



**Evektivitas Komunikasi Verbal dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri
Mahasiswa Perantauan Perempuan
(Studi Kasus Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Ekonomi dan Bisnis
Angkatan 2022 Universitas Ibnu Chaldun Jakarta)**

Fera Fauziyah¹, Riska Ramdani², Kristopo³

Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Ibnu Chaldun

Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Ibnu Chaldun

Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Ibnu Chaldun

Correspondent Email: ferafauziyah869@gmail.com

Abstrak

Kehidupan sosial mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi diperlukan keterampilan komunikasi yang baik terutama bagi mahasiswa perantauan perempuan yang perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Komunikasi verbal adalah bentuk interaksi yang memainkan peran penting dalam membangun hubungan sosial, menyampaikan ide, dan mengurangi hambatan dalam proses penyesuaian diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas komunikasi verbal dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan di Fakultas Ilmu Sosial Ekonomi dan Bisnis (FISEB) Angkatan 2022 Universitas Ibnu Chaldun (UIC) Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *true experimental*. Penentuan jumlah sampel dilakukan dengan menggunakan rumus slovin agar sampel yang digunakan dapat mewakili jumlah populasi penelitian. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada responden yang telah ditentukan sebagai sampel penelitian kemudian dianalisis secara statistik untuk mengetahui efektivitas komunikasi verbal dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai $T\text{-hitung} > T\text{-tabel}$ ($72.626 > 1,682$). Jadi, dapat disimpulkan bahwa komunikasi verbal efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan di FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta.

Kata Kunci: Komunikasi verbal, Mahasiswa Perantauan Perempuan, Penyesuaian.

Abstract

The social life of students in a university environment requires good communication skills, especially for female students who need to adjust to a new environment. Verbal communication is a form of interaction that plays an important role in building social relationships, conveying ideas, and reducing obstacles in the adjustment process. This study aims to analyze the effectiveness of verbal communication in improving the adjustment of female students who are away from home at the Faculty of Social Sciences, Economics, and Business (FISEB) Class of 2022, Ibnu Chaldun University (UIC) Jakarta. This study uses a quantitative approach with a true experimental method. The determination of the number of samples was carried out using the Slovin formula so that the sample used can represent the total study population. Data were obtained by distributing questionnaires to respondents who had been determined as research samples and then analyzed statistically to determine the effectiveness of verbal communication in improving the adjustment of female students who are away from home. Based on the test results, the T-count value was obtained $> T\text{-table}$ (72.626

> 1.682). Thus, it can be concluded that verbal communication is effective in improving the adjustment of female students who are away from home at FISEB Class of 2022, UIC Jakarta.

Keywords: Verbal Communication, Female Migrant Students, Adjustment.

Accepted Date: 15 Juli 2026

Publish Date: 15 Agustus 2026

Pendahuluan

Dalam era globalisasi dan urbanisasi yang pesat, fenomena perantauan mahasiswa menjadi salah satu tantangan utama dalam dunia pendidikan tinggi. Fenomena ini merupakan isu global yang semakin kompleks baik dikalangan pemuda maupun pemudi, khususnya dari pedesaan atau kota kecil yang dipindahkan ke pusat pendidikan tinggi untuk mencapai impian akademik. Di tingkat nasional, Indonesia menghadapi fenomena serupa, di mana mahasiswa perantauan tersebar di berbagai universitas, terutama di Jakarta sebagai pusat pendidikan. Fenomena ini tidak hanya mencerminkan mobilitas sosial, tetapi juga tantangan adaptasi yang mencakup aspek psikologis, sosial, dan budaya.

Pada dasarnya, merantau memiliki arti berlayar atau mencari penghidupan di tanah rantau atau pergi ke negeri lain untuk mencari penghidupan, ilmu, dan sebagainya. (Putri, 2022) Berdasarkan kajian kemasyarakatan, merantau dapat diartikan sebagai orang yang meninggalkan teritorial asal dan menempati teritorial baru. (Hermawan et al., n.d.) Ketika mereka berpindah dari daerah asal ke kota atau provinsi lain untuk menempuh pendidikan tinggi, mereka tidak hanya dituntut untuk mengikuti sistem pembelajaran yang baru, tetapi juga menyesuaikan diri dengan budaya dan gaya komunikasi lokal.

Mahasiswa yang melanjutkan pendidikan tinggi di Jakarta tidak hanya mahasiswa yang berdomisili di Jakarta saja tetapi terdapat juga mahasiswa yang berasal dari luar daerah Jakarta yakni disebut dengan mahasiswa perantauan. Mahasiswa perantauan adalah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi diploma, sarjana, magister, atau spesialis (Saniskoro & Akmal, 2020)

Dalam konteks mahasiswa, perantauan bukan sekadar perpindahan tempat tinggal, melainkan juga perpindahan menuju lingkungan sosial dan akademik yang berbeda dari sebelumnya. (Firly Dwyka Ra'uf, 2026) Mahasiswa perantauan dituntut untuk mampu memahami dan menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan di lingkungan baru, baik dalam aspek sosial, akademik, personal-emosional, dan institusional yang muncul selama masa studi tempat mereka menempuh pendidikan.

