perkuliahan, tetapi juga menjadi bagian dari proses pembentukan kemampuan beradaptasi. Pengalaman menghadapi rasa rindu terhadap keluarga, tuntutan akademik, dan perubahan lingkungan mendorong mahasiswa untuk belajar mengelola emosi, meningkatkan

kemandirian, serta menyesuaikan diri dengan situasi baru. Kemampuan tersebut menjadi fondasi dalam membangun ketahanan psikologis sehingga mahasiswa mampu bertahan dan tetap menjalankan aktivitas akademik meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan selama menempuh pendidikan di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas.

Motivasi sebagai Faktor Protektif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi merupakan faktor internal yang berperan penting dalam memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa rantau. Sebagian besar responden menyatakan bahwa keinginan untuk meraih cita-cita, menyelesaikan studi tepat waktu, memperoleh masa depan yang lebih baik, dan membanggakan keluarga menjadi alasan utama mereka tetap bertahan dalam menghadapi berbagai tantangan selama menjalani perkuliahan. Motivasi tersebut mendorong mahasiswa untuk tetap berusaha menyelesaikan tugas akademik, beradaptasi dengan lingkungan baru, serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi tekanan emosional maupun kesulitan selama menjalani kehidupan di perantauan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa motivasi mahasiswa tercermin melalui beberapa indikator, yaitu adanya tujuan yang jelas untuk menyelesaikan pendidikan, ketekunan dalam menghadapi berbagai hambatan akademik, komitmen untuk menyelesaikan studi tepat waktu, serta dorongan internal untuk mencapai keberhasilan dan membanggakan keluarga. Indikator-indikator tersebut menggambarkan bahwa motivasi yang dimiliki responden tidak hanya menjadi pendorong untuk mencapai prestasi akademik, tetapi juga menjadi kekuatan psikologis yang membantu mereka bertahan dan menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan selama menempuh pendidikan di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Uno (2023) yang menyatakan bahwa motivasi merupakan dorongan internal maupun eksternal yang menggerakkan seseorang untuk melakukan suatu tindakan guna mencapai tujuan tertentu. Mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi cenderung menunjukkan ketekunan, tanggung jawab, serta semangat yang konsisten dalam menyelesaikan berbagai tugas dan menghadapi tantangan. Hasil penelitian ini juga mendukung temuan Mostafa & Lim (2020) yang menunjukkan bahwa motivasi berkontribusi terhadap kemampuan mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan selama menempuh pendidikan. Mahasiswa yang memiliki tujuan yang jelas cenderung lebih mampu mempertahankan usaha dan komitmen akademiknya meskipun berada dalam situasi yang penuh tekanan. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Kumalasari (2023) yang menunjukkan bahwa motivasi memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit ketika menghadapi tekanan maupun kesulitan.

Berdasarkan temuan tersebut, motivasi tidak hanya berfungsi sebagai pendorong dalam mencapai tujuan akademik, tetapi juga menjadi faktor protektif yang memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa rantau. Mahasiswa yang memiliki motivasi yang kuat cenderung lebih mampu

mengelola tekanan akademik dan emosional, mempertahankan komitmen terhadap tujuan pendidikan, serta memandang berbagai tantangan sebagai bagian dari proses pengembangan diri. Dengan demikian, motivasi menjadi salah satu faktor utama yang mendukung kemampuan mahasiswa rantau untuk beradaptasi dan menyelesaikan studi di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas.

