



Hubungan Komunikasi Keluarga Dan Stres Akademik Terhadap Gaya Kelekatan Interpersonal Pada Mahasiswa Rantau Asal Jabodetabek

Cornelia Shalzabila Kireida¹, Prinska Damara Sastri², Ahmad Taufik Maulana Ramdan³

^{1,2} Psikologi, Universitas Indonesia Membangun

³ Ilmu Komunikasi, Universitas Indonesia Membangun

corneliashalzabila@student.inaba.ac.id, prinska.damara@inaba.ac.id, ahmad.taufik@inaba.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan komunikasi keluarga dan stres akademik terhadap gaya kelekatan interpersonal pada mahasiswa rantau asal Jabodetabek yang sedang menempuh pendidikan di Bandung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat komunikasi keluarga pada mahasiswa rantau didominasi kategori sedang dengan persentase sebesar 74,7%, tingkat stres akademik didominasi kategori sedang sebesar 77,9%, dan gaya kelekatan interpersonal didominasi kategori sedang sebesar 80,0%. Hasil uji parsial menunjukkan bahwa komunikasi keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan gaya kelekatan interpersonal ($r = 0,816$; $p = 0,000 < 0,05$), sehingga hipotesis pertama diterima. Sementara itu, stres akademik memiliki hubungan yang signifikan dengan gaya kelekatan interpersonal ($r = 0,234$; $p = 0,023 < 0,05$), sehingga hipotesis kedua diterima. Hasil uji simultan menunjukkan bahwa komunikasi keluarga dan stres akademik secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan terhadap gaya kelekatan interpersonal ($F = 94,045$; $p = 0,000 < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,672 menunjukkan bahwa komunikasi keluarga dan stres akademik memberikan kontribusi sebesar 67,2% terhadap gaya kelekatan interpersonal, sedangkan sebesar 32,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Temuan ini menunjukkan bahwa komunikasi keluarga merupakan faktor yang lebih dominan dalam menjelaskan variasi gaya kelekatan interpersonal pada mahasiswa rantau dibandingkan stres akademik.

Kata kunci: Komunikasi Keluarga, Stres Akademik, Gaya Kelekatan Interpersonal, Mahasiswa Rantau.

Abstrak

This study aimed to examine the relationship between family communication and academic stress with interpersonal attachment styles among migrant students from the Greater Jakarta area (Jabodetabek) studying in Bandung. The results showed that family communication was predominantly in the moderate category (74.7%), academic stress was predominantly in the moderate category (77.9%), and interpersonal attachment style was predominantly in the moderate category (80.0%). The partial correlation analysis indicated that family communication had a significant relationship with interpersonal attachment style ($r = 0.816$; $p = 0.000 < 0.05$), thus supporting the first hypothesis. Meanwhile, academic stress also had a significant relationship with interpersonal attachment style ($r = 0.234$; $p = 0.023 < 0.05$), thus supporting the second hypothesis. The simultaneous test results revealed that family communication and academic stress jointly had a significant relationship with interpersonal attachment style ($F = 94.045$; $p = 0.000 < 0.05$). The coefficient of determination (R^2) was 0.672, indicating that family communication and academic stress contributed 67.2% to the variance in interpersonal attachment style, while the remaining 32.8% was influenced by other factors not examined in this study. These findings suggest that family communication is a more dominant factor in explaining variations in interpersonal attachment styles among migrant students compared to academic stress.

Keywords: Family Communication, Academic Stress, Interpersonal Attachment Style, Migrant Students.

1. Pendahuluan

Merantau untuk menempuh pendidikan tinggi merupakan fenomena yang umum terjadi di Indonesia. Banyak mahasiswa memilih meninggalkan daerah asal untuk melanjutkan studi di kota-kota pendidikan, salah satunya Bandung (Simanjuntak et al., 2025; Wahyutama & Maulani, 2022). Dalam proses ini, sifat dan karakteristik kepribadian dari mahasiswa perantau sangat penting agar mereka bisa beradaptasi dengan baik dan memiliki pandangan yang positif terhadap lingkungan kampus mereka (Nuradina et al., 2023). Sebagai mahasiswa perantau, individu tidak hanya dihadapkan pada tuntutan akademik, tetapi juga harus beradaptasi dengan lingkungan sosial yang baru, belajar mengelola kehidupan secara mandiri, serta mengambil berbagai keputusan penting tanpa pendampingan langsung dari keluarga (Akbar, 2023; Ekanesia et al., 2023; Simanjuntak et al., 2025). Perubahan tersebut menjadikan masa perantauan sebagai periode yang penuh tantangan sekaligus rentan menimbulkan berbagai tekanan emosional.

