

**PENGARUH *MENTAL HEALTH SUPPORT* DAN *COMMUNICATION*
WITH FRIENDS TERHADAP *ACADEMIC ADJUSTMENT* PADA
MAHASISWA BARU ARSITEK DI PERGURUAN TINGGI NEGERI
(PTN) SURABAYA**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Menyusun Skripsi dalam Program Studi S-1 Psikologi (S.Psi)



Nabila Salwa Salsabila
11040120125

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh *Mental Health Support* Dan *Communication with Friends* Terhadap *Academic Adjustment* Pada Mahasiswa Baru Arsitek Di Perguruan Tinggi Negeri (PTN) Surabaya” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Sepanjang pengetahuan saya karya ini tidak terdapat ataupun pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 29 Desember 2024



Nabila Salwa Salsabila

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**Pengaruh *Mental Health Support* Dan *Communication with Friends* Terhadap
Academic Adjustment Pada Mahasiswa Baru Arsitek Di Perguruan Tinggi
Negeri (PTN) Surabaya**

Oleh:

Nabila Salwa Salsabila

11040120125

Telah disetujui dan diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 30 Desember 2024

Dosen Pembimbing



Rizma Fithri, S.Psi, M.Si
NIP. 197403121999032001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH *MENTAL HEALTH SUPPORT* DAN *COMMUNICATION WITH FRIENDS* TERHADAP *ACADEMIC ADJUSTMENT* PADA MAHASISWA BARU ARSITEK DI PERGURUAN TINGGI NEGERI (PTN) SURABAYA

Yang disusun oleh
Nabila Salwa Salsabila
11040120125

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 08 Januari 2025



Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. Phil. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004

Susunan Tim Penguji
Penguji I

Rizma Fithri, S.Psi, M.Si
NIP. 197403121999032001

Penguji II

Dr. Suryani, S.Ag, S.Psi, M.Si
NIP. 197708122005012004

Penguji III

Esti Novi Andyarini., M.Kes
NIP. 198411172014032003

Penguji IV

Mei Lina Ftri Kumalasari, SST., M. Kes
198805182014032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300 E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nabila Salwa Salsabila
NIM : 11040120125
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : nabilasalsabila1407@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (_____)
yang berjudul :

Pengaruh Mental Health Support dan Communication with Friends terhadap Academic Adjustment pada Mahasiswa Baru Arsitek di Perguruan Tinggi Negeri (PTN) Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 26 Januari 2025

Penulis

(Nabila Salwa Salsabila)

INTISARI

Academic adjustment adalah kemampuan penyesuaian individu dalam masa transisi kehidupan perkuliahan untuk menghadapi tuntutan dalam akademik agar terpenuhi dengan baik. Bentuk dukungan sosial *mental health support* dan *communication with friends* sangat diperlukan mahasiswa tahun pertama untuk meningkatkan penyesuaian individu dalam akademik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis Pengaruh *Mental Health Support* Dan *Communication with Friends* Terhadap *Academic Adjustment* Pada Mahasiswa Baru Arsitek Di Perguruan Tinggi Negeri (PTN) Surabaya. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang berkuliah di perguruan tinggi negeri Surabaya prodi arsitek mahasiswa baru semester 1 dan 3 sebanyak 283 responden. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Alat ukur yang digunakan yakni *The Academic Adjustment Scale (AAS)* untuk mengukur *Academic Adjustment*, *Student Social Support Scale (SSSS)* untuk mengukur *Mental Health Support*, dan *Interpersonal Communication Inventory (ICI)* untuk mengukur *Communication with Friends*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan *Mental Health Support* dan *Communication With Friends* terhadap *Academic Adjustment* pada mahasiswa baru.

