Jurnal Ruang Sosialia
Volume 01, Number 01, 2025 pp. 772-780
Open Access:

Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Program Studi Kesejahteraan Sosial UIN Alauddin Makassar Dalam Bingkai Persahabatan Antar Daerah

Ummul Khair[1*]

[1]Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:
Received Desember 19, 2025
Revised Desember 19, 2025
Accepted Desember 22, 2025
Available online Desember 22, 2025

Kata Kunci:
Kesejahteraan Psikologis, Dukungan Sebaya, Modal Sosial, Persahabatan Lintas Daerah

Keywords:
Psychological Well-being, Peer Support, Social Capital, Cross-Regional Friendship

This is an open access article under the CC BY-SA license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Al Ghani Cendekia.

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji bagaimana dukungan dari teman sebaya berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mahasiswa Kesejahteraan Sosial UIN Alauddin Makassar dalam konteks persahabatan antar daerah. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis, studi ini melibatkan delapan responden dengan latar belakang geografis yang berbeda-beda (Bone, Gowa, Takalar, Luwu, dan Makassar). Temuan menunjukkan bahwa dukungan dari teman sebaya berfungsi sebagai alternatif dukungan keluarga yang efektif dalam mengurangi masalah adaptasi seperti perasaan rindu rumah, kecemasan sosial, dan ketidakpastian. Persahabatan antar daerah dipandang sebagai bentuk modal sosial yang menjembatani atau bridging social capital yang memperkuat ketahanan mahasiswa melalui kepercayaan dan norma saling membantu. Frekuensi interaksi rutin sejak awal semester menciptakan dukungan emosional yang penting untuk stabilitas mental mahasiswa. Kesimpulan dari studi ini adalah bahwa kohesi sosial dalam kelompok multikultural menjadi faktor kunci dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa di lingkungan pendidikan

ABSTRACT

This study examines how peer support contributes to the psychological well-being of Social Welfare students at UIN Alauddin Makassar in the context of inter-regional friendship. Using a qualitative phenomenological approach, this study involved eight respondents from diverse geographic backgrounds (Bone, Gowa, Takalar, Luwu, and Makassar). The findings indicate that peer support serves as an effective alternative to family support in reducing adaptation problems such as homesickness, social anxiety, and intimate contact. Inter-regional support is seen as a form of social capital that bridges friendships or bridges social capital that strengthens student resilience through trust and norms of mutual assistance. The frequency of regular interactions since the beginning of the semester creates emotional support that is important for students' mental stability. The conclusion of this study is that social cohesion in multicultural groups is a key factor in improving students' psychological well-being in educational environments.

1. PENDAHULUAN

Masyarakat pesisir khususnya komunitas nelayan di wilayah Indonesia hidup dalam kondisi yang sangat dekat dengan lingkungan yang memiliki cuaca ekstrem, gelombang laut, hingga ketergantungan pada sumber daya alam yang fluktuatif. kehidupan konteks ini memerlukan jenis ketahanan, yaitu kemampuan untuk bangkit, bertahan, dan menyesuaikan diri dengan perubahan dan bahkan berkembang dalam situasi sulit. Penelitian terhadap masyarakat pesisir Indonesia mengungkapkan bahwa adat istiadat setempat, seperti tradisi maritim, memainkan peran penting dalam memperkuat komunitas tersebut.

*Corresponding author
E-mail addresses: ummulummmul24@gmail.com

Sebagai individu dalam fase dewasa awal, mahasiswa menghadapi kompleksitas tuntutan akademik dan sosial yang menuntut kemampuan adaptasi serta manajemen stres yang mumpuni. Ketidakmampuan dalam menyelaraskan tekanan lingkungan dengan kehidupan pribadi sering kali memicu beban emosional, sehingga kesejahteraan psikologis muncul sebagai indikator Penting bagi keberhasilan mereka. Kesejahteraan ini bukan sekadar kondisi emosional sesaat, melainkan sebuah konstruk ilmiah yang mencakup penguasaan lingkungan, hubungan sosial yang sehat, serta pertumbuhan pribadi, yang secara kolektif menentukan kualitas hidup dan efektivitas mahasiswa dalam menjalankan peran intelektualnya, (Ryff, Carol D. 1995).

Kesejahteraan Psikologis mahasiswa mencerminkan kemampuan seseorang untuk beroperasi secara efisien dan berdaya saing dalam menghadapi tantangan hidupnya. Berdasarkan pemikiran Ryff dan Keyes, konsep ini diterapkan lewat model enam elemen yang merupakan landasan penting dalam psikologi positif untuk menilai dan meningkatkan kualitas kesejahteraan individu, terutama dalam kalangan pelajar. Dengan pendekatan teoretis ini, kesejahteraan dipahami sebagai cerminan dari fungsi psikologis yang lengkap dan komprehensif dalam konteks pendidikan tinggi, (Ryff and Keyes 1995).