Salah satu tantangan awal yang paling terasa saat mahasiswa mulai merantau adalah berkurangnya intensitas interaksi langsung dengan keluarga akibat jarak geografis. Padahal, keluarga merupakan sumber dukungan. Hubungan Komunikasi Keluarga Dan Stres Akademik Terhadap Gaya Kelekatan Interpersonal Pada Mahasiswa Rantau Asal Jabodetabek

emosional utama yang berperan penting dalam menjaga kesehatan mental anak dan membantunya menghadapi berbagai perubahan selama masa transisi menuju kehidupan mandiri ini (Ekanesia et al., 2024). Di tengah usaha mahasiswa untuk menggali potensi diri di lingkungan baru yang penuh persaingan, keterbatasan komunikasi dengan orang tua dapat memunculkan perasaan kesepian, kerinduan, hingga kesulitan dalam menyesuaikan diri (Ekanesia, 2023; Khoirunnisa et al., 2025; Najmudin et al., 2023). Sebaliknya, komunikasi keluarga yang terjaga secara rutin dan terbuka mampu memberikan rasa aman, membantu mahasiswa mengekspresikan perasaan, serta memperkuat hubungan emosional meskipun berada pada lokasi yang berbeda (Apriliyanti, 2025).

Namun, jarak dengan keluarga ini tidak hanya memengaruhi kondisi emosional saja, melainkan juga memperberat beban psikologis mahasiswa ketika mereka dihadapkan pada berbagai tuntutan perkuliahan yang memicu stres akademik. Ketika dukungan fisik dari orang tua berkurang, beban tugas, tekanan ujian, tuntutan pencapaian prestasi, keterbatasan waktu, serta proses adaptasi dengan cara belajar yang baru di kampus akan terasa jauh lebih menekan bagi mahasiswa perantau (Fikri & Nuradina, 2023; Humaira et al., 2024; Sikwanaman & Suryadi., 2025). Kondisi tersebut menjadi semakin kompleks karena mereka harus mengelola tekanan akademik ini secara mandiri tanpa adanya sistem pendukung harian di rumah (Ardi et al., 2025). Jika mahasiswa tidak pintar mengatur waktu belajarnya di tengah tekanan tersebut, mereka sering kali terdorong untuk menunda-nunda tugas kuliah yang akhirnya malah memperberat beban mereka sendiri (Sastri, 2022b). Apabila tidak dikelola dengan baik, stres akademik ini tidak hanya menurunkan motivasi belajar, tetapi juga mulai memengaruhi bagaimana cara mahasiswa berinteraksi dan menjaga hubungan dengan orang-orang di sekitarnya (Chairul et al., 2024).