Kata kunci: Dukungan Kesehatan Mental, komunikasi dengan Teman, Penyesuaian Akademik

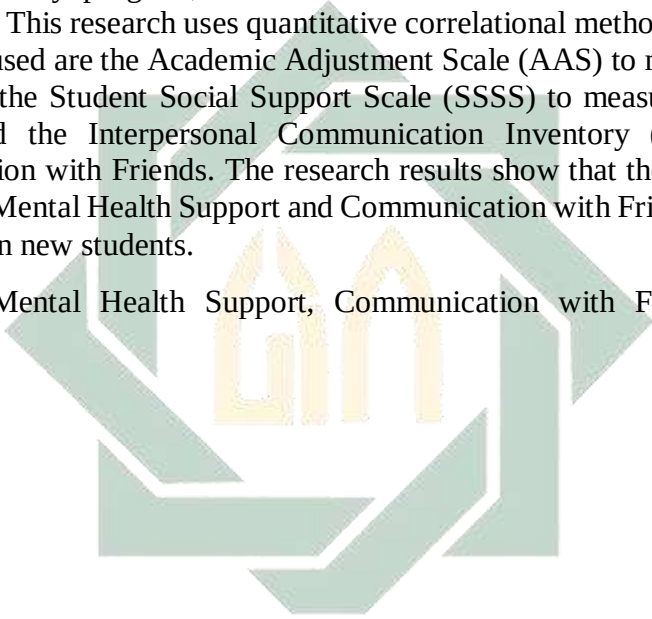


UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

ABSTRACT

Academic adjustment is an individual's ability to adapt during the transition period of college life to face academic demands so that they can be met well. Forms of social support, mental health support and communication with friends are very necessary for first year students to improve individual adjustment in the academic field. The purpose of this study was to determine and analyze the influence of Mental Health Support and Communication with Friends on the Academic Adjustment of New Architecture Students at State Universities (PTN) Surabaya. The subjects in this research were students at Surabaya State University in the architecture study program, new students in semesters 1 and 3, totaling 283 respondents. This research uses quantitative correlational methods. The measuring instruments used are the Academic Adjustment Scale (AAS) to measure Academic Adjustment, the Student Social Support Scale (SSSS) to measure Mental Health Support, and the Interpersonal Communication Inventory (ICI) to measure Communication with Friends. The research results show that there is a significant influence of Mental Health Support and Communication with Friends on Academic Adjustment in new students.

Keywords: Mental Health Support, Communication with Friends, Academic Adjustment



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

COVER	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II.....	12
KAJIAN PUSTAKA.....	12
A. <i>Academic Adjustment</i>	12
1. Pengertian <i>Academic Adjustment</i>	12
2. Dimensi <i>Academic Adjustment</i>	13
3. Faktor – faktor <i>Academic Adjustment</i>	16
B. <i>Mental Health Support</i>	20
1. Pengertian <i>Mental Health Support</i>	20
2. Dimensi <i>Mental Health Support</i>	21
3. Faktor <i>Mental Health Support</i>	22
C. <i>Communication With Friends</i>	24
1. Pengertian <i>Communication With Friends</i>	24