Institusi pendidikan tinggi seperti UIN Alauddin di Makassar mencerminkan ruang sosial yang beragam, di mana mahasiswa berasal dari berbagai latar belakang daerah, budaya, dan tradisi yang berbeda. Keragaman ini menciptakan interaksi sosial yang rumit, di mana mahasiswa yang merantau sering kali menghadapi tantangan dalam beradaptasi. Masalah ini biasanya muncul dalam bentuk perbedaan norma sosial, batasan bahasa, hingga variasi cara berkomunikasi, yang secara keseluruhan memerlukan kemampuan beradaptasi yang baik untuk mengurangi hambatan sosiokultural di lingkungan kampus, (Furnham 2001).

Dukungan sosial yang berasal dari persahabatan antar mahasiswa adalah aspek penting untuk mengurangi masalah dalam beradaptasi dengan kehidupan kampus. Hubungan yang baik antara individu dapat menjadi pemicu dalam proses penyesuaian sosial, karena memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan emosional, serta membangun rasa persatuan di lingkungan kampus. Berbagai penelitian di Indonesia menunjukan adanya hubungan positif antara dukungan teman sejawat dan kesehatan mental mahasiswa. Hal ini terlihat dalam penelitian di Universitas HKBP Nommensen, yang mengindikasikan bahwa dukungan sosial dari rekan-rekan sebaya memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan psikososial mahasiswa, bahkan dalam kondisi krisis seperti pandemi COVID-19.(Hotma Hamonangan, Nenny Ika Putri Simarmata 2022)

Konsistensi tentang pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya juga telah dibuktikan melalui studi pada berbagai kelompok mahasiswa lain di Indonesia, termasuk di Universitas Negeri Padang. Hasil-hasil empiris ini secara keseluruhan menegaskan adanya hubungan positif yang linear, di mana peningkatan dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa sejalan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis mereka. Oleh karena itu, keberadaan jaringan sosial yang mendukung menjadi faktor utama dalam meningkatkan kesehatan mental mahasiswa di lingkungan pendidikan.(Maharani 2025)

Dinamika hubungan pertemanan di kalangan mahasiswa yang berasal dari daerah yang berbeda memiliki ciri khas tersendiri karena melibatkan interaksi antara beragam budaya dan latar belakang yang beraneka ragam. Meskipun perbedaan sosial dan budaya ini dapat menimbulkan potensi konflik atau miskomunikasi, komunikasi antar daerah tersebut malah berperan sebagai sarana untuk belajar secara sosial yang memperluas pengalaman serta meningkatkan kemampuan interpersonal mahasiswa. Dari sudut pandang lintas budaya, partisipasi aktif dalam interaksi antar budaya yang positif terbukti dapat meningkatkan rasa empati dan toleransi. Pada akhirnya, penguatan ikatan sosial melalui keberagaman ini menjadi pendorong penting dalam meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa di tengah lingkungan yang beragam.(Furnham 2001)

Bagi mahasiswa Program Studi Kesejahteraan Sosial, kemampuan dalam mengonstruksi relasi sosial yang empatik merupakan kompetensi fundamental yang selaras dengan nilai-nilai profesionalisme bidang tersebut. Dalam ekosistem akademik, jalinan persahabatan lintas daerah tidak sekadar berfungsi sebagai instrumen dukungan psikososial, namun juga menjadi media Penting dalam menumbuhkan sensitivitas serta kepedulian terhadap diversitas sosiokultural.

Meskipun demikian, literatur yang secara spesifik mengeksplorasi kesejahteraan psikologis mahasiswa Kesejahteraan Sosial dalam konteks persahabatan antarbudaya masih sangat terbatas, terutama pada institusi pendidikan tinggi Islam. Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam kesejahteraan psikologis mahasiswa Kesejahteraan Sosial di UIN Alauddin Makassar melalui perspektif hubungan lintas daerah. Studi ini diharapkan mampu memberikan pemahaman komprehensif mengenai signifikan relasi antar daerah terhadap kesehatan mental mahasiswa, sekaligus menjadi rujukan strategis bagi perumusan kebijakan serta program penguatan kesejahteraan di lingkungan universitas.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis untuk menggali dengan mendalam inti pengalaman mahasiswa mengenai persahabatan antar daerah serta pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis. Pemilihan metode kualitatif didasari oleh kemampuannya dalam mengurai aspek subjektif, makna pribadi, dan dinamika sosial yang sering kali tidak dapat dijangkau melalui analisis kuantitatif. Dengan menitikberatkan pada cerita individu di lingkungan UIN Alauddin Makassar, pendekatan ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengungkap realitas emosional dan sosiokultural yang mempengaruhi kualitas hidup mahasiswa dengan cara yang lebih menyeluruh dan kontekstual.(Creswell 2013)

