

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, M. W., & Deastuti, P. W. P., (2023). Hardiness dan stres akademik pada mahasiswa rantau. *Journal of Clinical, Industrial, Social and Educational Psychology*, 7(1), 34-45.
- Aprianti, I. (2012). Hubungan antara perceived sosial support dan psychological well-being pada mahasiswa perantau tahun pertama di universitas indonesia. *Skripsi*. Universitas Indonesia.
- Aselton, P. (2012). Sources of stress and coping in American college students who have been diagnosed with depression. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 25(3), 119-123.
- Baron, R. A., Byrne, D. E., & Branscombe, N. R. (2006). *Social psychology*. Pearson/Ally & Bacon.
- Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7-10.
- Britt-Lutter, S., Grable, J., Cumbie, J., Cupples, S., Henegar, J., Schindler, K., & Archuleta, K. (2011). Student financial counseling: An analysis of a clinical and non-clinical sample. *Journal of Personal Finance*, 10(2), 95-121.
- Calaguas, G. M. (2012). Survey of college academic stressor: Development of a new measure. *Journal of Human Sciences*, 9(1), 441-457.
- Canute, K. K (2016). The relationship between frendship maintenance, frendship quality, and coping on first semester college stress. *Thesis*. Middle Tennessee State University.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A *global* measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed method approaches*. Sage Publications, Inc.
- Da'wai, M. M., & Nisa W. I. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 67-75.
- Dickerson, S. S., & Kemeny, M. E. (2004). Acute stressors and cortisol responses: A theoretical integration and synthesis of laboratory research. *Psychological Bulletin*, 130(3), 355-391.
- Erlangga, N. P. (2017) Dukungan sosial dari teman sebaya pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi*. Universitas Sanatha Dharma Yogyakarta.
- Fahmy, M. (1983). *Penyesuaian diri*. Bulan bintang

- Fitra, A. R., (2022, Nov 14). Mahasiswi FIB unhas ditemukan tewas gantung diri, ini keterangan dari kapolsek tamalanrea. *Identitasunhas.com*. <https://identitasunhas.com/mahasiswi-fib-unhas-ditemukan-tewas-gantung-diri-ini-keterangan-dari-kapolsek-tamalanrea/>
- Garvin, G. (2017). Hubungan kecerdasan sosial dan kesepian pada remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 93-99.
- Govaerts, S., & Grégoire, J. (2014). Stressful academic situation: Study on appraisal variables in adolescence. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 54(4), 261-271.
- Handayani, E., & Nirmalasari, N. (2020). Perbedaan tingkat stres mahasiswa perantauan dan bukan perantauan. *Journal of Health Research Forikes Voice*, 11, 63-66.
- Heckman, S., Lim, H., & Montalto, C. (2014). Factors related to financial stress among college students. *Journal of Financial Therapy*, 5(1), 19-39.
- Juvenon, J., & Wentzel, K. (1996). *Social motivation: Understanding children's school adjustment*. Cambridge University Press.
- Khrismadani, P. H., Sawitri, N. A., & Nurhesti, P. O. (2022). Gambaran tingkat stres mahasiswa keperawatan universitas udayana dalam proses pembelajaran selama pandemi covid-19. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(2), 166-172.
- Kiecolt-Glaser, J. K., Gouin, J. P., & Hantsoo, L. (2010). Close relationships, inflammation, and health. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 35(1), 33-38.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. Springer Publishing Company. Inc.
- Lingga, R. W., & Tuapattinaja, J. M. (2012). Gambaran virtue mahasiswa perantau. *Predicara*, 1(2), 59-68.
- Marita, Nelda. (2013). Hubungan antara kualitas persahabatan dengan kebahagiaan pada remaja. *Skripsi*. Universitas Sultan Syarif Kasim Riau.
- Marks, D. F., Murray, M., Evans, B., & Willing, C. (2002). *Health psychology*. Sage Publication.
- McCubbin, H. I., & Boss, P. G. (1980). Family stress and coping: Targets for theory, research, counseling, and education. *Family Relations*, 29(4), 429-430.
- Mendelson, M. J., & Aboud, F. (2012). Measuring friendship quality in late adolescents and young adults: McGill friendship questionnaires. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 31(2), 130-132.

- Mudhovozi, P. (2012). Social and academic adjustment of first year university student. *Journal Social Science*, 33(2), 251-259.
- Nakalema, G., & Ssenyonga, J. (2014). Gladys nakalema joseph ssenyonga mbarara university of science and technology, uganda. *African Journal of Teacher Education*, 3(3), 1-21.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2014). *Abnormal psychology in a changing world*. Pearson.
- Northern, J. J., O'Brien, W. H., & Goetz, P. W. (2010). The development, evaluation, and validation of a financial stress scale for undergraduate students. *Journal of College Student Development*, 51(1), 79-92.
- Oman, D., Shapiro, S. L., Thoresen, C. E., & Plante, T. G. (2008). Meditation lower stress and supports forgiveness among college student: A randomized controlled trial. *Journal of American College Health*, 56(5), 569-578.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29(4), 611-621.
- Polit, D. F & Beck, C. T. (2012). *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice*. 9<sup>th</sup> edition, JB Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia.
- Pramestuti, N. A., & Dewi, K. S. (2014). Distres ditinjau dari dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa tahun pertama universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 3(4), 1-11.
- Prayona, B. A. (2021). Perbedaan kualitas persahabatan remaja ditinjau dari gaya kelekatan. *PANRITA Journal of Science, Technology, and Arts*, 1(1), 113-124.
- Putri, L. A., Anward, H. H., & Zwagery, R. V. (2018). Perbedaan kualitas persahabatan ditinjau dari gaya kelekatan pada mahasiswa psikologi fakultas kedokteran ulm. *Jurnal Kognisia*, 1(1), 23-28.
- Rachmanie, A. S., & Swasti, I. K. (2022). Peran kualitas persahabatan terhadap tingkat stres dengan mediator kesepian. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 8(1), 82-94.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan anak*. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development: Perkembangan masa Hidup*. Erlangga.

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons, Inc.
- Sari, E., & Aviani, Y. (2020). Kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap kecenderungan problem focused coping pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Riset Psikologi*, 20(1), 1-10.
- Sari, Y. (2021). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau di asrama daerah mahasiswa di yogyakarta. *Indonesian Psychological Research*, 3(2), 75-81.
- Selye, H. (1976). *The stress of life*. McGraw Hill Company
- Schaefer, A., Matthes, H., Pfitzer, G., & Kohle, K. (2007). Mental health and performance of medical students with high and low anxiety. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 57(7), 289-297.
- Schneiders, A. (1960). *Personality development and adjustment in adolescence*. Brosh Publishing Company.
- Shaffer, D. R. (2005). *Social and personality development*. Wadsworth.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. PT. Gramedia Widiasarna Indonesia.
- Sugiyono. (2017). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.
- Sulaeman, Suryani., Irma. (2020). Hubungan tingkat stres dengan kecenderungan perilaku *impulsive buying* pada mahasiswa (studi pada mahasiswa universitas hasanuddin makassar). *Skripsi*. Universitas Hasanuddin.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university student. *Journal of American College Health*, 60, 1-5.
- Tipton, L. A., Christensen, L., & Blacher, J. (2013). Friendship quality in adolescents with and without an intellectual disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 26, 522-532.
- Trenholm, S., & Jensen, A. (1996). *Interpersonal communication*. Wadsworth Publishing Company Inc.
- Wahyudi, R., Bebasari, E., & Nazriati, E. (2015). Gambaran tingkat stres pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas riau tahun pertama. *JIK*, 9(2), 107-113.
- Wood, J. T. (2009). *Activate your everyday encounters the resource center for interpersonal communication: In communication*. Wadsworth Publishing Company.



## LAMPIRAN

### Lampiran 1 *Perceived Stress Scale (PSS-10)*

| Pernyataan   | Pilihan Jawaban |     |    |    |    |
|--|-----------------|-----|----|----|----|
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena sesuatu yang tidak terduga                                  | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal penting dalam kehidupan anda       | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda merasa gelisah dan tertekan  | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi     | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan anda            | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan           | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mampu mengontrol <i>rasa mudah tersinggung</i> dalam kehidupan anda      | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat dikendalikan                | TP              | HTP | KD | HS | SS |
| Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu mengatasinya | TP              | HTP | KD | HS | SS |

**Lampiran 2 Friendship Quality Questionnaire (FQQ)**

| <b>Pernyataan</b>   | <b>Pilihan Jawaban</b> |    |    |   |    |
|---|------------------------|----|----|---|----|
| Sahabat saya menanyakan keadaan saya ketika saya tampak murung  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya berusaha selalu ada untuk sahabat sesibuk apapun saya.   | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya dan sahabat saya selalu menyejajarkan untuk membicarakan hal yang membuat kami berselisih paham. | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya dan sahabat saya akan saling bertanya jika ada hal yang tidak disukai satu sama lain.            | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya bersedia membantu saat saya meminta pertolongan kepada mereka.                           | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya membantu sahabat yang sedang membutuhkan informasi.  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya merasa nyaman untuk menceritakan masalah saya kepada sahabat saya.                               | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya mengenal saya dengan baik.   | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya terlihat terganggu dengan kehadiran saya.  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya lebih suka sendirian dibandingkan bersama dengan sahabat.  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya akan selalu menyediakan waktu jika ada sahabat yang ingin bertukar pikiran dengan saya.          | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya selalu berusaha melakukan yang terbaik dalam hal apapun untuk sahabat saya.                      | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya selalu berusaha menepati janji saya pada sahabat saya.   | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya tidak akan membicarakan keburukan sahabat saya pada orang lain.                                  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya dapat bekerja sama dengan sahabat saya saat mengerjakan.   | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya adalah orang yang terbuka pada sahabat.  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya tidak peduli tentang keadaan saya.   | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya dan sahabat dapat membicarakan apa saja saat sedang bersama.                                     | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya senang menghabiskan waktu luang bersama sahabat saya.  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya merasa nyaman ketika sedang bersama saya.  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya tidak mau direpotkan oleh masalah sahabat saya.  | STS                    | TS | AS | S | SS |
| Saya dan sahabat selalu berusaha  | STS                    | TS | AS | S | SS |

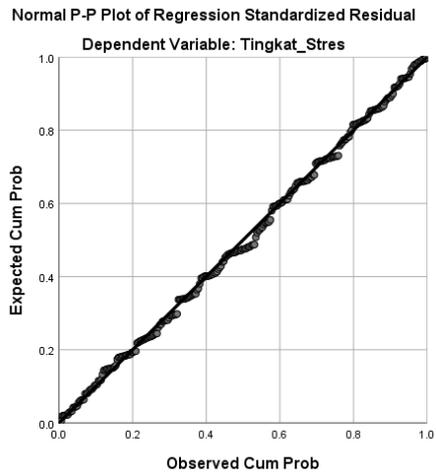
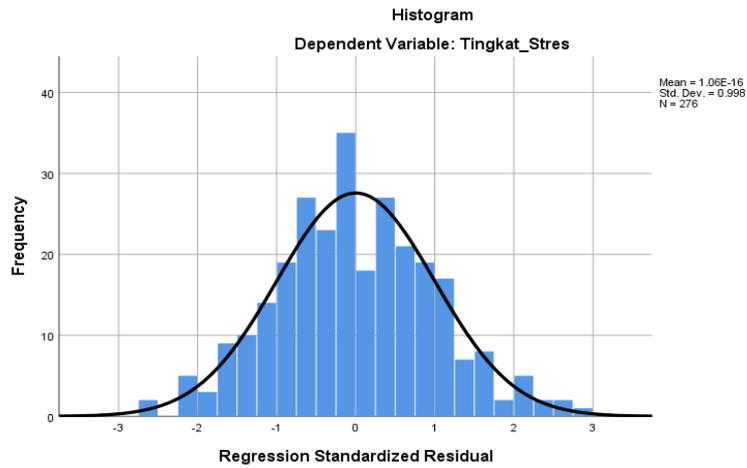
|   |     |    |    |   |    |
|---|-----|----|----|---|----|
| mendiskusikan perbedaan pendapat.   |     |    |    |   |    |
| Saya merasa bahwa di belakang saya sahabat saya suka membicarakan keburukan saya pada orang lain. | STS | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya menceritakan kehidupan pribadinya kepada saya.                                       | STS | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya meragukan kemampuan saya.  | STS | TS | AS | S | SS |
| Saya mengalami kesulitan untuk berbaikan dengan sahabat saya setelah ada masalah.                 | STS | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya enggan meminjamkan uang kepada saya saat saya sedang membutuhkannya.                 | STS | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya menjadi tempat bagi saya untuk berbagi mengenai apapun.                              | STS | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya sulit memberi maaf ketika saya melakukan kesalahan.                                  | STS | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya dengan senang hati memberikan saran/nasihat saat saya sedang tertimpa masalah.       | STS | TS | AS | S | SS |
| Saya ikut bergabung ketika melihat sahabat saya sedang berkumpul bersama.                         | STS | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya sungkan untuk menghubungi saya jika ingin meminjam buku catatan kuliah.              | STS | TS | AS | S | SS |
| Saya sulit untuk mengungkapkan perasaan saya di hadapan sahabat saya.                             | STS | TS | AS | S | SS |
| Saya dan sahabat menghabiskan waktu luang bersama-sama.   | STS | TS | AS | S | SS |
| Saya selalu berusaha menyemangati sahabat saya yang sedang putus asa.                             | STS | TS | AS | S | SS |
| Sahabat saya enggan untuk menceritakan masalah mereka kepada saya.                                | STS | TS | AS | S | SS |

### Lampiran 3 Uji Asumsi (Uji Normalitas)

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

|                                  |                | Unstandardized Residual |
|----------------------------------|----------------|-------------------------|
| N                                |                | 276                     |
| Normal Parameters <sup>a,b</sup> | Mean           | .0000000                |
|                                  | Std. Deviation | 6.07227029              |
| Most Extreme Differences         | Absolute       | .045                    |
|                                  | Positive       | .045                    |
|                                  | Negative       | -.024                   |
| Test Statistic                   |                | .045                    |
| Asymp. Sig. (2-tailed)           |                | .200 <sup>c,d</sup>     |

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.



