



Dampak Stress Akademik terhadap Integrasi Sosial pada Mahasiswa Rantau

Stanley Darwinus Jayadi^{1*}, Meike Kurniawati²

¹⁻² Program Studi Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Email: stanley.705220271@stu.untar.ac.id¹, meikek@fpsi.untar.ac.id²

*Penulis Korespondensi: stanley.705220271@stu.untar.ac.id

Abstract: This study aims to examine the impact of academic stress levels on the ability of non-local (migrant) students to achieve social integration. The research is motivated by the urgency of understanding how academic pressures experienced by students influence their social adaptation processes, particularly for those living far from their home environments and families. Migrant students often face dual challenges: high academic demands and the need to adjust to a new social environment with different cultures, habits, and social interactions. Using a quantitative approach and a correlational method, a specially designed questionnaire was distributed to obtain data measuring academic stress levels and students' social integration abilities. The data were then analyzed using Pearson's correlation analysis to identify the relationship between the two variables. The findings indicate a significant negative effect between academic stress and social integration. This suggests that higher levels of academic stress among students are associated with lower capacities for social integration. These results highlight the importance of interventions in the form of academic and psychosocial support both from educational institutions and families to facilitate a more effective and comprehensive social adaptation process for migrant students.

Keywords: Academic Stress; Learning Pressure; Out-of-town Students; Social Adaptation; Social Integration

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak antara tingkat stres akademik dan kemampuan mahasiswa perantau dalam melakukan integrasi sosial. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh urgensi dalam memahami pengaruh tekanan akademik yang dialami oleh mahasiswa terhadap proses adaptasi sosial mereka, khususnya bagi mereka yang hidup jauh dari lingkungan asal dan keluarga. Mahasiswa rantau sering dihadapkan pada tantangan ganda, yaitu tuntutan akademik yang tinggi serta kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru yang berbeda budaya, kebiasaan, dan interaksi sosialnya. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode korelasional, instrumen penelitian berupa kuesioner khusus disebarakan untuk memperoleh data yang mengukur tingkat stres akademik dan kemampuan integrasi sosial mahasiswa. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan analisis korelasi Pearson digunakan untuk mengidentifikasi pengaruh antara kedua variabel tersebut. Temuan penelitian mengindikasikan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara stres akademik dan integrasi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan tingkat stres akademik pada mahasiswa berkaitan dengan penurunan kemampuan mereka untuk berintegrasi secara sosial. Temuan ini menegaskan pentingnya adanya intervensi berupa dukungan akademik dan psikososial baik dari pihak institusi pendidikan maupun keluarga, guna memfasilitasi proses adaptasi sosial mahasiswa rantau secara lebih efektif dan menyeluruh.

Kata kunci: Adaptasi Sosial; Integrasi Sosial; Mahasiswa Rantau; Stres Akademik; Tekanan Belajar.

1. LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan aspek krusial dalam mendukung kehidupan dan kemajuan generasi bangsa yang lebih baik. Mendapatkan pendidikan yang layak adalah hak setiap individu dan memerlukan dukungan keras serta stabilitas ekonomi (Do et al., 2020). Melalui pendidikan, seseorang dapat mengasah kecerdasan, meningkatkan keterampilan, dan membentuk karakter yang bertanggung jawab (Linda, 2021). Jenjang universitas atau perguruan tinggi adalah studi lanjutan yang ditempuh seseorang setelah menyelesaikan tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA).

Perkuliahan di perguruan tinggi dapat menjadi periode pertumbuhan pribadi dan pertemuan intelektual, terutama dalam keterampilan berpikir kritis dan verbal (Fridayani et al., 2022). Individu yang menempuh pendidikan tinggi untuk mempersiapkan diri dalam bidang keahlian tertentu di tingkat sarjana disebut sebagai mahasiswa. Perguruan tinggi diharapkan mampu memfasilitasi pengembangan kompetensi mahasiswa sebelum mereka memasuki dunia kerja, mengingat pendidikan berperan sebagai wahana peningkatan kualitas sumber daya manusia (Sawal M et al., 2024). Peningkatan jumlah lulusan perguruan tinggi secara signifikan dapat memperbaiki produktivitas tenaga kerja dan mengurangi kemiskinan (Li et al., 2024).