Penyesuaian diri menjadi hal penting bagi mahasiswa perantauan karena mereka harus menghadapi perubahan yang tidak selalu mudah. Menurut Schneiders (1964) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses di mana individu berusaha keras untuk mengatasi atau mengendalikan keinginan, ketegangan, frustasi, dan konflik batin untuk mencapai harmoni dan keseimbangan antara tuntutan lingkungan dan kebutuhan yang ada dalam diri individu itu sendiri (Pritaningrum & Hendriani, 2018). Sedangkan Mappiare (1982) mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan seorang individu agar dapat diterima suatu kelompok dengan cara mengikuti kemauan kelompok tersebut (Kumalasari, 2012). Penyesuaian diri menurut Haber & Runyon (1984: 6), bahwa seseorang harus menerima hal-hal di mana ia tidak mempunyai kontrol akan keadaan yang akan berubah sehingga penyesuaian diri yang baik diukur dari seberapa baik seseorang mengatasi setiap perubahan yang terjadi dalam hidupnya. (Isnawati & Suhariadi, 2012)

Ketika perantau dan mahasiswa internasional memasuki lingkungan akademik baru, mereka sering mengalami gegar budaya karena perbedaan budaya dalam

komunikasi, pembelajaran, penggunaan bahasa, dan gaya interaksi (Aguilera & Guerore, 2016). Masalah psikososial, termasuk tidak mengetahui gaya dan norma sosial baru, merupakan masalah unik yang dialami oleh mahasiswa perantauan. Perubahan sistem dukungan juga menjadi persoalan karena mahasiswa yang berada pada lingkungan baru jauh dari keluarga dan harus membangun dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya.

Dalam praktiknya, tidak semua mahasiswa perantauan mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik di lingkungan kampus. Perbedaan latar belakang budaya, bahasa, serta kebiasaan komunikasi sering kali menimbulkan hambatan dalam proses interaksi sosial. Mahasiswa yang berasal dari daerah tertentu terkadang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pendapat, menjalin hubungan dengan teman sebaya, maupun berinteraksi dengan dosen di lingkungan akademik. Kondisi tersebut dapat menimbulkan rasa canggung, kurang percaya diri, bahkan rasa terisolasi dari lingkungan sosial sekitarnya.

Mahasiswa perantauan perempuan sering menghadapi tantangan penyesuaian yang lebih kompleks dibandingkan mahasiswa perantauan laki-laki. Perempuan umumnya menunjukkan sensitivitas emosional yang lebih tinggi terhadap perubahan lingkungan, membutuhkan dukungan sosial yang lebih besar, dan rentan terhadap stres psikologis seperti kecemasan, kesepian, dan ketegangan selama proses penyesuaian di tempat baru. Selain itu, aspek budaya dan peran gender dalam masyarakat sering memengaruhi pola komunikasi dan interaksi antara perempuan dan lingkungan sosialnya.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (Statistik, 2022), jumlah mahasiswa di tahun 2020 mencapai 7.874.281 orang (Rodiah Dwi Ananda, 2023). Hal ini juga terlihat di FISEB UIC Jakarta Angkatan 2022 menunjukkan 127 orang adalah jumlah keseluruhan mahasiswa perempuan FISEB Angkatan 2022 dengan 50,39% di antaranya adalah mahasiswa yang berasal dari luar Jakarta. Latar belakang daerah asal sering kali menimbulkan hambatan dalam proses interaksi sosial dan penyesuaian diri di lingkungan kampus. Oleh karena itu, kemampuan berkomunikasi menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan untuk mendukung proses adaptasi mereka.

Komunikasi merupakan elemen krusial dalam interaksi sosial manusia, terutama di lingkungan pendidikan tinggi yang menuntut kemampuan adaptasi tinggi dari setiap mahasiswa. Komunikasi verbal memegang peran sentral dalam membentuk hubungan antarindividu, menyampaikan gagasan, serta memahami lingkungan sosial baru. Dalam situasi tersebut, komunikasi verbal menjadi salah satu aspek penting yang dapat membantu mahasiswa perantauan dalam proses penyesuaian diri. Kemampuan menyampaikan pikiran, perasaan, serta gagasan secara jelas dan efektif memungkinkan individu untuk membangun hubungan interpersonal yang lebih baik dengan lingkungan sekitarnya.