Strategi untuk mengumpulkan data primer dalam studi ini dilakukan dengan menggabungkan teknik wawancara mendalam, observasi, dan analisis dokumentasi untuk memastikan kedalaman dan keakuratan temuan. Wawancara semi-terstruktur berfungsi sebagai alat utama untuk memahami pandangan pribadi mahasiswa tentang pentingnya persahabatan antar daerah untuk kesejahteraan mental mereka, dengan semua dialog diubah menjadi transkrip secara tepat sesuai dengan prosedur etika pencatatan. Informasi tersebut diperkaya melalui observasi yang terlibat dalam interaksi sosial di area kampus dan pengumpulan dokumen penting, seperti catatan lapangan dan arsip digital, sebagai upaya triangulasi data. Pendekatan yang melibatkan berbagai sumber ini tidak hanya menambah konteks situasional penelitian tetapi juga memenuhi kriteria metodologis kualitatif dalam menghasilkan analisis yang menyeluruh dan tepat.(Matthew B.Miles 1994)

Analisis data dalam studi ini menggunakan metode analisis tematik yang merujuk pada kerangka kerja Braun dan Clarke. Metode ini meliputi langkah-langkah pengenalan data, pengkodean awal, serta penentuan dan pengartian tema-tema utama. Pendekatan ini dipilih karena kemampuannya dalam mengeksplorasi makna dari pengalaman subjektif dan menganalisis pola-pola yang terlihat di berbagai kasus secara mendalam. Untuk meningkatkan visualisasi hubungan antar-variabel, proses pengorganisasian data didukung oleh teknik matriks dan jaringan tema sesuai saran Miles dan Huberman. Penggabungan kedua metode analisis ini menjamin bahwa hasil penelitian disajikan secara teratur, jelas, dan dapat menggambarkan kompleksitas hubungan antar tema dengan baik.(Braun 2006)

Untuk memastikan keandalan dan keutuhan hasil, studi ini mengadopsi standar kepercayaan ilmiah yang diusulkan oleh Lincoln dan Guba melalui empat komponen utama. Kepercayaan diperoleh melalui metode triangulasi data dan proses member check untuk memastikan kebenaran informasi langsung dari narasumber. Sementara itu, dimensi transferabilitas tercapai dengan penulisan deskripsi mendalam agar konteks penelitian bisa dipahami secara menyeluruh oleh pembaca. Dalam upaya menjaga dependabilitas dan konfirmabilitas, peneliti membuat audit trail yang terstruktur serta melakukan analisis kritis terhadap setiap keputusan yang diambil. Semua langkah ini digabungkan untuk memastikan bahwa hasil penelitian tidak hanya jelas, tetapi juga memiliki tanggung jawab ilmiah yang bisa dipertanggungjawabkan.(Palinkas 2015)

Implementasi penelitian ini sepenuhnya mengikuti standar etika yang sesuai dengan pedoman operasional untuk penelitian kualitatif yang diuraikan oleh Creswell. Peneliti menekankan pentingnya transparansi dengan memberikan informasi mengenai tujuan penelitian dan mendapatkan persetujuan tertulis dari informan sebelum proses pengumpulan data dimulai. Komitmen terhadap aspek etika dalam penelitian juga ditunjukkan dengan memberikan jaminan

anonimitas kepada subjek, hak bagi informan untuk menarik diri kapan saja tanpa ada konsekuensi, serta perlindungan atas keamanan data transkrip untuk menjaga kerahasiaan individu.(Creswell 2013)

