

HUBUNGAN ANTARA PENYESUAIAN DIRI DAN KEBAHAGIAAN MAHASISWA TAHUN PERTAMA

Al Imania, Hartanti, Darmawan Muttaqin

Fakultas Psikologi Universitas Surabaya

al.imania96@gmail.com

Abstrak, Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan penyesuaian diri dengan kebahagiaan mahasiswa tahun pertama. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Surabaya tahun pertama angkatan tahun 2016 yang berasal dari luar Surabaya. Penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* dengan jumlah responden 79 mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan instrumen berupa kuesioner *The Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) dan kebahagiaan, serta didukung dengan data demografis seperti jenis kelamin, tempat tinggal asal, suku bangsa, tempat tinggal saat ini, dan fakultas. Uji hipotesis menggunakan uji parametrik dan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara penyesuaian diri dengan kebahagiaan. Penyesuaian diri berkorelasi positif dan signifikan dengan kebahagiaan ($r = 0,816$, $p \leq 0,05$), serta aspek penyesuaian diri yang paling dominan adalah aspek *academic adjustment*. Dari analisis *crosstab* diketahui data demografis tempat tinggal saat ini berasosiasi dengan kebahagiaan ($p \leq 0,05$).

Kata kunci: Penyesuaian Diri, Kebahagiaan, Mahasiswa Tahun Pertama

Abstract, This study aims to observe the relationship between self-adjustment and the freshmen' happiness. The population in this research is the freshmen of Surabaya University in academic year of 2016 who come from outside Surabaya. This research uses an accidental sampling technique with the number of respondents 79 students. The research is a quantitative research with data collection methodology using instruments such as The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) and happiness, supported by the demographic data such as sex, origin, nations, recent domicile, and faculty. The hypothesis uses parametric test and the result shows that there is a relationship between self-adjustment with happiness. Self-adjustment has a positive correlation and significance with happiness ($r = 0,816$, $p \leq 0,05$), and the most dominant of self-adjustment is academic adjustment aspect. From the crosstab analysis can be found that demographic data of their recent domiciles is associated with happiness ($p \leq 0,05$).

Keywords: self-adjustment, happiness, freshmen.

PENDAHULUAN

Mahasiswa tahun pertama adalah mahasiswa yang mengalami masa transisi dari SMA ke perguruan tinggi. Memasuki perguruan tinggi, mahasiswa akan mengalami pengalaman yang berbeda, bertemu dengan orang-orang baru, menyangang peran dan status baru, serta harus berinteraksi dengan teman-teman sebaya dan orang-orang yang ada di lingkungan perguruan tinggi. Sebagian besar dari mahasiswa tersebut memilih melanjutkan ke perguruan tinggi yang letaknya berbeda dari daerah tempat tinggalnya dengan berbagai alasan, seperti ingin melanjutkan ke perguruan tinggi bergengsi, tidak tersedianya universitas di daerah tempat tinggal ataupun ingin mencari pengalaman baru. Keputusan mahasiswa untuk melanjutkan perguruan tinggi di daerah yang berbeda menyebabkan mahasiswa harus meninggalkan tempat tinggal, berpisah dengan keluarga, teman dan lingkungan sekitar mereka dan beradaptasi ke lingkungan yang baru. Perbedaan antara lingkungan baru

dengan lama dapat menyebabkan mahasiswa tersebut mengalami kecemasan, depresi, kesepian dan menarik diri (David & Nita, 2014).

Hal ini juga dialami oleh mahasiswa fakultas psikologi tahun pertama di Universitas X. Berdasarkan hasil wawancara, tiga mahasiswa fakultas psikologi tahun pertama di Universitas X mengaku bahwa dalam dirinya muncul perasaan takut dan sedih karena tinggal secara terpisah dengan orang tua untuk pertama kalinya dan jauh dari kampung halaman. Pada awal-awal kepindahan, sering merasa sedih dan menangis karena rindu kampung halaman (*homesick*) dan orang tua. Untuk mengatasi *homesick*, biasanya main game atau keluar bersama teman-teman SMA yang juga melanjutkan kuliah di Surabaya dan cara tersebut terbukti mengurangi rasa *homesick* tetapi perasaan *homesick* tersebut akan muncul kembali saat kegiatan yang dilakukan selesai. Di sisi lain sebenarnya ada perasaan senang karena di Surabaya sangat berbeda dengan kampung halaman, seperti banyak mall, café dan tempat bagus lainnya sedangkan

di kampung halaman tidak ada tempat- tempat semacam itu.