Perubahan pada cara berinteraksi akibat stres akademik dan modal dukungan komunikasi keluarga inilah yang pada akhirnya akan membentuk gaya kelekatan interpersonal pada mahasiswa perantau. Gaya kelekatan interpersonal ini menggambarkan bagaimana individu memandang dirinya sendiri dan orang lain ketika mereka mencoba menjalin hubungan yang dekat secara emosional di lingkungan baru (Fikri et al., 2024; Wahda, 2024). Pola hubungan yang hangat dengan keluarga sejak awal akan membantu membentuk dasar rasa percaya diri pada mahasiswa, sehingga mereka bisa memakai cara-cara yang positif dan menghindari perilaku yang merusak saat menyelesaikan masalah dalam hubungan pertemanan mereka (Fikri et al., 2024). Mahasiswa yang memiliki dasar rasa aman ini cenderung mampu mengatur emosinya dengan baik dan lebih mudah berbaur (Sasmita & Ekanesia, 2025). Sebaliknya, jika stres akademik yang dihadapi terlalu berat dan tidak diimbangi dengan komunikasi keluarga yang baik, mahasiswa akan merasa cemas, kurang percaya diri, dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosialnya (Andini et al., 2025). Berbagai penelitian sebelumnya telah menunjukkan pentingnya komunikasi keluarga dalam kehidupan mahasiswa perantau. (Khoirunnisa et al., 2025) menemukan bahwa komunikasi keluarga berperan sebagai sumber dukungan emosional yang membantu mahasiswa menghadapi berbagai tantangan selama merantau. Penelitian (Fitriani et al., 2024) juga menunjukkan bahwa komunikasi yang terbuka dan suportif berkaitan dengan tingkat stres akademik yang lebih rendah. Di sisi lain, kualitas hubungan dengan figur lekat berhubungan dengan kemampuan individu dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat (Wahda, 2024). Untuk membantu meredakan stres di perantauan, mahasiswa bisa bercerita atau meminta bantuan melalui program konseling teman sebaya maupun melatih diri dengan teknik relaksasi mandiri agar emosinya bisa kembali tenang (Akbar et al., 2024; Sastri, 2022a). Melalui pengelolaan stres yang baik dan didukung oleh karakter kepribadian yang positif, mahasiswa perantau akan lebih siap dalam merencanakan masa depan mereka (Akbar et al., 2023; Akbar et al., 2025). Dukungan keluarga dan pengelolaan stres yang baik secara bersama-sama sangat penting untuk menjaga kesejahteraan psikologis mahasiswa (Chairul et al., 2024).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih mengkaji hubungan komunikasi keluarga dengan stres akademik atau hubungan komunikasi keluarga dengan kelekatan interpersonal secara terpisah. Penelitian yang menganalisis keterkaitan komunikasi keluarga dan stres akademik terhadap gaya kelekatan interpersonal secara simultan, khususnya pada mahasiswa perantau di Bandung, masih relatif terbatas. Padahal, mahasiswa perantau merupakan kelompok yang menghadapi tantangan akademik, sosial, dan emosional secara bersamaan sehingga perlu dipahami faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan hubungan interpersonal mereka.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan komunikasi keluarga dan stres akademik dengan gaya kelekatan interpersonal pada mahasiswa perantau asal Jabodetabek yang sedang menempuh pendidikan di Bandung. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris mengenai faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan hubungan interpersonal mahasiswa perantau, sekaligus memperkaya kajian psikologi terkait dinamika kehidupan mahasiswa di perantauan.

2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional untuk mengkaji hubungan komunikasi keluarga (X1), stres akademik (X2), dan gaya kelekatan interpersonal (Y) pada mahasiswa rantau asal Jabodetabek yang sedang menempuh pendidikan di Bandung tanpa memberikan perlakuan khusus kepada responden, sekaligus memperoleh pemetaan yang akurat, terukur, dan empiris mengenai dampak dari fenomena psikologis yang sedang diuji (Bernadisman dkk., 2024; Ekanesia, 2022). Sampel penelitian

berjumlah 95 mahasiswa yang diperoleh menggunakan teknik *snowball sampling*. Kriteria responden meliputi mahasiswa aktif, berasal dari wilayah Jabodetabek, sedang berkuliah di Bandung, dan berusia 18–30 tahun. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring (*Google Form*) menggunakan Skala Likert empat poin. Instrumen penelitian terdiri atas skala Komunikasi Keluarga berdasarkan teori Koerner dan Fitzpatrick (6 item), skala Stres Akademik berdasarkan teori Lazarus (8 item), serta skala Gaya Kelekatan Interpersonal berdasarkan teori Bowlby (14 item). Uji validitas menggunakan kriteria r hitung $> r$ tabel (0,202; $\alpha = 0,05$), sedangkan uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha dengan ambang batas $\geq 0,60$. Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 27 yang meliputi statistik deskriptif, korelasi pearson product moment, serta regresi linear berganda dengan uji t (parsial), uji F (simultan), dan koefisien determinasi (R^2).

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil Penelitian *Karakteristik Sampel*

Dalam penelitian ini, subjek yang dijadikan sampel adalah mahasiswa aktif di Bandung yang memenuhi kriteria penelitian. Jumlah responden yang berhasil dikumpulkan secara keseluruhan adalah sebanyak 95 mahasiswa. Adapun data mengenai sebaran karakteristik umum subjek penelitian yang disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Umum Subjek Penelitian

Karakteristik	Kategori	(N)	(%)
Jenis Kelamin	Laki-Laki	48	50,5%
	Perempuan	47	49,5%
Asal Daerah	Jakarta	20	21,1%
	Bogor	32	33,7%
	Depok	13	13,7%
	Tangerang	13	13,7%
	Bekasi	17	17,9%
Total		95	100%

Pada Tabel 1 karakteristik responden, berdasarkan jenis kelamin, responden laki-laki berjumlah 48 orang (50,5%), sedangkan responden perempuan berjumlah 47 orang (49,5%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa proporsi responden laki-laki dan perempuan relatif seimbang. Berdasarkan daerah asal, sebagian besar responden berasal dari Bogor sebanyak 32 orang (33,7%), diikuti Jakarta sebanyak 20 orang (21,1%), Bekasi sebanyak 17 orang (17,9%), serta Depok dan Tangerang yang masing-masing berjumlah 13 orang (13,7%). Data tersebut menunjukkan bahwa responden penelitian berasal dari seluruh wilayah Jabodetabek dengan dominasi mahasiswa yang berasal dari Bogor.