Dukungan Sosial sebagai Penguat Ketahanan Psikologis

Dukungan sosial menjadi faktor yang paling banyak disebutkan oleh responden sebagai sumber kekuatan selama menjalani kehidupan di perantauan. Keluarga dan teman sebaya berperan penting dalam membantu responden menghadapi berbagai tekanan emosional maupun akademik. Komunikasi yang rutin dengan orang tua melalui telepon atau *video call* membantu mengurangi rasa rindu rumah dan memberikan dukungan emosional yang dibutuhkan. Selain itu, teman sebaya menjadi tempat berbagi pengalaman, memperoleh bantuan, dan membangun rasa kebersamaan selama menjalani kehidupan sebagai mahasiswa rantau. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa rantau. Penelitian (Gunawan & Huwae, 2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan positif dengan kemampuan mahasiswa menghadapi berbagai tantangan selama menjalani pendidikan. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Pratamy dkk., 2025) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang baik cenderung lebih mampu beradaptasi terhadap tuntutan akademik dan sosial. Hasil penelitian ini memperkuat temuan tersebut bahwa dukungan sosial tidak hanya membantu mengurangi tekanan psikologis, tetapi juga meningkatkan rasa percaya diri, memberikan dukungan emosional, serta memperkuat keyakinan mahasiswa bahwa mereka mampu menghadapi berbagai kesulitan selama menjalani proses pendidikan. Dengan demikian, dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif yang memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa rantau dalam menghadapi berbagai tantangan di lingkungan perkuliahan.

Kemampuan responden untuk menjalin hubungan yang baik dengan keluarga maupun teman sebaya menunjukkan pentingnya hubungan sosial yang positif dalam mendukung proses adaptasi selama masa perantauan. Di lingkungan Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas, hubungan sosial yang positif dapat diwujudkan melalui kegiatan belajar kelompok, diskusi akademik, keterlibatan dalam organisasi kemahasiswaan, kegiatan keagamaan, serta berbagai aktivitas kampus yang mempertemukan mahasiswa dari beragam daerah dan latar belakang budaya. Interaksi tersebut memberikan kesempatan bagi mahasiswa rantau untuk saling berbagi pengalaman, memperoleh dukungan emosional maupun akademik, serta membangun rasa memiliki terhadap lingkungan kampus. Kondisi ini membantu mahasiswa lebih mudah menyesuaikan diri dengan kehidupan perkuliahan dan mengurangi perasaan terisolasi selama berada di perantauan. Temuan ini sejalan dengan (Moch Zainal Arifin Hasan & Muhammad Rizal

Ansori, 2024) yang menjelaskan bahwa sikap saling menghargai dan keterbukaan terhadap keberagaman berkontribusi dalam membentuk lingkungan sosial yang harmonis. Oleh karena itu, hubungan sosial yang positif tidak hanya mendukung proses adaptasi, tetapi juga menjadi salah satu faktor yang memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa rantau.

Strategi *Coping* dan Ketahanan Psikologis Mahasiswa Rantau

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden menggunakan berbagai strategi untuk mengatasi tekanan yang mereka alami selama masa perantauan. Strategi yang dilakukan meliputi berdoa dan beristigfar, berkomunikasi dengan orang tua, berjalan-jalan untuk menenangkan diri, berbagi cerita dengan teman, berpikir positif, serta melakukan manajemen diri yang lebih baik. Beberapa responden juga memandang kesulitan yang dihadapi sebagai tantangan yang dapat membantu mereka menjadi pribadi yang lebih kuat dan mandiri.

Strategi *coping* tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola tekanan dan menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan yang terjadi selama menjalani kehidupan sebagai mahasiswa rantau. Ketahanan psikologis terlihat dari kemampuan mereka untuk tetap optimis, mengendalikan emosi, mempertahankan tujuan pendidikan, dan bangkit kembali setelah menghadapi berbagai hambatan. Menurut (Kumalasari, 2023), ketahanan psikologis merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif ketika menghadapi tekanan, kesulitan, maupun perubahan yang menantang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun responden mengalami berbagai tekanan emosional, sebagian besar tetap mampu mempertahankan komitmen akademik dan menjalani proses pendidikan dengan baik. Selain membantu mengatasi tekanan psikologis, strategi *coping* yang digunakan juga mendukung kemampuan responden dalam menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan kehidupan sosial selama masa perantauan. Kemampuan tersebut menunjukkan adanya proses adaptasi yang positif sehingga mahasiswa mampu menjalani kehidupan perkuliahan secara lebih efektif dan tetap berorientasi pada pencapaian tujuan pendidikan. Temuan ini memperlihatkan bahwa strategi *coping* yang positif berperan penting dalam membangun dan mempertahankan ketahanan psikologis mahasiswa rantau.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa motivasi dan ketahanan psikologis merupakan dua aspek yang saling berkaitan dalam mendukung kemampuan mahasiswa rantau dari luar Kalimantan Barat untuk beradaptasi selama menempuh pendidikan di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas. Mahasiswa rantau menghadapi berbagai tantangan, seperti *homesickness*, tekanan akademik, keterbatasan ekonomi, dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru. Namun, motivasi untuk meraih cita-cita, menyelesaikan studi tepat waktu, memperoleh masa depan yang lebih baik, dan membanggakan keluarga menjadi faktor utama yang mendorong mereka

