

**PENGARUH KONSELING REALITA DALAM
MENGEMBANGKAN PENYESUAIAN DIRI
PADA MAHASISWA ASING
DI FIP UNIMED**

Tusilawati*), Nur'aini **)

(Prodi Pendidikan Bimbingan dan Konseling FIP Unimed)
tusil4waticb@gmail.com

*) Mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP Unimed

**) Dosen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP Unimed

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengembangan penyesuaian diri mahasiswa Malaysia dalam berinteraksi dengan teman sekelas di jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP Unimed sebelum dan sesudah diberi layanan konseling realita. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan (action research). Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Asing di FIP Unimed dengan jumlah 3 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket dan wawancara. Instrumen diberikan pada pertemuan pertama sebelum tindakan dan setelah tindakan pada pertemuan kedua, ketiga dan keempat. Teknik analisis data pada penelitian ini dalam bentuk teks naratif yang menjelaskan perkembangan yang terjadi pada konseli berdasarkan hasil angket dan wawancara dengan konseli.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian layanan konseling realita terhadap penyesuaian diri mahasiswa Asing di FIP Unimed. Dari ketiga konseli yang awalnya memiliki penyesuaian diri yang rendah setelah mendapatkan tindakan konseling realita menjadi memiliki penyesuaian diri tinggi. Maka hipotesis yang menyatakan bahwa pemberian konseling realita mempengaruhi pengembangan penyesuaian diri mahasiswa Malaysia di FIP Unimed, khususnya dalam berinteraksi dengan teman sekelas di jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dapat diterima.

Kata Kunci : Konseling Realita, Penyesuaian Diri.

PENDAHULUAN

Keanekaragaman budaya Indonesia memberi arti penting bahwa tradisi yang telah menjelma sebagai perwujudan budaya. Tradisi yang dianut oleh masyarakat Indonesia memiliki makna dan multitafsir, maka disinilah posisi pentingnya sebuah kajian untuk memperoleh gambaran komprehensif terhadap keberagaman tradisi itu. Keanekaragaman budaya merupakan simbol perbedaan kultur, dan kebanyakan komunitas etnik sering kali memberikan pembenaran pada budaya sebagai identitas mereka. Budaya tidak bisa dipahami sebagai suatu hukum kebiasaan belaka. Keberagaman makna yang terwujud dalam budaya merentang dari citra rasa makanan, desain arsitektur, gaya berbusana, bertutur dengan dialek tertentu, serta berbagai pernik seremonial. Keberagaman ini tidak menjadi halangan untuk tetap bekerja sama dan saling bergantung satu dengan yang lain dalam mewujudkan kehidupan kesatuan bermasyarakat. Tertanam dalam masing-masing suku, ras, agama sikap yang mengakui dan sekaligus menghargai, menghormati, memelihara keharmonisan saat berinteraksi.

Dalam kehidupan sosial dalam bentuk masyarakat majemuk dengan berbagai budaya banyak sekali ditemui komunitas-komunitas minoritas. Komunitas minoritas ini bisa berasal dari masyarakat Indonesia, atau dari luar Indonesia. Kemahsyuran Indonesia juga masih menarik perhatian beberapa warga Asing yang ingin menetap di Indonesia khususnya dari Malaysia. Walaupun

bukan hanya itu yang menjadi faktor kedatangan mereka ke negeri garuda ini. Bisa jadi karena letak geografis negaranya berdekatan dengan Indonesia, adanya kepentingan tertentu bagi diri pengunjung misalnya untuk mengikuti pendidikan.

Definisi mengenai kelompok minoritas sampai saat ini belum dapat diterima secara universal. Namun demikian yang lazim digunakan dalam suatu negara, kelompok minoritas adalah kelompok individu yang tidak dominan dengan ciri khas bangsa, suku bangsa, agama, atau bahasa tertentu yang berbeda dari mayoritas penduduk. Minoritas sebagai 'kelompok' yang dilihat dari jumlahnya lebih kecil dibandingkan dengan jumlah penduduk lainnya dari negara bersangkutan dalam posisi yang tidak dominan. Keanggotaannya memiliki karakteristik etnis, agama, maupun bahasa yang berbeda dengan populasi lainnya dan menunjukkan setidaknya secara implisit sikap solidaritas yang ditujukan pada melestarikan budaya, tradisi, agama dan bahasa.