Kualitas Instrumen

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, dilakukan evaluasi terhadap kualitas instrumen yang digunakan dalam penelitian ini melalui uji validitas dan reliabilitas. Berdasarkan hasil pengujian validitas, butir pernyataan dinyatakan valid dengan nilai r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} (0.202). Setelah uji validitas, uji reliabilitas dilakukan untuk melihat konsistensi internal dan instrumen, pengujian reliabilitas terhadap butir-butir pernyataan yang valid tersebut disajikan secara terstruktur pada Tabel 2.

Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Komunikasi Keluarga	0,691	Reliabel
Stres Akademik	0,793	Reliabel
Gaya Kelekatan Interpersonal	0,883	Reliabel

Berdasarkan data pada Tabel 2, seluruh instrumen yang digunakan memiliki nilai *Cronbach's Alpha* di atas batas minimum ($>0,60$). Sehingga dapat dikatakan bahwa variabel Komunikasi keluarga, Stres Akademik, dan Gaya Kelekatan Interpersonal dinyatakan reliabel.

Statistik Deskriptif Variabel

Untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi masing-masing variabel penelitian dilakukan analisis statistik deskriptif yang meliputi nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum. Hasil analisis disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Variabel

Variabel	Mean	SD	Min	Max
Komunikasi Keluarga	14,53	3,29	9	23
Stres Akademik	19,49	3,77	10	32
Gaya Kelekatan Interpersonal	29,88	7,48	21	49

Berdasarkan Tabel 3, variabel Komunikasi Keluarga memiliki nilai rata-rata sebesar 14,53 (SD=3,29) dengan rentang skor 9 hingga 23. Variabel Stres Akademik memiliki nilai rata-rata 19,49 (SD=3,77) dengan rentang skor 10 hingga 32. Lalu variabel Gaya Kelekatan Interpersonal yang memiliki nilai rata-rata 29,88 (SD=7,48) dengan rentang skor 21 hingga 49.

Analisis Korelasi Pearson

Untuk mengetahui hubungan antar variabel penelitian, dilakukan analisis Korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil analisis korelasi disajikan pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Pearson

Hubungan Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig. (2-Tailed)
Komunikasi Keluarga – Gaya Kelekatan Interpersonal	0.816	0.000
Stres Akademik – Gaya Kelekatan Interpersonal	0.234	0.023

Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan bahwa Komunikasi Keluarga memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan Gaya Kelekatan Interpersonal ($r = 0.816$, $p < 0.05$). Selain itu, stres akademik juga menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan dengan gaya kelekatan interpersonal ($r = 0.234$, $p < 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi komunikasi keluarga, maka semakin tinggi skor gaya kelekatan interpersonal. Demikian pula, semakin stres akademik maka semakin tinggi skor gaya kelekatan interpersonal. Kekuatan hubungan komunikasi keluarga dengan gaya kelekatan interpersonal tergolong sangat kuat, sedangkan hubungan stres akademik dengan gaya kelekatan interpersonal tergolong lemah.

Analisis Regresi Linear Berganda

Untuk mengetahui kontribusi Komunikasi Keluarga dan Stres Akademik terhadap Gaya Kelekatan Interpersonal, dilakukan analisis regresi linear berganda. Analisis ini bertujuan untuk menguji pengaruh masing-masing variabel independent secara parsial terhadap variabel dependent. Hasil analisis regresi linear berganda disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

Variabel	B	SE	β	t	p
Konstanta	.553	2.814		.197	.845
Komunikasi Keluarga	1.820	.138	.801	13.145	0.000

DOI: <https://doi.org/10.69693/ijmst.v4i2.12575>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Stres Akademik	.149	.121	.075	1.230	0.222
----------------	------	------	------	-------	-------

Berdasarkan Tabel 5, variabel komunikasi keluarga memperoleh koefisien regresi sebesar 1.820 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$), sedangkan variabel stres akademik memperoleh koefisien regresi 0.149 dengan nilai signifikansi sebesar 0.222 ($p > 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hanya variabel komunikasi keluarga yang memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan gaya kelekatan interpersonal, sedangkan stres akademik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Selain melihat kontribusi masing-masing variabel secara parsial, analisis regresi juga dilakukan untuk mengetahui secara keseluruhan kontribusi kedua variabel yang tersaji pada tabel 6.