Bagi mahasiswa perantauan, komunikasi verbal dibangun dalam berbagai lingkup interaksi, yaitu dengan sesama mahasiswa perantauan, teman di lingkungan tempat tinggal, teman di lingkungan akademik, dosen, serta institusi kampus secara umum. Kemampuan berkomunikasi secara verbal membantu mahasiswa dalam memperkenalkan diri, menjalin hubungan pertemanan, memahami budaya komunikasi di lingkungan baru, menyampaikan pendapat dalam kegiatan akademik, serta mencari bantuan ketika menghadapi kendala. Sebaliknya, komunikasi verbal yang kurang efektif dapat menimbulkan hambatan dalam interaksi sosial, memunculkan rasa canggung, mengurangi kepercayaan diri, bahkan berpotensi menghambat proses penyesuaian diri.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini berjudul "Efektivitas Komunikasi Verbal dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantauan Perempuan (Studi Kasus Mahasiswa FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta)". Penelitian ini

mengambil penelitian terdahulu sebagai pembanding, yaitu penelitian mengenai “Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau di Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta”, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau (Ananda & Winarsih, 2025)

Terdapat kekurangan dalam penelitian yang ada yaitu kurangnya penelitian yang secara spesifik menjelaskan pengaruh komunikasi verbal terhadap proses adaptasi pada mahasiswa perantauan perempuan karena sebagian besar kajian masih menggabungkan dimensi verbal dan nonverbal serta tidak membedakan gender atau konteks geografis. Sebagian besar penelitian sebelumnya juga berfokus pada mahasiswa umum tanpa menyoroti perbedaan pada perempuan yang menempuh studi di ibu kota seperti Jakarta.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah komunikasi verbal efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan, studi kasus mahasiswa FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas komunikasi verbal dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan, studi kasus mahasiswa FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pada pengembangan teori komunikasi verbal dan teori penyesuaian diri serta memberikan wawasan praktis bagi mahasiswa perantauan perempuan dalam meningkatkan keterampilan komunikasi verbal mereka.

Tinjauan Literatur

Komunikasi merupakan proses penyampaian pesan antara dua orang atau lebih dengan tujuan mencapai pemahaman bersama. Everett M Rogers mendefinisikan komunikasi sebagai proses di mana dua orang atau lebih membentuk atau bertukar informasi untuk mencapai pemahaman bersama (Rogers dan Kincaid dalam Cangara, 2004; 19). Model komunikasi Harold D. Lasswell menggambarkan komunikasi dalam ungkapan *who, says what, in which channel, to whom, with what effect*. Model ini menjelaskan bahwa komunikasi terdiri atas komunikator, pesan, media, komunikan, dan efek (Farida Nurul R, Surokim, Netty Dyah K, n.d.)

Komunikasi tidak hanya mencakup pengiriman pesan melalui bahasa, tetapi juga melalui berbagai bentuk simbol dan media, baik secara langsung maupun tidak langsung. Menurut Effendy (2013) dalam bukunya “Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek” penegasan tentang unsur-unsur dalam proses komunikasi itu adalah sebagai berikut:

1. *Sender*: Komunikator yang menyampaikan pesan kepada seseorang atau sejumlah orang.
2. *Encoding*: Penyandian, yakni proses pengalihan pikiran ke dalam bentuk lambang.
3. *Message*: Pesan yang merupakan seperangkat lambang bermakna yang disampaikan oleh komunikator.
4. *Media*: Jalur komunikasi yang dilalui pesan untuk dikirimkan dari pengirim ke penerima.
5. *Decoding*: Pengawasandian, yaitu proses di mana penerima memahami simbol yang dikirim oleh pengirim dan menafsirkan maknanya.
6. *Receiver*: Komunikan, orang yang menerima pesan dari pengirim.
7. *Response*: Serangkaian reaksi yang dilakukan oleh penerima setelah menerima pesan.
8. *Feedback*: Umpan balik, respon di mana penerima mengirimkan pesan kembali kepada pengirim.

9. *Noise*: Gangguan tak terduga yang terjadi selama proses komunikasi ketika penerima menerima pesan yang berbeda dari pesan yang dikirim oleh pengirim. (Prof. Dr. H. Suwatno, 2022)

Unsur-unsur tersebut menunjukkan bahwa komunikasi adalah proses yang saling berkaitan antara pengirim pesan, isi pesan, saluran, penerima pesan, serta tanggapan yang muncul setelah pesan diterima.