Munculnya kekhawatiran akan kendala bahasa dan budaya yang berbeda karena perbedaan tersebut menyebabkan kesulitan untuk berkomunikasi dan bersosialisasi, selain itu juga menyebabkan kesepian karena belum mendapatkan teman yang sesuai. Masalah keuangan juga menjadi kendala karena dituntut untuk dapat mengatur keuangan dengan baik karena ketika hidup terpisah dengan orang tua harus bisa memenuhi kebutuhannya sendiri seperti mencari makan dan memenuhi kebutuhan yang lain secara mandiri.

Terdapat dua hal kebutuhan dasar yang menyebabkan seseorang merasa frustrasi jika hal tersebut tidak terpenuhi, yakni kebutuhan rasa aman dan kebutuhan dalam menanamkan kepercayaan kepada orang lain. Kedua hal tersebut yang biasanya dirasakan oleh mahasiswa khususnya pada tahun pertama, mereka tidak dapat memenuhi kebutuhan rasa aman karena berada jauh dari keluarga dan sulit untuk menumbuhkan kepercayaan kepada orang lain (Layard 2005; Ott, 2006).

Memasuki dunia perkuliahan memberikan perubahan yang penting bagi mahasiswa mengingat usia mahasiswa mendekati dewasa awal karena mahasiswa akan menghadapi suatu kesempatan dan tantangan dalam kehidupan dipekuliahan. Masa- masa yang akan dihadapi mahasiswa tersebut membutuhkan kemampuan penyesuaian diri, jika mahasiswa baru tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik dan cepat dengan lingkungan yang baru, maka dampaknya akan memengaruhi proses belajar dan perkembangan psikologis dalam diri mahasiswa (Wang *et al.*, 2006). Mahasiswa yang berhasil dalam penyesuaian diri akan mendapatkan dampak yang positif, seperti meningkatnya kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) (Wang *et al.*, 2006). Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) memiliki beberapa dimensi didalamnya, penelitian ini akan berfokus pada dimensi kebahagiaan karena di antara semua hal baik yang dapat dicapai manusia yang tertinggi adalah kebahagiaan (Ryff, 1989). Bagaimana perubahan sosial yang terjadi (misalnya perubahan dalam

jenjang pendidikan, pola kerja, urbanisasi dan tekanan dalam politik) memengaruhi kehidupan individu dalam kesejahteraan psikologisnya terutama pada kebahagiaan? (Ryff, 1989)

Kebahagiaan adalah satu komponen yang terdapat di dalam *Well-being*, yang memiliki karakteristik positif serta memberikan emosi yang menyenangkan sehingga dapat memberikan perasaan bahagia. Kebahagiaan secara empiris seringkali ditujukan kepada individu yang memiliki keseimbangan antara pengaruh positif dan negatif yang ada di dalam dirinya dalam jangka waktu yang lama serta memiliki kepuasan hidup. Kebahagiaan juga dapat dipengaruhi oleh perbedaan budaya, selain itu kepribadian dan demografi juga menjadi faktor yang memiliki korelasi secara signifikan dengan kebahagiaan (Jaisri, 2015).

Kebahagiaan dapat menimbulkan dampak yang positif terhadap diri seseorang. Ketika individu bahagia yaitu individu pikiran dan emosi positif, individu tersebut akan lebih cerdas, mendapatkan motivasi yang lebih dan

lebih memungkinkan untuk menuju kesuksesan. Manfaat dari kebahagiaan, yakni individu yang bahagia akan berpikir lebih positif dan mendapatkan lebih banyak keuntungan secara biologis daripada individu yang memiliki pikiran yang netral atau negatif. Hal tersebut mengajarkan individu berlatih untuk berpikir lebih positif agar dapat meningkatkan kinerja dan performanya (Achor, 2010).

Terdapat tujuh faktor yang dapat memengaruhi kebahagiaan, faktor-faktor tersebut antara lain hubungan dalam keluarga, keuangan, pekerjaan, komunitas dan teman, kesehatan, kebebasan individu serta nilai dalam individu tersebut (Ott, 2006). Beberapa faktor tersebut tidak dapat dimiliki pada mahasiswa perantau khususnya pada tahun pertama. Mahasiswa perantau akan jauh dari orang tua yang dapat memengaruhi hubungan dalam keluarga karena mereka tinggal jauh dari keluarga, selain itu komunitas dan teman baru yang berbeda budaya dari kampung halaman mereka dapat menyebabkan kesenjangan dalam

pemenuhan faktor-faktor kebahagiaan diatas.