Tabel 6. Statistik Model Regresi

Statistik Model	Nilai
R	.819
R square	.672
Adjusted R square	.664
F	94.045
Sig. F	.000

Berdasarkan Tabel 6, uji koefisien determinasi mendapatkan nilai R_{square} sebesar 0.672. Hasil tersebut menunjukkan bahwa komunikasi keluarga dan stres akademik secara bersama-sama mampu memberikan kontribusi sebesar 67,2% terhadap variasi gaya kelekatan interpersonal, sedangkan sisanya 32,8% dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian. Selain itu, hasil uji simultan menunjukkan nilai F sebesar 94.045 dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), sehingga model regresi yang digunakan dinyatakan signifikan dan memiliki kelayakan model yang sangat baik

3.2. Pembahasan Tingkat Komunikasi Keluarga Mahasiswa Rantau

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat komunikasi keluarga pada mahasiswa perantau di Bandung mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 71 responden (74,7%), sedangkan 15 responden (15,8%) berada pada kategori tinggi dan 9 responden (9,5%) berada pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa perantau masih mampu mempertahankan komunikasi dengan keluarga meskipun berada jauh dari rumah. Kategori sedang menggambarkan bahwa mahasiswa tetap memiliki kesempatan untuk berkomunikasi, berbagi pengalaman, serta memperoleh dukungan dari keluarga, meskipun intensitas dan kualitas komunikasi yang dirasakan belum sepenuhnya berada pada tingkat tinggi.

Kondisi tersebut dapat dijelaskan melalui konsep Family Communication Pattern Theory (FCPT) yang menjelaskan bahwa komunikasi keluarga terbentuk melalui dua dimensi utama, yaitu orientasi percakapan dan orientasi konformitas (Koerner & Fitzpatrick, 2002 dalam Price, 2023). Komunikasi keluarga yang berjalan secara terbuka dan konsisten dapat membantu individu merasa tetap terhubung secara emosional dengan keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian (Khoirunnisa et al., 2025) yang menunjukkan bahwa mahasiswa perantau memiliki pengalaman komunikasi keluarga yang berbeda-beda selama menjalani kehidupan di daerah rantau. Selain itu, (Simanjuntak et al., 2025) menjelaskan bahwa komunikasi yang tetap terjaga dengan keluarga dapat membantu mahasiswa mengurangi rasa kesepian serta meningkatkan kemampuan adaptasi. Dalam konteks mahasiswa rantau, komunikasi keluarga menjadi salah satu sumber dukungan emosional yang membantu mahasiswa menghadapi perubahan lingkungan, tuntutan akademik, dan kehidupan mandiri jauh dari keluarga.

Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Rantau

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat stres akademik pada mahasiswa perantau di Bandung didominasi oleh kategori sedang, yaitu sebanyak 74 responden (77,9%), sedangkan 13 responden (13,7%) berada pada kategori tinggi dan 8 responden (8,4%) berada pada kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami tekanan akademik dalam tingkat tertentu selama menjalani perkuliahan di lingkungan baru. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa mahasiswa perantau menghadapi berbagai tuntutan, seperti penyelesaian tugas, ujian, pengaturan waktu, serta proses adaptasi dengan sistem pembelajaran dan lingkungan sosial yang berbeda, tetapi sebagian besar masih mampu mengelola tekanan tersebut sehingga tidak berada pada tingkat stres yang tinggi.

Temuan tersebut sesuai dengan Transactional Model of Stress and Coping yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman, yang menjelaskan bahwa stres muncul ketika individu menilai tuntutan lingkungan sebagai sesuatu yang melebihi kemampuan dirinya dalam menghadapi situasi tersebut. Kemampuan individu dalam melakukan penilaian terhadap masalah dan menggunakan strategi coping akan mempengaruhi tingkat stres yang dialami. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan (Humaira et al., 2024) yang menjelaskan bahwa stres akademik mahasiswa berkaitan dengan tekanan tugas, keterbatasan waktu, dan tuntutan akademik. Dalam konteks mahasiswa rantau, stres akademik tidak hanya berasal dari tuntutan perkuliahan, tetapi juga proses penyesuaian hidup mandiri tanpa kehadiran keluarga secara langsung (Sikwanaman & Suryadi., 2025).