Komunitas minoritas selalu melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan baru sebagai tempat tinggalnya. Scheneiders (1955:150), juga menjelaskan penyesuaian diri sebagai suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan perbuatan individu dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan, dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup. Adapula masalah yang timbul dari perpindahan ketempat masyarakat baru, berarti kehilangan teman lama dan

menuntut untuk mencari teman baru. Banyak orang yang mengalami kesulitan dalam mencari/ membentuk persahabatan dengan hubungan sosial yang baru. Mungkin orang tersebut berhasil baik dalam hubungan di lingkungan yang lama, ketika pindah lingkungan yang baru ia menjadi tidak dikenal dan tidak ada yang memperhatikan. Di sini mereka dituntut untuk dapat lebih mampu menyesuaikan diri dengan masyarakat yang baru, sehingga dia menjadi bagian dari masyarakat yang baru itu. Terlebih di lingkungan pendidikan yang merupakan salah satu modal untuk masa depan. Dalam pendidikan formal yaitu perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan aktif yaitu dapat berinteraksi dengan lingkungan perguruan tinggi seperti dosen dan mahasiswa lainnya.

Menurut Willis (<http://one.indoskripsi.com/click./6067/0>) Penyesuaian diri adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar dengan lingkungannya. Penyesuaian diri dilakukan untuk melepaskan diri dari hambatan-hambatan dan ketidakenakan yang timbul sehingga akan mendapatkan suatu keseimbangan psikis yang dalam hal ini tentu tidak menimbulkan konflik bagi dirinya sendiri dan tidak melanggar norma-norma yang berlaku di masyarakat.

Penyesuaian diri sangat berperan dalam hal menunjang kelancaran belajar mahasiswa. Menurut Erikson, seorang psikolog Jerman yang terkenal dengan teori tentang delapan tahap perkembangan pada manusia menyatakan bahwa pada tahap kelima yaitu ketika remaja (12-18 tahun) ditandai dengan kecenderungan identitas. Pada tahap ini remaja menuju

ke arah kedewasaan didukung untuk memperlihatkan identitas. Dorongan pembentukan identitas diri yang kuat di satu pihak, sering diimbangi oleh rasa setia kawan dan toleransi yang besar terhadap kelompok sekelasnya. Di antara kelompok sekelas mereka mengadakan pembagian peran, dan seringkali mereka sangat patuh terhadap peran yang diberikan kepada masing-masing anggota. Untuk itu perlu kenyamanan seseorang dengan teman sekelas dan lingkungannya yang diciptakan melalui penyesuaian diri.

Fakta saat ini mahasiswa Malaysia yang melanjutkan studi ke Medan khususnya Unimed mendapat beberapa kendala dalam penyesuaian diri, maka ia akan merasa canggung dalam bergaul dengan yang tidak satu asal negara, tidak terlalu paham dengan penjelasan dosen karena ada beberapa perbedaan penggunaan bahasa sehingga mempengaruhi kegiatan mahasiswa mengikuti pelajaran dikampusnya. Hal ini disebabkan karena mahasiswa sulit menyesuaikan diri akan merasa canggung karena ia sangat jarang berkomunikasi dengan teman sebelumnya. Dan tak jarang beberapa mahasiswa Asing menemui konflik pribadi dengan temannya. Maka secara tidak langsung itu akan berpengaruh terhadap hasil belajarnya.

Dari 10 mahasiswa Malaysia yang ditemui oleh peneliti ada 3 orang yang mengalami masalah penyesuaian diri. Untuk menggali lebih dalam tentang permasalahan penyesuaian diri ini penulis memutuskan untuk memberikan layanan konseling realita.