#### Lampiran 4 Uji Asumsi (Uji Linearitas)

**ANOVA Table**

|                      |                   |                             | Sum of<br>Squares | df  | Mean<br>Square | F    | Sig. |
|----------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|-----|----------------|------|------|
| Total_Y *<br>Total_X | Between<br>Groups | (Combined)                  | 1822.271          | 50  | 36.445         | .985 | .509 |
|                      |                   | Linearity                   | 10.257            | 1   | 10.257         | .277 | .599 |
|                      |                   | Deviation from<br>Linearity | 1812.014          | 49  | 36.980         | .999 | .483 |
|                      | Within Groups     |                             | 8327.914          | 225 | 37.013         |      |      |
|                      | Total             |                             | 10150.185         | 275 |                |      |      |

## Lampiran 5 Uji Hipotesis (Uji Korelasi)

### Correlations

|         |                     | Total_X | Total_Y |
|---------|---------------------|---------|---------|
| Total_X | Pearson Correlation | 1       | -.032   |
|         | Sig. (2-tailed)     |         | .599    |
|         | N                   | 276     | 276     |
| Total_Y | Pearson Correlation | -.032   | 1       |
|         | Sig. (2-tailed)     | .599    |         |
|         | N                   | 276     | 276     |

## Lampiran 6 Pertanyaan Terbuka (*Open-Ended Questions*)

| Permasalahan apa saja yang pernah Anda hadapi selama di perantauan yang membuat Anda mengalami stres? (jawaban boleh lebih dari satu)  | Hal apa yang menjadi pemicu stres ( <i>stressor</i> ) Anda selama kuliah di perantauan?                               | Seberapa besar peran sahabat dalam membantu Anda menyelesaikan masalah yang dihadapi selama di perantauan? | Sertakan alasan Anda memilih opsi tersebut! Jika Anda memilih sangat berperan atau berperan, peran seperti apa yang dilakukan oleh sahabat Anda untuk membantu Anda menyelesaikan permasalahan? Ceritakan.   |
|--|---|--|--|
| Kalau saya, karna saya adalah maba dan anak rantau, yang lumayan challenging sy yaitu sy belum pandai dalam Adjustment saya, sy lgi menjalani tahap pengkaderan juga diprodi sy yg dimana disitu menguras tenaga, uang, dan waktu saya. Saya juga belum memiliki kendaraan dimakassar jadi pulang balik kampus ke rumah sehari-hari masih menggunakan maxim/gojek, lumayan setress karna uang sy rata" habis untuk transport ke kampus, kadang setress disitu sih karna sudah susah Adjustment, susah manage pengeluaran jugaaa. | Belum bisa atur waktu   | Sangat Berperan  | Walaupun sahabat saya tidak selalu bisa hadirkan solusi ketika saya strees, tapi mereka bisa menjadi pendengar yang baik untuk saya  |
| Faktor utama yang membuat saya sering stres sebagai anak rantau adalah masalah perekonomian dan rasa kesepian yang cenderung saya rasakan. Saya termasuk orang yang boros karena coping mechanism saya adalah dengan melakukan retail therapy atau belanja habis-habisan. Biasanya masalah perekonomian dan kesepian saya saling mempengaruhi karena ketika saya merasa kesepian, saya akan berbelanja hingga saya puas untuk membuat diri saya tidak sesedih sebelumnya.  | Selalu merasa kekurangan dalam ranah finansial, tidak memiliki kontak langsung dengan sahabat yang kuliah di Surabaya | Sangat Berperan  | Sahabat saya adalah pilar saya selama menjalani kehidupan sebagai anak rantau. Saya banyak mengalami jatuh bangun di Makassar dan hanya bisa berbicara dengannya untuk mengurangi beban yang ada di hati saya. Hanya sahabat saya yang menurut saya mengerti terhadap kondisi, perasaan, dan masalah yang saya miliki jadi ia tidak pernah menghakimi saya.  |
| 1. permasalahan klasik sebetulnya mau merantau ataupun tidak pasti akan dipertemukan dengan permasalahan akademik.<br>2. Di masa awal kuliah belum mampu untuk menyesuaikan diri dengan Social yang ada.   | individu individu yang mengesalkan  | Berperan   | saya sebagai pribadi yang cukup tertutup dan memiliki pemahaman ttg bagaimana saya harus menyelesaikan masalah saya sendiri tanpa melibatkan orang lain.<br><br>namun dalam suatu periode waktu tertentu saya tetap membutuhkan kehadiran dan bantuan dari individu lain, dan itu adalah sahabat saya, jadi dalam beberapa permasalahan yang saya hadapi diperantauan ada yang memang akhirnya saya bicarakan atau diskusikan dengan teman saya pun begitu sebaliknya. |
| Permasalahan organisasi  | Senior  | Berperan   | Sahabat saya membantu dalam hal menenangkan dan membangkitkan motivasi kembali   |
| kultur dan pergaulan yang cukup berbeda, dan tidak ada teman yang saya kenali dari jakarta sebelumnya  | merasa kesepian   | Berperan   | berperannya itu seperti menyemangati lewat chat atau call, dan mendengarkan segala curhatan2 saya dan memberi saran dan masukan terhadap permasalahan yang saya hadapi   |
| kesepian, bingung mau makan apa, hemat uang bulanan harus baik memakai uangnya, kalau lagi dalam keadaan cemas sedih bingung bisanya cuman nangis  | mencoba untuk irit  | Berperan   | kadang di dalam susah teman ku membantunya walaupun tidak seberapa. seperti contohnya kalau saya lagi sakit bisa di tolong belikan makan.  |
| Kuangan, perkuliahan, keluarga   | Kuangan, tugas  | Sangat Berperan  | (1) Menemani saya menangis, memeluk saya setelahnya bila saya tak kuat menghadapi keluarga; (2) Membantu menguraikan perlahan tugas yang saya rasa sangat sulit dan cara pengerjaannya; (3) Memberikan bahan makanan saat saya sedang tidak memiliki uang dan meminjamkan uangnya bila saya membutuhkan untuk kebutuhan kuliah (print tugas)   |
| Permasalahan dengan wali, tugas kuliah   | Wali saya   | Berperan   | Mereka berusaha untuk mencoba melobi wali saya meski sudah tau seberapa tinggi resikoanya  |
| tugas  | tugas   | Sangat Berperan  | sahabat saya sangat berperan dalam menghadapi stress yang saya rasakan. ketika stress mengenai tugas, maka sahabat saya akan membantu saya mengerjakan tugas dengan cara menjelaskan tugas tersebut atau menyemangati saya dan menemani saya untuk mengerjakan tugas tersebut bersama-sama.  |
| manajemen waktu ada kuliah, organisasi dan improve dirimasalah keuangan  | akademik yang terkendala karena ekonomi keluarga  | Berperan   | untuk beberapa hal seperti menemani mengurus berkas dll  |
| 1. mendapatkan teman dekat baru<br>2. adaptasi dengan Social yang baru<br>3. culture shock   | 1. Kurang Tidur   | Berperan   | Tidak terlalu sering karena ldr dengan sahabat   |

|   |  |                 |   |
|---|--|-----------------|---|
| Masalah akademik dan juga keluarga  | Melihat progress orang lain terutama dalam mengerjakan skripsi, merasa bahwa diri ini sangat tertinggal jauh dan membutuhkan waktu yang cukup lama untuk berdiri   | Berperan        | Pada umumnya dia akan menemani saya ketika saya curhat mengenai perasaan atupun masalah akademik saya, kadang sebisa mungkin menemani pergi jalan-jalan walaupun hanya sebentar untuk membantu mengurangi beban stress yang dimiliki  |
| Saat sedang lelah seharian atau mengalami hari yang cukup berat tetapi saat kembali rasanya kosong dan sendirian karena keluarga tidak bersama saya disini                          | saat sedang sedih tetapi tempat untuk pulang bersama keluarga jauh   | Berperan        | Berperan dalam mengisi kekosongan yang saya rasakan, berperan dalam perhatian yg saya butuhkan dari keluarga saya kadang teman saya dapat memenuhi hal tersebut, berperan saat saya sedang mengalami hal yang berat dan mereka ada disana untuk mensupport saya disaat keluarga saya jauh   |
| perbedaan budaya dan bahasa   | tempat nongkrong gatau kemana  | Tidak Berperan  | tidak berperan  |
| tugas kuliah memikirkan proker di himpunan  | tugas kuliah   | Berperan        | kalau untuk tugas kuliah sih sangat berperan karena di teknik biasa ngerjain tugas bareng, dan untuk proker biasanya lebih sering kasih masukan tentang apa yang bagus buat dilakukan.  |
| Tugas yang banyak, tugas kelompok dimana saya berada dengan anggota yang malas berulang kali  | anggota kelompok yang malas mengerjakan bagiannya dan yang membahayakan anggota lain oleh karenanya. Tugas kelompok yang secara berturut-turut dikasih dan memiliki deadline yang semirip  | Sangat Berperan | la sangat berperan dalam menyelesaikan masalah karena saya adalah seseorang jika memiliki kepercayaan yang tinggi pada suatu persepsi, hal-hal kecil dan persepsi lainnya tidak dapat saya pikirkan dan saya membutuhkan pendapatnya dalam masalah atau sebuah pendapat saya mengenai suatu masalah.  |
| Finansial yang tidak stabil   | Orang tua yang sedang mengalami salary reduction   | Tidak Berperan  | Sahabat saya tidak banyak berperan dalam menangani masalah saya di bidang finansial karena dia hanya sebatas menjadikan hubungan kami sebagai relationship for fun only jadi saya tidak pernah dan tidak enak untuk menceritakan dan meminta tolong kepada sahabat saya   |
| jauh dari orang tua, keluarga, dan teman - teman dari asal daerah   | takut tidak sesuai dengan harapan orang tua  | Berperan        | peran sahabat untuk membantu menyelesaikan permasalahan kita yaitu pasti mereka memberi semangat ke kita agar kita tidak malas dan tidak mudah menyerah, dan menemani kita semampu mereka agar tidak merasa sendiri di perantauan   |
| Uang, Keluarga, Akademik  | Biasanya yang menjadi pemicu adalah hal ekonomi  | Sangat Berperan | karna teman saya selalu membantu dan turun langsung terhadap penyelesaian masalah yang sedang saya hadapi   |
| homesick  | pengkaderan  | Berperan        | .   |
| makanan yang tidak ada seperti di rumah   | makanan  | Sangat Berperan | karena mereka yang menghibur saya   |
| Adanya perbedaan bahasa dan pembahasan, adanya perbedaan konsep berteman, dimanfaatkan oleh teman dekat, jauh dari keluarga, jadwal yang padat selama beberapa bulan berturut-turut | Stres yang paling baru terjadi dengan durasi yang sangat lama terjadi pada saya karena energi saya habis jika lebih dari 3 bulan mengurus kegiatan organisasi, magang, serta kuliah. Disaat yang bersamaan hubungan saya juga berakhir, belum lagi ketika memasuki bulan puasa banyak teman-teman yang sahur dan berbuka bersama keluarga, yang mana membuat saya merasa sedih dan iri. Ditambah lagi, saya juga merasa rendah diri karena kemampuan akademik maupun sosial saya masih jauh dibandingkan sahabat-sahabat saya. | Sangat Berperan | Sahabat saya selalu berusaha ada ketika saya sakit, mereka yang mengantar saya pulang dari rumah sakit, bahkan membelikan saya makanan, dan mengizinkan saya dari kegiatan yang harus saya lakukan hari itu. Sahabat saya selalu berusaha memberikan sebarang yang saya butuhkan untuk bertahan hidup disini. Sahabat saya juga berusaha untuk memulihkan dan mensupport saya ketika saya dalam fase stress yang berkepanjangan. Sahabat saya membela saya ketika ada seseorang yang berbuat tidak baik di belakang saya, yang bahkan mereka berusaha agar saya tidak tahu tentang hal ini dan agar saya tidak sedih. Namun, ada beberapa masalah yang tidak bisa mereka bantu, seperti masalah jauh dari keluarga dimana posisinya sahabat saya semuanya tinggal bersama keluarga. |
| Merasa kesepian   | Tugas perkuliahan yang menumpuk, pekerjaan rumah tangga yang perlu diselesaikan sendiri, kesepian karena merasa jauh dari keluarga   | Sangat Berperan | Sahabat saya sangat berperan dalam membantu menyelesaikan masalah saya, sebab para sahabat saya dapat mengisi waktu luang saya dan membuat saya tidak merasakan kesepian karena merantau. Selain itu, sahabat saya juga dapat menjadi tempat untuk berbagi dan bercerita dan juga selalu siap membantu ketika saya memiliki suatu masalah   |
| percintaan, Social kampus, dan keluarga   | memiliki perbedaan logat membuat saya sering di ledeki dan saya itu tidak pantas   | Sangat Berperan | teman saya mendengarkan cerita dan memberikan saran untuk saya terkait masalah yang saya hadapi   |
| Permasalahan perbedaan suku dan cara bertutur kata sehingga saya sulit menyesuaikan diri dan bergaul dengan mereka  | Teman kuliah dan tugas kuliah  | Sangat Berperan | Peran yg dilakukan yaitu membantu saya ktk ada masalah, mendengarkan curhat saya, menenangkan saya ktk ada masalah  |

|  |  |                 |  |
|--|--|-----------------|--|
| Masalah adaptasi, proses belajar, dan nilai ujian  | Materi kuliah terlalu banyak, waktu kuliah padat   | Sangat Berperan | Mereka bantu saya beradaptasi di Social kampus dan kos, menjelaskan materi yang kurang bisa saya pahami, memberi hiburan dan mengajak refreshing setelah hari yang panjang   |
| jauh dari orangtua dan banyak pertemanan ber circel di lingkup fakultas  | susun proposal                                     | Berperan        | sahabat saya sudah berperan membantu saya  |
| Uang habis, orang tua maksak ikut kegiatan, manajemen waktu yang kacau.  | Keuangan, orang tua maksak, jauh dari tuhan        | Sangat Berperan | Selalu bersedia menerima saya ke kostnya diatas jam 12, mau meminjamkan barang berharganya ke saya, tidak mau menerima utang dibayar, menemani saya ketika menghadapi masalah sama orang lain  |
| Jauh dari orang tua, tinggal bersama dua tante yg masing masing memiliki pemikiran yang bertolak belakang  | Social rumah                                       | Sangat Berperan | Saya pernah kecelakaan teman saya langsung menghubungi saya dan membantu saya selama saya masa pemulihan, lalu sahabat saya selalu memberi saran, solusi serta membantu ketika saya mempunyai masalah, saling mendukung, selalu bertanya keadaan saya setiap hari, selalu mengajak saya ketika mau makan ataupun pergi dari kelas dan saling membantu ketika ada materi yang kurang dimengerti, saling curhat satu sama lain dan memberikan respon yang baik bukan malah mengadu nasib   |
| Permasalahan kuliah yang terlalu sibuk   | Kurang istirahat                                   | Berperan        | Peran dalam membantu menyelesaikan permasalahan yang didapat   |
| Culture shock  | Target perkuliahan yang tidak sesuai plan          | Berperan        | Selalu menjadi tempat untuk bercerita dan selalu memberikan saran dari sudut pandang yang berbeda  |
| Ekonomi dan Ketika mendapat kabar buruk dari rumah   | Ekonomi dan Ketika mendapat kabar buruk dari rumah | Berperan        | Bisa diandalkan ketika kesulitan ekonomi dan tempat bercerita yang cukup solutif   |
| Feeling lonely, Home sick, burning out   | Masalah kuliah, keluarga, percintaan               | Sangat Berperan | Mereka selalu membantu saya baik lewat aksi maupun perkataan   |
| home sick, dan culture shock   | ketika ada tekanan                                 | Sangat Berperan | memberikan saran dan mendengarkan cerita saya  |
| Perbedaan bahasa yang menjadikan hambatan dalam berkomunikasi, memahami konteks komunikasi, dan juga menjaga hubungan berkomunikasi.                             | Target masa depan dan keluarga inti sekarang.      | Berperan        | Dengan mendengarkan cerita saya dan memberikan solusi saat saya pinta dan tidak memberikan solusi ketika saya tidak pinta.   |
| Ekonomi, Social  | Laporan  | Berperan        | Dia akan membantu saya untuk mencari jalan keluar, mendengarkan keluh kesah saya, dan menemani saya  |
| Perbedaan bahasa   | Culture shock                                      | Sangat Berperan | Membantu saya ketika ada yang tidak saya pahami, baik mengenai pembelajaran ataupun bahasa   |
| Uang saku tidak cukup sampai akhir bulan, tugas yang menumpuk, rindu orang tua (homesick), beban ditanggung sendiri karena susah mengekspresikan, tanggung jawab | Keuangan, Terlalu banyak tanggung jawab dipegang   | Sangat Berperan | Saya susah mengekspresikan emosi saya walaupun saya sebenarnya mau cerita tapi karena tidak tahu mau mulai darimana maka saya simpan sendiri dan saya melampiaskannya dengan bersikap cuek atau mendiami semua orang yang mengajak saya berbicara. Saya berteman dengan dia sejak semester 1, waktu itu perkuliahan masih secara online namun kami intens komunikasi dan saat pertama kali saya sampai di makassar, dia yang saya kunjungi pertama. Sikap saya yang seperti itu awal berteman sahabat saya agak jengkel dengan sikap silent treatment namun suatu saat dia memarahi saya karena bersikap seperti itu dan saya marah balik karena saya tidak tahan (saya tipe orang yang jarang marah) dan bercerita sambil menangis. Saya menceritakan alasan saya silent treatment karena saya pendam semua emosi saya dan tidak ada yang mau menjadi tempat cerita saya. Perbedaan bahasa menjadi salah satu penghambat saya dalam berkomunikasi namun sahabat saya ini (sophie) sejak semester 1 berusaha memahami yang saya katakan karena saya sering menggunakan bahasa bekasi heheheh. Seiring berjalannya waktu dia sudah memahami sikap saya namun tidak hanya menenangi dia juga memberitahu saya untuk cerita saja setiap ada yang mengganggu pikiran saya sekecil apapun. Dia asalah tempat cerita saya, keluarga saya, tempat bersenang senang dan menangis bersama. Saya sangat bersyukur memiliki 1 sahabat yang memenuhi semua sifat yang harusnya dimiliki sahabat sejati. Banyak hal yang sudah dilakukan sahabat saya untuk membantu saya berdiri saat saya berada di lowest point dan berkat bantuan dia |

