

ABSTRAK

Krisdiana Novi Elisabeth. 2026. Pengalaman *Homesickness* dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Rantau di Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman *homesickness* dan strategi koping pada mahasiswa rantau yang telah lama tinggal di Yogyakarta. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi melalui wawancara semi terstruktur. Setelah mendapatkan data wawancara, peneliti menganalisis data menggunakan metode analisis tematik induktif. Partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah lima orang mahasiswa rantau dengan rentang usia 21-23 tahun dan telah menjalani kehidupan merantau di Yogyakarta selama kurang lebih tiga tahun. Penelitian ini memiliki urgensi khusus karena mengeksplorasi pengalaman pada mahasiswa yang telah merantau lama, berbeda dengan kebanyakan penelitian terdahulu yang umumnya berfokus pada mahasiswa tahun pertama. Hasil temuan dari penelitian ini dibagi menjadi lima tema besar, yaitu (1) Keterpisahan yang berkepanjangan, (2) Kehilangan rasa aman, (3) Kerinduan yang terus berulang dan menetap, (4) Dampak psikologis, (5) Upaya Psikologis. Pengalaman *homesickness* pada partisipan bersifat berulang dan berakar pada keterpisahan dari figur kelekatan utama yang berkaitan dengan kecenderungan *anxious attachment*. Keterpisahan yang berlangsung dalam waktu lama memunculkan hilangnya rasa aman sehingga kerinduan terhadap rumah dan keluarga terus muncul meskipun partisipan telah lama tinggal di perantauan. Pengalaman tersebut berdampak pada kondisi emosional, fisik, sosial, dan akademik partisipan. Untuk mengatasi *homesickness*, partisipan melakukan berbagai upaya psikologis, seperti mempertahankan komunikasi dengan keluarga, mencari dukungan sosial, membangun relasi yang bermakna di perantauan, serta melakukan regulasi emosi agar tetap mampu menjalankan aktivitas sehari-hari dan memenuhi tuntutan akademik.

Kata kunci : *homesickness*, mahasiswa rantau lama, kelekatan, strategi koping, yogyakarta

ABSTRACT

Krisdiana Novi Elisabeth. 2026. *Experiences of Homesickness and Coping Strategies of Migrant Students in Yogyakarta*. Thesis. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

This study aims to explore the experiences of homesickness and coping strategies of long-term students living away from home in Yogyakarta. The method used in this study is a qualitative research method with a phenomenological approach through semi-structured interviews. After obtaining the interview data, the researcher analyzed the data using an inductive thematic analysis method. The participants who participated in this study were five long-term students with an age range of 21-23 years and had been living away from home in Yogyakarta for approximately three years. This study has a special urgency because it explores the experiences of students who have been away from home for a long time, in contrast to most previous studies which generally focus on first-year students. The findings of this study are divided into five major themes, namely (1) Prolonged separation, (2) Loss of a sense of security, (3) Recurrent and persistent longing, (4) Psychological impact, (5) Psychological efforts. The experience of homesickness in the participants is recurrent and rooted in separation from the main attachment figure which is related to anxious attachment tendencies. Prolonged separation leads to a loss of security, resulting in a lingering longing for home and family even after participants have been living away from home for a long time. This experience impacts participants' emotional, physical, social, and academic well-being. To overcome homesickness, participants engage in various psychological efforts, such as maintaining communication with family, seeking social support, building meaningful relationships while away from home, and practicing emotional regulation to maintain daily activities and meet academic demands.

Keywords: homesickness, long-term migrant students, attachment, coping strategies, yogyakarta