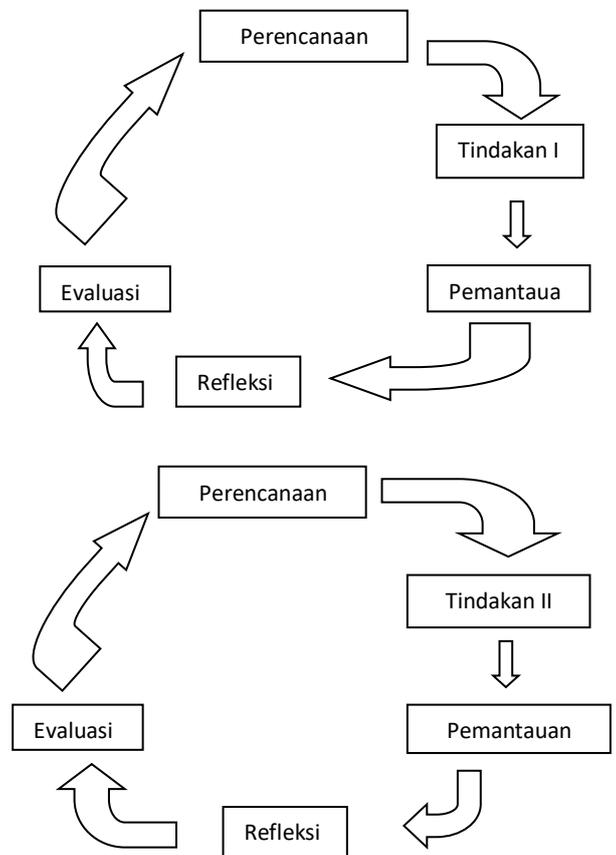
Konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (konseli) dan proses pemberdayaan diri bukan proses ketergantungan dengan psikolog yang bertujuan untuk dapat merubah perilaku konseli serta terbebas dari masalah yang sedang dihadapinya (Prayitno dan Amti, 2004:106). Menurut Prayitno (2004:4), tujuan layanan konseling yaitu dapat memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komperhensif, serta positif, dan dinamis. Sehingga konselor dapat membantu mengembangkan potensi konseli agar mampu bekerja efektif, produktif dan menjadi manusia mandiri.

Dari paparan di atas tampaklah bahwa penyesuaian diri terhadap komunitas dan lingkungan baru tidak selalu mudah. Begitu banyak faktor-faktor yang mempengaruhinya karena secara jelas banyak perbedaan kebiasaan antara satu pihak dan yang lainnya. Untuk itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Konseling Realita dalam Mengembangkan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Asing di FIP Unimed ”

METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah action research yang bertujuan untuk menemukan cara kerja yang paling efektif dan efesien yaitu dengan melakukan tindakan konseling individual dengan pendekatan realita. Data akan dikumpulkan bersifat kualitatif berupa kata-kata tertulis atau

lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (L. Moleong 2010 : 4)



1) Perencanaan

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti sudah terlebih dahulu melakukan observasi yang mengenai masalah penyesuaian diri mahasiswa Malaysia di FIP Unimed. Pada tahap ini kegiatan yang akan dilakukan adalah menyiapkan seluruh perangkat yang diperlukan untuk penelitian, perangkat tersebut dapat dilihat pada tabel 3.1

No.	Kegiatan	Produk
1.	Menyiapkan rancangan pelayanan konseling individu (RPKI)	RPKI (Rancangan Pelayanan Konseling Individual) pertemuan 1 dan 2
2.	Menyediakan Format Penilaian RPKI	Format penelitian
3.	Menyediakan laporan awal kendala-kendala penyesuaian diri	Laporan kendala-kendala penyesuaian diri
4.	Menyediakan format penilaian proses konseling	<ul style="list-style-type: none"> • Verbatim • Laiseg, Laipen • Format penilaian aktivitas individu
5.	Menyediakan alat perekam	Alat perekam suara
6.	Menyepakati jadwal dan tempat konseling bersama mahasiswa	Bulan Mei dan Juni sebanyak 4 kali pertemuan di ruang BK Unimed

Tabel 3.1. Rencana Perangkat Penelitian

2) Tindakan / Aksi

Melaksanakan konseling realita kepada mahasiswa Malaysia yang mengalami masalah penyesuaian diri. Kegiatan ini direncanakan empat kali pertemuan, pertemuan pertama dilaksanakan berdasarkan rancangan pelaksanaan konseling individu (RPKI) yang terdapat pada lampiran. Tahap kegiatan konseling Realita dapat dilaksanakan dengan mengikuti langkah-langkah :

a. *Want (keinginan)*

Yaitu langkah mengeksplorasi keinginan yang sebenarnya dari konseli ingat pada umumnya manusia membicarakan hal-hal yang tidak diinginkan. Konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengeksplorasi tentang keinginan yang sebenarnya dari dengan bertanya (mengajukan pertanyaan) bidang-bidang khusus yang relevan dengan problema penyesuaian diri tentang komitmennya untuk memenuhi keinginan itu.