|  |  |                 |   |
|--|--|-----------------|---|
|  |  |                 | saya menjadi lebih baik setiap harinya :)   |
| terkait dengan tugas kuliah, pertemanan, dan ketika harus mencari orang untuk mengerjakan tugas perkuliahan  | tugas  | Sangat Berperan | sahabat saya selalu membantu saya untuk mengatasi berbagai permasalahan yang saya alami, baik terkait dengan tugas kuliah, pertemanan, maupun ketika mencari orang atau subjek dalam mengerjakan tugas kuliah. Sahabat saya juga selalu berusaha untuk mengajak saya untuk melakukan coping stress melalui berbagai aktivitas   |
| 1. Uang yang tidak selalu mengalir selancar saat tinggal bersama orangtua<br>2. Rasa rindu terhadap keberadaan orangtua.<br>3. Terkadang merasa sedih karena pulang ke rumah yang kosong tanpa orang yang menyambut.<br>4. Batasan logat bahasa yang terkadang membatasi komunikasi yang lebih lancar, namun bisa di hadapi dengan usaha lebih keras dim memahami logat.<br>5. Terbiasa tinggal di daerah kota terlebih lagi di Pulau Jawa, banyak hal yang tidak tersedia disini seperti restoran hingga fasilitas atau tempat nongkrong. | Finansial yang terbatas, kesepian saat dirumah, ketidaksediaan beberapa fasilitas yang ada di kota asal. | Berperan        | Seperti yang saya sebutkan sebelumnya, beberapa permasalahan saya adalah bagaimana saya merasa stress akan kekosongan dari pulang ke rumah yang kosong. Saya juga merasa bahwa perbatasan bahasa cukup berpengaruh dalam proses saya berkomunikasi. Namun dengan adanya sahabat saya, rasanya segala hal tersebut dapat diatasi mulai dari dikenalkan dan diajarkan dengan menyenangkan berbagai logat atau "slang" hingga bermain ke tempat2 yang mungkin bisa mengingatkan saya bahwa Makassar juga kota. Walau pulang kerumah yang kosong, setidaknya saya tetap bisa menghabiskan banyak waktu diluar bersama teman2. |
| Minder   | Ketinggalan pelajaran  | Sangat Berperan | Dia sangat membantu ketika saya dalam masalah dalam hal apapun itu  |
| kesepian, tanggung jawab yang besar, harapan besar dari orangtua, tidak adanya semangat dalam hidup  | tidak adanya tempat untuk mengadu, tidak adanya motivasi dalam hidup                                     | Berperan        | sahabat saya selalu ada ketika saya mengalami masalah, terlebih ketika saya melakukan percobaan bunuh diri beberapa kali mereka akan selalu ada di samping saya untuk membantu tanpa pamrih.  |
| Tugas yang terlalu menumpuk sehingga membuat jam tidur kacau, dan jantung berdetak kencang, setelah itu terpikirkan hal" diluar akal sehat   | Respon yang bertolak belakang dari apa yang saya perkirakan setelah saya berusaha sebaik mungkin         | Berperan        | Ingin mendengar keluh kesah saya disaat orang yang tinggal satu atap didaerah perantauan terkadang meremahkan masalah yang sedang saya hadapi   |
| Terkadang sulit meenyabungkan percakapan/obrolan karena dari daerah yang berbeda. Terlebih saya dari pulau jawa yang lumayan banyak perbedaan yang menonjol terlebih di bahasa. Sehingga menyamakan persepsi karena penjelasan yang harus lebih mendetail.   | Perbedaan budaya   | Sangat Berperan | Dia memberikan saya penjelasan-penjelasan tentang bagaimana harusnya dan tidak. Sehingga adaptasi saya dapat lebih baik. Seperti maksud-maksud dari perkataan yang tidak saya pahami ataupun hingga saya tidak merasa dikucilkan karena perbedaan yang sangat menonjol  |
| Bawaan permasalahan keluarga, dilema   | Kurang kegiatan, dan terlalu banyak kegiatan   | Berperan        | Terkadang sahabat saya memberikan saya motivasi untuk tetap semanga   |
| jadwal kuliah padat, minggu ujian, ingin meluapkan keluh kesah tapi tidak ada tempat untuk bercerita   | jauh dari rumah, orang tua, sahabat dari tempat tinggal asal   | Berperan        | berperan, karena kadang membantu dalam masalah di perkuliahan. misal membantu untuk belajar bersama menjelang ujian   |
| 1. Social sosial atau culture shock<br>2. musibah yang saya hadapi   | kebutuhan ekonomi  | Berperan        | membantu menyelesaikan solusi atas permasalahan saya, seperti meminjamkan uang dan membantu dalam menenangkan pikiran   |
| masalah sama ayang<br>masalah tugas<br>masalah uang bulanan belum sampe<br>masalah sama dosen<br>masalah sama motor<br>ditilang polisi gegara ga pake helm<br>masalah sama mantan roommate   | banyak tugas tapi mager ngerjain soalnya kayak mudah tugasnya akhirnya numpuk trus mager banget          | Sangat Berperan | enak kerja tugas sama sahabat, ada temen diskusi kalo sendiri berasa jadi orang gila soalnya kalo mau nanya temen yang lain aku malu. bismillah ditunggu hadiahnya :))  |

|  |   |                 |  |
|--|---|-----------------|--|
| Kuliah dan uang  | Tugas   | Sangat Berperan | Penyelamat dikala susah maupun senang, tidak bisa terdefiniskan dan dideskripsikan segala kebaikan dan keburukkan teman saya, kadang mereka bisa baik sebaik malaikat Gabriel tpi kadang kalau sudah jahat melebihi iblis  |
| feeling lonely, jauh dari orang tua,   | tugas kuliah dan merasa sendirian   | Sangat Berperan | karena ketika saya merasa sendirian karena tidak punya keluarga ada teman yang bisa menghibur dan menghabiskan waktu bersama sehingga saya tidak sedih lgi   |
| Tugas  | Laporan menumpuk  | Berperan        | Mereka selalu membantu saya pada saat saya kesusahan baik itu secara finansial maupun yang lain  |
| Pertemanan yang kurang baik. Banyaknya orang-orang munafik. Dan banyaknya orang-orang yang hanya memanfaatkan. Dan tempat tinggal saya juga bisa memicu saya mengalami stress serta perekonomian saya yg tidak stabil.   | Ekonomi, pertemanan, keluarga   | Sangat Berperan | Sangat berperan, karena dia selalu ada ketika saya butuh bantuan. Dan selalu menemani saya disaat saya sendirian.  |
| ketika diberikan begitu banyak tugas yang datang secara bersamaan di waktu yang tidak tepat. Selebihnya saya jarang stress sih dan lebih menikmati semuanya dengan enjoyy dan selalu berkabar dengan mama di sana jadi bisa lebih happy menjalani hari2 sebagai mahasiswa rantau, chuaaksss. | banyak tugas dan kesulitan membagi waktu, tekanan utk maksain semuanya selesai sebelum weekend karena di weekend ada agenda khusus buat healing bersama bestieeee ♡ | Sangat Berperan | memberi nasihat, kadang sebagai partner healing, kalau lg sama2 sibuk tuh biasa curhat lewat chat wa saja dia sudah bsa sgt responsif dan memberikan dukungan juga utk saya, respon yg sama juga sya berikan ketika dia butuh teman curhat. trs jg kdg klo aku butuh dia selalu berusaha utk ada, dia bener2 gantiin peran seorang "pacar" banget, bersedia nganterin kemanapun, btw dia sahabat smp ku dan kami kuliah di makassar dgn kampus yang berbeda, dia di UNM. Dia perempuan tangguh yang saya kenal, kdg klo sya sakit dia yg turun tangan utk belikan sya obat meskipun jarak kosan kami sgt jauh. Nurul, you are my beloved bestfriend ♡ga kebayang hidupku di makassar bakal sedatar apa tanpa kehadiranmu dalam menemani healing2 kuu. Maasya Allah. semoga Allah menjaga tali persaudaraan kita selalu ☐ |
| Tugas perkuliahan, ayam ungu:  | Deadline tugas dan jadwal kegiatan yang cukup padat   | Sangat Berperan | Saya merasa sahabat saya memiliki peran yang cukup besar bagi saya dalam menyelesaikan masalah. Peran yang diberikan sahabat saya biasanya berupa membantu menjelaskan sesuatu yang kadang tidak saya pahami, menemani saya bertukar pikiran, memberikan semangat, dan memberikan saya saran-saran yang menurut saya sangat membangun.   |
| Masalah akademik   | Terlalu banyak kegiatan akademik melebihi batas kemampuan fisik saya  | Berperan        | Sahabat saya berperan untuk mengembalikan mood saya dengan cara membuat jokes agar lebih santai dan rileks walaupun sifatnya hanya sementara   |
| Jauh dari orang tua  | Banyak tugas kuliah   | Sangat Berperan | Karna selalu menghibur   |
| Awal kuliah sulit menyesuaikan keadaan dengan teman kuliah dan kurang mengerti apa yang mereka bicarakan menggunakan logat sulawesi  | Ekonomi, tugas kuliah, jauh dari ortu, dan saat ini skripsi   | Tidak Berperan  | Walaupun dikatakan sahabat, tapi saya tetap tertutup. Hanya beberapa yang saya ceritain dan setelah cerita saya merasa tidak mendapatkan solusi, hanya simpati.  |
| Permasalahan Pribadi yang sudah lama terpendam yang tidak biasa saya keluarkan di depan orang maupun sahabat   | Saya menyatakan diri saya memang bodoh dalam bidang apapun  | Tidak Berperan  | saya tidak pernah membicarakan masalah saya ke Sahabat saya karena saya takut dia akan merasa akan menjauh karena masalah yang saya hadapi termasuk masalah yang ada di dalam hati dan tidak bisa di bicarakan<br><br>Karena masalah itu sudah seperti tersegel, terkunci dan tidak bisa dibuka.   |
| culture shock, terutama bahasa & logat   | Bahasa yang kurang dimengerti   | Berperan        | Membantu menjelaskan dan mengenalkan bahasa & budaya   |
| Tugas, pengkaderan, organisasi, skripsi  | Homesick  | Sangat Berperan | Sahabat saya membantu saya mencari solusi ketika saya mempunyai masalah  |
| Biaya Kesehatan fisik<br>Social mayoritas yang agak kasar dalam berbahasa  | Biaya hidup   | Sangat Berperan | Membantu saya dalam hal apapun baik materil maupun non materil, seperti :<br><br>1. Sering memberikan bantuan kepada saya<br>2. Membantu saya untuk keluar dari suatu masalah<br>3. Selalu membersi saya support dan semangat<br>4. Selalu mengingatkan dan menasehati saya  |
| 1. Perbedaan Bahasa.<br>2. Perbedaan kebiasaan masyarakat di daerah saya, dan di sini.<br>3. Tekanan ketika tinggal bersama keluarga   | 1. Tugas kuliah<br>2. Perekonomian<br>3. Kegiatan organisasi  | Berperan        | Sahabat yang saya maksud di sini adalah sahabat saya di kampung halaman. Saya saya sering mencurahkan isi pikiran dan hati saya kepadanya, namun karena kami   |

|  |  |                 |   |
|--|--|-----------------|---|
| jauh.  |  |                 | saat ini berada di Social yang berbeda, dan dia juga sedang sibuk dengan kuliahnya, maka saya tidak ingin sahabat saya dibuat sulit karena harus membantu memecahkan permasalahan saya sendiri, ketika permasalahannya juga tak kalah banyaknya daripada saya. Sehingga yang saya butuhkan dari sahabat saya hanyalah agar dia mendengarkan curhatan saya saja dan membuat perasaan saya menjadi sedikit lega. Dan menurut saya hal itu juga lumayan membantu, karena ketika perasaan sudah tenang dan lega, maka biasanya saya dapat berpikir jernih untuk mencari penyelesaian dalam masalah yang saya alami. |
| tugas yang menumpuk ketika saya lagi merasa lelah  | saya merasa sendiri di perantauan  | Berperan        | sahabat saya cukup berperan untuk membantu menyelesaikan masalah saya karena dengan adanya mereka, mereka memberikan solusi-solusi dan semangat untuk saya menyelesaikan masalah saya.  |
| Susahnya bergaul di dalam circle yang berbeda, dan tidak pernah di hiraukan oleh org lain  | Finansial dan teman teman kampus   | Sangat Berperan | Karna hanya 4 orang Dri banyaknya angkatan saya di kampus yang mau berteman dan mendengarkan saya, dan mau membantu saya  |
| Masalah percintaan   | Manajemen keuangan   | Sangat Berperan | Sahabat saya sangat berperan ketika saya tengah menghadapi masalah, entah itu masalah keuangan atau pun hubungan percintaan. Sahabat saya selalu memberikan nasihat atau pun saran yg sangat tepat sasaran.   |
| pengkaderan  | tugas dan waktu yang terbatas maupun orang"  | Berperan        | memberi advice  |
| kehilangan kontrol terhadap diri sendiri   | kehidupan mandiri  | Berperan        | bersedia meluangkan waktu walaupun terkadang diri sendiri sulit mengungkapkan   |
| Kontrol diri/emosi   | Pergaulan yang sangat berbeda dari dulu  | Berperan        | Memberi nasehat ketika saya bercerita terkait masalah saya  |
| Keuangan   | Keuangan dan tugas kuliah  | Berperan        | Biasanya dia akan membantu saya jika itu dalam hal perkuliahan tetapi jika keuangan saya belum pernah bercerita   |
| kadang rasa sepi membuat stress  | keseharian   | Sangat Berperan | sahabat saya selalu ada saat saya butuh teman cerita, saat saya merasa sepi   |
| Masalah fasilitas penunjang kuliah yang sedang rusak tetapi tidak bisa segera ditangani atau diganti sebab ada hal lainnya.  | Tugas  | Berperan        | Alasan memilih berperan karena tidak dipungkiri ada beberapa hal yang tidak bisa saya selesaikan atau hadapi sendiri. Peran yang sahabat saya lakukan biasanya adalah dengan membantu mencarikan bahkan memberikan jalan tengah untuk permasalahan saya.  |
| Sakit  | Sendirian di Kos   | Berperan        | Tidak mengusik ketika saya sedang sakit/ badmood  |
| permasalahan dengan teman di kampus, masalah akademik  | tekanan akademik   | Berperan        | sebagai teman cerita dan memberi solusi   |
| Tugas kuliah dan hubungan dan masalah organisasi   | tuntutan di organisasi, hubungan yang tidak berjalan baik dengan pacar, tugas kuliah yang sulit dikerjakan | Sangat Berperan | Bertukar pandangan, membantu mencarikan solusi dan menjadi tempat istirahat yang paling baik  |
| nilai ujian  | ujian  | Berperan        | curhatanku di dengerin, di kasih saran, di ajak jalan   |
| Skripsi, jauh dari keluarga, merasa kesepian, maupun masalah percintaan  | Perkuliah dan relasi sosial  | Berperan        | Mendengarkan saya ketika bercerita, membantu mencari solusi dan membantu menyelesaikan masalah jika dimintai bantuan, dan dukungan emosional  |
| Tugas, penelitian.   | Uang, Tugas, dan Penelitian  | Sangat Berperan | Banyak masukan dari dia yang berguna  |
| home sick, skripsi, tugas kuliah   | gaada support system   | Berperan        | memberi solusi kalau ada masalah  |
| 1. belum bisa beradaptasi dengan sistem perkuliahan<br>2. sulit untuk mengatur waktu untuk mengerjakan tugas kuliah, hangout, dan pekerjaan rumah di kosan seperti nyuci masak dll<br>3. manajemen keuangan yang masih belum bisa saya lakukan dengan baik | tidak bisa mengatur waktu, menutup diri, dan hedon di awal bulan   | Tidak Berperan  | Bagi saya, sahabat yang saya temui di perantauan ini tidak begitu berperan dalam menyelesaikan masalah yang saya sebutkan diatas. Karena, mereka memaksa dalam artian kalo ga ikut nongki, saya akan ketinggalan cerita mereka. Itu yang malah membuat manajemen keuangan saya berantakan. Banyaknya ajakan ajakan untuk pergi jalan-jalan dan nongki menghabiskan waktu di luar sehingga saya menunda-nunda untuk mengerjakan tugas saya.  |
| Sejauh ini masalah tugas   | Kurang support   | Sangat Berperan | Teman saya sangat berperan penting bagi saya karena mereka selalu membantu ketika saya sedang sangat membutuhkan bantuan, ketika saya sakit mereka membelikan saya obat   |
| Uang   | Laprap dan uang  | Berperan        | Sering membantu dan begitulah   |
| ditinggal mati kucing  | kangen kucing dan masakan mamah  | Sangat Berperan | kehadiran sahabat-sahabat saya sangat membantu menjalani hari hari di kota perantauan, merasa mudah jika ada mereka, ada alasan untuk tetap bertahan dan menjadi alasan untuk selalu bersyukur  |