Karakteristik komunikasi verbal yang dapat membedakannya dengan komunikasi nonverbal, diantaranya: a) ringkas dan jelas; b) mudah dipahami perbendaharaan katanya; c) arti katanya dapat berupa konotatif dan denotative; d) intonasi suara dapat memengaruhi isi pesan; e) kecepatan berbicara yang dibarengi dengan tempo dan jeda yang baik; f) disertai unsur humor. (Khoiruddin, 2012)

Komunikasi verbal adalah bentuk komunikasi di mana pengirim menyampaikan pesan kepada penerima dalam bentuk tertulis atau lisan. (Fadilah, 2025) Komunikasi verbal memainkan peran yang sangat penting karena umumnya lebih mudah untuk mengungkapkan pikiran, pendapat, keputusan, dan lain sebagainya, secara verbal daripada nonverbal (Kusumawati, 2016). komunikasi verbal menggunakan kata-kata, baik dalam bentuk lisan maupun tulisan. Melalui kata-kata, manusia mengungkapkan perasaan, emosi, pemikiran, gagasan, maksud, fakta, data, dan informasi. (Dewi, 2024)

Dalam penelitian ini, komunikasi verbal dipahami sebagai bentuk komunikasi yang menggunakan kata-kata untuk menyampaikan pesan. Kemampuan komunikasi verbal merujuk pada kemampuan mahasiswa perantauan perempuan untuk mengekspresikan pikiran, emosi, dan informasi mereka dengan jelas, efektif, dan jujur dalam interaksi sosial kampus. Komunikasi verbal dalam penelitian ini memiliki beberapa indikator, yaitu kejelasan bahasa, pilihan kata, kelancaran berbicara, intonasi dan penekanan suara, serta keterbukaan dalam berkomunikasi.

Kejelasan bahasa berkaitan dengan kemampuan mahasiswa menyampaikan pesan dengan bahasa yang mudah dipahami. (Prof. Dr. H. Suwatno, 2022) Pilihan kata berkaitan dengan kemampuan memilih kata yang sesuai dengan situasi komunikasi. Kelancaran berbicara berkaitan dengan kemampuan menyampaikan pesan tanpa hambatan yang berarti. Intonasi dan penekanan suara berkaitan dengan cara penyampaian pesan agar makna yang dimaksud dapat dipahami oleh lawan bicara. Keterbukaan dalam berkomunikasi berkaitan dengan kemampuan mahasiswa menyampaikan pikiran dan perasaan secara jujur dalam interaksi sosial.

Di lingkungan kampus, kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik menjadi salah satu kunci utama dalam membangun hubungan pertemanan yang harmonis dan tentram. Melalui komunikasi yang efektif, mahasiswa dapat bertukar gagasan, menyelesaikan perbedaan pendapat, serta menciptakan lingkungan yang mendukung kolaborasi. (Ningrum et al., 2024)

Kemampuan ini mencerminkan bagaimana mahasiswa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru secara akademis, sosial, dan emosional. Penyesuaian diri menunjukkan apakah mahasiswa dapat memenuhi tuntutan kehidupan kampus, membangun hubungan yang sehat, serta mengelola tekanan emosional dan psikologis yang muncul akibat belajar di luar kota asal.

Penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu sendiri. Dengan kata lain, masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya. (Endriani, 2022)

Menurut Schneiders (1955) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

1. Keadaan fisik, yang dimaksud adalah keturunan, kesehatan, dan bentuk tubuh merupakan faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, karena keadaan sistem-sistem tubuh yang baik merupakan syarat baik terciptanya penyesuaian diri yang baik. Dengan adanya cacat fisik dan penyakit kronis akan melatarbelakangi adanya hambatan pada individu dalam melaksanakan penyesuaian diri.
2. Perkembangan dan kematangan, meliputi perkembangan intelektual, sosial, moral, dan kematangan emosioal. Bentuk-bentuk pada penyesuaian diri individu berbeda pada setiap tahap perkembangan. Sejalan dengan perkembangannya, individu meninggalkan tingkah laku infantil dalam merespons lingkungan. Hal tersebut bukan karena proses pembelajaran semata, melainkan individu menjadi lebih matang. Tentunya kematangan individu dalam segi intelektual sosial, moral, dan emosi mempengaruhi bagaimana individu melakukan penyesuaian diri.
3. Keadaan psikologis, meliputi faktor pengalaman individu, frustasi, dan konflik yang dialami. Keadaan mental yang sehat merupakan syarat baik tercapainya penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat dikatakan bahwa adanya frustasi, kecemasan dan cacat mental akan dapat melatarbelakangi adanya hambatan dalam penyesuaian diri. Keadaan mental yang baik akan mendorong individu memberi respons yang selaras dengan dorongan yang internal maupun tuntutan dalam lingkungannya.
4. Keadaan lingkungan, meliputi kondisi keluarga dan rumah. Dalam keadaan lingkungan yang baik, damai, tentram, aman, penuh penerimaan dan pengertian, serta mampu memberikan perlindungan kepada orang-orang di sekitarnya merupakan lingkungan yang akan memperlancar proses penyesuaian diri di dalam sebuah lingkungan.
5. Tingkat religiusitas adalah faktor yang mampu memberikan suasana psikologis yang dapat digunakan untuk mengurangi konflik, frustasi dan ketegangan psikis lainnya. Religiusitas mampu memberi nilai dan keyakinan sehingga individu memiliki arti, tujuan dan stabilitas hidup yang diperlukan untuk menghadapi tuntutan dan perubahan yang terjadi dalam hidupnya.
6. Kebudayaan, merupakan suatu faktor yang membentuk watak dan tingkah laku individu yang sulit menyesuaikan diri dengan baik atau justru membentuk individu yang sulit menyesuaikan diri. Berada pada budaya yang berbeda membuat individu menjadi orang asing di budaya tersebut. Terlebih dihadapkan pada kebiasaan-kebiasaannya.(Nunung, 2022)

Penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan dalam penelitian ini memiliki beberapa indikator, yaitu penyesuaian akademik penyesuaian sosial, penyesuaian personal-emosional, dan penyesuaian institusi (Rahmadani & Rahmawati, 2020) Penyesuaian akademik berkaitan dengan kemampuan mengikuti kegiatan perkuliahan dan memenuhi tuntutan akademik. Penyesuaian sosial berkaitan dengan kemampuan membangun hubungan dengan teman dan lingkungan sekitar. Penyesuaian personal-emosional berkaitan dengan kemampuan mengelola emosi, tekanan, dan rasa tidak nyaman. Penyesuaian institusi berkaitan dengan kemampuan memahami dan menerima aturan serta lingkungan kampus.

Kerangka berpikir dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantauan perempuan menghadapi perbedaan lingkungan akademik, sosial, dan budaya di perguruan tinggi. Dalam keadaan tersebut, komunikasi verbal menjadi salah satu kemampuan yang dapat membantu hubungan sosial, menyampaikan pendapat, memahami lingkungan kampus, dan mengurangi hambatan dalam proses adaptasi.

Hipotesis dalam penelitian ini terdiri atas Hipotesis alternatif (H_1) menyatakan bahwa komunikasi verbal efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan. Hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa komunikasi verbal tidak efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode true experimental. Pendekatan kuantitatif digunakan karena data yang diperoleh dalam penelitian ini berbentuk angka dan dianalisis secara statistik. Metode true experimental digunakan untuk mengetahui efektivitas komunikasi verbal dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan.

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Sosial Ekonomi dan Bisnis Universitas Ibnu Chaldun Jakarta yang berlokasi di Jl. Pemuda 1 No.97, RT.5/RW.2, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa perantauan perempuan FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta. Objek penelitian adalah efektivitas komunikasi verbal dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa perantauan perempuan FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta yang masih aktif. Populasi tersebut dipilih karena sesuai dengan fokus penelitian, yaitu mahasiswa perempuan yang berasal dari luar Jakarta dan sedang menempuh studi di lingkungan FISEB UIC Jakarta. Penentuan jumlah sampel dilakukan dengan menggunakan rumus slovin agar sampel yang digunakan dapat mewakili jumlah populasi penelitian. Berdasarkan perhitungan tersebut, sampel dalam penelitian ini berjumlah 42 responden.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah probability sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk menjadi sampel penelitian. Dengan Teknik ini, setiap mahasiswa perantauan perempuan yang termasuk dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi responden penelitian.

Dalam penelitian ini, Variabel yang diukur terdiri atas satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas dengan notasi X adalah efektivitas komunikasi verbal. Variabel terikat dengan notasi Y adalah penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan. Variabel komunikasi verbal diukur melalui indikator kejelasan bahasa, pilihan kata, kelancaran berbicara, intonasi serta penekanan suara, serta keterbukaan dalam komunikasi. Variabel penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan diukur

melalui indikator penyesuaian akademik, penyesuaian sosial, penyesuaian personal-emosional, dan penyesuaian institusi.

Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan data primer dan data sekunder. Menurut Sugiyono data primer Adalah data yang diperoleh langsung dari subernya melalui observasi, wawancara, atau kuesioner yang dilakukan oleh peneliti sendiri (Sugiyono, 2019). Data sekunder adalah data yang diperoleh melalui buku, jurnal, dan artikel yang berkaitan dengan variabel yang sedang diteliti.

Instrumen penelitian disusun berdasarkan indikator komunikasi verbal dan penyesuaian diri dalam bentuk kuesioner dengan skala Guttman. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen diuji menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah item pertanyaan dalam instrument dapat mengukur variabel yang diteliti. Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui apakah instrument yang digunakan memiliki tingkat konsistensi dalam pengukuran.