b. *Doing and Direction (melakukan dengan terarah)*

Yaitu langkah dimana konseli diharapkan mendeskripsikan perilaku secara menyeluruh berkenaan dengan 4 komponen perilaku-pikiran, tindakan, perasaan dan fisiologi yang terkait dengan hal yang bersifat umum dan hal bersifat khusus. Konselor memberi pertanyaan tentang apa yang dipikirkan, dirasakan, dilakukan, dan keadaan fisik yang dialami untuk memahami perilaku konseli secara menyeluruh dan kesadarannya terhadap perilakunya dalam penyesuaian diri itu.

c. ***Evaluation (Evaluasi)***

Evaluasi diri konseli merupakan inti terapi realitas. Konseli di dorong untuk melakukan evaluasi terhadap perilaku yang telah dilakukan terkait dengan efektifitasnya dalam memenuhi kebutuhan atau keinginan membantu atau bahkan menyulitkan, ketepatan dan kemampuannya, arah dan keterarahannya, persepsinya, dan komitmennya dalam memenuhi keinginan serta pengaruh terhadap dirinya. Pertanyaan tentang hal-hal yang bersifat evaluasi “diri” disampaikan dengan empatik, kepedulian, dan penuh perhatian positif.

d. ***Planning (rencana)***

Konseli membuat rencana tindakan sebagai perilaku total dengan bantuan konselor. Dalam membantu konseli membuat rencana tindakan, konselor mendasarkan pada kriteria tentang rencana yang efektif, yaitu : (1) dirumuskan oleh konseli sendiri, (2) realistis atau dapat dicapai, (3) ditindak lanjuti dengan segera, (4) berada di bawah kontrol konseli, tidak bergantung pada orang lain tindakan bertanggung jawab.

3) Observasi

Pada tahap ini dilaksanakan kegiatan observasi terhadap proses konseling dengan menganalisis rancangan pelayanan konseling individual (RPKI) jika hasilnya baik berarti tindakan yang dilakukan pada siklus I. Kemudian analisis dilakukan pada pengentasan kendala-kendala penyesuaian diri berdasarkan verbatim dialog konseling, kemudian menganalisis peningkatan kendala-kendala penyesuaian diri dilakukan

instrumen. Jika hasilnya belum baik maka akan berlanjut ke siklus II.

4). Refleksi

Setelah melakukan observasi dilanjutkan kegiatan refleksi terhadap proses konseling dan hasil didapatkan. Kemudian hasil refleksi ini dibandingkan skala ketetapan kendala-kendala yang dihadapi mahasiswa Malaysia dalam penyesuaian diri. Hasil perbandingan ini selanjutnya akan menentukan tindak lanjut kegiatan berdasarkan verbatim dialog konseling.

5). Evaluasi

Jika Rancangan Pelayanan Konseling Individual (RPKI) belum mencapai target yang telah ditetapkan dilanjutkan pada siklus II begitu selanjutnya. Tetapi jika sudah mencapai target kegiatan hanya mencapai pada siklus I.

Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Asing FIP Unimed yang berjumlah 10 orang, Teknik pengambilan subjek penelitian ini adalah mahasiswa Asing yang memiliki permasalahan dalam penyesuaian diri dalam berinteraksi di kelas.

Untuk memperoleh data yang sesuai dalam penelitian ini, maka digunakan alat atau disebut juga instrument penelitian. Alat yang digunakan adalah angket dan wawancara. Menurut Sugiono (2008:142) “kuisisioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi

seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”.

Adapun alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket, yakni suatu daftar yang berisi sejumlah pernyataan yang diberikan kepada subjek agar dapat mengungkapkan kondisi-kondisi yang ingin diketahui.

Bentuk angket yang digunakan adalah skala Likert. Pernyataan yang terdapat dalam angket ini mempunyai sifat *favourable* dan *unfavourable*.

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrument. Suatu instrument yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah (Arikunto 2010:211). Teknik yang digunakan Untuk menguji validitas alat ukur, dalam hal ini angket diuji validitasnya dengan menggunakan teknik analisis *Product Moment* dari Karl Pearson.

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik. Untuk menguji reliabilitas dapat menggunakan rumus Alpa (Arikunto 2010:239).