2. Dimensi <i>Communication with Friends</i>	26
3. Faktor <i>Communication with Friends</i>	28
D. Hubungan <i>Mental Health Support, Communication with Friends</i> dengan <i>Academic Adjustment</i>	30
E. Kerangka Teoritik.....	32
F. Hipotesis	35
BAB III.....	36
METODE PENELITIAN.....	36
A. Variabel dan Definisi Operasional	36
B. Populasi, Sampel, Teknik Sampling.....	37
C. Teknik Pengumpulan Data.....	40
D. Validitas dan Reabilitas	43
E. Analisis Data.....	46
BAB IV	50
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pengujian Hipotesis	60
C. Pembahasan.....	64
BAB V.....	70
PENUTUP	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Mahasiswa Arsitek Perguruan Tinggi Negeri.....	38
Tabel 2. Penentuan Jumlah Sampel Issac & Michael	40
Tabel 3. Blueprint skala <i>Academic Adjustment</i>	41
Tabel 4. Blueprint skala <i>mental health support</i>	42
Tabel 5. Blueprint Skala <i>Communication with friends</i>	42
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Skala <i>Mental Health Support, Communication with Friends</i> dan <i>Academic Adjustment</i>	43
Tabel 7. Uji Reliabilitas skala <i>Academic Adjustment</i>	45
Tabel 8. Uji Reliabilitas skala <i>mental health support</i>	45
Tabel 9. Uji Reliabilitas skala <i>Communication With friends</i>	46
Tabel 10. Hasil Uji Multikolinieritas	49
Tabel 11. Deskripsi Responden berdasarkan gender	50
Tabel 12. Deskripsi Responden berdasarkan PTN	50
Tabel 13. Hasil Uji Descriptive Statistics	51
Tabel 14. Pedoman Kategorisasi Data	52
Tabel 15. Hasil Kategorisasi <i>Mental Health Support, Communication With Friends</i> dan <i>Academic Adjustment</i>	53
Tabel 16. Tabulasi Silang Gender dengan <i>Mental Health Support</i>	54
Tabel 17. Tabulasi Silang Gender dengan <i>Communication With Friends</i>	55
Tabel 18. Tabulasi Silang Gender dengan <i>Academic Adjustment</i>	56
Tabel 19. Tabulasi Silang PTN dengan <i>Mental Health Support</i>	57
Tabel 20. Tabulasi Silang PTN dengan <i>Communication With Friends</i>	58
Tabel 21. Tabulasi Silang PTN dengan <i>Academic Adjustment</i>	59
Tabel 22. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	60
Tabel 23. Perbandingan T Hitung dengan T Tabel Variabel <i>Academic Adjustment</i>	61
Tabel 24. Hasil Uji F Simultan Regresi Linear Berganda	62
Tabel 25. Perbandingan F Hitung dengan F Tabel Variabel <i>Academic Adjustment</i>	63
Tabel 26. Hasil Koefisien Determinasi <i>Mental Health Support</i> dan <i>Communication with Friends</i>	63

DAFTAR GAMBAR

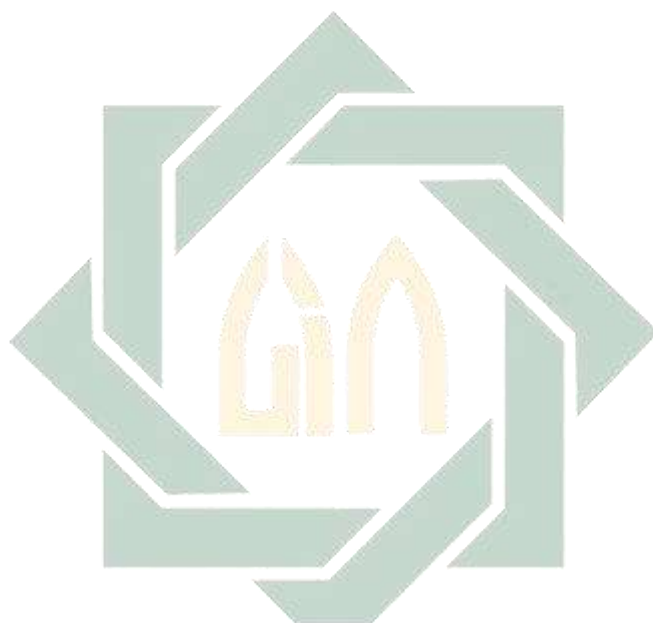
Gambar 1. Kerangka Teoritik.....	34
Gambar 2. Uji normalitas p plot	47
Gambar 3. Grafik <i>Scatterplot</i>	48



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian	76
Lampiran 2. Output Spss.....	82