Tingkat Gaya Kelekatan Interpersonal Mahasiswa Rantau

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa gaya kelekatan interpersonal mahasiswa perantau di Bandung berada pada kategori sedang dengan jumlah 76 responden (80,0%), kemudian kategori tinggi sebanyak 16 responden (16,8%) dan kategori rendah sebanyak 3 responden (3,2%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kemampuan yang cukup baik dalam membangun hubungan interpersonal dengan orang lain. Kategori sedang menunjukkan bahwa mahasiswa mampu menjalin kedekatan dengan lingkungan sosialnya, tetapi tingkat kenyamanan dan keterbukaan dalam hubungan interpersonal masih memiliki variasi antar individu.

Hasil tersebut dapat dijelaskan melalui teori kelekatan Bowlby yang menyatakan bahwa pengalaman hubungan dengan figur lekat sejak awal kehidupan akan membentuk *internal working model*, yaitu cara individu memahami dirinya sendiri dan orang lain dalam hubungan interpersonal. Selain itu, Bartholomew dan Horowitz menjelaskan bahwa gaya kelekatan berkaitan dengan pandangan individu terhadap diri sendiri dan orang lain yang mempengaruhi cara seseorang membangun hubungan. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Wahda, 2024) yang menunjukkan bahwa kelekatan dengan orang tua berhubungan dengan kemampuan adaptasi dan kesejahteraan emosional mahasiswa rantau. Dalam konteks mahasiswa perantau, kemampuan membangun hubungan interpersonal yang cukup baik dapat membantu mahasiswa memperoleh dukungan sosial serta menghadapi tantangan selama tinggal jauh dari keluarga.

Hubungan Komunikasi Keluarga dengan Gaya Kelekatan Interpersonal Mahasiswa Rantau

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson, komunikasi keluarga memiliki hubungan positif dan signifikan dengan gaya kelekatan interpersonal dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,816$ ($p < 0,001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi keluarga yang dirasakan mahasiswa, maka semakin baik pula kemampuan mahasiswa dalam membangun hubungan interpersonal. Hubungan yang kuat ini menunjukkan bahwa komunikasi yang terbuka, adanya perhatian, dan dukungan emosional dari keluarga dapat membantu mahasiswa merasa aman ketika menjalin hubungan dengan orang lain di lingkungan perantauan.

Hasil tersebut sesuai dengan teori kelekatan Bowlby yang menjelaskan bahwa hubungan awal dengan figur lekat, terutama keluarga, menjadi dasar dalam membentuk rasa aman dan cara individu membangun hubungan sosial. Komunikasi keluarga yang positif memungkinkan mahasiswa tetap memperoleh rasa diterima dan didukung meskipun berada jauh dari keluarga. Dalam konteks mahasiswa rantau, komunikasi yang tetap terjaga dengan keluarga dapat menjadi sumber rasa aman yang membantu mahasiswa lebih terbuka dan percaya dalam membangun relasi sosial di lingkungan baru.

Hubungan Stres Akademik dengan Gaya Kelekatan Interpersonal Mahasiswa Rantau

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa stres akademik memiliki hubungan positif dan signifikan dengan gaya kelekatan interpersonal dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,234$ ($p = 0,023$). Hubungan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan stres akademik berkaitan dengan meningkatnya kecenderungan mahasiswa dalam mencari kedekatan dan dukungan dari lingkungan sosial. Meskipun hubungan yang ditemukan tergolong rendah, hasil ini menunjukkan bahwa ketika menghadapi tekanan akademik, mahasiswa dapat menggunakan hubungan interpersonal sebagai salah satu cara untuk memperoleh dukungan emosional.

Hasil tersebut dapat dijelaskan melalui Transactional Model of Stress and Coping dari Lazarus dan Folkman yang menjelaskan bahwa individu akan menggunakan strategi coping tertentu ketika menghadapi tekanan, salah satunya dengan mencari dukungan sosial. Penelitian (Chairul et al., 2024; Sikwanaman & Suryadi., 2025) menunjukkan bahwa tekanan akademik dapat mendorong mahasiswa untuk mencari dukungan dari lingkungan sekitar sebagai cara menghadapi stres. Dalam konteks mahasiswa rantau, keterbatasan dukungan langsung dari keluarga dapat membuat mahasiswa lebih mengandalkan hubungan interpersonal dengan teman sebaya sebagai sumber kenyamanan ketika menghadapi tuntutan akademik.