Untuk menganalisis data digunakan analisis verbatim hasil wawancara, *laissez*, *laissez*, *laissez* dan pemberian angket setelah layanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap pra siklus peneliti melakukan penelitian awal kepada seluruh mahasiswa Asing yang beradap di Fakultas Ilmu Pendidikan dan terdapat tiga mahasiswa Asing yang memiliki masalah penyesuaian diri. Dari angket yang disebar tiga mahasiswa Asing tersebut memiliki hasil 42%, 47%, 47%. Peneliti lalu memberikan layanan konseling Realita dipertemuan pertama untuk ketiga subjek penelitian. Namun penelitian tidak memberikan angket. Pemberian layanan berlanjut dipertemuan ke 2 beserta pemberian angket. Dari angket yang diberikan didapat data dari ketiga konseli yaitu 63%, 60%, 68%. Karena belum mencapai batas persentase penelitian maka peneliti melanjutkan ke siklus 2. Di pertemuan 3 peneliti memberikan layanan dan memberikan angket diperoleh data 75%, 76%, 78%. Secara data peneliti telah mencapai tahap keberhasilan namun untuk melihat pengaruh konseling realita yang lebih signifikan di lakukan pemberian layanan konseling realita di pertemuan 4 dan didapatkan data dari angket yang diisi yaitu 88%, 87%, 85%.

Dari pra hingga pertemuan 4, konseli 1 mengalami peningkatan perubahan 67%, konseli 2 68%, dan konseli 3 70%. Jika dirata-ratakan perubahan dari ketiga konseli adalah 68,3%.

Dilihat dari pertemuan dipra pertemuan rata-rata data yang didapat dari keseluruhan konseli adalah 45,3%. Dipertemuan 2 63,3%, pertemuan 3

76,3%, pertemuan 4 86,6%. Untuk lebih jelasnya disajikan dalam tabel

Kons	Pra	Pert 2	Pert 3	Pert 4	Rata Rata
I	42%	63%	75%	88%	67%
II	47%	60%	76%	87%	68%
III	47%	68%	78%	85%	70%
Rata Rata	45,3%	63,3%	76,3%	86,6%	68,3%

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dikemukakan bahwa mahasiswa Asing yang memiliki masalah dalam penyesuaian diri dalam berinteraksi di kelas cenderung kurang menyukai teman, kelas, tidak merasa nyaman belajar di kelas. Hal ini telah terlihat dari angket penyesuaian diri pada ketiga konseli yang di beri di awal yang memiliki skor rendah. Karena spesifikasi masalah yang berbeda maka peneliti memberikan konseling realita.

Teori dasar konseling realitas adalah “teori pilihan” yang menjelaskan bahwa manusia berfungsi secara individu, dan juga berfungsi secara sosial (kelompok atau masyarakat) dengan pilihan perilaku efektif yang bertanggungjawab. Dalam konseling realita ini peneliti menggunakan teknik WDEP yang dilakukan peneliti dengan 2 siklus dapat meningkatkan penyesuaian diri dalam berinteraksi di kelas mahasiswa Asing.

Ketika melakukan tindakan penelitian peneliti menemukan berbagai kesulitan terutama dalam melakukan konseling kelompok, yakni

(1) tidak semua konseli dapat cepat merespon komunikasi dari peneliti untuk di jumpai (2) tempat konseling yang diadakan di rumah konseli dan temannya sering menghidupkan musik membuat suasana konseling kurang kondusif (3) Waktu konseling yang seharusnya 45 menit, namun hanya berlangsung 30 menit dikarenakan kesibukan konseli dalam mengerjakan tugas rumah

Tindakan yang dilakukan melalui proses konseling individu yang dipadu dengan teknik konseling realita dari mulai tahap permulaan, kegiatan hingga tahap akhir di dukung dari hasil verbatim konseling maka dapat dikatakan keberhasilan konseling ini sesuai dengan RPKI.

Jika dihubungkan dengan konsep dasar konseling realita yang memandang manusia pada dasarnya dapat mengarahkan dirinya sendiri (self-determining). Glasser juga memiliki keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan untuk menangani kesulitan-kesulitannya. Seperti dikatakan Glasser *“we are rarely the victims of what happened to us in the past”*. Manusia yang tidak mau belajar untuk memenuhi kebutuhan mereka pada tahun-tahun awal kehidupan cenderung berpotensi mengalami kesulitan dikemudian hari. Pandangan optimistik Glasser tersebut menegaskan bahwa manusia dapat mengubah perasaan, tindakan dan nasib kehidupannya sendiri. Namun, itu dapat dilakukan hanya jika manusia telah menerima tanggung jawab dan bersedia mengubah identitasnya. Maka, konseling realita dapat mengubah penyesuaian diri dalam berinteraksi antara mahasiswa Asing dan teman sekelasnya