Individu yang bahagia akan lebih optimis dan positif dibandingkan dengan individu yang lainnya, sebagai contohnya individu yang bahagia akan lebih aktif, efisien dan produktif dalam melakukan pekerjaan sehingga pendapatan mereka lebih baik. Individu yang bahagia akan lebih fleksibel dan efisien dalam menyelesaikan suatu permasalahan, mereka lebih memiliki komitmen dalam mencapai tujuan hidupnya dan mereka lebih mengejar suatu kesuksesan daripada menghindari masalah yang dihadapinya (Khramtsova & Saarnio, 2007).

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Surabaya. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa Universitas Surabaya tahun pertama yang berasal dari luar Surabaya, yakni mahasiswa dari lima fakultas dengan jumlah mahasiswa terbanyak yakni fakultas

psikologi, ekonomi dan bisnis, farmasi, hukum dan teknik (N=79).

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan dua cara yakni dengan menyebarkan angket atau kuesioner dan menggunakan *google form*. Kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang pertanyaan tertulis untuk mendapatkan informasi dari subjek penelitian (Sugiyono, 2011). Kuesioner berisi data identitas, angket tertutup menggunakan skala *likert* dan angket terbuka.

Angket penyesuaian diri menggunakan *Student Adjustment to College Questionnaire (SACQ)* yang terdiri dari empat aspek yakni *academic adjustment, sosial adjustment, personal- emotional adjustment* dan *attachment* dan total aitemnya 67 aitem. Teknik menjawab yakni sangat setuju (SS)= 5, setuju (S)= 4, cukup setuju (CS)= 3, tidak setuju (TS)= 2, sangat tidak setuju (STS)= 1.

Angket kebahagiaan terdiri dari aspek emosi positif, keterikatan hidup dan hidup yang bermakna

dengan total aitemnya 30 aitem. Teknik menjawab yakni sangat setuju (SS)= 5, setuju (S)= 4, cukup setuju (CS)= 3, tidak setuju (TS)= 2, sangat tidak setuju (STS)= 1.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. *Hipotesis*

Variabel	N	Korelasi Pearson	R ²	Sig. (p)
Korelasi antara Penyesuaian Diri dengan Kebahagiaan	79	0,816	0,660	0,001

Tabel 1. Uji Hipotesis dilakukan untuk melihat adanya hubungan antara kedua variabel, yakni variabel penyesuaian diri dengan kebahagiaan. Pada uji hipotesis ini menggunakan uji parametric *pearson correlation*. Pada tabel dibawah dapat dilihat bahwa nilai sig.0,001 yang artinya sig. < 0,05 atau kedua variabel yakni variabel penyesuaian diri dengan kebahagiaan memiliki hubungan.

Tabel 2. *Korelasi Step Wise Kebahagiaan dengan Aspek Penyesuaian Diri*

Variabel	R	R ²	Sig.
Academic Adjustment- Kebahagiaan	0,770	0,593	0,001
Personal- Emotional Adjustment- Kebahagiaan	0,861	0,666	0,001

Tabel 2. menunjukkan hasil bahwa aspek penyesuaian diri *academic adjustment* memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kebahagiaan dengan nilai koefisien determinasi (*R square*) yang didapatkan sebesar 0,593 dan *Personal- Emotional Adjustment* nilai *R square* yang didapatkan 0,666.

Hasil analisis data yang dilakukan terhadap 79 subjek penelitian, menunjukkan hasil bahwa nilai signifikansi yang didapatkan $r=0,816$ dan $p=0,001$ yang artinya $sig. < 0,05$ atau kedua variabel yakni variabel penyesuaian diri memiliki korelasi positif dengan kebahagiaan. Hal itu menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan baik maka kebahagiaannya akan semakin tinggi pula, begitu juga sebaliknya jika

mahasiswa tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik, maka kebahagiaannya akan menurun. Hasil penelitian sesuai dengan yang dilakukan oleh Auriel Ion Clinciu (2012) yang berjudul *Adaptation and Stress for the First Year University Student*, menunjukkan hasil bahwa penyesuaian diri memiliki korelasi negatif dengan stres yang artinya semakin baik penyesuaian diri yang dimiliki maka semakin rendah tingkat stres pada mahasiswa. Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa aspek *personal-emosional adjustment* pada penyesuaian diri memiliki peranan penting yang dapat menimbulkan stres. Abbott-Chapman, Hughes & Wyld (1992) mengatakan bahwa mahasiswa yang memiliki masalah dalam menyesuaikan diri akan mengalami kesulitan dalam masa peralihan yang terjadi. Kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dapat membuat mahasiswa menarik diri dari lingkungannya karena merasa tidak mampu untuk bertahan hidup dan menyebabkan munculnya perasaan

tidak bahagia dalam diri mahasiswa (McKenzie & Schweltzer, 2010).