Hubungan Komunikasi Keluarga dan Stres Akademik dengan Gaya Kelekatan Interpersonal Mahasiswa Rantau

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda, komunikasi keluarga dan stres akademik secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap gaya kelekatan interpersonal dengan nilai koefisien determinasi

DOI: <https://doi.org/10.69693/ijmst.v4i2.12575>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

sebesar $R^2 = 0,672$, yang berarti kedua variabel independen memberikan kontribusi sebesar 67,2% terhadap perubahan gaya kelekatan interpersonal mahasiswa perantau. Secara parsial, komunikasi keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap gaya kelekatan interpersonal ($t = 13,145$; $p < 0,001$), sedangkan stres akademik tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan ($t = 1,230$; $p = 0,222$). Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi keluarga memiliki peran yang lebih dominan dibandingkan stres akademik dalam menjelaskan gaya kelekatan interpersonal mahasiswa perantau.

Hasil tersebut memperkuat teori kelekatan Bowlby yang menjelaskan bahwa hubungan emosional dengan figur lekat menjadi dasar dalam membangun rasa aman dan hubungan interpersonal individu. Selain itu, komunikasi keluarga yang suportif dapat membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan kehidupan perantauan, termasuk tekanan akademik dan perubahan lingkungan sosial. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Fitriani et al., 2024; Wahda, 2024) yang menunjukkan bahwa kualitas komunikasi dengan keluarga berkaitan dengan kemampuan adaptasi emosional mahasiswa. Dalam konteks mahasiswa rantau, keberadaan komunikasi keluarga yang baik dapat menjadi faktor protektif yang membantu mahasiswa mempertahankan hubungan interpersonal yang sehat meskipun menghadapi berbagai tantangan akademik dan kehidupan mandiri.

3. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, komunikasi keluarga dan stres akademik secara simultan memiliki hubungan yang signifikan dengan gaya kelekatan interpersonal pada mahasiswa rantau asal Jabodetabek di Kota Bandung. Kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 67,2% terhadap variasi gaya kelekatan interpersonal. Secara parsial, komunikasi keluarga memiliki hubungan positif dan signifikan dengan gaya kelekatan interpersonal, sedangkan stres akademik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas komunikasi yang terjalin antara mahasiswa dan keluarga memiliki peran yang lebih besar dalam membentuk hubungan interpersonal dibandingkan tekanan akademik yang dialami selama perkuliahan. Secara deskriptif, komunikasi keluarga, stres akademik, dan gaya kelekatan interpersonal mayoritas berada pada kategori sedang. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa masih mampu menjaga komunikasi dengan keluarga, mengelola tekanan akademik, serta membangun hubungan interpersonal yang cukup baik selama menjalani kehidupan di perantauan. Temuan penelitian ini mengimplikasikan pentingnya menjaga komunikasi yang terbuka, hangat, dan konsisten antara mahasiswa dan keluarga sebagai sumber dukungan emosional selama masa perkuliahan. Selain itu, hasil penelitian ini membuka peluang untuk mengkaji faktor lain yang mungkin berhubungan dengan gaya kelekatan interpersonal.