Teknik analisis data yang digunakan meliputi uji validitas, uji reliabilitas, uji statistik deskriptif, uji asumsi klasik, dan uji hipotesis. Uji asumsi klasik yang digunakan adalah uji normalitas. Uji hipotesis dilakukan menggunakan One Sample t-Test. Pengolahan data dilakukan dengan SPSS 27.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas komunikasi verbal dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada 42 responden yang merupakan mahasiswa perantauan perempuan FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan SPSS 27.

Tahap pertama dalam pengolahan data adalah uji validitas dan uji reliabilitas terhadap instrumen penelitian. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah butir instrumen yang digunakan dalam penelitian ini valid. Lalu dilanjutkan dengan melakukan uji reliabilitas untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian. Setelah instrumen dinyatakan dapat digunakan, analisis dilanjutkan pada statistik deskriptif, uji normalitas, dan uji hipotesis.

Karakteristik responden dalam penelitian ini dilampirkan pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan Program Studi

Program Studi	Frekuensi	Presentase
Ilmu Komunikasi	4	9.5%
Manajemen	25	59.5%
Ilmu Administrasi Publik	13	31%
Total	42	100%

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Berdasarkan Tabel 1 di atas, frekuensi untuk responden program studi ilmu komunikasi berjumlah 4 orang dengan persentase 9.5 %, program studi manajemen berjumlah 25 orang dengan persentase 59.5 %, dan terakhir program studi ilmu administrasi public berjumlah 13 orang dengan persentase 31 %.

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Range Usia	Frekuensi	Persentase
19 - 22	28	66.7 %
23 - 25	13	31 %
>25	1	2.4 %
Total	42	100%

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Berdasarkan tabel 2 di atas, frekuensi responden dengan usia 19 – 22 tahun sebanyak 28 orang dengan persentase 66.7 %, usia 23 – 25 tahun sebanyak 13 orang dengan persentase 31 %, dan usia > 25 tahun sebanyak 1 orang dengan persentase 2.4 %.

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Asal Daerah

Asal Daerah	Frekuensi	Persentase
Sulawesi	33	78.6 %
Sumatra	1	2.4 %
Pulau Jawa (di luar JABODETABEK)	5	11.9 %
Maluku	3	7.1 %
Total	42	100%

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Berdasarkan tabel 3 di atas, frekuensi responden dengan asal daerah Sulawesi sebanyak 33 orang dengan persentase 78.6 %, Sumatra sebanyak 1 orang dengan persentase 2.4 %, lalu untuk asal daerah Pulau Jawa (di luar JABODETABEK) sebanyak 5 orang dengan persentase 11.9 %, dan terakhir asal daerah Maluku sebanyak 3 orang dengan persentase 7.1 %.

Teknik analisis data yang digunakan meliputi analisis statistik deskriptif dan uji t. Analisis deskriptif digunakan untuk mengukur efektivitas komunikasi verbal yang dilihat dari besarnya nilai rata-rata dari hasil penyebaran kuesioner dengan klasifikasi sebagaimana disajikan dalam tabel 4

Tabel 4. Kriteria Jawaban Responden

No	Persentase Pencapaian	Kategori
1	81 – 100 %	Sangat Baik
2	61 – 80 %	Baik
3	41 – 60 %	Cukup Baik
4	21 – 40 %	Kurang Baik
5	0 – 21 %	Tidak Baik

Sumber: (Arikunto, 2010)

Kriteria jawaban responden digunakan untuk mengklasifikasikan hasil tanggapan responden terhadap variabel penelitian. Kategori tersebut membantu peneliti

menafsirkan tingkat pencapaian jawaban responden, mulai dari tidak baik hingga sangat baik.

Tahap kedua melibatkan pengujian dasar yang mencakup uji normalitas. Uji normalitas dilakukan sebelum uji One Sample t-Test. Uji normalitas menjadi syarat utama untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal.

Tabel 5. Uji Normalitas
One - Sample Kolmogorov - Smirnov Test
VAR00001

N		42
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	8,60
	Std. Deviation	0,767
Most Extreme Differences	Absolute	0,544
	Positive	0,351
	Negative	-0,544
Test Statistic		0,544
Asymp. Sig. (2-tailed)		0,106
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		

Sumber: Data Primer diolah SPSS 27, 2026

Berdasarkan tabel 5, hasil uji normalitas menggunakan SPSS diketahui nilai *Kolmogorov – Smirnov Test Sig.* Sebesar 0.106, nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0.05 ($0.106 < 0.05$), data penelitian variabel Penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan berdasarkan teori dinyatakan berdistribusi normal sehingga dapat dilanjutkan pada uji hipotesis menggunakan One Sample t-Test.