Penyesuaian diri dalam kehidupan sosial diketahui dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa tahun pertama. Namun, kebahagiaan juga dapat dipengaruhi oleh penyesuaian diri dalam bidang akademik, seperti pada tabel 2. dapat diketahui bahwa aspek penyesuaian diri *academic adjustment* memiliki pengaruh paling besar terhadap kebahagiaan dibandingkan dengan aspek penyesuaian diri lainnya. Baker & Siryk (1989) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang mendapatkan nilai akademik yang baik mencerminkan kemampuan penyesuaian diri yang baik khususnya dalam bidang akademik, sehingga membuat mahasiswa bahagia. Hasil distribusi frekuensi subjek penelitian 59,5% subjek pernah mengalami kejadian yang membuat tidak bahagia selama perkuliahan dengan alasan nilai jelek, masalah dengan teman, tugas, pelajaran sulit, *culture shock*. Nilai jelek dan pelajaran sulit mengindikasikan subjek belum mampu menyesuaikan diri dalam bidang akademik, sedangkan

orangtua biasanya mempunyai harapan yang tinggi terhadap anaknya untuk bisa belajar dengan baik dan mendapatkan nilai yang baik pula. Mahasiswa yang mendapatkan nilai jelek akan merasa telah mengecewakan orangtua karena tidak bisa memenuhi harapannya hal ini yang menyebabkan munculnya perasaan tidak bahagia dalam diri subjek (Jean, 2010). Mahasiswa yang berasal dari latar belakang yang berbeda- beda juga memiliki kebutuhan yang berbeda- beda pula termasuk dalam bidang akademik, hal tersebut yang menyebabkan mahasiswa sulit untuk mengikuti materi diperkuliahan. Seligman (2005) mengatakan bahwa cara pandang atau pemaknaan hidup individu terhadap suatu keadaan berkaitan dengan pola pikir individu tersebut. Individu yang dapat memandang atau memaknai kehidupan dengan baik maka akan menumbuhkan kebahagiaan dalam diri individu. Walaupun individu mendapatkan jelek, masalah dengan teman, pelajaran sulit serta *culture shock*, tetapi jika individu mampu memandang dan memaknai hal- hal

secara positif maka bisa membuat individu lebih bahagia.

Hasil koefisien determinasi sebesar 66% dipengaruhi oleh kebahagiaan, sedangkan sisanya yakni sebanyak 34% kebahagiaan dipengaruhi oleh variabel lain. Nilai koefisien determinasi yang dihasilkan diatas 50% sehingga dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri menyumbangkan pengaruh yang cukup kuat terhadap kebahagiaan. Variabel lain yang turut berperan dalam menentukan kebahagiaan dalam penelitian ini salah satunya adalah dukungan sosial. Subjek yang mendapatkan dukungan sosial dari keluarga ataupun orang- orang terdekat akan membantu subjek membangun sebuah hubungan dengan orang- orang baru. Barrera, Sandler dan Ramsay (1981) membagi dukungan sosial (*social support*) yang diberikan oleh keluarga maupun teman menjadi empat jenis yakni arahan atau masukan (saran dan petunjuk), dukungan non- direktif (kepercayaan), hubungan sosial yang positif (menghabiskan waktu dengan keluarga atau teman), dan memberikan bantuan secara nyata

(tempat tinggal dan uang) (Friedlander *et al*, 2014). Subjek yang mengalami *homesick* dalam penelitian ini ternyata cukup merasa bahagia karena mereka memperoleh dukungan sosial dalam bentuk komunikasi dengan keluarga dan pergi dengan teman.

Tabel 3. *Kategori Penyesuaian Diri*

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	1	1,3
Tinggi	35	44,3
Sedang	39	49,4
Rendah	4	5,1
Sangat Rendah	0	0
Total	79	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa presentase penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama dari luar Surabaya paling banyak pada kategori sedang yakni 49,4% atau sebanyak 39 subjek, kategori tinggi 44,3% atau sebanyak 35 subjek, kategori rendah 5,1% atau sebanyak empat subjek, kategori sangat tinggi 1,3% atau sebanyak satu subjek dan tidak ada subjek yang berada pada kategori sangat rendah.