|  |  |                 |   |
|--|--|-----------------|---|
| putus cinta, masalah kampus, dan adaptasi Social baru  | budaya yang berbeda  | Berperan        | mendengarkan cerita saya  |
| perbedaan variasi makanan disekitar kost   | hubungan tidak baik antar teman dekat  | Berperan        | berperan namun tidak terlalu berperan, karena pada akhirnya saya lagi yang memutuskan mau mendengarkan mereka atau tidak. Kadang opini mereka bisa diterima dan kadang tidak.   |
| pulang terlalu malam   | jarak antara kampus, tempat tinggal, dan tempat berkegiatan (sekret organisasi) saling berjauhan   | Berperan        | sahabat saya menawarkan untuk tinggal di tempat mereka jika hari sudah terlalu malam yang berbahaya untuk pulang  |
| Masalah pertemanan/sosial, deadline yang berdekatan  | Segala sesuatu yang tidak sesuai dengan yang diharapkan  | Sangat Berperan | Seperti selalu menyediakan waktunya untuk mendengarkan yang sedang dialami dan memberikan bantuan ketika saya butuh dan dia mampu.  |
| Permasalahan mengenai ekonomi, akademik, percintaan, dan persahabatan  | Perekonomian, jika ada tugas yang sulit untuk saya selesaikan, materi yang telah disampaikan saat perkuliahan kurang dapat saya pahami, dan nilai IP yang tidak sesuai ekspektasi saya | Sangat Berperan | Jika saya memiliki masalah, biasanya teman saya akan bertanya dan membuat saya menceritakan masalah yang saya alami. Selama saya menceritakan masalah saya, teman saya benar-benar mendengarkan saya. Mereka sangat berperan dalam membantu saya menyelesaikan permasalahan saya dengan memberikan solusi dan keputusan yang sekiranya akan tepat untuk dilakukan. Beberapa solusi yang mereka berikan pun sangat membantu saya dalam menyelesaikan masalah saya.   |
| finansial, perkuliahan, skripsi, pertemanan, percintaan, keluarga  | merasa membebani keluarga karena belum bisa mandiri secara finansial, merasa kesepian karena jauh dari keluarga, skripsi yang lama selesai   | Sangat Berperan | Sahabat saya sangat berperan besar sebagai support system   |
| Tugas Akhir  | tidak sesuai planing   | Sangat Berperan | menyemangati  |
| Tidal sampai pada tahap stress hanya sebatas pushing perihal kondisi perekonomian  | Persoalan ekonomi  | Sangat Berperan | Kenapa saya memilih sangat berperan karena memang kami saling menutupi ke ku rang and masing-masing Dan sahabat-sahabat saya rata-rata perantau semua. Kami saling mengerti satu sama lain perihal kondisi kami. Seperti uang bulanan lambat dikirim Dan lain nya.  |
| Tidak ada  | Kalau sampe stres si alhamdulillah gaada karna di kampus jarang ada tugas, kuliah juga lumayan santai  | Berperan        | Saya pilih berperan karna kami tidak selalu sekelas, jadi kadang tugas yg diberikan juga berbeda. Kalau permasalahan tugas biasanya kami saling sharing, saling mengingatkan.   |
| 1. Menabrak motor orang sehingga hampir dibawa ke kantor polisi dan harus membayar ganti rugi.<br>2. Kecelakaan motor<br>3. Kehilangan uang  | Masalah ekonomi, akademik dan organisasi   | Berperan        | Sahabat saya selalu memberi solusi atas permasalahan saya   |
| Culture shock sama temen dikampus  | Social pertemanan  | Sangat Berperan | Dia adalah sahabat saya sejak SMA. Kita satu sekolah dulunya, lalu sama2 merantau dan berkuliah di makassar walaupun kami berbeda kampus. Dulu saya sangat susah untuk beradaptasi di kampus, namun sahabat saya selalu ada untuk saya menemani disaat2 terpuruknya saya. Dia selalu menjadi teman cerita, teman bercanda dan tertawa, teman jalan2, teman healing bagi saya yg lagi struggle bertahan menghadai culture shock yg saya rasakan saat mulai kuliah offline dikampus sehingga setidaknya saya mampu melewati masa2 sulit dan akhirnya bertahan hingga sekarang |
| Tugas, perasaan, manajemen waktu   | Biaya dan tugas  | Berperan        | Selalu mengingatkan, bahkan tidak jarang membantu menyelesaikan   |
| Ngerasa stress aja sih sebenarnya karna jujur ini bukan jurusan pilihan saya, melainkan pilihan alternatif. Dan memang kedokteran sesulit dan se menguras tenaga itu. Saya bisa nangis seharian kalo lagi kecapean habis ngerjain laporan dll. Sama pas awal2 kurang adaptif, karna perbedaan bahasa. Bikin saya bingung sama kurang komunikasi. | Sejauh ini cuma tugas sih, tapi berusaha dibawa enjoy walaupun dikit2 nangis.  | Sangat Berperan | Karna saya sendiri ngerantau, dan di daerah yang bener2 asing buat saya. Sahabat berperan banget karna kalo ada kejadian, entah yang seru, yang sedih, bikin emosi, bisa saya share ke dia, dan untungny dia ga memperlakukan hal ini. Dia seneng kalo saya sering update how's my life's going. Tapi jujur ini bukan pacar yaaa, ini beneran temen kok. Anaknya seru, dia juga humble. Ga nyangka aja bisa temenan sama dia selama ini.  |
| Permasalahan yang paling sering dirasakan ialah homesickness atau rasa rindu sama orang tua karena ini baru pertama kalinya saya merantau jadi kadang saya merasa stress menghandle diri saya sendiri tanpa bantuan orang tua saya kemudian ada culture shock perbedaan budaya orang   | Tugas kuliah yang banyak kemudian harus tau merawat diri sendiri karena jauh dari orang tua  | Sangat Berperan | Sahabat saya sering mendengarkan keluh kesah saya bahkan selalu membantu saya mencari solusi untuk permasalahan yang terjadi dalam hidup saya.  |

|  |   |                 |  |
|--|---|-----------------|--|
| Kalimantan dan Makassar sangat berbeda dan terkadang itu membuat saya tidak terlalu bisa menyesuaikan diri dengan budaya yg ada dimakassar |   |                 |  |
| manajemen uang saku  | uang dan kangen almh mamah  | Sangat Berperan | Dengan cara menenangkan melalui perkataan berusaha mengerti dan ikut merasakan apa yang saya rasakan   |
| Keuangan, rumah yang tdk beres karena tdk ada ortu, sibuk dari pagi sampe malam, makan tidak teratur                                       | Banyak nya pekerjaan tugas dan kegiatan yang haru dilakukan secara intens   | Berperan        | Hanya sebagai tempat cerita dan memberi saran itu sudah sangat cukup untuk mengurangi beban yang ada di kepala saya  |
| Masalah sosial seperti tekanan untuk mampu beradaptasi pada urusan organisasi dan tekanan akademik   | Tekanan sosial(interaksi dengan orang yg tidak sefrekuensi) dan tekanan akademik (tugas, perizinan ormawa, dan asistensi)   | Berperan        | Memberikan masukan dan motivasi, Setidaknya mereka ada walaupun sekedar menemani, Membantu membelikan makanan dan obat saat sedang drop, Meminjamkan kendaraan dan barang barangnya seperti leptop, charger, sandal, buku, pulsa, uang, dll, Memberikan informasi terkait kuliah, Memberikan candaan dan Memberikan caciian hahaha   |
| homesick, keuangan, capek  | makan dan tidur berlebih  | Sangat Berperan | dapat menjadi tempat untuk keluh kesah jika merasakan hal yang tidak nyaman  |
| Mendengar Kabar Ibu saya menikah lagi  | Pikiran tentang keluarga (misalnya ada masalah keluarga dan kita tau)   | Sangat Berperan | Saat saya mendengar kabar ibu saya mau menikah lagi, saya mengajak 3 sahabat saya untuk memberi solusi. Dan alhasil sahabat saya mensupport saya agar tidak memikirkan hal yang sudah menjadi takdirnya tuhan, dan mereka menyuruh saya untuk fokus saja dengan kuliah.  |
| Kurangnya dana untuk kebutuhan hidup   | Kurangnya pemasukan biaya hidup dan gempuran tugas dosen yang sulit dan menumpuk  | Berperan        | Berperan karena ada sahabat saya yang bisa saya lupakan cerita untuk tidak terlalu membebani saya dan menyemangati saya bahkan bisa memberikan solusi baik secara materiil maupun pembelajaran   |
| Kesulitan mendapatkan teman.   | Tugas, tidak ada siapapun yang bisa dimintai tolong karena saya benar-benar sendiri tanpa keluarga.                         | Sangat Berperan | Sahabat saya selalu memberikan dorongan atau motivasi kepada saya, berusaha membantu meski berjauhan, dan yang terpenting adalah mau mendengarkan masalah dan mencoba memberikan solusi atau saran. Hal itu menurut saya sudah sangat membantu selama saya di perantauan.  |
| Permasalahan sosial  | rasa tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas yang banyak membuat saya pada akhirnya tidak mengerjakan semuanya sama sekali | Sangat Berperan | Jika saya ada di posisi itu, sahabat saya akan membantu saya untuk mengerjakan apa yang bisa dikerjakan lebih dulu dan ia membantu saya untuk melakukannya dengan pelan pelan yang membuat stress saya menjadi berkurang karena ia membantu saya mengatasi pikiran saya sendiri  |
| - Rindu keluarga, tapi dibarengi dengan ekspektasi orang tua<br>- Perselisihan dengan teman  | Pemikiran berulang dari hasil perselisihan dengan teman dan harapan" orang tua  | Berperan        | Menjadi tempat cerita ketika ada hal yang ingin saya ceritakan. Mereka juga memberi saya semangat dan perhatian penuh, terlebih karena saya anak kost  |
| Keuangan, keluarga, kuliah   | Keluarga  | Sangat Berperan | Karna bercerita masalah yg saya hadapi ke sahabat saya, saya merasa lebih lega dan merasa semangat lagi  |
| Masalah keuangan,tugas,asmara dan keluarga   | Keuangan, tugas dan pacar   | Sangat Berperan | sahabat saya sangat berperan misalnya ada kendala kesulitan dalam mengerjakan tugas,laprak dan ada materi yang tidak dapat dimengerti sahabat saya selalu menyempatkan waktu untuk membantu.Ketika saya dilanda masalah keuangan pun mereka membantu sekecil apapun itu terakhir tentang permasalahan keluarga yang mana ketika saya baru benar-benar mempercayai mereka dan saya menceritakannya secara terbuka ke mereka,mereka mendengarkan saya dan tidak terlihat menjudge saya dana juga mereka menguatkan saya. |
| perkuliahan dan emosi yang mudah untuk berubah-ubah  | tugas kuliah yang mendekati dl  | Sangat Berperan | jika terkait tugas mereka akan memberikan solusi bahkan membantu saya mengerjakan tugas saya.  |
| Permasalahan organisasi dn hubungan percintaan   | Padatnya tugas kuliah dan deadlinenya bersamaan   | Sangat Berperan | Selalu berusaha untuk menemani dalam keadaan suka maupun duka...bahkan selalu saja ada ketika dibutuhkan dan tidak minta imbalan apa2 dari saya...tapi tetap saya sendiri pasti kasih timbal baliknya entah dim bentuk moril dan non moril.Terima kasih  |
| berkomunikasi dengan masyarakat sekitar  | overthinking dan sering cemas   | Berperan        | ketika berkumpul sama sahabat saya sangat nyaman meskipun tidak membicarakan apapun  |

|   |  |                 |   |
|---|--|-----------------|---|
| tempat tinggal dan perbedaan pendapat dengan teman karena masih menyesuaikan diri   | tidak bisa membawa kendaraan & beberapa orang yang membebani saya (teman yang berbeda pendapat)  | Sangat Berperan | peran secara verbal dan non verbal, terkadang teman saya tidak sungkan menawarkan tumpangan untuk pulang bersama dan teman saya siap siaga mendengarkan keluhan dan memberi saran agar masalah tersebut tidak mengganggu saya   |
| Tugas-tugas kuliah dan juga homesick  | Tugas-tugas kuliah. Saya kadang merasa tidak bisa melakukan tugas-tugas kuliah yang berujung membuat saya overthinking tetapi saya berkata di diri saya bahwa saya bisa menyelesaikan tugas-tugas. Saya biasanya menceritakan keresahan saya ke keluarga dan sahabat saya  | Sangat Berperan | Biasanya sahabat saya selalu menyemangati saya saat saya sedang stress. Dia akan memberikan saya saran dan meminta saya menceritakan hal-hal yang membuat saya merasa stress. Saat sahabat saya stress, saya juga melakukan hal yang sama kepadanya. Kami biasanya selalu berbincang lewat video call.  |
| Permasalahan akademik   | Deadline tugas-tugas akademik dan tanggung jawab organisasi  | Berperan        | Sahabat saya sering membantu saya memberikan dengan memberi saran atau masukan, paling besar perannya yang saya rasakan dalam memberikan social support sehingga saya dapat mengatasi masalah saya.   |
| - Homesick<br>- Selisih paham dengan pasangan<br>- Culture shock  | Homesick dan sempat depresi karena kesepian  | Sangat Berperan | Sahabat saya mau menemani ketika sedang depresi dan mampu memberikan solusi   |
| Social. Saya merasa kurang bisa berbaur dengan teman kelas saya. Padahal, sejujurnya sikap mereka ramah dan tidak mengganggu aktivitas saya di kampus. Tetapi, saya pribadi yang merasa tertekan apabila ada kerja kelompok atau kegiatan yang harus dilakukan bersama di kampus yang membuat saya harus berbaur dengan lebih banyak orang, sejujurnya itu membuat saya merasa mudah lelah. Tugas-tugas di kampus juga sejujurnya mudah dan belum pernah begitu menyulitkan saya, tapi saya kurang bisa mengerjakannya tepat waktu karena sudah duluan merasa lelah dari kampus karena harus bergaul dengan banyak orang. Namun, memang ada beberapa orang tertentu yang saya merasa enjoy jika bergaul dengan mereka dan mereka adalah teman dekat saya untuk saat ini. Saya merasa kesulitan beradaptasi di tahun pertama saya merantau ini karena saya belum terbiasa tidak bisa lagi mengandalkan keluarga serta sahabat-sahabat saya yang telah saya kenal selama kurang lebih 6 tahun. Sehingga, sampai saat ini saya belum merasa bisa beradaptasi sepenuhnya dengan orang-orang baru. Ditambah, saya harus mengurus diri saya sendiri dengan mengatur keuangan, kebutuhan makan dan kebutuhan sehari-hari lainnya, ini benar-benar menyulitkan. | Seperti yang saya jabarkan di atas, apabila ada kegiatan yang mengharuskan saya berinteraksi dengan banyak orang di kampus dalam urusan kuliah membuat saya gampang merasa stress dan mudah lelah. Karena, entah kenapa saya menjadi mudah tersinggung dengan hal-hal yang dilakukan orang-orang sekitar saya. Padahal, jika dipikirkan lagi setelah saya pulang dari kampus, sebenarnya itu sama sekali bukan bertujuan untuk menyakiti atau mengganggu saya. Saya gampang risih dengan orang-orang baru yang saya rasa tidak sefrekuensi dengan saya. Juga, saya sering menyesal dengan tindakan-tindakan impulsif yang saya anggap memalukan, padahal sebenarnya hal tersebut biasa saja kalau saya pikir lagi setelah kejadian yang saya anggap memalukan itu terlewat, seperti jatuh dari kursi di tengah diskusi di kelas. | Sangat Berperan | Walaupun saya dan sahabat saya merantau di daerah yang berbeda tetapi dia sangat membantu saya apabila saya kesulitan apapun. Dia menjadi tempat saya menyalurkan semua permasalahan yang saya hadapi di perantauan. Tidak hanya masalah, saya sering menceritakan segala hal dengan dia atau bahkan memfoto kegiatan-kegiatan saya di kampus. Itu membuat saya merasa saya tidak sendiri dan apabila ada masalah akan ada orang yang bisa membantu saya walaupun harus berbaur. Saya juga, sering meminta pendapat dia dalam hal sekecil apapun apabila saya merasa tidak bisa memutuskan sesuatu. Kadang-kadang, kalau saya merasa takut atau memang sedang ingin mengobrol dengan orang saat di kos saya akan meminta dia untuk saling telponan. |
| Tidak ada keluarga sama sekali sering membuat khawatir, tidak bisa pulang kampung karena sibuk, masalah tugas akhir   | pikiran agar bisa cepat selesai dengan mulus   | Berperan        | mereka berusaha membantu saya jika masih dalam batas kemampuan, seperti saat tidak bisa pulang kampung, saat sakit, butuh kendaraan dll   |
| - Masalah perkuliahan- Masalah dengan orang tua- Masalah dengan diri sendiri  | - Tugas kuliah yang kadang melunjak- Emosi yang tidak stabil- Teman kuliah yang mengganggu akademik- Orang tua   | Berperan        | Untuk masalah biasa seperti perkuliahan sahabat-sahabat saya saling bertukar cerita dan membantu untuk mencari solusi sesuai keadaan. Kami juga saling memberi semangat untuk meringankan beban. Untuk masalah orang tua dan diri sendiri, saya percayakan cerita ini kepada sahabat saya yg terpercaya. Saya bercerita mengenai masalah dan stress saya terkait keluarga dan dia memberikan respon yg baik sehingga membuat saya merasa baik dan nyaman. Dia memberikan kehangatan dan memberikan saran serta masukan terkait masalah saya. Saya merasa sangat senang karena bisa memiliki sahabat yg dapat mengerti dan menenangkan saya.   |
| Keluar, pertemanan, perkuliahan, pergaulan  | Bahasa, budaya, kebiasaan  | Berperan        | Sebagai pendengar yang baik, membantu dalam proses perkuliahan  |
| Ekonomi, susah tidur, manajemen keuangan, rindu rumah.  | Tekanan dari pihak keluarga untuk cepat <sup>2</sup> menyelesaikan studi, itupun di luar dari keluarga inti. Misalnya sepupu, ataupun tetangga yg selalu bertanya ke orang tua saya.   | Berperan        | Tergantung dari masalah itu sendiri. Misalnya masalah ekonomi, kadang sahabat saya sedikit membantu tanpa harus mengembalikan lagi uangnya. Misalnya juga masalah susah tidur, sahabat saya selalu memberi saran-saran yg masuk akal dan yg bisa saya lakukan.  |