Tabel 6. Uji One – Sample t-Test

One-Sample Test						
Test Value = 0						
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantauan Perempuan	72.626	41	<,001	8.59524	8.356	8.8342

Sumber: Data Primer diolah SPSS 27, 2026

Berdasarkan tabel 6, hasil uji t atau hipotesis (*uji one sample t-test*) nilai T-hitung dari SPSS adalah sebesar 72.626. Nilai tersebut kemudian dibandingkan dengan T-tabel dengan derajat kebebasan sesuai jumlah responden dan taraf kesalahan 5% (0.05). Nilai T-tabel adalah sebesar 1,682. Hasil perbandingan menunjukkan bahwa T-hitung lebih besar daripada T-tabel, yaitu $72.626 > 1,682$. Dengan demikian, hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Artinya, komunikasi verbal efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam menggunakan

komunikasi verbal memiliki peran penting dalam membantu proses adaptasi di lingkungan kampus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi verbal efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta. Temuan ini menjawab rumusan masalah penelitian, yaitu apakah komunikasi verbal efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan. Berdasarkan hasil pengujian One Sample t-Test, diperoleh T-hitung sebesar 72,626 yang lebih besar daripada T-tabel sebesar 1,682. Dengan demikian, komunikasi verbal terbukti efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan.

Komunikasi verbal berperan penting dalam proses penyesuaian diri karena mahasiswa perantauan perempuan berada pada lingkungan baru yang menuntut kemampuan berinteraksi. Melalui komunikasi verbal, mahasiswa dapat menyampaikan pikiran, perasaan, informasi, serta kebutuhan mereka kepada orang lain. Kemampuan ini membantu mahasiswa dalam membangun hubungan sosial, memahami aturan kampus, berinteraksi dengan teman sebaya, serta berkomunikasi dengan dosen.

Dalam konteks kehidupan kampus, mahasiswa perantauan perempuan membutuhkan komunikasi verbal untuk menghadapi berbagai situasi akademik dan sosial. Pada aspek akademik, komunikasi verbal membantu mahasiswa bertanya ketika mengalami kesulitan, menyampaikan pendapat dalam diskusi, dan mengikuti proses pembelajaran dengan lebih baik. Pada aspek sosial, komunikasi verbal membantu mahasiswa menjalin hubungan pertemanan dan mengurangi rasa canggung di lingkungan baru. Pada aspek personal-emosional, komunikasi verbal membantu mahasiswa mengungkapkan perasaan dan mencari dukungan sosial ketika menghadapi tekanan. Pada aspek institusi, komunikasi verbal membantu mahasiswa memahami aturan dan kebiasaan yang berlaku di lingkungan kampus.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi verbal tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian pesan, tetapi juga sebagai sarana adaptasi. Mahasiswa perantauan perempuan yang mampu menggunakan komunikasi verbal dengan baik cenderung lebih mudah membangun relasi sosial dan menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus. Komunikasi verbal yang jelas, efektif, dan terbuka membantu mahasiswa merasa lebih percaya diri dalam menghadapi lingkungan baru.

Temuan ini sejalan dengan teori komunikasi verbal yang menempatkan bahasa dan kata sebagai unsur penting dalam proses penyampaian pesan. Kata-kata memungkinkan individu menyampaikan maksud, pikiran, dan perasaan secara lebih jelas. Dalam penelitian ini, indikator komunikasi verbal seperti kejelasan bahasa, pilihan kata, kelancaran berbicara, intonasi dan penekanan suara, serta keterbukaan dalam berkomunikasi menjadi bagian penting yang mendukung efektivitas komunikasi mahasiswa perantauan perempuan.

Temuan ini juga sejalan dengan teori penyesuaian diri yang menjelaskan bahwa individu perlu mengatasi tuntutan diri dan tuntutan lingkungan agar tercipta keseimbangan. Mahasiswa perantauan perempuan yang berada jauh dari daerah asal membutuhkan kemampuan adaptasi yang kuat. Komunikasi verbal menjadi salah satu cara untuk menghadapi tuntutan tersebut, karena melalui komunikasi mahasiswa dapat memperoleh informasi, membangun dukungan sosial, dan memahami lingkungan baru.

Penelitian sebelumnya tentang hubungan antara komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri mahasiswa perantau telah menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Penelitian ini memperkuat temuan tersebut dengan berfokus pada perspektif yang lebih spesifik, yaitu peran komunikasi verbal dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantauan perempuan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan

penegasan bahwa kemampuan verbal mahasiswa memiliki peran penting dalam proses adaptasi di lingkungan perguruan tinggi.