Tabel 4. *Kategori Kebahagiaan*

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	5	6,3
Tinggi	33	41,8
Sedang	34	43,0
Rendah	7	8,9
Sangat Rendah	0	0
Total	79	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa presentase kebahagiaan mahasiswa tahun pertama dari luar Surabaya paling banyak pada kategori sedang yakni 43,0% atau sebanyak 34 subjek, kategori tinggi 41,8% atau sebanyak 33 subjek, kategori rendah 8,9% atau sebanyak tujuh subjek, kategori sangat tinggi 6,3% atau sebanyak satu subjek dan tidak ada subjek yang berada pada kategori sangat rendah.

Mahasiswa tahun pertama diketahui dalam kategori penyesuaian diri dan kebahagiaan yang tergolong sedang. Hal ini dikarenakan mahasiswa tahun pertama dituntut untuk menyesuaikan diri dalam berbagai aspek, terlebih jika mahasiswa menjadi kaum minoritas dalam lingkungan barunya (Mustaffa & Ilias, 2013). Mahasiswa tahun pertama tentunya tidak dapat langsung

menyesuaikan diri terhadap semua aspek yang ada, sehingga terdapat beberapa aspek penyesuaian diri yang belum berhasil dilakukan oleh mahasiswa. Hal ini menyebabkan penyesuaian diri mahasiswa yang tergolong sedang, didukung dari hasil dari koefisien determinasi (R Square) sebesar 66% yang artinya penyesuaian diri berpengaruh sebanyak 66% terhadap kebahagiaan, sehingga jika penyesuaian diri tergolong sedang maka kebahagiaan mahasiswa juga akan sedang.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan yang diperoleh dalam penelitian ini, ada korelasi yang signifikan antara penyesuaian diri dan kebahagiaan pada mahasiswa tahun pertama. Mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang baik maka dapat meningkatkan kebahagiaan, sebaliknya jika mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang kurang maka kebahagiaannya pun akan menurun. Tempat tinggal saat ini juga dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa. Tempat tinggal saat ini yang jauh dari kampung halaman dan orang tua akan

membuat mahasiswa *homesick*, sehingga menurunkan kebahagiaan mahasiswa.

Saran yang dapat diberikan bagi penelitian selanjutnya, dapat mempertimbangkan keberagaman tempat tinggal asal subjek dan waktu pengambilan data yang tepat, karena kedua hal tersebut dapat memengaruhi kemampuan penyesuaian diri dan kebahagiaan mahasiswa tahun pertama.

Bagi Perguruan tinggi perlu menyadari bahwa mahasiswa yang berasal dari latar belakang budaya yang beragam memiliki kebutuhan yang berbeda-beda, terutama terkait kebutuhan akademik di perguruan tinggi. Mahasiswa tahun pertama masih berada pada masa transisi sehingga tidak jarang jika mahasiswa mengalami kesulitan. Adanya dosen wali sangat membantu mahasiswa, karena dosen wali bisa memantau perkembangan mahasiswa dan juga mahasiswa bisa *sharing* baik terkait perkuliahan atau di luar perkuliahan. Saat ini peran dosen wali masih belum di manfaatkan dengan baik oleh mahasiswa. Perlu adanya ketentuan yang mewajibkan

mahasiswa untuk bertemu dosen wali, sehingga dosen wali bisa ikut serta memantau perkembangan mahasiswa di perguruan tinggi. Misalnya mahasiswa diwajibkan untuk bertemu dan berdiskusi terkait perkuliahan dengan dosen wali selama tiga bulan sekali atau sebelum UTS dan UAS dan juga sebelum input mata kuliah untuk semester berikutnya. Mahasiswa yang tidak melakukan hal tersebut bisa diberi sanksi, misalnya mahasiswa tidak bisa input matakuliah saat krs.

Bagi mahasiswa, bisa meningkatkan kemampuan dalam menyesuaikan diri serta memanfaatkan sarana yang telah disediakan oleh perguruan tinggi untuk menambah pertemanan. Mahasiswa sebelum merantau juga dapat mencari informasi mengenai daerah yang akan menjadi tujuan untuk melanjutkan pendidikan agar memiliki gambaran tentang budaya, bahasa atau kebiasaan daerah tersebut.