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, M., & Agustina, M. (2023). Hubungan Antara Kelekatan Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologi pada Siswa Kelas VII & VIII di MTS NU Candi Pasca Pandemi Covid-19. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*. <https://doi.org/10.47134/researchjet.v3i2.16>
- Ali, A., Ahmad, M., & Khan, S. (2018). Social and Academic Adjustment of the University Students. *Global Social Sciences Review*. [https://doi.org/10.31703/gssr.2018\(iii-iii\).21](https://doi.org/10.31703/gssr.2018(iii-iii).21)
- Ang, W. H. D., Shorey, S., Lopez, V., Chew, H. S. J., & Lau, Y. (2022). Generation Z undergraduate students' resilience during the COVID-19 pandemic: a qualitative study. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01830-4>
- Apoussidou, D. (2010). Stress. *Bloomsbury Companion to Phonology*.
- Cheong, Y., Gauvain, M., & Palbusa, J. A. (2019). Communication With Friends and the Academic Adjustment of First- and Non-First-Generation Students in the First Year of College. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*. <https://doi.org/10.1177/1521025119834253>
- Cheong, Y., Gauvain, M., & Palbusa, J. A. (2021). Communication With Friends and the Academic Adjustment of First- and Non-First-Generation Students in the First Year of College. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*. <https://doi.org/10.1177/1521025119834253>
- Covid-, P., Javier, R., Nugraheni, M., & Rahayu, M. (2022). *Peer Attachment dan Penyesuaian Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi di masa Peer Attachment dan Penyesuaian Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi di masa Pandemi Covid-19. September*. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8356>
- Efficacy, S., Concept, S., Kesehatan, P., Sunan, U. I. N., & Surabaya, A. (n.d.). *Jurnal Penelitian Psikologi Academic Adjustment Mahasiswa Baru Ditinjau dari Self*. 3441.
- Garriott, P., Hudyma, A., Keene, C., & Santiago, D. (2015). Social Cognitive Predictors of First- and Non-First-Generation College Students' Academic and Life Satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*. <https://doi.org/10.1037/cou0000066>
- Gita Safira, & Temi Damayanti D. (2022). Pengaruh Academic Self Efficacy terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Riset Psikologi*. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.462>
- Hanifah, N. (2021). *Hubungan Dukungan Orang Tua dan Teman Sebaya dengan Harga Diri Siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam*.

- Herdiansyah, H., & Rizki, M. N. (2021). Restoration and Conservation Based on Community Empowerment and Religious Understanding. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/940/1/012079>
- Jhon, W. C. (2015). Penelitian Kualitatif & Desain Riset. *Mycological Research*.
- Kusumawardani, A. (2019). Pengaruh Peer Attachment dengan Religiusitas terhadap Regulasi Emosi Remaja dengan Orang Tua Tunggal. *Skripsi*.
- Mahmudi, M. H., & Suroso. (2014). Efikasi Diri, Efikasi Sosial Dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar Moh Hadi Mahmudi SMPN, Dukungan Kabupaten Pamekasan, Larangan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/download/382/340>.
- Muthmainah, M. (2022). Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*. <https://doi.org/10.21831/diklus.v6i1.48875>
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uksw. *Journal of Psychological Science and Profession*. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Rahmadani, A., & Mukti, Y. R. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional : studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*. <https://doi.org/10.29210/145700>
- Rahmayati, T. E., & Lubis, Z. (2013). Hubungan Efikasi Diri Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*. <https://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/784>
- Schuyler, S. W., Childs, J. R., & Poynton, T. A. (2021). Promoting success for first-generation students of color: The importance of academic, transitional adjustment, and mental health supports. *Journal of College Access*. <https://scholarworks.wmich.edu/jca/vol6/iss1/4>
- Tasiabe, H. R., Nugraheni, M., & Rahayu, M. (2024). *The Key to Study Success : Self-Regulation and Academic Adjustment at Satya Wacana Christian University Kunci Sukses Studi : Regulasi Diri dan Penyesuaian Akademik di Universitas Kristen Satya Wacana*.
- Tentang, P., Aman, P., Wilayah, D. I., Tipar, P., Citamiang, K., & Sukabumi, K. (2010). *Universitas Kristen Maranatha*. 2002–2003.
- Agustina, M., & Agustina, M. (2023). Hubungan Antara Kelekatan Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologi pada Siswa Kelas VII & VIII di MTS NU Candi Pasca Pandemi Covid-19. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*. <https://doi.org/10.47134/researchjet.v3i2.16>