Berdasarkan keseluruhan hasil penelitian, komunikasi verbal dapat dipandang sebagai keterampilan yang perlu dikembangkan oleh mahasiswa perantau perempuan. Mahasiswa yang mampu berkomunikasi secara jelas dan terbuka akan lebih mudah memahami lingkungan, menjalin hubungan sosial, serta menghadapi tekanan akademik dan sosial. Oleh karena itu, komunikasi verbal menjadi salah satu faktor penting dalam membantu mahasiswa perantau perempuan tidak hanya bertahan, tetapi juga berkembang dalam kehidupan kampus.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa komunikasi verbal efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa perantau perempuan FISEB Angkatan 2022 UIC Jakarta. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji One Sample t-Test yang menunjukkan nilai T-hitung lebih besar daripada T-tabel, yaitu $72,626 > 1,682$.

Komunikasi verbal membantu mahasiswa perantau perempuan dalam menyampaikan pikiran, perasaan, informasi, serta kebutuhan mereka kepada orang lain. Komunikasi verbal juga membantu mahasiswa membangun hubungan sosial, memahami lingkungan akademik, berinteraksi dengan teman sebaya dan dosen, serta mengurangi hambatan dalam proses penyesuaian diri.

Dengan demikian, komunikasi verbal bukan hanya menjadi alat penyampaian pesan, tetapi juga menjadi bagian penting dari proses adaptasi mahasiswa perantau perempuan di lingkungan perguruan tinggi. Semakin baik kemampuan komunikasi verbal mahasiswa, semakin besar pula peluang mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus secara akademik, sosial, personal-emosional, dan institusional.

Daftar Pustaka

- Ananda, R. D., & Winarsih, T. (2025). Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau di Universitas'aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/10.59141/japendi.v6i1.7115>
- Dewi, R. K. (2024). *Pengertian, Unsur, dan Contoh Komunikasi Verbal*. <https://www.kompas.com/skola/read/2024/03/02/203653869/pengertian-unsur-dan-contoh-komunikasi-verbal>
- Endriani, A. (2022). *HUBUNGAN ANTARA KEMANDIRIAN DENGAN PENYESUAIN DIRI*. 2(2), 311–317.
- Fadilah, R. (2025). *Komunikasi verbal: Jenis, bentuk, beserta contohnya*. <https://www.antaranews.com/berita/4779205/komunikasi-verbal-jenis-bentuk-beserta-contohnya>
- Farida Nurul R, Surokim, Netty Dyah K, N. S. (n.d.). *Jurnal Komunikasi*. No 02, Vol.
- Firly Dwyka Ra'uf. (2026). *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*. 03(02), 1764–1770.
- Hermawan, D., Sukarni, N. F., & Krismasakti, B. (n.d.). *Petanda : Jurnal Ilmu Komunikasi dan Humaniora Pengalaman Komunikasi Pekerja Rantau Asal Jawa Tengah Dalam Beradaptasi di Jakarta*. 16–29.

- Isnawati, D., & Suhariadi, F. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Masa Persiapan Pensiun Pada Karyawan PT Pupuk Kaltim. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 1(3), 172–177. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/105481>
- Khoiruddin, M. A. (2012). *Peran Komunikasi dalam Pendidikan*. 23, 118–131.
- Kumalasari, F. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan*. 1(1).
- Kusumawati, T. R. I. I. (2016). *KOMUNIKASI VERBAL DAN NONVERBAL*. 6(2).
- Ningrum, A. K., Fauzi, M., Islam, N., Dakwah, F., & Bandung, U. I. (2024). *Peran Penting Bahasa dalam Komunikasi untuk Membangun Hubungan Pertemanan di Kampus*. 69–76.
- Nunung. (2022). PENGARUH KOMUNIKASI VERBAL TERHADAP PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA DI PERANTAUAN(Studi Kasus Mahasiswa Asal konawe Sulawesi Tenggara di Jakarta Timur) SKRIPSI. *Skripsi*, 8.
- Pritaningrum, M., & Hendriani, W. (2018). *Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama*. 031, 2018.
- Prof. Dr. H. Suwatno, M. S. (2022). *DASAR-DASAR KOMUNIKASI DALAM PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI*. <https://berita.upi.edu/dasar-dasar-komunikasi-dalam-pembelajaran-di-perguruan-tinggi/#gsc.tab=0>
- Putri, Auliya Divina. (2022). *Nilai - Nilai Positif Merantau*. <https://sumbar.antaranews.com/berita/479645/nilai--nilai-positif-merantau>
- Rahmadani, A., & Rahmawati, Y. M. (2020). *Adaptasi akademik , sosial , personal , dan institusional : studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama*. 8(3), 158–166.
- Rodiah Dwi Ananda, T. W. (2023). Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau di Universitas Aisyah Pringsewu Tahun 2023. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 10. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i1.1953>
- Saniskoro, B. S. R., & Akmal, S. Z. (2020). Peranan penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa perantau di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 96–106. <https://doi.org/10.24854/jpu67>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.