HUBUNGAN ANTARA *HELP SEEKING BEHAVIOR* DENGAN TINGKAT *HOMESICKNESS* PADA MAHASISWA RANTAU DI JAKARTA DAN JABODETABEK

TUGAS AKHIR
SKRIPSI

TITA SHANDY AULIA
46122010054

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2026

lib.mercubuana.ac.id

HUBUNGAN ANTARA *HELP SEEKING BEHAVIOR* DENGAN TINGKAT *HOMESICKNESS* PADA MAHASISWA RANTAU DI JAKARTA DAN JABODETABEK

TUGAS AKHIR
SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

TITA SHANDY AULIA

46122010054

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2026

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Tita Shandy Aulia
NIM	: 46122010054
Fakultas/ Program Studi	: Psikologi / Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:
"Hubungan antara *Help Seeking Behavior* dengan tingkat *Homesickness* pada mahasiswa rantau di Jakarta dan Jabodetabek."
adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apa pun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum serta siap menerima sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya

Jakarta, Agustus 2026



Tita Shandy Aulia

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama	: Tita Shandy Aulia
NIM	: 46122010054
Program Studi	: S1 Psikologi

dengan judul:

" HUBUNGAN ANTARA *HELP SEEKING BEHAVIOR* DENGAN TINGKAT *HOMESICKNESS* PADA MAHASISWA RANTAU DI JAKARTA ", telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 18 Agustus 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 30 %.

Jakarta, 19 Agustus 2026
Administrator Turnitin

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama	:	Tita Shandy Aulia
NIM	:	46122010054
Fakultas/Program Studi	:	Psikologi/Psikologi
Judul Tugas Akhir	:	Hubungan antara *Help Seeking Behavior* dengan Tingkat *Homesickness* pada Mahasiswa Rantau di Jakarta dan Jabodetabek

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 26 Agustus 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing

Dian Misrawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIDN: 1021118602

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 26 Agustus 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi	Ketua Program Studi Psikologi
Laila Meilyandrie Indah Wardani, Ph.D.	Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog
NIDN: 0316058002	NIDN: 0324068701

lib.mercubuana.ac.id

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi ini. Penulisan Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana/Magister/Doktor Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi.
3. Karisma riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi.
4. Dian Misrawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog Selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc Selaku Dosen Penguji 1 Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Dina Syakina, S.Si., M.Si Selaku Dosen Penguji 2 Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
7. Ibuku dunia dan pintu surgaku, cinta pertama dari penulis, ibu merupakan sosok yang paling hebat. sebanyak apapun kalimat yang tertulis tidak akan bisa mengutarakan semua amal kebaikan ibu selama hidup. Anakmu ini hanya bisa mengatakan maaf dan terima kasih. Maaf atas setiap tindakan yang mengecewakan. Maaf atas setiap hal hal yang belum mampu ku usahakan. Maaf karna masih belum mampu menjadi seperti yang ibu inginkan. Terima kasih atas kasih dan cinta yang tak pernah usai, terima kasih telah menjadi teman hidup, tempat bercerita dan rumah paling nyaman ketika dunia ku tidak baik-saja,terima kasih sudah mau berkorban dan berjuang untuk anak kecil mu ini,yang selalu mengalah dan memaafkan anak bungsumu ini. Mungkin, anakmu tergolong satu di antara milyaran manusia yang beruntung dilahirkan dari rahim wanita sehebat ibu. Sekali lagi terima kasih tak terhingga untuk ibu kuat dan hebat selama perjalanan didunia ini.
8. Cinta Pertama, Ayahanda.Beliau memang tidak sempat merasakan bangku perkulihaan, namun beliau mampu mendidik penulis dan memberikan dukungan untuk penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sampai selesai.
9. Kepada Kakak saya Yessy Nirmalasari dan Suaminya terimakasih banyak atas dukungannya secara moril maupun materi. terimakasi juga atas segla

lib.mercubuana.ac.id

motidukungannya yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.