|   |  |                 |  |
|---|--|-----------------|--|
| Saya rasa Culture sih, culture orang sini dengan daerah saya sangat berbeda. Dan terkadang kita selalu berusaha menyesuaikan.   | Perbedaan pemahaman, pandangan, perasaan. Terkadang mood saya suka naik turun sehingga, semua orang terasa asing dan itu muncul secara tiba-tiba. Selalu.  | Berperan        | Berperan, ndak semua orang harus berperan dalam hidup kita masing-masing. Kita punya jalan masing-masing.  |
| Ketika uang beasiswa habis. Heheh   | Habisnya uang, tugas dan laporan   | Sangat Berperan | Mereka selalu ada saat saya meminjam uang ataupun bertanya terkait tugas kuliah dan laporan  |
| Tugas numpuk  | Internet habis dan uang menipis  | Berperan        | Sahabat saya beda pulau jadi biasanya komunikasi online  |
| Masalah keuangan  | Masalah keuangan   | Sangat Berperan | Mendengarkan dan mencari solusi  |
| Masalah organisasi  | Kegiatan organisasi  | Berperan        | Sahabat "ikuti saja alurnya". "Ayo jalan-jalan".   |
| Tidak terlalu pandai bergaul di tempat baru sehingga sedikit kesulitan dalam mendapat informasi   | Ketika jadwal kuliah sedang padat dibarengi tugas kuliah yang menumpuk   | Sangat Berperan | Memberi semangat dengan cara menghibur serta mengajak keluar untuk me-refreshing pikiran dan mentraktir jajan.<br>Memasakan makanan untuk saya. Mengingatkan jika ada tugas yang akan dikirim secepatnya.<br>Memberi informasi terkait tugas<br>Memberi list tugas-tugas yang didapatkan<br>Membantu mencari jurnal-jurnal yang dibutuhkan ketika saya mengerjakan laporan, membantu mencetak tugas laporan saya di waktu mepet, serta meminjamkan laptop.   |
| 1. langkah masa depan yg akan aku ambil<br>2. masalah sama diri sendiri (insecure, merasa ga worth it, merasa not good enough)<br>3. teman kontrakan<br>4. kekurangan kendaraan untuk pergi kemana-mana<br>5. merasa salah kalo bergantung dan berharap sama orang bakal ada di samping kita (dan itu memang salah) | diri sendiri, keluarga, Social, teman kontrakan, teman yang gak bisa di cut off  | Berperan        | aku punya temen SMA, dia di Jawa. Dia love language nya word affirmation, she always being sooo kind and soft, tiap saya merasa belum cukup baik, insecure, merasa tidak berguna dan worth it untuk hidup dia yg selalu ada, selalu ingetin kalo aku ga sendirian, dia selalu ada disana. walaupun dukungannya sekedar dalam bentuk ucapan, tapi dia tempat teraman dan tempat bisa pulang, bisa jadi diri sendiri, kayak rumah. tempat yang aku tau, she loves me (sayang mengarah ke pertemanan) |
| Stress karena dilarang pulang kampung karena tiket yang mahal (kondisi ekonomi), belum sempat mendapat beasiswa, dan stres karena keadaan di organisasi   | Ekonomi  | Berperan        | Mereka mendengar saya saat mengeluh tanpa mengintervensi saya, mereka juga sangat memahami saya saat membutuhkan pinjaman uang dadakan yang pastinya akan langsung saya ganti, dan mereka selalu menghibur saya seperti mengirim meme atau mengajak saya jalan-jalan. Meskipun begitu, peran besar terhadap cara saya merespon masalah ada pada kemauan saya untuk berubah dan bergerak, bukan sepenuhnya karena pengaruh eksternal.   |
| Ofc masalah keuangan yang habis di waktu yg tdk tepat a.k.a sdkt boros, maap aul curhat...  | Yang jadi pemicu stress kuliah di perantauan sampai saat ini adalah uang yang terbatas krn boros jadi bingung mau makan apa, bingung harus masak apa, hehe | Sangat Berperan | Kadang kalau uangku habis di waktu yang tdk tepat trus butuh banget utk bayar sesuatu, pasti minjem di mereka dulu, nnti klo dah ada baru balikin ke mereka atau saling bayar pas makan bareng. Terus kalau bingung mau makan/masak apa, kalau nanya rekomendasi makanan atau ajak makan di luar, mereka selalu berikan saran dan waktu mereka. Sangat berperan lah sahabat2 hewanku itu selama hampir 4 tahun hidup di perantauan yang penuh lika liku ini <3                                     |
| Kecurian laptop, beasiswa lambat cair, terlambat ke kampus karena tidak punya kendaraan   | Ekonomi dan tugas yang berat   | Berperan        | Dia mengajak saya jalan-jalan untuk healing, membeli/memberikan makanan, memberikan tumpangan  |
| Kukurangan uang, teman sekelas/sejurus, tugas yang diberikan dosen, dan praktikum   | Teman sejurusan, dan dosen yang memberika tugas  | Berperan        | Saya memilik berperan karena sabahat saya siap mendengarkan cerita dan juga memberikan saran tentang permasalahan yang saya alami dan juga membantu saya jika ada kesulitan  |
| perkuliahan, mengatur uang bulanan  | menyelesaikan tugas dan skripsi  | Berperan        | menawarkan bantuan saat kesulitan, menemani saat penelitian, bertukar pendapat dan saran, menemani saat terpuruk, selalu menanyakan kabar saya   |
| tekanan dari org tua  | Banyaknya tugas kuliah   | Berperan        | Berperan karena sahabat saya selalu mendengarkan keluh kesah ku dan selalu kasih saran untuk permasalahan yg kadang sy hadapi  |
| Pertemanan  | Permasalahan teman   | Berperan        | Karena sahabat saya ini beda kampus dan juga kota dengan saya, jadi lebih ke menyelesaikannya dengan memberi pendapat jika saya menceritakan masalah saya di mereka  |
| Pada saat masa-masa mengerjakan skripsi   | Jauh dari orang tua  | Berperan        | Jika sakit sahabat saya seperti keluarga   |

|   |  |                 |   |
|---|--|-----------------|---|
| saya mengalami perselisihan dengan sahabat namun untungya kami sudah berbaikan  |  |                 | sendiri   |
| Tidak cocok dengan Socialnya, kangen kampung halaman, tidak paham dengan budaya di sini. Masalah perkuliahan, senioritas.       | Kondisi Social yang berbeda  | Berperan        | Saya bukan orang yang terbuka untuk membicarakan masalah yang saya hadapi bahkan kepada sahabat sekali pun. Karena itu tidak ada satu pun teman/sahabat yang benar-benar tau bagaimana kondisi yang saya hadapi, tetapi meski tanpa tau apa yang mengganggu saya sekalipun mereka tetap bisa membuat saya merasa lebih baik.  |
| 1. Homesick<br>2. Tidak ada teman ngobrol yang sefrekuensi  | Tugas perkuliahan dan beradaptasi dengan Social sekitar  | Berperan        | Berperan, karena dibebepa kesempatan yang pertama kali yang ditanyakan ialah "bagaimana kabar?" Yang kemudian berlanjut bercerita mengenai permasalahan tersebut. Hal itu selalu terulang setiap ada kesempatan kami untuk berkomunikasi.   |
| Kadang kalau kesulitan tidak tau mau cerita kesiapa   | Tugas, Sikap teman-teman, Rasa Malas   | Sangat Berperan | Ketika diceritakan masalah yg dihadapi langsung respon dengan baik, berikan solusi, dan langsung bantu kalau mereka bisa  |
| Kuangan,  | Tugas perkuliahan,   | Sangat Berperan | Menurut saya peran sahabat sangat penting karena ketika saya menghadapi kesulitan entah dalam hal keuangan, atau mungkin saat sy sakit dan butuh bantuan pasti sahabat saya lah yg akan membantu.<br>Saat sy merasa lelah dengan tugas yang menumpuk dan butuh teman cerita sahabat bisa menjadi teman untuk berbagi cerita   |
| Permasalahan tentang ekonomi (bagaimana untuk mendapat penghasilan sampingan) dan kuliah (pertemanan dengan Social baru)        | Ekonomi, overthinking, gelisah, berpikir ke hal yang sangat ditakutkan bila terjadi                                  | Sangat Berperan | Selama merantau, saya menemukan Social baru disini. Mulai dari circle pertemanan, hingga pekerjaan nantinya. Saya selalu bercerita kepada sahabat saya , tentang kondisi pertemanan yang agak tidak cocok denganku entah karena beda frekuensi atau berbeda cara mainnya. Sahabtku juga sering bertanya "seberapa dekat saya dgn teman kuliah", selain itu saya selalu bertukar pikiran dgnnya tntg penghasilan tmbhan sbg mahasiswa "bagaimana bisa menghasilkan uang tanpa membebani org tua lagi".. kurang lebih seperti itu hehe                    |
| Masalah yang sering saya hadapi adalah tugas kuliah dan juga kesibukan dalam organisasi yang saya ikut.                         | Banyak hal-hal bisa memicu stres kita, karena pada dasarnya manusia itu berbeda-beda. Untuk menghadapi masalahnyaaa. | Sangat Berperan | Sahabat saya selalu ada buat saya, dia orang yang penting sekarang di perantauan, membantu semua kesulitan saya ketika saya tidak tau mau membuat apa lagi.   |
| - Kesepian dan tidak punya tempat bersandar.<br>- Merasa tidak akan pernah berhasil apabila dihadapkan dengan situasi yg sulit. | Kecemasan sosial dan prasangka-prasangka di dalam pikiran saya sendiri.  | Sangat Berperan | Apabila mereka sadar bahwa saya sedang dalam kesulitan mereka akan mencoba untuk membantu (hal yg paling sering adalah ketika saya kesulitan bersosialisasi dengan orang baru, mereka akan membantu dengan mancairkan suasana). Mereka juga selalu mengikutsertakan saya apabila ingin mengikuti suatu kegiatan sehingga saya tidak merasa tertinggal dan selalu membantu saya dalam mengemukakan pendapat. Sampai saat ini saya berpikir bahwa saya tidak akan memiliki banyak teman dan kenalan jika bukan karena mereka.                             |
| Kangen suasana rumah, kesepian  | Laporan praktikum :"   | Sangat Berperan | Menurut saya sahabat saya di perantauan sangat berperan dalam proses perkuliahan saya dimana saya sebagai orang awam yang baru datang ke kota besar dan mengira bahwa akan sedikit teman atau sahabat yang saya dapat tapi nyatanya salah malah saya mendapatkan sahabat atau teman yang bisa memberikan satu pemahaman dan dorongan selama ada di kota rantau, sahabat saya juga menjadi motivasi saya jika saya tertinggal di belakang dalam hal mengerjakan laporan contohnya jadi peran sahabat dan teman" saya sangatlah penting bagi saya pribadi |
| MENGERJAKAN LAPORAN PRAKTIKUM   | Tugas dan laprak yang deadline-nya berdekatan serta bingung mau makan apa hari esok                                  | Sangat Berperan | Sangat berperan karena sahabat saya membantu saya dalam hal apapun entah dari tugas hingga kesulitan dalam menyelesaikan masalah  |
| Terkadang, ada rasa kesepian (merasa tidak punya seseorang untuk berbagi apa pun)   | Hubungan dengan lawan jenis  | Sangat Berperan | Sahabat saya selalu bersedia mendengarkan cerita saya dan memberikan masukan-masukan yang realistis dan logis, sehingga saya akan   |