Hipotesis dalam penelitian ini adalah konseling realita dapat

mempengaruhi pengembangan penyesuaian diri khususnya cara berinteraksi mahasiswa Malaysia FIP Unimed khususnya jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan penyesuaian diri dalam berinteraksi dengan teman sekelas. Hal ini dapat kita lihat dari hasil angket yang telah disajikan. Berdasarkan ini dapat dikemukakan hipotesis penelitian ini “Konseling Realita mempengaruhi pengembangan penyesuaian diri mahasiswa Asing FIP Unimed.” dapat diterima.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian ini maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Masalah dalam penyesuaian diri dapat diatasi dengan melihat terlebih dahulu aspek-aspeknya yaitu ketegangan emosional, cara berpikir rasional, mengarahkan diri, sikap terhadap pengalaman serta objektif dan realistis dalam memandang suatu hal
2. Masalah penyesuaian diri dalam berinteraksi dengan teman sekelas dapat diselesaikan melalui konseling realita

Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti menyarankan :

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu , khususnya bidang Bimbingan dan Konseling mengenai upaya menyelesaikan masalah penyesuaian diri dalam

- berinteraksi dengan teman sekelas
2. Konselor dapat menggunakan konseling realita untuk menangani permasalahan mahasiswa khususnya tentang penyesuaian diri.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rinekan Cipta.

Ahmadi, Surya. (2005). *Culture Shock Yang Dialami Mahasiswa Perantauan Fisip Uajy Angkatan 2008 Dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Kuliah*. Skripsi di Jurusan Sosiologi UAJY Yogyakarta: Diterbitkan

Corey, Gerald. 2009. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama

Dewi, Rosmala. 2010. *Penelitian Pendidikan (Desain Emperikal dan PTK)*. Medan: Pasca Sarjana Unimed.

Fakultas Ilmu Pendidikan. 2013. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Medan FIP Universitas Negeri Medan.

Hariadi, Eko. (2000). *Kinerja Konselor di Sekolah Menengah Atas Kota Madya Medan*. Skripsi di Jurusan

- Bimbingan Konseling Islam IAIN Sumatera Utara: Tidak diterbitkan
- Konseling di Sekolah.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Hurluck, Elizabet, B.1993. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan.* (terjemahan Istiyanti dan Soerjarno).Jakarta : Erlangga
- Winkel W.S dan Hastuti. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan.* Yogyakarta: Media Abadi.
- Kumala, Nurul. (2012). *Studi Deskriptif Perempuan yang Bekerja sebagai Buruh Lepas (Menol) di PT. Perkebunan Nusantara IV Sei Kopas Kecamatan Bandar Pasir Mandoge Kabupaten Asahan.*Skripsi di Jurusan Pendidikan Sosiologi Unimed Medan:Tidak diterbitkan
- Sneiders, Alexander A. 1984. *Personal Adjustment and Mental Health.*NewYork:
- Subagyo, Pangestu, Djarwanto Ps. 2005. *Statistik Induktif.* Yogyakarta: BPFYogyakarta
- Latipun. 1996. *Psikologi Konseling.* Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R D.* Bandung: Alfabeta.
- Lestari, Susi. (2003). *Culture Shock Yang Dialami Mahasiswa Asing di Universitas Sumatera Utara.*Skripsi di Jurusan Sosiologi USU Medan: Tidak diterbitkan
- Willis, Sofyan S. 2004. *Konseling Individual Teori dan Praktek.*Bandung : Alfabeta.
- Pratiwi, Karmila.(2001). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri Mahasiswa Asing di Universitas Sumatera Utara.* Skripsi di Jurusan Sosiologi USU Medan : Tidak diterbitkan.
- Yudi . 2010. *Penyesuaian Diri*, (online), dalam <http://marcellinoagatha.blogspot.com>. Diakses tanggal 22 Januari 2013
- Prayitno & Erman A. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Yongki, Alexander.2011.*Info Psikologi*, (online) <http://raflengerungan.wordpress.com>.Diakses tanggal 22 Januari 2013.
- Prayitno.2001. *Panduan Kegiatan Pengawasan Bimbingan dan*