Dalam dunia perkuliahan, banyak mahasiswa yang menempuh studi di luar daerah asalnya maupun luar negeri dalam waktu tertentu. Mahasiswa-mahasiswa yang melakukan perpindahan tempat tinggal ini dikenal dengan istilah mahasiswa rantau (Datuchtidha & Huwae, 2024). Merantau memiliki arti perpindahan seseorang dari tempat asalnya ke tempat baru untuk menuntut ilmu serta pendidikan dengan kualitas yang lebih baik (Jumrian & Husin, 2022). Fenomena mahasiswa perantau umumnya bertujuan sebagai kesempatan untuk mendapatkan pendidikan yang berkualitas dan pembuktian kualitas diri yang mandiri (Nugraha Widhi Harita, 2023).

Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDikti) mencatat bahwa pada tahun 2024, terdapat sekitar 8.291.058 mahasiswa yang tersebar di seluruh Indonesia. Sebagai contoh, di Yogyakarta, yang secara luas dikenal sebagai kota pelajar, sekitar 78,7% dari populasi mahasiswanya adalah mahasiswa perantau dari luar daerah (BPS). Salah satu faktor mahasiswa merantau adalah tidak tersedianya fasilitas pendidikan yang memadai atau jurusan yang diminati tidak ada di daerah asalnya (Shafiananta et al., 2024). Sebelum mencapai tingkatan akademik yang diinginkan, mahasiswa perantau harus melalui proses adaptasi terhadap lingkungan baru mereka (Saputri et al., 2024).

Proses beradaptasi atau penyesuaian lingkungan baru tidaklah semudah yang dibayangkan dan tentunya terdapat kendala yang harus dilewati. Individu yang merantau sering menghadapi tantangan seperti mencari tempat tinggal, penyesuaian diri dengan lingkungan baru, hingga masalah administrasi (Susanti et al., 2024). Merantau juga memiliki berbagai macam tantangan seperti harus beradaptasi dengan budaya, bahasa, dan lingkungan yang berbeda, yang bisa menjadi sumber stres (Rahmanda & Satwika, 2022). Walaupun demikian, proses beradaptasi dengan lingkungan baru mengajarkan keterampilan baru, baik dalam hal akademis, sosial, maupun psikologis (Khoirunnisa Andari et al., 2025).

Pengalaman dan tantangan mahasiswa di perantauan tidak hanya terkait dengan aspek kultural atau kedekatan keluarga, tetapi juga tantangan terhadap tekanan akademik (Ardi et al.,

2025). Tekanan akademik merujuk kepada ketegangan, ketidaknyamanan, dan emosi lain yang disebabkan oleh tekanan dari sekolah, keluarga, dan masyarakat dalam proses pembelajaran (Munir et al., 2020). Tekanan ini merupakan beban yang dirasakan mahasiswa untuk memenuhi tuntutan pendidikan dan ekspektasi tinggi dari berbagai pihak. Meskipun dapat menyebabkan masalah kesehatan mental, tekanan akademik juga dapat memotivasi individu untuk mencapai tujuan dan mendorong mereka untuk lebih berprestasi (Alamsyah & Setiawati, 2022).

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap munculnya tekanan akademik pada mahasiswa dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori seperti lingkungan, persepsi, dan tuntutan (Akmilaa Millatana, 2024). Faktor tuntutan mengacu pada masalah psikologis yang mencakup ketakutan terhadap nilai akademik yang buruk dan pekerjaan rumah yang berlebihan. Aspek-aspek dukungan sosial dan akademik akan memicu berbagai macam reaksi serta kemampuan dalam penyesuaian diri dan integrasi sosial pada mahasiswa rantau (Supriyati, 2023). Integrasi sosial merupakan proses penyesuaian dan penyatuan berbagai unsur berbeda meliputi ras, etnis, status sosial, agama, serta norma dalam suatu masyarakat (Stai et al., 2019).

Integrasi sosial berperan penting dalam membentuk lingkungan kampus yang inklusif, memperkuat hubungan antar mahasiswa, dan mendukung pengembangan keterampilan sosial (Hertanto et al., 2021). Namun, tekanan akademik dapat menghambat proses integrasi sosial mahasiswa, dengan memicu rasa terisolasi, kesulitan berkomunikasi, atau diskriminasi (Alwy et al., 2025). Belum banyak penelitian yang secara spesifik menyoroti hubungan antara tekanan akademik dan integrasi sosial, terutama pada konteks mahasiswa rantau yang memiliki pengalaman dan tantangan unik. Oleh sebab itu, penelitian ini diperlukan guna memperoleh pemahaman mengenai sejauh mana tekanan akademik memengaruhi kemampuan mahasiswa rantau dalam berintegrasi secara sosial.