Selanjutnya, hasil penelitian akan dipadukan dalam bentuk narasi tematik yang mencakup kutipan langsung dari informan agar bisa merepresentasikan sudut pandang mereka dengan akurat. Struktur laporan tidak hanya akan menampilkan deskripsi tema dan analisis mendalam yang berlandaskan pada teori kesejahteraan psikologis serta dukungan sosial, tetapi juga akan merumuskan implikasi praktis dan rekomendasi kebijakan berdasarkan hasil empiris. Dengan pendekatan ini, laporan tersebut diharapkan dapat menjadi acuan yang menyeluruh untuk pengembangan program yang mendukung kesejahteraan mahasiswa di tingkat program studi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya memegang peranan Penting dalam mengonstruksi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Fenomena ini selaras dengan studi yang dilakukan oleh Maharani dan Putriani (2025), yang memverifikasi adanya korelasi positif signifikan antara kedua variabel tersebut. Secara empiris, hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan kualitas dukungan sosial yang diterima berbanding lurus dengan penguatan taraf kesejahteraan psikologis individu. Dengan demikian, keberadaan jaringan pertemanan yang suportif berfungsi sebagai determinan utama yang memungkinkan mahasiswa mencapai fungsi psikologis yang lebih optimal dan stabil di tengah lingkungan akademik.(Maharani 2025)

Hubungan pertemanan yang terbentuk di kalangan mahasiswa Program Studi Kesejahteraan Sosial yang penulis teliti , terutama di kelas A semester 5, mencerminkan sebuah interaksi budaya yang hidup. Ini terlihat pada salah satu kelompok teman yang anggotanya berasal dari berbagai daerah, termasuk satu individu dari Kabupaten Bone, empat individu dari Kabupaten Gowa, serta satu orang dari Kabupaten Takalar, Kabupaten Luwu, dan Kota Makassar. Perbedaan asal daerah dalam satu kelompok sosial ini membangun sebuah ruang untuk pertukaran budaya yang memperkaya pengalaman sosial mahasiswa dalam konteks akademis.

Dalam interaksi persahabatan di kalangan mahasiswa yang berasal dari beragam budaya, hubungan yang terbentuk mencerminkan penerapan dari modal sosial yang bersifat menjembatani. Fenomena ini berkaitan dengan pembentukan jaringan sosial yang melewati batas-batas kelompok budaya, yang dengan efektif meningkatkan keterhubungan personal serta memperkuat kemungkinan dukungan sosial untuk individu. Melalui interaksi yang beragam ini, mahasiswa tidak hanya mengembangkan hubungan antaridentitas, tetapi juga menciptakan ekosistem yang mendukung dan inklusif bagi individu dari beragam latar belakang daerah.(Claridge 2018)

Kekuatan dukungan sosial dalam kelompok ini terbentuk tidak hanya berdasarkan kesamaan visi akademik, tetapi juga melalui proses adaptasi sosiokultural yang intens. Walaupun para anggota berasal dari berbagai latar belakang dan dialek, mereka berhasil beradaptasi dengan bahasa secara alami. Adaptasi ini tercermin dari cara mereka menyesuaikan intonasi dan gaya berkomunikasi saat berinteraksi di Makassar, yang membuat komunikasi lebih lancar dan memperkuat rasa kebersamaan dalam kelompok.

Perubahan hubungan dari teman belajar menjadi sahabat dekat dipengaruhi oleh tingkat interaksi yang rutin dari semester pertama hingga semester kelima. Kebiasaan bersama, seperti mengikuti kelas yang sama, berdiskusi, dan melakukan aktivitas sehari-hari seperti makan bersama, menciptakan suasana kebersamaan yang terus menerus. Intensitas interaksi yang tinggi ini akhirnya menciptakan sebuah sistem dukungan antar teman yang kokoh. Dalam hal kesejahteraan mental, kelompok ini berfungsi sebagai sumber ketahanan emosional; mereka aktif memberikan dukungan dan penguatan moral ketika salah satu anggota menghadapi masalah atau tekanan emosional, sehingga membantu mengurangi dampak negatif dari situasi tersebut terhadap kesehatan mental mereka.

Temuan ini memperkuat pandangan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa tidak berdiri sendiri sebagai kondisi individu, melainkan sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan sosial yang mereka bangun di lingkungan perguruan tinggi.

3.2 Perbedaan Latar Daerah dan Proses Terbentuknya Persahabatan

Meskipun kajian yang secara khusus membandingkan pandangan mahasiswa dari daerah Bone, Luwu, Gowa, Makassar, dan Bulukumba masih tidak banyak, inti dari dukungan sosial masih menunjukkan keberlanjutan yang kuat. Berbagai penelitian di tingkat nasional terhadap mahasiswa perantau mengindikasikan bahwa dukungan dari teman sebaya berfungsi sebagai alat penting dalam mengurangi perasaan terasing serta mempercepat proses penyesuaian sosial di lingkungan yang baru. Oleh karena itu, meskipun terdapat keberagaman latar belakang daerah, adanya jaringan sosial yang mendukung telah terbukti secara empirik dapat mengatasi kesenjangan sosiokultural dan meningkatkan ketahanan mental mahasiswa saat menghadapi perubahan dalam dunia akademik.(Amrain, Andayani, and Nurusshobah 2025)