Reference

- Akbar, R. F. (2023). Perkembangan Karir Mahasiswa Pria Berdasarkan Profil Minat Tes Holland Di Fakultas Psikologi Universitas X Di Kota Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Akbar, R. F. (2024). Peer Counseling Training For Students. *CV. Utama Karya*.
- Akbar, R. F. (2025). Studi Deskriptif Kepribadian Shadiq Pada Mahasiswa Psikologi Di Universitas X Di Bandung. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*.
- Akbar¹, R. F., Ekanesia², P., & Sastri, D. (N.D.). *STRATEGI RESOLUSI KONFLIK DAN DAMPAKNYA TERHADAP PENYESUAIAN PERNIKAHAN PADA PASANGAN SUAMI-ISTRI DI KOTA BANDUNG*.
- Aldinel Fikri, & Kartika Nuradina. (2023). Identification Of Student Learning Style Preference Profiles In Hybrid Learning Settings: An Essential Consideration For Developing Learning Strategies. *West Science Interdisciplinary Studies*, 1(09), 719–730. <https://doi.org/10.58812/Wsis.V1i09.205>
- Andini, Suparto, T. A., Dharmansyah, D., Purwandari, A., & Puspita, W. (2025). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan FPOK UPI. *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic*, 3(1), 25–33.
- Apriliyanti. (2025). Pola Komunikasi Orang Tua Dengan Anak Dalam Keluarga (Studi Kasus Pola Komunikasi Orang Tua Dengan Anak Korban Bullying Di Sekolah). *Jurnal locus: Penelitian Dan Pengabdian*, 1238–1246, 4 (2).
- 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>
- Chairul, N., Astuti, N. W., & Anggraini, A. (2024). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA DENGAN BURNOUT AKADEMIK PADA MAHASISWA SKRIPSI. In *Jurnal Psikologi Konseling* (Vol. 17, Number 2).
- Damara Sastri, P. (N.D.). ACADEMIC PROCRASTINATION IN STUDENTS AND HOW TO OVERCOME IT. *Journal Of Business And Management Inaba*.
- Digitalcommons, U., All Graduate Theses, U., & Price, C. J. (2023). *Family Communication Patterns, Emotion Regulation, And Coping Family Communication Patterns, Emotion Regulation, And Coping Behaviors In Young Adults Behaviors In Young Adults*. <https://digitalcommons.usu.edu/etd/8794>
- Ekanesia, P. (2023). Exploring Self-Potential In The Competition Of The Digital Age. *Science Press*.
- Ekanesia, P., Akbar, R. F., & Sastri, P. D. (2024). Profil Perceived Social Support Dan Hubungannya Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 22(01), 21–33. <https://doi.org/10.47007/jpsi.V22i01.361>
- Fikri, A., Arafat, Y., & Tajuddin, I. (2024). Gaya Keterikatan Dan Manajemen Konflik: Memprediksi Perilaku Destruktif Dan Konstruktif Dalam Hubungan Dekat. *Inaba Journal Of Psychology*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.56956/Ijop.V2i1.392>
- Fitriani, K., Fitriani, N., Tanjung, A. Zahra, & Muksin, N. Nurani. (2024). Hubungan Antara Kuantitas Komunikasi Keluarga Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Lppm Umj*, (November), 8.
- Humaira, S., & Astuti, W. (2024). Gambaran Stress Akademik Pada Mahasiswa Indonesia Bagian Timur Di Provinsi Aceh Description Of Academic Stress In Eastern Indonesian Students In Aceh Province. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(4), 796–809. <https://ojs.unimal.ac.id/ljpp/article/view/18071>
- Khoirunnisa, R., Azkiya, E. P., Rusmiati, M., Ayutriani, S. S., Kinnatia, N., Khairunada, N. A., Achdiani, Y., & Fatimah, S. N. (2025). Dinamika Pola Komunikasi Keluarga Pada Mahasiswa Perantauan. *Jurna Ilmiah Teknik Informatika Dan Komunikasi*, 302–311, 5 (2).

- Najmudin, M. F., Khotima, N. A., & Lubis, R. F. (2023). PERAN ORANG TUA TERHADAP PSIKOLOGIS ANAK RANTAU MELALUI KOMUNIKASI JARAK JAUH. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 10(01), 88–99. <https://doi.org/10.21009/Jkkp.101.08>
- Nuradina, K., Ekanesia, P., Athallah, S. F., & Mukin, R. (2023). The Importance Of Personal Characteristic In Shaping Positive Perceptions Of Organizational Climate In Universities. In *West Science Interdisciplinary Studies* (Vol. 01, Number 09).
- Richard, T., Sikwanaman, M., & Suryadi, D. (2025). PERAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI JAWA BARAT. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 15(2). <https://doi.org/10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3>
- Sasmita, E. G., & Ekanesia, P. (2025). The Correlation Between Self-Confidence And Emotion Regulation With Learning Motivation Among Bullying Victims. *International Journal Of Psychological Studies*.
- Sastri, P. D. (2022). Sitting Meditation Training As An Alternative To Self-Healing. *Workshop Series In Psychology Proceeding*.
- Simanjuntak, C. A., Rahardjo, T. (2025). Pengalaman Komunikasi Mahasiswa Rantau Dalam Mengelola Homesick Selama Merantau. *Interaksi Online*.
- Utami, P., Saraswati, T., Ayu, G., Antari, A., & Saputra, I. K. (N.D.). *HUBUNGAN KOMUNIKASI ORANG TUA-ANAK DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS FK UNUD* (Vol. 8, Number 3).
- Wahda, M. R. (2024). Peran Attachment (Kelekatan) Orangtua Terhadap Penyesuaian Diri Anak Rantau. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 11(01), 107–118. <https://doi.org/10.21009/Jkkp.111.10>
- Wahyutama, & Maulani, S. (2022). Mahasiswa Perantauan Minang Di Jakarta. *Jurnal Konvergensi*, 377–391.