10. Kepada Keluarga besar saya yang selalu memberikan dukumgan dalam berbagai hal.
11. Teruntuk teman dekat penulis yaitu Elfira Pratiwi, Imelda Deswara, dan Mirza Savita. Terimakasi telah bersedia menjadi rumah kedua penulis dan menjadi sahabat yang tidak hanya ada disaat tawa mengisi hari, tetapi selalu siap mendengar, atas nasihat dan motivasi yang seringkali dating tepat penulis membutuhkannya.
12. Teman-teman saya yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu, terimakasi telah menjadi *support system* dan memberikan dukungan motivasi dalam berbagai hal penulis dalam penyusunan skripsi ini. Dan Teman-teman dan sahabat penulis sejak awal perkuliahan. Segala canda, tawa, suka, sedih, dan diskusi larut malam menjadi bagian dari perjuangan yang tidak terasa sendiri. Bersama kalian, hari-hari di kampus berubah menjadi cerita yang layak dikenang. Penulis merasa sangat bersyukur dipertemukan oleh orang yang tulus, setia, dan ceria seperti kalian. Terima kasih telah bertahan di sisi penulis di kala banyak masalah yang dihadapi bersama. Kalian bukan sekadar teman, tapi bagian dari perjalanan yang akan selalu hidup dalam ingatan penulis.
13. Penenulis juga ingin mengucapkan terimakasih kepada seseorang yang belum bisa kutuliskan namanya namun yang pernah hadir didalam perjalanan hidup penulis. Meskipun tidak lagi bersama, kehadirannya pernah memberikan warna untuk penulis, kebahagiaan, dan pembelajaran yang turut menguatkan penulis. dari banyak hal yang kita lalui bersama, dan tanpa penulis sadari pengalaman tersebut itu juga menjadikan dan membentuk kegigihan penulis untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
14. Kepada kak Roudotul Firdaus. Terima kasih atas kesediaannya meluangkan waktu untuk berdiskusi serta membantu penulis dalam penelitian ini.
15. *Last but not least*, anak perempuan Kedua dan harapan orang tua, Tita Shandy Aulia. Ya, diri saya sendiri sebagai penulis. Apresiasi sebesar-besarnya untuk diri sendiri yang telah diam-diam berjuang tanpa henti. Terima kasih telah berjuang keras dan bertahan sejauh ini untuk tetap hidup dan tetap waras. Untuk setiap malam yang dihabiskan dalam *overthingking*, setiap pagi yang disambut dengan kekhawatiran, namun tetap dijalani dan berhasil dilalui. Terima kash kepada hati yang tetap ikhlas, meski banyak hal yang terjadi di luar prediksi. Terima kasih kepada jiwa yang tetap kuat, meski berkali-kali hampir menyerah karena kondisi. Terima kash kepada raga yang terus melangkah, meski Lelah menghadapi tekanan tetapi tetap harus berjuang, belajar dan selalu bersyukur untu nikmat yang Allah berikan selama hidup penulis.belajar dan mensyukuri nikmat yang Tuhan berikan. Tetap semangat untuk terus berusaha, berbahagialah dimanapun kamu berada. Penulis berdoa

lib.mercubuana.ac.id

agar langkah kecilmu selalu diperkuat, dikelilingi orang-orang baik dan hebat, serta mimpimu satu persatu akan terjawab.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, … Agustus 2026

Tita Shandy Aulia

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Tita Shandy Aulia
NIM	:	46122010054
Fakultas/Program Studi	:	Psikologi/Psikologi
Judul Tugas Akhir	:	Hubungan antara *Help Seeking Behavior* dengan Tingkat *Homesickness* pada Mahasiswa Rantau di Jakarta dan Jabodetabek

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (***Non-exclusive Royalty-Free Right***) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS MERCU BUANA