Berdasarkan wawancara yang mendalam dengan delapan informan Yaya, Nela, Kiki, dan Nita dari Kabupaten Gowa Sukma dari Kabupaten Takalar; Astri dari Kabupaten Luwu serta Nisa dari Kota Makassar termasuk peneliti yang berasal dari Kabupaten Bone, terdapat kesepakatan mengenai dinamika interaksi sosial mereka. Data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa perbedaan latar belakang geografis tidak menjadi halangan untuk memulai dan menjaga hubungan persahabatan di antara mereka.Pembentukan persahabatan ini lebih dipengaruhi oleh kecocokan antarpribadi yang berkaitan dengan kebutuhan psikologis dan kestabilan mental. Para informan sependapat bahwa teman sebaya memiliki peranan yang sangat penting selama masa kuliah, khususnya dalam memberikan dukungan emosional dan dorongan di tengah tekanan akademik. Lebih dari itu, keberagaman asal daerah justru memberikan keuntungan bagi kelompok ini melalui pertukaran budaya. Perbedaan latar belakang tersebut memperkaya pandangan setiap anggota dengan pengetahuan baru tentang adat dan tradisi dari daerah asal teman-teman mereka, sehingga membentuk jaringan pertemanan yang dinamis, mendidik, dan inklusif.

Data yang diperoleh dari wawancara dengan delapan informan menunjukkan bahwa perbedaan latar belakang geografis tidak menjadi penghalang yang signifikan untuk memulai maupun mempertahankan persahabatan. Situasi ini sejalan dengan konsep Teori Pertukaran Sosial, yang menyatakan bahwa hubungan sosial akan tetap ada jika individu merasakan bahwa keuntungan yang didapat lebih besar dibandingkan usaha atau pengorbanan yang diberikan.(M. Khusna Amal 2017)

Dalam hal ini, keuntungan tersebut muncul dalam bentuk dukungan emosional yang kuat serta tingkat kepuasan interpersonal yang tinggi di antara mahasiswa. Walaupun ada perbedaan budaya yang mungkin memerlukan lebih banyak upaya adaptasi, nilai dari dukungan psikologis dan rasa aman yang diperoleh dari teman sebaya dianggap jauh lebih penting. Oleh karena itu, hubungan ini tetap terjaga dengan baik karena adanya keseimbangan yang positif antara dukungan sosial yang diterima dan dinamika interaksi di dalamnya.

3.3 Peran Dukungan Sebaya dalam Adaptasi Sosial dan Penyesuaian Diri

Studi perbandingan dari Universitas Brawijaya menegaskan pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya sebagai faktor penghubung yang vital antara kesejahteraan mental dan kemampuan beradaptasi mahasiswa baru. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan dengan teman sebaya tidak hanya sekadar memberikan dukungan emosional, tetapi juga berperan aktif dalam membantu mahasiswa menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan sosial dan dinamika akademik di lingkungan perguruan tinggi. Melalui dukungan yang menyeluruh ini, mahasiswa bisa mempercepat proses transisi mereka dengan lebih efisien, yang pada akhirnya memberikan dampak positif terhadap stabilitas mental dan keberhasilan mereka dalam beradaptasi di lingkungan kampus.(Dara et al. 2024)