|  |   |                 |   |
|--|---|-----------------|---|
|  |   |                 | merasa lebih baik dan tidak terlalu tertekan dengan masalah saya  |
| sulit me menagent keuangan, sulit membagi waktu, sulit mengutamakan yang menjadi prioritas, putus tali silaturahmi dengan teman, senioritas  | diri sendiri  | Berperan        | penghibur, mencoba membantu saya melupakan sejenak rasa stress yang saya alami  |
| 1. Materi kuliah yang makin susah dan tidak menemukan teman yang cocok diajak diskusi. I feel like if im asking they just make me feel stupid<br>2. Penghematan uang(gara2 ada hal yang tiba2 terjadi dan harus mengeluarkan duit lumayan banyak) sampai makan sekali doang dan jarang nongki<br>3. Ga bisa kontrol diri untuk melakukan hal wajib seperti mencuci dan makan | Uang dan materi kuliah  | Berperan        | Kadang walau mereka tidak memberi solusi mereka selalu nyemangatin sepatah dua kata, jadi ga ngerasa sendiri banget apalagi kalau punya masalah yang related sama aku.  |
| Kamar yang berantakan, tugas yang menumpuk, tugas yang susah untuk saya selesaikan, hal-hal yang tidak sejalan dengan apa yang saya rencanakan.  | Rasa lelah, burnout, banyak pikiran   | Berperan        | Kadang saya dan teman saya main badminton, jajan/belanja bareng. Jadi saya gak terlalu pusing dengan yg lain. Soalnya saya cepet lelah dan kadang banyak pikiran kalau tinggal di kost. Jadi lebih enak aja kalau keluar bareng teman.  |
| Perbedaan pola pikir, bahasa, tekanan tugas, banyak hal yang harus di kerjakan sendiri dalam satu waktu  | Berada dalam kelompok yang tidak bisa di ajak kerja sama, dosen yang tidak terstruktur saat mengajar    | Berperan        | Memberikan solusi, membagi tugas agar cepet terselesaikan, memberikan nasehat jika sedang tertekan dan memberikan gambaran langkah yang harus di lakukan selanjutnya seperti apa  |
| Ekonomi<br>Mata kuliah dan praktikum   | Ekonomi dan tugas tugas kuliah  | Berperan        | Mengerjakan bersama sesuatu yg menurut saya susah, memberikan sy saran dan masukan ubtuk masalah yg sy hadapi   |
| uang, manajemen waktu yang buruk   | keuangan, tugas yang banyak, teman2 yg berprogress lebih cepat daripada saya                            | Berperan        | mereka menjadi motivasi saya untuk senantiasa bekerja lebih keras lagi. mereka juga membantu dengan menjadi tempat berbagi cerita dan tawa sehingga saya merasa tenang dan tahu bahwa saya tidak sendiri di perantauan.   |
| merasa sendirian, takut kalau kenapa" tidak ada yang bisa membantu atau merepotkan orang lain  | nilai, tugas, ujian, organisasi, kepanitiaan, dll   | Berperan        | memberi nasehat, menemani belajar, membantu mengerjakan tugas, dan memberi tumpangan kemanapun  |
| kebudayaan yang berbeda membuat terkendala berkomunikasi   | tugas   | Sangat Berperan | mereka berperan dalam kehidupan saya jika bermasalah karena mereka membantu saya menghadapi masalah saya  |
| Kuangan serta akademik   | Keuangan, dan akademik yang dikaitkan dengan lembaga  | Berperan        | la memberikan solusi atas permasalahan yang saya alami saat itu   |
| Perkuliah seperti tugas-tugas yang sulit atau banyak, dan ujian  | Tugas-tugas, ujian, konflik   | Berperan        | Membantu dalam memberikan solusi ataupun hanya motivasi/dukungan  |
| ekonomi, laporan praktikum   | uang, laporan praktikum, alat transportasi  | Sangat Berperan | sahabat saya sangat berperan dalam menyelesaikan masalah saya, karena sahabat saya mempunyai banyak skli kenalan di kampus jadi memudahkan saya mendapatkan bantuan   |
| Homesicknes  | Pressure tugas  | Berperan        | Mereka ada jika saya membutuhkannya   |
| Sulit untuk beradaptasi dengan Social  | Tugas yang diberikan serta teman teman yang sangat ambis dan juga sukut untuk berkomunikasi dengan baik | Berperan        | Peran sahabat sy yaitu dengan memberikan semangat serta bertukar nasib ( adu nasib di pertantauan)  |
| ekonomi, asmara  | ekonomi   | Berperan        | sahabat saya mendengarkan dan memberikan saran kepada saya ketika sedang dalam masalah apapun itu, misal ketika saya ada masalah dalam hubungan saya dengan pacar saya, kemudian saya ceritakan ke dia tentang semuanya, setelah itu sahabat saya akan memberikan feedback berupa saran dan cara agar saya dapat menenangkan diri sebelum menyelesaikan masalah tersebut. |
| Sakit di saat sendiri, orang-orang menyakitii perasaan saya  | Mata kuliah, organisasi   | Berperan        | Teman saya sering menanyakan terkait kondisi saya ketika saya sakit, bahkan dia membantu saya dalam menghadapi keadaan saya. Dia juga bahkan menggantikan posisi saya untuk mengemban tanggung jawab organisasi disaat saya sakit padahal itu adalah hal yang dia tidak sukai dan itu merupakan tanggung jawab saya   |
| Kuangan, tugas dan laporan yang deadline nya berdekatan dan juga teman yang sulit untuk diajak dalam bekerja sama dalam kelompok   | kondisi keuangan yang tidak stabil dan laporan  | Sangat Berperan | Sahabat saya sangat berperan selama di perantauan karena saya bisa berbagai cerita dan mendapatkan solusi dari masalah yang sedang saya hadapi selain itu sahabat saya akan meluangkan waktu untuk kumpul dan saling menyemangati.  |
| Mengatur keuangan, penyakit yang sering kambuh, tugas  | Masalah keuangan, tugas:')  | Sangat Berperan | Saya adalah orang yang cenderung tidak gampang membuka diri atau menceritakan tentang diri sendiri kepada   |

|  |   |                 |   |
|--|---|-----------------|---|
|  |   |                 | orang lain, bahkan kepada sahabat sendiri. Saya kebanyakan akan menjadi pendengar di antara mereka. Meskipun begitu, kehadiran mereka sangat berarti bagi saya. Selama di perantauan, saya lebih sering stress karena tugas yang banyak dan masalah keuangan. Biasanya mendengarkan keluh kesah mereka yang mirip-mirip dengan masalah saya, membuat saya merasa tidak sendiri menghadapi masalah tersebut. Kami memang tidak pernah 'seterbuka' itu satu sama lain, tapi kami mencoba saling mengerti keadaan masing-masing. Dengan cara ini, kami masih bisa menghargai privasi satu sama lain. Menurut saya, sahabat di perkuliahan sebenarnya agak berbeda dengan sewaktu di SMA, dimana kita bisa menghabiskan waktu luang bersama semauanya. Di dunia perkuliahan, ada banyak tugas yang harus diselesaikan dengan cepat dan baik. Namun di satu sisi, berkuat dengan tugas secara terus menerus akan membuat seseorang menjadi stress. Untuk itu, kita memerlukan seseorang yang setidaknya bisa mengerti posisi kita, tanpa harus banyak terbuka dan bercerita. Selama kuliah, salah satu hal yang paling saya sukai, dan membuat saya tetap bersemangat menjalani perkuliahan setiap harinya, adalah bertemu dengan teman-teman di kelas. Beruntungnya, teman-teman kelas yang saya miliki tidak banyak drama dan toxic. Mereka mau menerima siapa saja di kelas tanpa memandang latar belakangnya. Itu lah yang membuat saya merasa nyaman dan aman bersama mereka, bahkan berteman dekat dengan beberapa di antara mereka. |
| keuangan.  | kurangnya manajemen keuangan.   | Sangat Berperan | Saya dan sahabat saya sudah terbiasa untuk saling berbagi cerita dan saling membantu satu sama lain selama kurang lebih 8 tahun. Jadi ketika sedang ada masalah, saya ataupun sahabat saya secara "otomatis" saling membantu untuk menemukan solusi dari permasalahan tersebut hingga selesai tanpa perlu saling memohon atau meminta. Secara sederhananya, tanpa dikatakan pun, kami langsung berusaha untuk saling membantu jika dari salah satunya ada yang menceritakan masalah yang sedang dihadapi, baik itu berupa aksi maupun sekedar kata-kata yang menguatkan.  |
| - Proses pengerjaan Skripsi  | Overthinking  | Berperan        | Mendengarkan keluh kesah saya, memberikan masukan, dan membantu jika ada yang saya merasa sulit dikerjakan  |
| Permasalahan kurang dapat memanajemen waktu dengan baik  | Banyaknya kesibukan dan faktor lainnya  | Berperan        | Membantu beberapa kesibukan yang tidak bisa saya selesaikan semua secepatnya  |
| Masalah rindu dengan keluarga dan sahabat saya di kampung dan juga karena suasana baru yang terkadang membuat saya bingung untuk menghadapinya   | Banyaknya tugas dan rapat tapi alhamdulillah bisa diatasi meskipun bnyknya drama" | Berperan        | Sahabat saya selalu mensupport saya dalam hal apapun itu sehingga membuat saya semangat dan tidak lagi bersedih hingga berlarut" baik itu karena rindu rumah ataupun masalah tugas  |
| Tugas numpuk<br>Uang jajan habis<br>Rindu sama orang di kampung  | Tugas kuliah  | Sangat Berperan | Sahabat saya sangat berperan karena membantu saya menyelesaikan permasalahan seperti membagi tugas perkuliahannya, membantu mengerjakan tugas, sebagai tempat bercerita dan selalu mengajak healing alias jalan² kalo lagi stress   |
| Laporan praktikum  | Praktikum yang banyak   | Berperan        | Peran sahabat saya dalam membantu saya menyelesaikan permasalahan tersebut yaitu dengan cara bersama-sama menyelesaikan masalah dengan menciptakan solusi yang membuat saya dan sahabat saya merasa enjoy dalam penyelesaian masalah tersebut.  |
| 1. Sickhome;) but my friends make me happy<br>2. Nyusun proposal<br>3. Mengumpulkan data penelitian, dimana subjek penelitiannya " Manusia " jdi semacam ngajar junior yg sama prodi but aaaaaaa rasa mau sempro ulang ganti judul. Susahnya dikasi kumpul pdhal lgi ngejar wisuda 🙄 | Cemas aka ovt memikirkan hal yg sebenarnya biasa saja.                            | Sangat Berperan | Sebenarnya klo dibilang ovt ya ovt but tdk berlarut² cuman sebentar. Kadang kalo lagi stress bnget cuman chat digrup bilang " semangat ka dlu e " mereka balas dengan " Semangat Indah " dengan kata² bgtu saja senang seki mi kurasa. You know kdg ku ulang² ku baca chat²nya mereka saking bahagia ku baca kata Semangat itu. Karena saya orangnya  |

|  |  |                 |  |
|--|--|-----------------|--|
|  |  |                 | ceria, jadi kalo tiba² stress atau lagi bnyak pikiran psti teman²ku na tau nd bertanya knapa k lagi. Dan yaaa tipe2 oversharing jadi langsung cerita apa yg ada dikepala. Btw barusan ka cerita bgni hahaha klo ketemu k or you know me dikampus but kynya nd deh, sapa nahhhh Indahchan Kiyowo:) btw agak malu ka ini bercerita hahaha pretend not know saja. Ailapyuuuu lancar penelitiannyaaaaaaaaaa cepat wisuda siapa tau sama k nanti di barugaaaaaaaaa□   |
| 1. Kepanitiaan/Organisasi, 2. Tugas lab yang terasa sulit di awal, 3. Komunikasi, 4. Pengaderan  | Tekanan dari kegiatan kepanitiaan dan pengaderan   | Sangat Berperan | Sahabat saya menemani saat sedang stres dan berusaha menguatkan. Sahabat saya akan berusaha menghibur dengan mengajak saya refreshing atau jalan-jalan kemanapun   |
| Kuangan, keluarga, dan tugas perkuliahan   | uang   | Berperan        | Mendengarkan masalah saya dan memberikan solusi sesuai dengan sudut pandang mereka dalam menghadapi situasi yang sama  |
| Kesulitan ekonomi, Kesulitan beradaptasi/mengesuaiakan diri, cultur shock sebagai orang desa yang merantau ke kota, sulitnya menemukan sosok yang betul² dapat dipercaya dan masih banyak lagi | Kesulitan ekonomi, masalah keluarga, kepribadian sendiri, overthinking, tugas kuliah, sirkel pertemanan, manajemen waktu untuk kuliah, organisasi dan me time, serta masih banyak lagi.... | Berperan        | Seperti yg kita tau, kuliah membutuhkan biaya yang tidak sedikit, dalam hal masalah ekonomi baik saya dan sahabat sama² mengalami kesulitan dalam hal ini sehingga baik kami berdua/bertiga tidak mampu saling membantu selain saling menyemangati. Untuk masalah lain seperti overthinking, tugas kuliah, sirkel pertemanan, manajemen waktu, curhat, organisasi, kuliah dan tugas kuliah serta urusan² yang ditanggung bersama lainnya, kami mampu saling membantu dan menyemangati satu sama lain. Itulah sebabnya saya pilih berperan. |
| Tugas yang tidak di mengerti ditipu oleh teman baru  | TUGAS tugas akhir yang tidak kunjung selesai   | Berperan        | Menyelesaikan bersama-sama   |
| Kehabisan uang   | Uang, tugas-tugas yang diberikan yang menurut saya sangat banyak dan tidak mampu saya selesaikan   | Sangat Berperan | sahabat saya berperan sebagai orang yang terus mendorong saya agar tidak malas untuk revisi dan menghubungi dosen, selain itu dia juga rela kosnya selalu digunakan nginap. tentunya juga sebagai teman healing setiap stres.  |
| Permasalahan perkuliahan   | Tugas, proposal, skripsi   | Berperan        | Kadang jika sudah tidak bisa menyelesaikan masalah, dengan bertukar pikiran bersama sahabat bisa sedikit mengurangi stres yang ada   |
| Skripsi dan ketidاكلancaran urusan perkuliahan   | Tugas, proposal, skripsi   | Sangat Berperan | Menyemangati, berusaha membantu memberikan solusi ketika saya sedang kesulitan, meluangkan waktu untuk menemani saat membutuhkan bantuan seseorang, mengajak untuk sama-sama bekerja dalam menyelesaikan tugas   |
| Masalah keuangan   | Kemalasan saya dan ketidak pedulian saya   | Sangat Berperan | Sahabat syaa dapat meluangkan waktu berjam jam hingga subuh demi menemani saya dan saling berdiskusi dalam menyelesaikan masalah   |
| Mau pulang kampung tapi belum libur  | Kondisi keungan  | Berperan        | Dengan sahabat kami saling membantu memberikan pinjaman uang ketika salah satunya mengalami masalah keungan  |
| homesick   | Saat pikiran sudah di kampung tapi badan masih di perantauan   | Sangat Berperan | Sangat berperan karena mereka merupakan satu perantauan saya yang bisa memberikan Vives kampung saya   |
| tekanan untuk mengerjakan sesuatu dengan sempurna  | Tekanan tugas dan harus jauh dari keluarga   | Sangat Berperan | Mereka membantu saya menemukan solusi dari setiap permasalahan yg saya alami yang bahkan beberapa dari masalah tersebut hampir membuat saya menyerah:)   |
| masalah perkuliahan (tugas yang menumpuk), masalah organisasi (ketika ada event dan saya doberi tanggung jawab atau ketika event bersamaan dengan tugas yang menumpuk)                         | kuliah itu sendiri   | Sangat Berperan | sahabat sering meluangkan waktunya untuk selalu mendengar curhatan ku dan mencoba memberi saran yang ku butuhkan   |
| Permasalahn tugas, konflik dengan teman kampus, kehilangan ayah  | tugas  | Berperan        | memberikan saya motivasi dan saran untuk menyelesaikan masalah saya  |
| Kekurangan budget, waktu tidur yang berantakan, Mood dosen yang suka tidak bisa ditebak  | Keinginan ayah dan tugas yg banyak   | Berperan        | Sahabat saya selalu mau mendengarkan apaun permasalahan saya dan berusaha untuk melihat dari sudut pandang saya, serta selalu mencoba berdiskusi untuk menyelesaikan permasalahan  |
| saya tinggal sendiri di kos yang mengakibatkan saya selalu merasa kesepian dan lebih emosional   | Pengeluaran yang membludak, waktu yang susah di atur   | Berperan        | Dalam hal memberikan saran yang membuat saya nyaman  |
|  | tugas, pertemanan, dan senioritas  | Sangat Berperan | setiap saya merasa tertekan, saya selalu menceritakan keadaan yang sedang saya alami kepada sahabat saya, mereka pendengar yang baik dan selalu memberikan saya kata-kata yang   |