Integrasi sosial merupakan aspek penting dalam keberhasilan mahasiswa menjalani kehidupan perkuliahan, karena berperan dalam mendukung kesehatan mental, motivasi belajar, dan rasa memiliki terhadap lingkungan akademik. Namun, belum banyak penelitian yang secara spesifik menyoroti hubungan antara tekanan akademik dan integrasi sosial, terutama pada konteks mahasiswa rantau yang memiliki pengalaman dan tantangan unik dibanding mahasiswa lokal. Karena itu, studi ini dilakukan guna menggali pemahaman tentang sejauh mana tekanan akademik memengaruhi kemampuan mahasiswa rantau dalam berintegrasi secara sosial, sehingga dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pendampingan atau kebijakan kampus yang lebih komprehensif dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa rantau.

2. KAJIAN TEORITIS

Tekanan akademik merujuk kepada ketegangan, ketidaknyamanan, dan emosi lain yang disebabkan oleh tekanan dari sekolah, keluarga, dan masyarakat dalam proses pembelajaran (Luo et al., 2019). Widiastuti et al., (2025) mengemukakan bahwasannya tekanan akademik muncul dari motivasi dan ekspektasi siswa yang besar untuk meraih prestasi maksimal dalam ujian, dikombinasikan dengan tekanan waktu yang menciptakan ketegangan akademik.

Menurut Kohn dan Frazer dalam (Sarker, 2024) beberapa alasan munculnya stres atau tekanan akademik yang sering dirasakan oleh mahasiswa dapat dibagi menjadi 3 faktor utama yaitu faktor lingkungan, faktor persepsi dan faktor permintaan atau tuntutan. Faktor lingkungan mengacu pada pengeluaran mahasiswa dari kelas, tingkat kebisingan kelas, dan jumlah mahasiswa di kelas. Kedua, faktor persepsi mengacu pada dosen atau tenaga kependidikan yang tidak menggunakan bahasa yang familiar, dosen yang mengajar dengan tempo cepat, tugas yang tidak jelas, dan jawaban yang salah di kelas. Terakhir, faktor tuntutan mengacu pada faktor psikologis yang mencakup ketakutan terhadap nilai akademik yang buruk, pekerjaan rumah yang berlebihan, dan kesulitan berkomunikasi dengan dosen atau pengajar (Chen, 2018).

Tekanan akademik berpotensi menimbulkan berbagai masalah kesehatan mental dan fisik, termasuk kecemasan, depresi, kelelahan, gangguan tidur, penurunan kreativitas, serta penurunan kinerja di berbagai bidang (Wulandari et al., 2021). Kemudian menurut (Ambarwati et al., 2019) tekanan akademik yang dialami mahasiswa berpotensi menimbulkan gangguan pada memori dan konsentrasi, serta menurunkan kemampuan akademik dan keterampilan pemecahan masalah (*problem-solving skills*)

Menurut (Jamiludin et al., 2023) integrasi sosial merupakan proses penyesuaian elemen-elemen sosial yang heterogen, termasuk status sosial, ras, etnisitas, agama, bahasa, adat istiadat, sistem nilai, dan norma, agar membentuk satu kesatuan masyarakat. Secara sederhana (Pakpahan et al., 2023) menyebutkan bahwa konsep integrasi sosial dalam masyarakat dapat diartikan sebagai proses penyatuan elemen-elemen masyarakat sehingga membentuk kesatuan yang bulat dan utuh. Dari berbagai definisi yang telah dijelaskan, integrasi sosial dapat diartikan sebagai penyesuaian antara elemen-elemen kebudayaan yang heterogen dalam masyarakat untuk mencapai keselarasan dan keteraturan universal.

