

ABSTRAK

Keadaan jauh dari rumah menjadi salah satu faktor mahasiswa rantau mengalami *homesickness*, yaitu perasaan rindu terhadap keluarga dan lingkungan asal yang dapat memicu stres emosional. Untuk mengatasi hal tersebut, strategi *coping* menjadi penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif fenomenologi dengan informan mahasiswa rantau dari luar daerah yang menempuh pendidikan di Yogyakarta. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara tematik berdasarkan teori *coping* dari Lazarus dan Folkman (1984). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa rantau menggunakan kombinasi strategi *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Pemilihan strategi dipengaruhi oleh faktor kesehatan fisik, keyakinan diri, dukungan sosial, dan keterampilan sosial. Temuan ini memberikan gambaran penting bagi institusi pendidikan dan keluarga dalam memberikan dukungan psikologis yang sesuai bagi mahasiswa rantau.

Kata kunci: *homesickness, mahasiswa rantau, strategi coping*

ABSTRACT

Being away from home is one of the factors that contribute to homesickness among students living away from home, a feeling of longing for their family and home environment that can trigger emotional stress. To overcome this, coping strategies are crucial in maintaining the psychological well-being of students living away from home. This study is a qualitative phenomenological study with informants from students from outside the region studying in Yogyakarta. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, then analyzed thematically based on Lazarus and Folkman's (1984) coping theory. The results indicate that students living away from home use a combination of problem-focused and emotion-focused coping strategies. The choice of strategy is influenced by factors such as physical health, self-confidence, social support, and social skills. These findings provide important insights for educational institutions and families in providing appropriate psychological support to students living away from home.

Keywords: *coping strategies, homesickness, students living away from home.*