|  |   |                 |  |
|--|---|-----------------|--|
|  |   |                 | menenangkan  |
| Biaya kuliah tidak lancar dari orang tuaku tetapi kadang pula lancar terkirim jika usaha x atau rezeki x lancar  | Klu ayah sama ibuku ribut di rumah tangga x   | Berperan        | Contoh jika saya lagi kehabisan uang untuk biaya hidup kuliah di Makassar biasa teman baik sy membantu sesuai yg sy butuhkan dan sy kembalikan setelah kedua orang tuaku kasih dan transferkan untuk biaya itu   |
| Sepertinya tidak ada masalah yang terlalu fatal, alhamdulillah saya dapat mengatasi secepat mungkin jika terkena masalah   | Selama perkuliahan, pemicu stres saya seputar tugas kuliah dan yang paling membuat stres adalah selalu merasa kurang pantas untuk siapa pun, selalu merasa insecure atau tidak percaya diri tentang semua hal | Sangat Berperan | Karena ketika saya ceritakan masalah ku ke sahabatku tadi, pasti dia akan memberikan saran dan masukan sehingga sangat membantu saya untuk mengatasi masalah saya tadi   |
| sempat terbebani karna tidak punya kendaraan untuk ke kampus dan berjalan kaki setiap hari, dan menjadi beban pikiran karena banyak pengeluaran ekonomi untuk bayar ojek ketika mau ke tempat yang jauh. | banyaknya pengeluaran kepentingan kuliah  | Berperan        | Sahabat saya sering membantu saya dengan memberikan semangat bahwa saya pasti bisa menghadapi permasalahan-permasalahan di perantauan  |
| culture shock  | Social sih, mau itu Social keluarga ataupun Social pertemanan semuanya rusak, mungkin karena Socialku dari lahir, ato salah pilih Social kali yak haha 😊  | Sangat Berperan | yahhh mau kemana lagi kalo bukan ke sahabat, soalnya sama mulu, sebenarnya kalo ada masalah lebih ke tahajjud sihhh 🤲🤲   |
| Tugas kuliah yang menumpuk   | Tugas-tugas   | Berperan        | Membantu mengerjakan tugas, atau hanya sekedar menemani dan menyemangati   |
| Kehabisan Uang   | Uang dan fasilitas tdk lengkap  | Berperan        | Berperan karena teman saya selalu membantu saya sesuai kemampuannya  |
| Stess kerjakan tugas dan mendapat nilai yg kurang memuaskan  | Tugas dan test  | Berperan        | Seperti membantu mengerjakan tugas dan menanyakan soal yang kurang dimengerti  |
| Sibuk dengan hal-hal perkuliahan   | tugas yang menumpuk   | Berperan        | Memberikan referensi ataukah arahan dalam mengerjakan tugas  |
| berbaur dengan orang baru rasanya memberatkan  | social pressure   | Sangat Berperan | sebesar apa pun masalah itu dia pasti segera mencari solusi untuk mengatasi hal tersebut, aku sebutnya sipaling effort   |
| kehabisan uang   | Tugas menumpuk  | Berperan        | memberi saran, dan membantu menyelesaikan masalah saya   |
| Permasalahan akademik  | Akademik  | Tidak Berperan  | Tidak ada peran  |
| Perbedaan pendapat   | Uang bulanan yang cepat habis   | Berperan        | Memberikan support dan solusi  |
| Ekonomi, Kurikulum Kampus yang sangat tinggi   | Uang dan Kesibukan Yang begitu padat (Pengerjaan Laporan, Asistensi & Kegiatan luar Akademik yang bersamaan)  | Sangat Berperan | Ya Sahabat sahabat saya sering menghubungi saya melalui video call group serta memberikan solusi seperti membantu dalam hal keuangan   |
| Mengenai Social saya yang selalu mengucilkan sehingga menjadi kesepian dan hal tersebut membuat diri saya menjadi kasian dengan diriku   | Social  | Tidak Berperan  | Karena kalau di depan sahabat saya tidak pernah memperlihatkan kalau saya sedang tidak baik" Saja  |
| jika perekonomian sedang kritis (maksudnya seperti uang bulanan sudah mau habis)   | Perekonomian, jika ada tugas yang sulit untuk saya selesaikan, materi yang telah disampaikan saat perkuliahan kurang dapat saya pahami, dan nilai IP yang tidak sesuai ekspektasi saya                        | Sangat Berperan | Sahabat saya mampu dapat menenangkan pikiran saya ketika saya mengalami masa sulit, kemudian Sahabat saya memberikan Solusi untuk dapat melewati masalah sulit yang saya hadapi, maka dari itu kenapa sahabat saya sangat berperan karna Sahabat saya mampu selalu ada buat saya kapan pun saya butuhkan |
| 1. Tugas laporan<br>2. Penelitian saat ini   | Mengerjakan apa2 dengan sendiri tanpa org tua   | Sangat Berperan | Membantu sy mengerjakan tugas, serta selalu mensupport apabila sedang bimbang dalam hal apapun mengenai penelitian sy  |
| Ketika banyak tugas  | Panik   | Sangat Berperan | Ketika menceritakan permasalahan saya sahabat saya memberikan saran dan menyemangati saya  |
| Skripsi  | Tidak ada   | Berperan        | Membantu dalam mengerjakan skripsi   |
| tugas yang banyak  | manajemen waktu yang buruk  | Sangat Berperan | sahabat dapat membantu sebagai keluarga apalagi sebagai anak rantau yang tidak memiliki keluarga yang berada dekat dengan kita sehingga dengan adanya sahabat dapat menjadi keluarga di perantauan   |
| Uang   | Uang  | Sangat Berperan | Meminjamkan uang   |
| 1. Sering merasa sendiri di keramaian<br>2. Tdk bisa menceritakan hal yang menyisahkan<br>3. Kehilangan barang<br>4. Masalah pertemanan<br>5. Komunikasi   | Tekanan batin, mental kurang baik, skripsi dan percintaan yg selalu NT whahahaha  | Sangat Berperan | Dia selalu bertanya mengenai keadaan sekarang, apalagi dalam beberapa bulan ini, masalah yg dtng terus menerus mulai dri kehilangan barang, orang tersayang, kata kata dri keluarga yang sangat menusuk. Walau saya tdk bisa cerita ttg hal itu dia selalu ada untuk bertanya. Sekian mohon maaf         |
| Mendapat nilai D pada 1 mata kuliah  | Merasa mengecewakan orang tua karena mendapat nilai D   | Sangat Berperan | Sahabat saya sangat berperan ketika saya menghadapi masalah karena dia selalu ada menemani saya. Sahabat saya rela mengulang mata kuliah yang sama agar saya tidak sendiri.  |

|  |  |                 |  |
|--|--|-----------------|--|
| Mungkin yang paling lazim tentang manajemen keuangan. Kemudian masalah terkait manajemen waktu, terkadang insecure, dan merasa sepi tiba tiba.   | Demotivasi dalam beraktivitas, rasa malas, dan manajemen waktu yang berantakan                         | Berperan        | Karena di beberapa waktu saya pribadi juga tidak enggan untuk menceritakan dan berbagi hal apa yang sudah saya alami hingga dihadapkan dengan masalah, sehingga dalam penyelesaian masalah tersebut saya jadi bisa memiliki serta memikirkan sudut pandang yang baru. Bahkan sahabat saya juga akan memberikan beberapa saran maupun masukan berdasarkan apa yang mereka juga pernah alami |
| Permasalahan yang paling berat adalah saat saya depresi berat saat semester 2 dan di diagnosis bipolar saat semester 4   | Social himpunan  | Sangat Berperan | Karena sahabat saya selalu mendengarkan apabila saya bercerita, memberikan solusi apabila saya butuh, bahkan menemani ke psikiater. Dan sahabat saya mampu menerima keadaan saya sekarang  |
| Kesibukan kuliah yang sering overload  | Padatnya jadwal perkuliahan  | Sangat Berperan | She cheer me up setiap saya merasa bahwa kuliah terlalu melelahkan. We goin' out together, healing sebagai bentuk pelarian dari penat perkuliahan  |
| ekonomi, tugas   | uang   | Berperan        | bagi saya kehadiran sahabat sangat dibutuhkan selama perantauan karena saat menjalani perkuliahan support system sangat dibutuhkan   |
| Dompot sy hilang beserta ktp, ktm, atm, uang, dan semua surat2 berharga, dan untuk mengurus tu semua sy harus pulang kampung (urus KTP harus di domisili), dan sekarang tidak punya uang mau kasi tau orang tua masalah ini takut dimarahi, tapi untungnya ad sahabat2 sy yg selalu meminjamkan uang, memberikan rokok dll | Banyak tugas   | Sangat Berperan | Sangat banyak perannya, salah satunya yg sy jelaskan di atas, dan lebaran kemarin sy tidak pulang kampung karena libur yg singkat dan perjalanan lewat darat memakan waktu 3 hari, untungnya ad sahabat yg mengajak sy lebaran di rumahnya   |
| Tugas yang banyak, gangguan mental yang lain   | Takut ketinggalan, takut tidak bisa berbaur, takut tidak bisa menyelesaikan tugas atau memahami materi | Tidak Berperan  | Tidak berperan karena saya menutup diri saya untuk bercerita kepada teman, krna teman hanya ingin semua berfokus pada dirinya  |
| Keuangan menipis   | menipis keuangan   | Sangat Berperan | Sahabat saya mendengarkan semua keluh kesah yang sulit saya sampaikan oranglain  |
| Permasalahan keluarga, feeling lonely and homesick   | Cemas ketika ada tugas yang memerlukan bantuan banyak orang (ex: mata kuliah eksperimen dan kontes)    | Berperan        | Bersedia mendengarkan curhatan dan mengajak hang out serta bersedia menginap di rumah saya   |
| kesulitan menyelesaikan masalah kecil seperti makan teratur, sakit sendirian   | Merasa sendirian, merasa tertinggal dengan yang lain   | Berperan        | Dengan menemani berbagai hal seperti mencari kebutuhan dan makanan dan mendengarkan permasalahan sehari hari   |
| Marahan sama org tua   | Keinginan yg tdk dapat gapai   | Sangat Berperan | Dia selalu ada dalam hal apapun  |
| Perkuliahhan   | Pergaulan  | Sangat Berperan | Selalu ada   |
| Keuangan   | Kondisi uang menipis   | Sangat Berperan | Karena setiap saya ada masalah teman saya selalu simpati untuk mendengarkan dan memberi solusi terhadap saya   |
| Masalah akademik   | Tugas kuliah atau skripsi  | Berperan        | Dia menjadi orang yang sangat menghiburbisaat saya butuh hiburan ditengah masalah saya, walau dia tidak turut menyelesaikan masalah saya. Setidaknya dia menemani saya hingga masalah saya selesai   |
| Kesepian dan sering kehilangan barang karena ceroboh   | Tugas, laporan   | Berperan        | Memberikan bantuan selama mengerjakan tugas dan laporan  |
| Tidak ada  | Tidak ada  | Berperan        | Mensupport sih   |
| Kehilangan gadget (handphone) saat tiba di kota makassar   | Makanan  | Sangat Berperan | Sahabat saya memiliki peran yang sangat baik dalam membantu saya menyesuaikan diri selama di perantauan  |
| Di awal masa perantauan didominasi dengan masalah terkait pertemanan. Namun, sekarang lebih ke arah finansial  | Manage keuangan  | Berperan        | Seiring berjalannya waktu mulai dekat dengan beberapa orang, sehingga masalah utama saya juga cukup terselesaikan dengan adanya teman-teman ini  |
| Hal yang pernah saya alami dalam perantauan yang membuat stress adalah finansial yang bisa dikatakan menjadi hal yang sangat saya dtreskan jika uang yang saya miliki habis  | Stressor saya dalam perantauan adalah finansial yang tidak baik  | Sangat Berperan | Jika saya merasa sendiri, terkadang saya langsung menghubungi sahabat saya untuk pergi keluar bersama. Saat saya juga meminta tolong mereka selalu ada untuk menolong, khususnya saat saya merasa kehabisan uang mereka rela meminjamkan uang kepada saya  |
| Beradaptasi dengan Social baru   | Persiapan sebelum memulai kegiatan kuliah spt praktikum  | Sangat Berperan | Membantu menggambarin konten laporan tugas atau memberikan referensi jurnal  |
| Keluarga yang toxic. Selalu menuntut melakukan banyak hal, padahal saya sendiri juga cukup sibuk. Saat sakit, terkena cacar air dan covid. Keluarga bukannya merawat, malah menjauhi. Bahkan menanyakan kabar saja tidak   | - kelas siang di sunu<br>- asisten praktikum<br>- sakit<br>- keluarga besar                            | Sangat Berperan | Membantu secara langsung ketika ada masalah. Padahal mendengarkan saja sudah cukup. Pernah ditemani untuk booster vaksin, simpel tapi berarti sekali. Ditemani ke karaoke dan makan makanan enak pas putus dari pasangan. Strugglennya karena se-prodi, jadi kalau ada masalah perkuliahan agak tidak enak cerita karena pasti dia juga merasa tertekan sama seperti saya                  |

|  |   |                 |   |
|--|---|-----------------|---|
| Masalah pribadi  | -Tugas<br>-Praktikum  | Sangat Berperan | Membantu dalam menyelesaikan tugas  |
| Uang   | Kekurangan uang   | Sangat Berperan | peran sahabat saya yaitu dengan bisa membantu meminjamkan uang dan juga bisa meluangkan waktunya untuk keluar jalan" ditengah" gempuran dikejar deadline  |
| kiriman menipis  | keuangan  | Berperan        | 1. meminjamkan uang ketika kiriman belum datang, 2. tempat bercerita ketika ada masalah, 3. memberikan beberapa opsi solusi untuk menyelesaikan masalah   |
| Kehabisan uang bulanan sebelum akhir bulan   | Konsumsi bulanan,   | Berperan        | Saya memilih berperan, karena mereka membantu saya ketika mengalami masalah namun terkadang memang ada urusan mereka yang jauh lebih penting sehingga mengutamakan urusan mereka tapi saya sangat menghargai upaya mereka yang tetapi mendukung saya dari belakang  |
| Menghadapi orang-orang yang dianggap toxic, kegiatan perkuliahan yang padat  | Mengerjakan tugas yang banyak   | Sangat Berperan | sangat berperan, sebab dia pandai membaca gerak gerik saya ketika sedang ada masalah. Dia akan menanyakan saya kenapa, dan pasti setelah itu dia akan ajak saya keluar jalan-jalan atau nonton untuk menghilangkan stress saya  |
| Masalah kuliah seperti tugas dan sebagainya  | Masalah kuliah seperti tugas dan sebagainya, serta jauh dari orang tua dan sahabat  | Berperan        | Sahabat saya berada di kota asal saya tetapi ketika saya ingin berkeluh kesah dan membagikan stres yang saya rasakan, mereka selalu ada untuk mendengarkan walaupun hanya melalui sosial media, memberikan dukungan kepada saya melalui kata penyemangat dari sosmed dan juga biasanya mereka memberikan saran yang membangun kepada saya |
| tugas tugas yang menumpuk dan jarang ada teman yang bisa mengajari ataupun membantu menyelesaikan tugas saya   |   | Berperan        | Berperan dengan adanya kehadiran mereka, memberikan saya bantuan dan saran saran jika sedang dalam kesulitan  |
| ekonomi  | uang  | Sangat Berperan | sangat berperan, ketika saya sedang stress menghadapi tugas yang menumpuk ditambah revisi skripsi yang sangat banyak serta masalah keluarga sahabat saya selalu ada untuk menemani dan menghibur saya untuk melupakan masalah yang saya alami   |
| -boros<br>-stres<br>-pertemanan tugas  | kondisi   | Sangat Berperan | - bercerita dan memberikan pendapat<br>- menghibur<br>- menemani satu hari full   |
| Overthinking tentang masalah keuangan  | Keuangan  | Berperan        | Kalau keuangan misal ada keperluan dadakan yang harus segera dibayar dan saya tidak berani minta ke orang tua akhirnya minta pinjam ke teman dan alhamdulillah teman saya langsung meminjamkn jika mereka juga lagi punya   |
| Keluarga, Social yang toxic, love relationship   | Saya selalu merasa sendirian dan tidak ada orang yang peduli terhadap saya  | Sangat Berperan | Dia mencoba membangun kembali sesuatu yang rusak di diri saya. Memang mustahil untuk hasil yang seperti sedia kala, tapi dia tidak pernah berhenti meyakinkan diri saya kalau semuanya bisa diperbaiki walau tak sempurna   |
| 1. Tidak punya uang  | Kiriman uang dari orang tua yang kadang terlambat   | Sangat Berperan | Sahabat saya meminjamkan uang kepada saya   |
| keuangan dan masalah kos.  | Masalah-masalah yang telah saya sebutkan di atas  | Berperan        | Karena saya sering menceritakan masalah-masalah yang saya alami ke sahabat saya dan sahabat saya akan berusaha membantu sebisa mungkin  |
| Keuangan   | Keuangan  | Berperan        | Karna jika saya menceritakan permasalahan hidup saya, sahabat saya bersedia mendengarkan dan memberikan saran   |
| Sulit mengatur waktu karena banyak tugas & ikut kepanitiaan  | Tugas   | Sangat Berperan | mendengarkan masalah yg sedang dihadapi dan membantu mencari jalan keluar   |
| Lebih sering terkait permasalahan diri sendiri yang selalu merasa kurang percaya diri dan selalu merasa kurang memiliki kemampuan untuk melakukan setiap hal dengan baik. Selain itu permasalahan kurang tidur, tugas kuliah yang terlalu banyak, dosen yang tidak ramah, nilai tidak memuaskan, teman yang berbuat buruk, dan permasalahan keluarga juga biasa membuat saya menjadi stres | kepercayaan diri, kemampuan diri, kurang tidur, tugas kuliah yang terlalu banyak, dosen yang tidak ramah, nilai tidak memuaskan, teman yang berbuat buruk | Berperan        | Memberikan masukan dan nasehat untuk membantu menyelesaikan masalah saya, Dapat menjadi pendengar yang baik   |
| Keuangan dan kuliah  | Uang  | Sangat Berperan | mendengar cerita saya yang kadang berbicara sambil marah marah  |
| sanking banyaknya tugas saya merasa kurang persiapan saat tiba² ada ujian dadakan dari dosen   | lab, tugas, laporan dan ujian   | Sangat Berperan | dia yang selalu mendukung saya, paling mengerti saya, dan selalu memberikan saran terbaik saat saya sedang dilanda masalah<3  |