Homogenitas kelompok, perasaan saling memiliki, pengakuan norma yang berlaku di masyarakat, pelaksanaan asas keadilan sosial, pengawasan sosial, jumlah anggota masyarakat, mobilitas geografis, efektivitas komunikasi dan sikap toleransi adalah beberapa faktor internal dan eksternal penting pendorong integrasi sosial (Mais et al., 2019)

Menurut penjelasan beberapa faktor diatas, diketahui faktor-faktor yang berkontribusi terhadap integrasi sosial terbagi menjadi dua kelompok, yaitu faktor internal dan eksternal. Secara singkat faktor internal berasal dari kesadaran diri masing-masing individu sebagai suatu bagian dari masyarakat, sedangkan faktor eksternal berasal dari persamaan kebudayaan dan visi misi yang dipegang di masyarakat. Kemudian secara umum faktor-faktor integrasi sosial dapat dibagi menjadi faktor pendukung dan faktor penghambat, faktor pendukung integrasi sosial meliputi hal-hal yang mempermudah tercapainya kesatuan masyarakat, sedangkan faktor penghambat terdiri dari hal-hal yang menimbulkan kendala yang membuat proses integrasi sosial dalam suatu golongan masyarakat yang dalam prakteknya akan merugikan banyak golongan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode nonprobability sampling dengan strategi purposive sampling, di mana sampel dipilih secara sengaja berdasarkan karakteristik yang dianggap paling sesuai dengan tujuan penelitian. Artinya, sampel dipilih berdasarkan kriteria khusus yang mendukung pencapaian tujuan penelitian, bukan melalui pemilihan acak. Dalam penelitian ini, teknik purposive sampling diterapkan untuk mendapatkan sampel yang lebih spesifik dan memenuhi kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti. Kriteria dalam sampel penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang merantau di universitas yang berada di Jabodetabek. Penentuan jumlah populasi partisipan dilakukan berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Walpole (2012) dengan tingkat kepercayaan 90% dan toleransi *margin of error* sebesar 10%, sehingga diperoleh minimal sampel sebanyak 68 partisipan.

Dalam melakukan penelitian ini, dibutuhkan beberapa peralatan untuk melancarkan penelitian dilapangan yaitu berupa, data kuesioner menggunakan platform *google form*, *smartphone* dan laptop untuk mengisi kuisisioner. Sedangkan untuk peralatan dalam mengolah data, peneliti menggunakan *statistical product and service solutions* (SPSS) serta memakai *Microsoft Word* dan *Microsoft Excel* untuk memaparkan hasil penelitian.

Alat ukur yang dipakai untuk mengukur variabel Tekanan Akademik pada penelitian ini adalah *Tekanan Akademik Questionnaire* (APQ) yang dikembangkan oleh Wang Q, 2008. Kemudian alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel *Integrasi sosial* adalah *Brief Integrasi sosial Scale* (BSIS), yang dikembangkan oleh Holland & Grünh, 2018. Keduanya menggunakan skala likert 1-5 yang dihasilkan menggunakan platform *google form* dalam bentuk kuisisioner.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengkaji dampak stres akademik terhadap integrasi sosial pada mahasiswa rantau. Dalam kerangka tersebut, stres akademik dijadikan sebagai variabel utama untuk mengeksplorasi sejauh mana tekanan akademik yang dialami mahasiswa perantau memengaruhi kemampuan mereka dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang sehat di lingkungan kampus dan komunitas baru. Dengan alasan tersebut, penelitian ini berfokus pada pemahaman mendalam tentang dinamika psikososial mahasiswa rantau, khususnya terkait tantangan akademik yang berpotensi menghambat proses integrasi sosial mereka dalam konteks kehidupan perguruan tinggi.

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi Pearson untuk menguji pengaruh antara stres akademik dan integrasi sosial, mengingat data terdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,681 dengan nilai signifikansi 0,000. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dan integrasi sosial pada mahasiswa rantau. Koefisien korelasi -0,681 mengindikasikan pengaruh dalam kategori sedang hingga tinggi, yang berarti semakin tinggi tingkat stres akademik, semakin rendah kemampuan integrasi sosial mahasiswa, dan sebaliknya.