untuk tetap bertahan dalam menyelesaikan pendidikan. Ketahanan psikologis mahasiswa diperkuat oleh dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya serta penerapan strategi *coping* yang adaptif dalam menghadapi tekanan akademik maupun emosional. Dengan demikian, motivasi intrinsik, dukungan sosial, dan strategi *coping* adaptif berperan penting dalam membentuk ketahanan psikologis mahasiswa rantau sehingga mereka mampu beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan dan mempertahankan komitmen untuk menyelesaikan studi di Universitas Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas.

DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Agama RI. (2020). *Al-Qu'an dan Terjemahannya*. CV Penerbit Diponegoro.
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *HUMANIKA*, 21(1), 33–54.
- Firdasari, N. S., Waode; Pambudhi, Yuliasri Ambar. (2024). Homesickness dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Sublimapsi*, (Vol 5, No 1 (2024):), 131–137.
- Gunawan, E., & Huwae, A. (2022). Peer Social Support and Academic Resilience For Students From 3T Regions At SWCU. *Eduvest - Journal of Universal Studies*, 2(12), 2701–2716.
- Komarudin, K., Bukhori, B., Karim, A., Haqqi, M. F. H., & Yulikhah, S. (2022). Examining social support, spirituality, gratitude, and their associations with happiness through self-acceptance. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 263–278.
- Kumalasari, D. (2023). Academic resilience among indonesian college students during the covid-19 pandemic: The role of future orientation and peer support. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 21(61), 541–558.
- Medani, K. E., Alqadhibi, M. A., Almutairi, A. M., Asiree, R. H., Silsilah, M. A., Almutairi, K. N., & Sami, W. (2024). Challenges university students face while studying away from hometown: A cross-sectional study. *Journal of Pharmacy and Bioallied Sciences*, 16(Suppl 1), S459–S462.
- Moch Zainal Arifin Hasan & Muhammad Rizal Ansori. (2024). Implikasi Pembelajaran Ahlusunnah Wal Jama'ah Terhadap Penguatan Moderasi Beragama. *Journal of Contemporary Islamic Education*, 4(1), 86–102.
- Mostafa, H., & Lim, Y. (2020). Examining the Relationship between Motivations and Resilience in Different International Student Groups

- Attending US Universities. *Journal of International Students*, 10(2), 306–319.
- Muhajarah, K. (2022). MENJAGA TRADISI WALISONGO: Urgensi Moderasi Beragama bagi Penguatan Kajian Kebangsaan, Keberagamaan dan Tradisi Lokal Bagi Mahasiswa Perguruan Tinggi. *Farabi*, 19(2).
- Pratamy, F., Setyaningsih, T., & Fitria, D. (2025). The Relationship Between Peer Social Support and Academic Resilience Among First-Year Nursing Students in Jakarta. *JKP (Jurnal Kesehatan Primer)*, 10, 137–146.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian*. Alfabeta.
- Tadjuddin, I. L. (2025). The Relationship Between Peer Social Support and Academic Resilience in Final Year Students. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 6(1), 199–203.
- Uno, H. B. (2023). *Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan*. Bumi Aksara.