PUSTAKA ACUAN

Achor, S. (2010). *The Happiness Advantages*. In S. Achor, The

Happiness Advantages. New York: United States by Crown Business.

Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). The Student Adaption to College Questionnaire (SACQ). *Western Psychological Services*.

Burris, D., Sullivan, S., Stoll, T., Woosley, S., & Fulkerson, D. (2016). College Student Homesickness: An Overview. *Skyfactor Mapworks*, 2.

Clinciu, A. I. (2012). Adaption and Stress for the First Year University Students. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 78, 718-722.

David, L. T., & Nita, G. L. (2013). Adjustment to First Year of College- Relation Among Self-Perception, Trust, Mastery and Alienation. *ScienceDirect*, 127, 139-143.

Friedlander, L. J., & et al. (2007). Social Support, Self-Esteem, and Stress as Predictors of Adjustment to University

- Among First-Year Undergraduates. *Journal of College Student Development*, 48(3), 259- 274.
- Hendryadi. (2014). Content Validity (Validitas Isi). *Teorionline Personal Paper*, 1-2.
- Jamil, N. A. (2007). *Teknik Sampling*. Elearning Pendidikan Klinik State Ilmu Kesehatan Masyarakat (IKM).
- Jean, D. (2010). The Academic and Social Adjustment of First-Generation College Students. *Seton Hall University Dissertations and Theses (ETDs)*, 1-122.
- Jie, S. (2015). Homesick at College: A Predictive Model For First-year First-time Students. *Iowa States University Digital Repository*, 3-5.
- Khramtsova, I., & Saarnio, D.A. (2007). Happiness, Life Satisfaction, and Depression in College Student: Relations with Student Behaviors and Attitudes. *American Journal of Psychological Research*, 3(1), 8-16.
- Klein, R. J., & Tol, R. S. (1997). Adaption to Climate Change: Options and Technologies. *Institute for Environmental Studies*, 3-33.
- Koeswara, E. (1992). *Logoterapi Psikoterapi Viktor Frankl*. Yogyakarta: Kanisius
- M, J. (2015). Happiness and Self Esteem Among College Student. *International Journal in Management and Social Science (Impact Factor- 4.747)*, 3(5), 2.
- McKenzie, K., & Schweitzer, R. (2010). Who Succeeds at University? Factors Predicting Academic Performance in First Year Australian University Students. *Higher Education Research & Development*, 20(1), 21- 23.
- Mustaffa, C. S., & Ilias, M. (2013). Relationship between Students Adjustment Factors and Cross Cultural

- Adjustment: A Survey at the Northern University of Malaysia. *Intercultural Communication Studies*, 22(1), 279-300.
- Nasution, R. (2003). *Teknik Sampling*. USU Digital Library.
- Nurdini, A. (2006). "Cross-Sectional Vs Longitudinal"; Pilihan Rancangan Waktu Dalam Penelitian Perumahan Permukiman. *Departemen Arsitektur, Institut Teknologi Bandung*, 34(1), 52-58.
- Office, C. W. (2010). The Psychology of Happiness. *Stanford Graduate School of Business*, 1-14.
- Ott, J. C. (2006). Review of Richard Layard's "Happiness; Lesson from a New Science". *Journal of Happiness Studies*, 1-4.
- Pendery, D. R. (2015). The Taiwanese student Happiness Initiative: Fulfilling Lives and Success in the Future. *Journal of Social Change*, 7(1), 1-12.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Schaufeli, W., & Bakker, A. (2005). *Utrecht Work Engagement Scale*. Occupational Health Psychology Unit Utrecht University.
- Seligman, M. E. (2005). *Authentic Happiness*. New York: Atria Books.
- Sharma, B. (2012). Adjustment and Emotional Maturity Among First Year College Students. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 10(2), 32-37.
- Smit, B., & Wandel, J. (2006). Adaption, Adaptive Capacity and Vulnerability. *Global Environmental Change*, 282-293.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Triton, P B. (2006). *SPSS 13.0 Terapan Riset Statistik*

Parametrik. Yogyakarta:
Penerbit Andi

Veenhoven, R. (2007). Measures of
Gross National Happiness.
Eramus University
Rotterdam, The Netherland,
2-3.

Wang. et al. (2006). First-year
Student' Psychological and
Behavior Adaptation to
College: The Role of Coping
Strategies and Social Support.
Beijing Normal University,
3(5), 51-57.