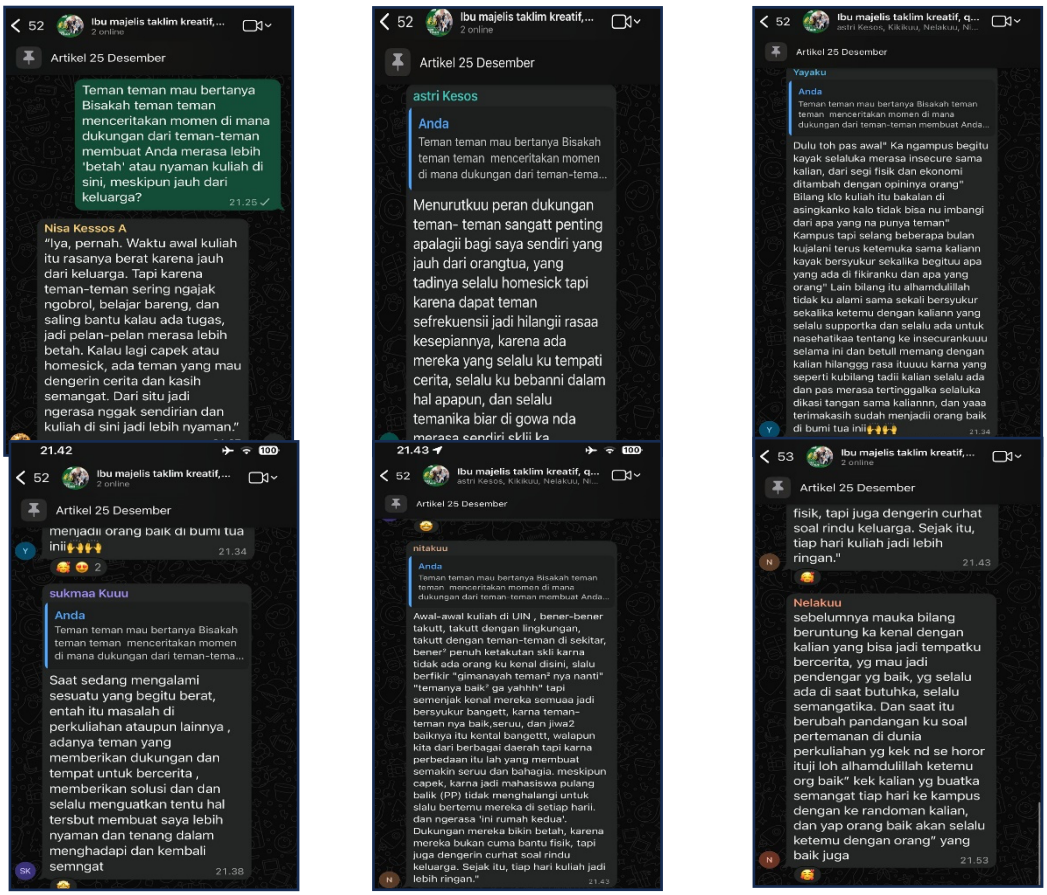
Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan responden, terungkap bahwa arti penting dukungan sosial dalam hubungan pertemanan mereka lebih dari sekadar komunikasi sehari-hari. Responden menyatakan bahwa berinteraksi dengan orang-orang dari berbagai latar belakang

memerlukan adanya proses penyesuaian perspektif yang mendalam. Akan tetapi, proses ini tidak menjadi beban, melainkan menjadi dasar utama untuk membangun perasaan aman secara bersama.(Informan Y, Desember 2025)

Temuan dari studi ini mengungkap bahwa kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi secara sosiokultural terhadap berbagai latar belakang geografis dan budaya teman sebaya mereka menjadi pemacu penting bagi penguatan motivasi psikologis dalam menghadapi perubahan di lingkungan akademik. Keterlibatan yang terus-menerus antar daerah ini berhasil membangun sistem dukungan teman sebaya yang sangat penting, di mana beragam perspektif dari tiap anggota kelompok memberikan pemahaman baru yang mendukung proses pertumbuhan pribadi. Dengan menerapkan mekanisme jembatan untuk mengatasi perbedaan tersebut, terbentuklah sistem penyangga emosional yang efektif bagi mahasiswa. Ini tidak hanya mendorong peningkatan kemandirian, tetapi juga menjaga stabilitas mental serta kesejahteraan emosional agar tetap optimal, meskipun mereka terpisah jauh dari dukungan keluarga asalnya.(Kristiana et al. 2022). Guna memperdalam pengumpulan data setelah wawancara langsung, peneliti melaksanakan triangulasi metode(Nugraha 2023) melalui diskusi terarah secara daring dengan menggunakan platform WhatsApp Group. Tindakan ini diambil untuk memberikan kesempatan bagi para informan untuk berkomunikasi dengan lebih leluasa dan fleksibel, sehingga mereka dapat berbagi pemikiran pribadi tanpa terikat oleh waktu dan kondisi.

Selama proses ini, peneliti mengajukan serangkaian pertanyaan utama mengenai pengalaman pribadi informan terkait pengaruh dukungan teman sebaya terhadap kesejahteraan Psikologis mereka selama berkuliah. Pertanyaan yang diajukan ialah: "*Dapatkah teman-teman menceritakan situasi di mana dukungan dari teman-teman membuat Anda merasa lebih betah atau nyaman dalam menjalani kuliah di sini, meskipun jauh dari rumah?"*

Tanggapan yang diberikan oleh para informan menunjukkan adanya kesepakatan emosional mengenai pentingnya keberadaan kelompok sebagai pengganti dukungan keluarga. Berikut adalah dokumentasi percakapan yang merangkum pernyataan para informan:



Berdasarkan penuturan yang diberikan oleh para informan, dukungan dari teman sebaya ternyata memainkan peran yang sangat penting dalam membantu mahasiswa beradaptasi secara sosial dan menyesuaikan diri di lingkungan yang baru. Pengalaman mereka menunjukkan bahwa kelompok pertemanan yang mendukung dapat mengurangi hambatan psikologis yang muncul di awal, seperti rasa rindu rumah, kekhawatiran akan kesendirian, serta ketidakamanan terkait perbedaan fisik maupun latar belakang ekonomi. Perubahan dari rasa takut terhadap stigma di lingkungan kampus yang kompetitif menjadi perasaan memiliki terjadi berkat adanya keterbukaan, penerimaan antar budaya, dan dukungan emosional yang terus-menerus melalui aktivitas sederhana seperti belajar bersama dan komunikasi rutin.

Peran teman sebaya di sini bukan sekadar sebagai Teman belajar, melainkan berfungsi sebagai "jaringan dukungan pengganti keluarga" atau rumah kedua yang memberi rasa aman dan ketenangan pikiran. Dengan demikian, keberadaan "teman sefrekuensi" yang dapat mendengarkan dan memberikan dorongan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan mahasiswa dalam menghadapi tantangan adaptasi, sehingga mereka dapat meraih stabilitas emosional dan kemandirian di tengah beragamnya lingkungan universitas.

3.4 Persahabatan Lintas Daerah sebagai Modal Sosial Mahasiswa

Persahabatan antarwilayah yang terjalin di kalangan mahasiswa Program Studi Kesejahteraan Sosial adalah contoh konkret dari modal sosial. Dari sudut pandang sosiologis, ikatan ini lebih dari sekadar hubungan biasa; ini adalah aset yang membuka akses ke sumber daya emosional, informasi, dan dukungan yang bermanfaat. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan, keberagaman latar belakang geografis para anggota kelompok mulai dari Bone, Gowa, Takalar, Luwu, hingga Makassar justru menguatkan struktur modal sosial mereka melalui cara modal sosial yang menghubungkan.(Vidya Yanti Utami 2020)

Persahabatan yang terjalin di antara mahasiswa Program Studi Kesejahteraan Sosial dari berbagai daerah adalah bentuk nyata dari penerapan modal sosial, khususnya modal sosial yang menjembatani. Dalam sudut pandang sosiologis, hubungan ini lebih dari sekedar interaksi perasaan, karena berfungsi sebagai aset penting yang membantu akses ke informasi dan dukungan yang dibutuhkan di lingkungan universitas. Keberagaman latar belakang geografis anggota yang mencakup wilayah Bone, Gowa, Takalar, Luwu, serta Makassar menciptakan jaringan yang bervariasi dan memperluas pandangan mahasiswa melalui berbagi budaya dan perspektif lokal.

Sesuai dengan teori yang diajukan oleh Robert Putnam, keterhubungan lintas identitas ini meningkatkan ketahanan mahasiswa dengan membangun norma saling memberi dan kepercayaan yang tinggi. Oleh karena itu, persahabatan lintas daerah bukan hanya alat untuk mengatasi perasaan terasing bagi mahasiswa yang merantau, tetapi juga menjadi dasar modal sosial yang meningkatkan kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan cara yang dinamis dan inklusif di tengah lingkungan akademik yang beragam.(Syahra 2003)

Dengan begitu, persahabatan yang melintasi batas daerah ini menjadi aset penting yang mempermudah proses integrasi sosial para mahasiswa di dalam kampus. Hubungan yang bersifat inklusif ini menunjukkan bahwa keragaman budaya bukanlah halangan, tetapi justru menjadi pendorong bagi terbentuknya jaringan dukungan yang lebih luas dan bisa menyesuaikan diri.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa sangat tergantung pada kualitas hubungan sosial, terutama melalui dukungan teman sebaya dalam konteks persahabatan antar daerah. Melalui analisis fenomenologis yang dilakukan terhadap mahasiswa Program Studi Kesejahteraan Sosial UIN Alauddin Makassar, ditemukan tiga poin penting yang menjadi hasil utama

Pertama, dukungan sosial dari teman sebaya berperan sebagai faktor utama dalam kesejahteraan psikologis. Interaksi yang berkesinambungan sejak semester awal hingga semester lima telah mengubah hubungan akademik menjadi sistem dukungan emosional yang kuat. Teman sebaya berfungsi sebagai penyangga emosional yang ampuh dalam mengurangi tekanan akademis, rasa rindu rumah, serta kecemasan sosial. Kesejahteraan psikologis mahasiswa

terwujud ketika mereka merasa memiliki tempat kedua yang memberikan rasa nyaman dan motivasi yang berkelanjutan.