- Ali, A., Ahmad, M., & Khan, S. (2018). Social and Academic Adjustment of the University Students. *Global Social Sciences Review*. [https://doi.org/10.31703/gssr.2018\(iii-iii\).21](https://doi.org/10.31703/gssr.2018(iii-iii).21)
- Ang, W. H. D., Shorey, S., Lopez, V., Chew, H. S. J., & Lau, Y. (2022). Generation Z undergraduate students' resilience during the COVID-19 pandemic: a qualitative study. *Current Psychology*, 8132–8146. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01830-4>
- Apoussidou, D. (2010). Stress. *Bloomsbury Companion to Phonology*.
- Cheong, Y., Gauvain, M., & Palbusa, J. A. (2019). Communication With Friends and the Academic Adjustment of First- and Non-First-Generation Students in the First Year of College. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*. <https://doi.org/10.1177/1521025119834253>
- Cheong, Y., Gauvain, M., & Palbusa, J. A. (2021). Communication With Friends and the Academic Adjustment of First- and Non-First-Generation Students in the First Year of College. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*. <https://doi.org/10.1177/1521025119834253>
- Covid-, P., Javier, R., Nugraheni, M., & Rahayu, M. (2022). *Peer Attachment dan Penyesuaian Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi di masa Peer Attachment dan Penyesuaian Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi di masa Pandemi Covid-19. September*. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8356>
- Efficacy, S., Concept, S., Kesehatan, P., Sunan, U. I. N., & Surabaya, A. (n.d.). *Jurnal Penelitian Psikologi Academic Adjustment Mahasiswa Baru Ditinjau dari Self*. 3441.
- Garriott, P., Hudyma, A., Keene, C., & Santiago, D. (2015). Social Cognitive Predictors of First- and Non-First-Generation College Students' Academic and Life Satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*. <https://doi.org/10.1037/cou0000066>
- Gita Safira, & Temi Damayanti D. (2022). Pengaruh Academic Self Efficacy terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Riset Psikologi*. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.462>
- Hanifah, N. (2021). *Hubungan Dukungan Orang Tua dan Teman Sebaya dengan Harga Diri Siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam*.
- Herdiansyah, H., & Rizki, M. N. (2021). Restoration and Conservation Based on Community Empowerment and Religious Understanding. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/940/1/012079>

- Jhon, W, C. (2015). Penelitian Kualitatif & Desain Riset. *Mycological Research*.
- Kusumawardani, A. (2019). Pengaruh Peer Attachment dengan Religiusitas terhadap Regulasi Emosi Remaja dengan Orang Tua Tunggal. *Skripsi*.
- Mahmudi, M. H., & Suroso. (2014). Efikasi Diri, Efikasi Sosial Dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar Moh Hadi Mahmudi SMPN, Dukungan Kabupaten Pamekasan, Larangan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/download/382/340>.
- Muthmainah, M. (2022). Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*. <https://doi.org/10.21831/diklus.v6i1.48875>
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uksw. *Journal of Psychological Science and Profession*. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Rahmadani, A., & Mukti, Y. R. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional : studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*. <https://doi.org/10.29210/145700>
- Rahmayati, T. E., & Lubis, Z. (2013). Hubungan Efikasi Diri Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*. <https://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/784>
- Schuyler, S. W., Childs, J. R., & Poynton, T. A. (2021). Promoting success for first-generation students of color: The importance of academic, transitional adjustment, and mental health supports. *Journal of College Access*. <https://scholarworks.wmich.edu/jca/vol6/iss1/4>
- Tasiabe, H. R., Nugraheni, M., & Rahayu, M. (2024). *The Key to Study Success : Self-Regulation and Academic Adjustment at Satya Wacana Christian University Kunci Sukses Studi : Regulasi Diri dan Penyesuaian Akademik di Universitas Kristen Satya Wacana*.
- Tentang, P., Aman, P., Wilayah, D. I., Tipar, P., Citamiang, K., & Sukabumi, K. (2010). *Universitas Kristen Maranatha*, 2002–2003.