Interpretasi ini mendapatkan dukungan dari temuan deskriptif dalam penelitian, yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau semakin tinggi tingkat stres akademik, semakin rendah kemampuan integrasi sosial yang dimiliki dibandingkan dengan mereka yang mengalami stres akademik pada tingkat yang lebih rendah. Data memperlihatkan bahwa individu dalam kelompok dengan stres tinggi cenderung menghadapi hambatan dalam membangun hubungan sosial, mengalami perasaan keterasingan, serta menunjukkan partisipasi yang minim dalam aktivitas sosial kampus. Selaras dengan temuan tersebut, hasil analisis korelasi Pearson mengindikasikan tekanan akademik terbukti memiliki pengaruh negatif yang signifikan dengan integrasi sosial di kalangan mahasiswa rantau. Temuan ini memperkuat hipotesis bahwa stres akademik menjadi faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya kemampuan adaptasi sosial mahasiswa rantau. Oleh karena itu, hasil ini menggarisbawahi urgensi penyediaan dukungan akademik maupun psikososial guna membantu mahasiswa rantau dalam mengelola tekanan akademik serta meningkatkan proses integrasi sosial mereka di lingkungan perguruan tinggi.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh antara stres akademik terhadap integrasi sosial pada mahasiswa rantau di wilayah Jabodetabek. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan intensitas stres akademik berkaitan dengan penurunan kemampuan integrasi sosial mahasiswa, dan sebaliknya.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar pihak perguruan tinggi serta keluarga mahasiswa, terutama orang tua, memberikan dukungan emosional dan akademik yang lebih optimal kepada mahasiswa rantau guna membantu mereka mengelola stres akademik serta memperkuat integrasi sosial di lingkungan baru. Peneliti selanjutnya dianjurkan untuk mengembangkan studi dengan menambahkan variabel lain, seperti dukungan teman sebaya, resiliensi individu, dan keterlibatan dalam organisasi kampus, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika adaptasi sosial mahasiswa rantau dalam jangka waktu yang lebih panjang.

Studi ini memiliki sejumlah keterbatasan metodologis, salah satunya adalah keterbatasan dalam cakupan partisipan yang hanya mencakup mahasiswa rantau dari penelitian ini terbatas pada wilayah tertentu, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan ke seluruh populasi mahasiswa. Selain itu, penelitian ini hanya berfokus pada variabel stres akademik dan integrasi sosial belum mencakup faktor-faktor lain yang berpotensi memberikan kontribusi terhadap integrasi sosial, seperti karakteristik individu, jaringan dukungan sosial, serta konteks budaya mahasiswa.

DAFTAR REFERENSI

- Akmilaa Millatana, I. (2024). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik pada mahasiswa perantauan tahun pertama UIN Walisongo Semarang. In *Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung* (Vol. 01).
- Alamsyah, R. T., & Setiawati, R. O. (2022). Hubungan stres akademik dengan motivasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2019.
- Alwy, S., Baren, M., Husna, C. A., & Amri, S. (2025). Adaptasi sosial mahasiswa non-Muslim di kampus negeri syariah. *Governance, and Political Issues*, 1, 125–140. <https://doi.org/10.47134/jagpi>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47.
- Ardi, L. A., Handayani, P. G., Yendi, F. M., & Putriani, L. (2025). Fenomena stres akademik dalam penyelesaian tugas akhir pada mahasiswa rantau. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 13(1), 49–60. <https://doi.org/10.29210/1139300>