Jakarta, 17 September 2026

Yang Menyatakan,



Tita Shandy Aulia

lib.mercubuana.ac.id

HUBUNGAN ANTARA *HELP SEEKING BEHAVIOR* DENGAN TINGKAT *HOMESICKNESS* PADA MAHASISWA RANTAU DI Jakarta

TITA SHANDY AULIA

ABSTRAK

Mahasiswa rantau menghadapi tuntutan penyesuaian terhadap lingkungan baru yang dapat memunculkan *homesickness*, yaitu perasaan rindu dan ketidaknyamanan karena jauh dari rumah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menghadapi kondisi tersebut adalah *help seeking behavior*, yaitu perilaku mencari bantuan, dukungan, informasi, atau nasihat dari orang lain. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara *help seeking behavior* dengan tingkat *homesickness* pada mahasiswa rantau di Jakarta dan Jabodetabek. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel terdiri dari 183 mahasiswa rantau yang menempuh pendidikan S1 di Jakarta dan dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *omesickness Questionnaire* (HQ) dari Archer et al. *(1998)* dan alat ukur *help seeking behavior* dari Pajares et al. (2004). Analisis menggunakan korelasi *Spearman* karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara *help seeking behavior* dengan *homesickness* **(**r = -0,526; p = 0,000 < 0,05**).** Artinya, semakin tinggi *help seeking behavior*, semakin rendah tingkat *homesickness* pada mahasiswa rantau. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Kata kunci: *help seeking behavior*, *homesickness*, mahasiswa rantau, Jakarta dan Jabodetabek

lib.mercubuana.ac.id

THE RELATIONONSHIP BETWEEN HELP-SEEKING BEHAVIOR AND HOMEESICKNESS LEVELS AMONG STUDENS LIVING AWAY FROM HOME IN JAKARTA AND JABODETABEK

TITA SHANDY AULIA

ABSTRACT

Students living away from home face the challenge of adjusting to a new environment, which can trigger homesickness, a feeling of longing and discomfort from being far from home. One way to cope with this situation is through help seeking behavior, which means looking for help, support, information, or advice from others. This study aims to find out the relationship between help seeking behavior and the level of homesickness among students living away from home in Jakarta and Jabodetabek. The study used a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 183 out-of-town students pursuing their undergraduate studies in Jakarta, selected using accidental sampling. Data were collected using the Homesickness Questionnaire (HQ) by Archer et al. (1998) *and the help seeking Behavior scale by Pajares et al. (2004). Analysis was conducted using Spearman correlation because the data were not normally distributed. The results showed a negative and significant relationship between help seeking behavior and homesickness (r = -0.526; p = 0.000 < 0.05). This means that the higher the help seeking behavior, the lower the level of homesickness among out-of-town students. Thus, the research hypothesis was accepted.*

***Keywords**: help seeking behavior, homesickness, out-of-town students, Jakarta and Jabodetabek*

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL **0**
HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI ..... **ii**
PERNYATAAN *SIMILIARITY CHECK* ..... **iii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**
KATA PENGANTAR ..... **v**
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB ..... **viii**
ABSTRAK ..... **ix**
ABSTRACT ..... **x**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 2
1.3 Tujuan Penelitian 2
1.4 Manfaat Penelitian 2
1.4.1 Manfaat Teoritis 2
1.4.2 Manfaat Praktis 3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **4**
2.1 Definisi *Homesickness* 4
2.1.1 Aspek-aspek *homesickness* 5
2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi *homesickness* 5
2.1.3 Dampak *homesickness* 7
2.2 *Help Seeking Behavior* 10
2.2.1 Definisi *help Seeking Behavior* 10
2.2.2 Aspek-aspek *help seeking behavior* 11
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi *help seeking behavior* 12
2.3 Penelitian Terdahulu 13
2.4 Hubungan Antara *Help Seeking Behavior* dengan *Homesickness* 17

lib.mercubuana.ac.id

2.5 Hipotesis 19
BAB III METODE PENELITIAN 20
3.1 Desain Penelitian 20
3.2 Populasi dan Sampel 20
3.2.1 Populasi 20
3.2.2 Sampel 20
3.2.3 Teknik Pengumpulan Data 21
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional 22
3.3.1 Variabel peneitian 22
3.3.2 Definisi operasional *homesickness* 22
3.3.3 Definisi operasional *help seeking behavior* 22
3.4 Instrumen Penelitian 23
3.4.1 Alat ukur *homesickness* 23
3.4.2 Alat ukur *help seeking behavior* 24
3.5 Validitas dan Reliabilitas 25
3.5.1 Uji validitas isi 25
3.5.2 Uji validitas konstruk 26
3.5.3 Uji analisis item variabel 27
3.5.4 Uji reabilitas 29
3.6 Analisis Data 30
3.6.1 Analisis deskriptif 30
3.6.2 Analisis uji asumsi 30
3.6.3 Uji Hipotesis 30
BAB IV PEMBAHASAN 31
4.1 Gambaran Umum Subjek 31
4.1.1 Gambaran subjek berdasarkan jenis kelamin 31
4.1.2 Gambaran subjek berdasarkan tempat tinggal saat ini 31
4.1.3 Gambaran subjek berdasarkan universitas 32
4.1.4 Gambaran subjek berdasarkan semester 32
4.1.5 Gambaran subjek berdasarkan IPK 33
4.2 Uji Asumsi Klasik 33
4.2.1 Uji normalitas 33