Kedua, perbedaan latar belakang daerah, seperti Bone, Gowa, Takalar, Luwu, dan Makassar, menjadi modal sosial yang berharga. Perbedaan budaya dan bahasa bukanlah penghalang, melainkan pendorong untuk proses adaptasi sosial dan budaya yang lebih inklusif. Melalui penyesuaian cara berbicara dan pertukaran sudut pandang budaya, mahasiswa tidak hanya memperluas jaringan sosial mereka, tetapi juga membangun kepercayaan dan norma timbal balik yang meningkatkan daya tahan mereka di tempat tinggal sementara.

Ketiga, proses penyesuaian diri mahasiswa dipicu oleh kesesuaian interpersonal dan interaksi sosial yang positif. Sesuai dengan teori pertukaran sosial, kelangsungan persahabatan ini ditentukan oleh manfaat emosional dan intelektual yang diperoleh, dibanding usaha adaptasi yang dilakukan. Bagi mahasiswa Kesejahteraan Sosial, membangun hubungan antar daerah bukan hanya kebutuhan pribadi, tetapi juga merupakan wujud dari kompetensi profesional dalam menghargai keberagaman. Oleh karena itu, penguatan jaringan sosial inklusif di lingkungan universitas menjadi strategi penting dalam meningkatkan kesehatan mental dan keberhasilan akademik mahasiswa secara menyeluruh.

5. DAFTAR PUSTAKA

Amrain, Fadhila Maghfirah, Rini Hartini Rinda Andayani, and Silvia Fatmah Nurusshobah. 2025. "Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Perantau Di Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung." *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial*.

Braun, Virginia. 2006. "Using Thematic Analysis in Psychology." *Bristol University of the West Of England* 3:77–101.

Claridge, Tristan. 2018. "Introduction to Social Capital Theory." *Social Capital Research*, no. August.

Creswell, John W. 2013. *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Edited by Saifuddin. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Dara, Yuliezar Perwira, Prezilia Ramadhanti H, Dea Resta Cicilia A, and Ulifa Rahma. 2024. "walking on transition : peran perceived social support (friend) sebagai moderator pada psychological well-being terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru." *Jurnal Empati* 13 (April): 90–99.

Furnham, Colleen Ward Stephen Bochner Adrian. 2001. *The Psychology of Culture Shock*. Edited by Sandra Heath. Canada.

Hotma Hamonangan, Nenny Ika Putri Simarmata, Freddy Butarbutar. 2022. "DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING." *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen* 8 (1).

Kristiana, Ika Febrian, Nugraha Arif Karyanta, Ermida Simanjuntak, Unika Prihatsanti, and Tri Muji Ingarianti. 2022. "Social Support and Acculturative Stress of International Students." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19.

M. Khusna Amal, Danag Sunyoto. 2023. *Pertukaran Sosial Dan Teori Pendukung*. Edited by Magister Alfatah Kalijaga. Purbalingga: EUREKA MEDIA AKSARA.

Maharani, AdeLisa Putriani. 2025. "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 10 (September).

Matthew B.Miles, A.Michael Huberman. 1994. *Qualiative Data Analysis*. Edited by Huberman. London: Sage Publicatiobn.

Nugraha, Difa. 2023. "Pendekatan Strukturalisme Dan Praktik Triangulasi Dalam Penelitian Sastra." *Jurnal Sastra Dan Kearifan Lokal* 3 (1)

Palinkas, Lawrence. 2015. "Establishing Trustworthiness." *Naturalistic Inquiry*.

Ryff, Carol D., dan Corey Keyes. 1995. "RYFF SCALES OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING." *Wabash National Studt Of Liberal Arts Education* 57 (6).

Ryff, Carol D, and Corey Lee M Keyes. 1995. "The Structure of Psychological Well-Being Revisited" 69 (4).

Syahra, Rusydi. 2003. "Modal Sosial: Konsep Dan Aplikasi." *Jurnal Masyarakat Dan Budaya* 5 (1):

40. http://www.jurnalmasyarakatdanbudaya.com/index.php/jmb/article/view/256.
Vidya Yanti Utami. 2020. "Dinamika Modal Sosial Dalam Pemberdayaan Masyarakat Pada Desa Wisata Halal Setanggor: Kepercayaan, Jaringan Sosial Dan Norma." *Jurnal Reformasi* 10 (1): 40.