|   |  |                 |   |
|---|--|-----------------|---|
| Tugas kuliah yang menumpuk. Masalah kesehatan yang terganggu. Kepribadian/kebiasaan tetangga kosan yang bertolak belakang dengan budaya saya. Kebiasaan teman yang cukup mengganggu/merepotkan. | Tugas yang menumpuk. Pertemanan di Social perkuliahan yang tidak sehat. Kepadatan jadwal antara akademik dan non akademik. | Berperan        | Saya memilih opsi berperan karena saya cukup terbantu secara emosional dengan adanya sahabat. Mereka sering memberikan support dan merespons dengan cepat ketika saya membutuhkan informasi. Peran yang dilakukan dalam problem solving adalah sahabat membantu saya dalam hal akademik (bersedia menjadi responden tes/penelitian, berbagi referensi/bahan bacaan, saling mengingatkan terkait deadline, bertukar informasi dalam hal penyelesaian tugas). Sahabat juga bersedia mendengarkan saya bercerita, bertanya jika melihat hal yang tidak biasa dari saya, saling mengingatkan dalam hal kebaikan, dan menjembatani antara saya dengan teman mereka ketika saya membutuhkan tambahan bantuan dari pihak lain.   |
| Susah mengontrol keuangan   | Boros  | Sangat Berperan | Sahabat saya adalah tempat saya berkeluh kesah dan menerima bantuan saat sedang mengalami kesulitan   |
| Uang, dan lab" di kampus  | Keuangan   | Berperan        | Peran yang dilakukan sahabat saya yaitu memperlihatkan kepada saya laporannya dan menyemangati saya serta membantu dalam mengerjakan laporan" saya yang terbengkalai  |
| Kekurangan uang   | Uang   | Berperan        | Membantu atau memberikan solusi   |
| Kurang bergaul, tidak ada teman curhat  | Merasa kesepian  | Tidak Berperan  | -   |
| Perbedaan sudut pandang dan persepsi  | Social dan budaya  | Berperan        | Alasan saya memilih hal tersebut karena sahabat saya menjadi tempat untuk saya meluapkan segala perasaan saya meskipun tidak semua masalah saya cerita, tetapi sahabat saya sangat membantu saya ketika ada masalah.  |
| mengenai hubungan percintaan dan masalah keluarga   | Karena menyukai seseorang dan masalah keluarga   | Sangat Berperan | ketika saya menceritakan masalah saya ke sahabat saya, mereka selalu memberikan nasehat" penting dan tentunya nasehat itu bisa saya terima dengan baik. apalagi ketika saya menceritakan mengenai permasalahan perasaan saya ke seseorang. saya tidak ingin menyukai seseorang namun perasaan itu muncul secara tiba-tiba dan mendadak, drmn pada akhirnya itu mengganggu proses perkuliahan saya yang sedang saya jalani. stress dan depresi bercampur aduk ketika mengingat orang yang saya sukai, apalagi dia terlihat sering dengan orang lain. namun dukungan serta nasehat yang diberikan oleh sahabat" saya membuat saya dapat menjalani kehidupan sehari-hari seperti biasanya. namun hubungan saya dengan orang yang saya suka sepertinya tidak akan harmonis seperti sebelumnya. terimakasih ke operator krn saya dapat mengungkapkan isi hati saya selain ke sahabat saya. tolong jaga rahasia ini |
| Tugas yang menumpuk, dan tuntutan masa depan. Harus bisa begini, bisa begitu, sehingga jika ada sesuatu yang tidak bisa saya kerjakan, saya akan stress   | Kurangnya perhatian  | Berperan        | Terkadang sahabat saya membantu saya dalam menyelesaikan tugas kuliah, bahkan mereka mengajak saya untuk keluar jalan2 agar bisa melupakan masalah saya.  |
| masalah keluarga, pertemanan di perkuliahan, dan masalah cowok hehe   | jauh dari keluarga dan harus lakukan semuanya sendiri  | Sangat Berperan | sahabat saya selalu mendengarkan ceritaku kapanpun dan dimanapun, sekalipun tengah malam pasti telfonku diangkat kalau mauka curhat. kalau stress dan galau juga dihibur dan temani saya healing. kasih nasihat juga dan marahi saya kalo saya buat salah jadi saya tahu kalau saya berbuat salah. kalau lagi sedih sekali bisa tiba tiba datang menginap dirumahku untuk temani saya supaya saya nda sendirian   |
| Ketika tugas banyak dan saat menghadapi Kuis, uas dan uts   | Banyak tugas   | Sangat Berperan | Membantu dalam menyelesaikan tugas dan selalu mengingatkan jadwal kuliah  |
| Tidak dikirim pulsa   | Tugas  | Berperan        | Berperan dalam membantu saya saat ada tugas   |
| - laprak dan tugas yang menumpuk  | - tugas yang menumpuk dengan deadline yang begitu cepat  | Sangat Berperan | Sahabat saya sangat berperan karena saahabat saya selalu membantu saya dalam kesusahan mengerjakan laprak dan tugas, selain itu sahabat saya selalu mengingatkan dan menyemangati saya ketika saya dalam keadaan sedang bermalas-malasan. Sahabat saya juga dengan sabar mendengar curhatan saya dalam hal apapun itu dan selalu memberikan solusi.   |
| Tugas yang hampir tidak selesai tepat waktu   | Tugas menumpuk   | Berperan        | Teman sy memberi bantuan untuk menyelesaikan tugas sehingga dapat   |

|   |   |                 | lebih cepat terselesaikan  |
|---|---|-----------------|--|
| Skripsi   | Skripsi dan kuliah  | Berperan        | Memberi motivasi dan membantu mengerjakan  |
| Bertengkar dengan teman, bermasalah saat praktikum, merasa kurang percaya diri di depan teman-teman yang saya rasa lebih dalam berbagai aspek dibanding saya, bermasalah dengan pemilik kost yang saya tempati, dan suka menyesal karena sering memarahi dan membentak orang lain | Memikirkan masa depan, apakah saya mampu membahagiakan orang lain terutama orang tua saya yang membiayai saya untuk bisa menimba ilmu di tempat yang bagus. Selain itu, saya juga sering memikirkan perasaan orang lain jika saya rasa perbuatan saya kelewatan (ini membuat perasaan menjadi tertekan) | Berperan        | Berperan, mereka hadir dan mau mendengarkan saya bercerita serta selalu menghibur dengan berbagai macam cara yang menyenangkan atau menenangkan. Mereka juga sering memberi semangat dan saran sehingga membuat saya yakin bahwa semua akan baik-baik saja. Mereka seperti keluarga bagi saya yang jauh dari orang tua dan saudara   |
| Permasalahan ekonomi. Tapi sebagai anak rantau, problem yang selalu dihadapi adalah uang. Sungkan untuk meminta kepada orang tua karena tau bagaimana sulitnya ekonomi keluarga, tapi kalau tidak minta harus bagaimana kedepannya?   | Hal yang paling bikin stres adalah bingung me-manage uang biar bisa cukup sampai akhir bulan.   | Berperan        | Sahabat saya berperan dalam memberikan semangat dan motivasi kepada saya, serta selalu meluangkan waktu untuk mendengar cerita saya. Dan itu cukup membantu. Terkadang kalau masalah udah terlalu banyak dan udah mulai lunglai, sahabat saya selalu memberikan perhatian-perhatian kecil dan meminta saya bercerita jika sudah siap, sahabat saya seorang pendengar yang baik.  |
| Masalah keuangan  | Uang  | Berperan        | Saya mengatakan berperan karena terkadang saya butuh tempat cerita dan teman saya selalu bersedia untuk mendengarkan namun mengapa saya tidak memilih sangat berperan karena tidak semua masalah saya bisa saya ceritakan ke dia karena dari diri saya yang tidak mau,, walaupun sebenarnya saya sedang butuh orang.   |
| Keuangan  | Terkadang kehabisan uang menjadi pemicu utama sih, ditambah dengan segudang tugas kuliah yang menumpuk. Saat-saat seperti itu membuat saya sangat pusing sehingga beberapa kali asam lambung naik :")   | Berperan        | Kebetulan saya tinggal 1 kost dengan sahabat saya dan kami sama-sama perantau, kehadiran dia cukup membantu. Seperti jika saya kehabisan uang saya tidak segan meminjam uangnya begitupun sebaliknya. Dia juga sangat dewasa dan mandiri sehingga saya yang mengakui diri belum bisa masak dsb. Dia dengan senang hati memasakkan saya makanan disaat saya sedang kelaparan. Saat saya sakit pun dia dengan tulus merawat saya tanpa mengeluh.   |
| Kurang beruntung dalam hal keuangan orang tua   | Keuangan  | Berperan        | Mungkin ini bisa menjadi gambaran seberapa besar peran sahabat di pengembaraan ini. "Terima kasih untuk kalian anak pribumi yang telah berbaik hati menerima aku yang notabannye perantau di kota kelahiran kalian. Mkasih banyak udah bantu kelarin tugasku waktu aku kecape'an sepulang kerja. Mkasih untuk makanan made in ma'cenya kalian yang kudapatkan secara percuma. Mkasih udah ngajak jalan" menelusuri indahnya kota dan tenramnya desa" kalian. Mkasih udah mau nampung aku selama liburan semester berminggu" lamanya. Mkasih udah patahin omongan mereka ttg vibes negatifnya kota ini. Mkasih udah jadi tempat persembunyian yang nyaman untuk pelarianku".<br><br>Semoga membantu kak:) |
| permasalahan biaya hidup  | Biaya hidup   | Sangat Berperan | sangat berperan karena teman saya membantu saya untuk beradaptasi dengan Social baru seperti mengajari saya bahasa daerah supaya lebih mudah berkomunikasi dan sering membantu saya ketika mengalami masalah keuangan pada akhir bulan.  |
| Ekonomi   | kurang dukungan ekonomi dari orang sekitar  | Sangat Berperan | Sahabat sangat berperan dalam membantu menyelesaikan masalah2 yg saya alami slama perkuliahan, krna bagi saya, dengan adanya sahabat dapat menjadi tempat untuk bercerita, hanya dengan dia mendengar saya bercerita saja sudah cukup, tidak apa2 jika tidak ada solusi ataupun hal lainnya yg membuat masalah saya jd hilang, tetapi dgnn mau mndengarkan sj semua keluh kesah saya saja itu sudah lebih dari cukup meringankan semua beban yang saya alami. Karena jika saya sedang mengalami masalah dan saya merasa  |

|   |  |                 |   |
|---|--|-----------------|---|
|   |  |                 | sendiri, itu malah membuat saya semakin stres dan bisa timbul pikiran2 maupun tindakan yg tidak diinginkan.   |
| Tidak percaya akan potensi diri sendiri<br>Minder<br>Percaya diri<br>Skripsi  | Pikiran sendiri  | Berperan        | Karena tidak semua masalah bisa cerita kan kepada sahabat.  |
| Masalah keuangan dan pertemanan   | Uang   | Sangat Berperan | Ketika saya kesulitan uang teman saya selalu membantu saya meminjamkan uang dan siap mendengar kan keluh kesah saya   |
| Laporan praktikum   | Tidak menemukan jawaban yang memuaskan   | Berperan        | Menjadi tempat bercerita  |
| - Masalah keluarga dari keluarga ayah maupun ibu, yang berdampak pada saya karna jadinya saya kepikiran<br>- Masalah Ekonomi<br>- Khawatir yang berlebihan karna melihat pencapaian orang lain  | Saya terlalu khawatir jika saya tidak bisa memberikan yang terbaik pada saat saya berkuliah, pencapaian orang lain yang saya lihat kadang memberikan saya semangat, tetapi kadang malah menjadi tekanan bagi diri saya sendiri | Sangat Berperan | Sahabat menurut saya sangat berperan, apalagi saya memiliki Sahabat yang berpikiran terbuka, jadi saya senang menceritakan hal yang membuat saya stress, meskipun kadang saya agak sedikit ragu menceritakan karna ada perasaan malu atau merasa bahwa hal yang saya alami adalah hal sepele, tapi sahabat saya selalu mendengar saya dan memberikan nasehat atau solusi yang masuk akal, dan itu menjadi penyemangat saya lagi |
| Ketika uang habis, Tugas menumpuk dan rindu yang menggebu-gebu kepada orang tua di kampung.   | Tugas  | Tidak Berperan  | Saya adalah orang yang mandiri ehee, karena saya menyadari tidak ada yang bisa membantu saya kecuali diri saya sendiri, selama itu masih dibatas kemampuan saya sendiri sebagai manusia, saya adalah orang yang segan meminta bantuan ke orang lain, tidak ingin orang repot karena masalah saya, Karena saya sedari kecil sudah di ajarkan untuk menyelesaikan masalah sendiri. Trims.   |
| Laporan yang tidak diacc  | Tugas dan laprak.  | Sangat Berperan | Ketika ada masalah sahabat saya ada untuk mencari solusi, membantu saya juga untuk memperbaiki laporan , ketika kesusahan juga selalu ada   |
| Masalah dalam pertemanan dan masalah dalam tugas-tugas kuliah   | Tugas-tugas kuliah, Pertemanan dan Social yang masih begitu asing  | Sangat Berperan | Sahabat saya selalu ada disaat saya butuh. Sahabat saya selalu berusaha menenangkan saya saat sedang mengalami stress.  |
| 1. Rindu rumah<br>2. merasa sepi ketika di kos  | Jika saya sakit tidak ada keluarga yang bisa saya hubungi,karna disini saya sendiri  | Sangat Berperan | sahabat saya akan bertanya ketika saya murung dan membantu menghibur sekaligus memberikan solusi  |
| -Selama di perantauan saya lebih sering sakit dan karena jauh dari orang tua, saya merasa kebingungan untuk menghadapinya.<br>-Budaya yang sangat berbeda antara makassar dan medan juga sempat membuat saya stres.<br>-perbedaan logat bahasa membuat saya tidak percaya diri untuk berbicara di depan umum dan terkadang membuat saya menjadi stres dan sedih | Tugas yang menurut saya sulit dan akhirnya membuat saya tertekan sehingga sering menangis.   | Berperan        | Karena kami berada di jurusan dan kelas yang sama, kami menjadi sering berdiskusi tentang tugas. Kegiatan ini membantu saya untuk membuka pikiran dan akhirnya memandang bahwa tugas tersebut tidak sesulit yang saya bayangkan.  |
| Permasalahan yang saya hadapi di perantauan yakni permasalahan uang saku dan kendaraan  | pemicu stress adalah tidak adanya tempat untuk memberi saran dan tempat curhat seperti orang tua sendiri serta keuangan  | Berperan        | ketika saya stress sahabat saya hanya menanyakan dan memberikan solusi dan jika kekurangan uang sahabat saya memberi saya pinjaman uang yang secukupnya dan ketika saya lapar dan tidak ada uang dia mengajak makan di kos atau rumahnya  |
| Perkuliah dan percintaan.   | Tugas yang menumpuk dan managemen waktu yang buruk   | Sangat Berperan | Menjadi support system yang baik ketika tertimpa masalah, menjadi pendengar yang baik dan membantu mencari jalan keluar dari masalah tersebut   |