lib.mercubuana.ac.id

4.3 Uji Hipotesis 34
4.4 Analisis Tambahan 35
4.4.1 Matriks korelasi antaraspek 35
4.4.2 Uji Beda Antar Kelompok Demografi 36
4.5 Diskusi 43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 47
5.1 Kesimpulan 47
5.2 Saran 47
5.2.1 Saran Teoritis 47
5.2.2 Saran Praktis 48
DAFTAR PUSTAKA 49
LAMPIRAN 52

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu 13
Tabel 3. 1 *Blue Print* Skala Homesickness 23
Tabel 3. 2 *Blue Print* Skala Help Seeking Behavior 24
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Konstruk *Homesickness* dan *Help Seeking Behaviour* 26
Tabel 3. 4 *Factor Loading* Variabel *Help Seeking Behavior* 27
Tabel 3. 5 *Factor Loading* Variabel *Homesickness* 28
Tabel 3. 6 Hasil Uji Realibilitas *Help Seeking Behavior* 29
Tabel 3. 7 Hasil Uji Realibilitas *Homesickness* 29
Tabel 4. 1 Frekuensi Jenis Kelamin 31
Tabel 4. 2 Frekuensi Tempat Tinggal Saat Ini 31
Tabel 4. 3 Frekuensi Universitas 32
Tabel 4. 4 Frekuensi Semester 32
Tabel 4. 5 Frekuensi IPK 33
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov 33
Tabel 4. 7 Hasil Uji Korelasi Antara *Help Seeking Behavior* dengan Tingkat *Homesickness* pada Mahasiswa Rantau di Jakarta dan Jabodetabek .. 34
Tabel 4. 8 Matriks Korelasi Antaraspek *Help Seeking Behavior* dan Tingkat *Homesickness* 35
Tabel 4. 9 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin 36
Tabel 4. 10 Hasil Uji Beda Berdasarkan Tempat Tinggal Saat Ini 38
Tabel 4. 11 Tabel 4. 11 Hasil Uji Beda Berdasarkan IPK 39
Tabel 4. 12 Hasil Uji Beda Berdasarkan Semester 40
Tabel 4. 13 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Universitas 41

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir 19
Gambar 3. 1 Rumus perhitungan sampel menggunakan G Power..... 21

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biografi Penulis 52
Lampiran 2. *Expert Judgement Help Seeking Behavior* 53
Lampiran 3. *Expert Judgement Homesickness* 56
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian 59
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas *Help Seeking Behavior* 64
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas *Homesickness* 64
Lampiran 7. Hasil Uji Realibilitas *Help Seeking Behavior* 65
Lampiran 8. Hasil Uji Realibilitas *Homesickness* 65
Lampiran 9. Hasil Normalitas 65
Lampiran 10. Hasil Uji Korelasi/Uji Hipotesis 66
Lampiran 11. Korelasi Antar Aspek 66
Lampiran 12. Deskriptif Variabel 66
Lampiran 13. Frekuensi Jenis Kelamin 67
Lampiran 14. Frekuensi Tempat Tinggal Saat Ini 67
Lampiran 15. Frekuensi Universitas 67
Lampiran 16. Frekuensi Semester 67
Lampiran 17. Frekuensi IPK 68
Lampiran 18. Tabulasi Penelitian 68
Lampiran 19. *Logbook* Bimbingan 69
Lampiran 20. *Curriculum Vitae* (CV) 70

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id