- Chen, W. (2018). Academic stress, depression, and social support: A comparison of Chinese students in international baccalaureate programs and key schools. *University of South Florida*.
- 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. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i3.87575>
- Do, D. N. Mac, Hoang, L. K., Le, C. M., & Tran, T. (2020). A human rights-based approach in implementing sustainable development goal 4 (Quality education) for ethnic minorities in Vietnam. *Sustainability (Switzerland)*, 12(10). <https://doi.org/10.3390/su12104179>
- Fridayani, J. A., Riastuti, A., & Jehamu, M. A. (2022). Analisis faktor yang memengaruhi kemampuan berpikir kritis pada mahasiswa. *Journal of Business Management Education*, 7(3).
- Hertanto, H., Warganegara, A., & Mulyaningsih, H. (2021). Persepsi mahasiswa terhadap solidaritas sosial dan integrasi bangsa: Survei kualitatif pada mahasiswa FISIP Universitas Lampung. *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 23(2), 165–174. <https://doi.org/10.25077/jantro.v23.n2.p165-174.2021>
- Jamiludin, Alimin Alwi, & Upe, A. (2023). Social integration in multicultural societies: A qualitative study. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 12(2), 340–349. <https://doi.org/10.23887/jish.v12i2.63795>
- Jumrian, J., & Husin, H. (2022). Strategi anak perantau dalam menyelesaikan studi di perguruan tinggi. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 1810–1818. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2370>
- Khoirunnisa Andari, S., Ade Sessiani, L., Psikologi dan Kesehatan, F., & Walisongo Semarang, U. (2025). Pola adaptasi mahasiswa rantau dalam menghadapi culture shock. 5(2). <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy>
- Li, J., Xue, E., Wei, Y., & He, Y. (2024). How popularising higher education affects economic growth and poverty alleviation: Empirical evidence from 38 countries. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1). <https://doi.org/10.1057/s41599-024-03013-5>
- Linda, R. (2021). Peran pendidikan karakter terhadap kecerdasan emosional dan kecerdasan sosial pada siswa SMP Negeri 1 Sungai Geringging.
- Luo, Z., Wu, S., Fang, X., & Brunsting, N. C. (2019). Psychological well-being at a US university. *Journal of International Students*, 9(4), 954–971.
- Mais, Y., Tasik, F. C. M., & Purwanto, A. (2019). Integrasi sosial antara masyarakat pendatang dengan masyarakat setempat di desa trans Kecamatan Sahu Timur. *HOLISTIK*, 12(1).
- Munir, S., Anita, R., & Dwi Okmala Sefnimal, T. (2020). Academic stress factors among Indonesia students: A case of IAIN Batu Sangkar. *Jurnal Pendidikan Progresif*, 10(3), 417–428. <https://doi.org/10.23960/jpp.v10.i3.202004>
- Nugraha Widhi Harita, A. (2023). Regulasi diri pada mahasiswa perantauan di Surabaya. *Jurnal Empati*, 12.
- Pakpahan, L. C., Wahyuni, D. S., Lopiga, P., Tarigan, B., Rizky, R., & Saragih, S. (2023). Membina persatuan dan integrasi nasional dalam mengatasi ketimpangan sosial (studi kasus: Desa Saotengnga Kecamatan Sinjai Tengah). <https://tirto.id/>

- Rahmanda, Y. A., & Satwika, Y. W. (2022). Gambaran stres akulturatif pada mahasiswa baru yang merantau (beda budaya). *Description of acculturative stress in new student who wander (different cultures)*, 10(01), 825–844.
- Saputri, N., Setiawan, R., Hayat, N., Studi Pendidikan Sosiologi, P., Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, F., Sultan Ageng Tirtayasa Jl Ciwaru Raya, U., Serang, K., & Serang, K. (2024). Proses adaptasi culture shock pada mahasiswa rantau FKIP Untirta.
- Sarker, R. (2024). Academic pressure and depression. www.allsubjectjournal.com
- Sawal M, A., Pardiman, P., & Nurhidayah, N. (2024). Sosialisasi pendidikan tinggi dalam peningkatan pembangunan sumber daya manusia berkualitas. *Jurnal SOLMA*, 13(1), 503–512. <https://doi.org/10.22236/solma.v13i1.14444>
- Shafiananta, M., Wafirotul Khusna, Z., Rinda Widyaningrum, F., Dian Primastuti, F., Salsa Wijayanti, F., Rifa Yuniar, H., Agung Rifai, M., & Konseling, B., & Negeri Semarang, U. (2024). Apakah mahasiswa mengalami loneliness?: Studi kasus pada mahasiswa baru perantau di Universitas Negeri Semarang (Vol. 3, Issue 1). <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/mediasi>
- Stai, A. U., Ulama, N., & Lampung, K. (2019). Integrasi sosial dalam membangun keharmonisan masyarakat. *Integrasi Sosial Dalam Membangun Keharmonisan Masyarakat JAWI*, 2(1), 65–86. <https://doi.org/10.24042/jw.v2i1.2841>
- Supriyati. (2023). Pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap resiliensi mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5, 15–21.
- Susanti, S. D., Naim, M., & Hayat, N. (2024). Strategi adaptasi mahasiswa perantau dalam menghadapi culture shock di kota Jakarta (studi kasus mahasiswa di Desa Kadugadung).
- Widiastuti, M., Fitria, D., Setaningsih, T., Keperawatan, S., Keperawatan, F., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Husada, R. S. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi ujian akhir skripsi. 6(3).
- Wulandari, I., Fatimah, S., & Suherman, M. M. (2021). Gambaran faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa SMA kelas XI SMAN 1 Batujajar dimasa pandemi Covid-19. *FOKUS: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 4(3), 200–212.