

## Keutamaan Waktu dalam Islam sebagai Sumber Motivasi Mahasiswa Perantau dalam Menjalani Kehidupan Akademik

Dwi Rahmadani

Dwirahmadani0127@gmail.com

Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu

Correspondence Author : Dwi Rahmadani

Telp : 082289832701

E-mail : dwirahmadani@gmail.com

### Abstrak

#### Kata kunci:

Adaptasi,kemandirian  
Tekanan akademik  
Pengelolaan waktu  
Keuangan,dukungan  
keluarga,motivasi  
belajar,perkembangan  
diri.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengalaman mahasiswa perantau dalam menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sehari-hari serta memahami bagaimana proses adaptasi mereka membentuk kemandirian. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara mendalam terhadap tiga informan yang merupakan mahasiswa perantau. Data dianalisis melalui tahapan open coding, axial coding, dan selective coding. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa perantau mengalami beberapa tantangan utama, yaitu tekanan emosional berupa rasa rindu dan kesepian akibat jauh dari keluarga, yang tergambarkan dari pernyataan informan, seperti jauh dari keluarga membuat banyak mahasiswa merasa rindu akan suasana rumah dan saat saya sedang sakit saya merasa sangat sendirian karena harus mengurus semuanya sendiri. Selain itu, tantangan manajerial muncul dalam bentuk pengelolaan keuangan yang menuntut kemampuan memilah prioritas, sebagaimana dinyatakan membedakan kebutuhan dan keinginan serta harus dicatat apa saja pengeluaran kita selama 1 bulan. Tantangan berikutnya berkaitan dengan adaptasi sosial, di mana informan mengungkapkan perlunya membangun relasi baru melalui mulai percakapan kecil dengan teman di kampus dan kehati-hatian dalam memilih lingkungan pergaulan agar tidak salah arah. Mahasiswa juga menghadapi tekanan akademik yang bertambah berat, misalnya sekali bikin laporan ada 5 laporan dalam sehari itu bikin capek, yang menggambarkan bahwa intensitas tugas turut memengaruhi kondisi emosional dan fisik mereka. Meskipun demikian, seluruh pengalaman tersebut justru membentuk kemandirian, seperti terlihat pada pernyataan sejak merantau mulai mandiri sering masak, serta peningkatan kemampuan mengelola diri, bertanggung jawab, dan menjaga motivasi untuk membanggakan orang tua. Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa proses merantau tidak hanya menghadirkan tantangan, tetapi juga menjadi sarana pembentukan karakter, ketahanan pribadi, dan kemampuan manajemen diri yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan akademik dan perkembangan kedewasaan mahasiswa perantau.

### Abstract

#### Keywords:

Adaptation,independen,,  
academic pressure,time  
management,financial  
management,family  
support,learning

*This study aims to analyze the experiences of migrant university students in facing academic and daily-life challenges and to understand how their adaptation processes contribute to the development of personal independence. Using a qualitative approach, data were collected through in-depth interviews with three migrant students and analyzed using open coding, axial coding, and selective coding techniques. The findings reveal that migrant students encounter several major challenges, including emotional pressure characterized by homesickness and loneliness due to living far from their families,*

*motivation, migration  
experience, personal  
development.*

*as reflected in statements such as "being far from family makes many students feel homesick for the atmosphere of home and when I was sick, I felt very alone because I had to take care of everything myself. In addition, managerial challenges emerge in the form of financial management demands, where students must learn to prioritize needs over wants, as indicated by the expressions distinguishing needs and wants and expenses must be recorded every month. Social adaptation also becomes a significant challenge, in which students need to build new relationships by starting small conversations with friends on campus while simultaneously exercising caution in choosing peers to avoid negative influences. Academic pressure further intensifies their struggles, exemplified by the statement making five reports in one day is exhausting, demonstrating that academic demands affect both emotional and physical well-being. Despite these challenges, the study finds that the migrant experience fosters substantial personal growth and independence, as expressed in the statement since migrating, I have become more independent often cooking on my own. Students also develop stronger self-management skills, responsibility, resilience, and motivation to succeed for the sake of their families. Overall, this research concludes that the migration experience not only presents difficulties but also serves as a transformative process that strengthens character, personal resilience, and self-regulation abilities, which play a crucial role in academic success and the maturation of migrant students.*

## PENDAHULUAN

Waktu merupakan anugerah besar yang diberikan Allah Swt. kepada manusia sehingga pemanfaatannya menjadi aspek fundamental dalam seluruh aktivitas kehidupan, termasuk bagi mahasiswa perantau yang menghadapi tuntutan akademik, adaptasi sosial, serta tekanan psikologis. Dalam perspektif Islam, waktu dipandang sebagai amanah yang harus dikelola secara optimal sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-'Asr yang menekankan pentingnya memanfaatkan waktu untuk amal kebajikan dan menjauhi kerugian. Pemaknaan keagamaan ini relevan bagi mahasiswa perantau yang hidup jauh dari keluarga dan dituntut untuk mandiri dalam mengatur aktivitas sehari-hari. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa perantau menghadapi beban adaptasi lebih tinggi dibanding mahasiswa lokal, terutama pada tahun pertama perkuliahan (Tinambunan, 2023). Namun, penelitian-penelitian terdahulu lebih banyak menyoroti aspek adaptasi, stres, dan dukungan sosial belum mengkaji secara mendalam bagaimana nilai keutamaan waktu dalam Islam berfungsi sebagai sumber motivasi internal yang unik bagi mahasiswa perantau. Inilah ruang kebaruan yang ingin dijawab melalui penelitian ini. Dalam konteks pendidikan tinggi, mahasiswa perantau sering mengalami tekanan adaptasi yang kompleks. Mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, budaya baru, ritme akademik yang berbeda, dan seringkali minim dukungan emosional. Jumrian dan Husin (2022) menemukan bahwa kedisiplinan, tanggung jawab, dan kemampuan mengatur waktu merupakan faktor kunci keberhasilan mahasiswa perantau. Penelitian tersebut menguatkan bahwa pemahaman keutamaan waktu tidak hanya bernilai religius tetapi juga menjadi kebutuhan strategis dalam keberhasilan akademik. Meskipun demikian, penelitian sebelumnya belum mengintegrasikan nilai-nilai waktu dalam Islam sebagai kerangka motivasi akademik mahasiswa perantau. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan perspektif baru yang memadukan nilai religius, psikologi pendidikan, dan dinamika perantauan. Islam memberikan perhatian besar terhadap waktu karena seluruh aktivitas manusia akan dimintai pertanggungjawaban. Kesadaran spiritual terhadap waktu mendorong perilaku disiplin, efisien, dan terarah. Sadut (2025) menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. Temuan tersebut sejalan dengan teori regulasi diri yang menyatakan bahwa individu yang memiliki persepsi positif terhadap waktu akan lebih mampu mengelola motivasi dan perilaku (Zimmerman, 2002). Namun, belum ada penelitian yang mengkaji

bagaimana internalisasi nilai waktu Islam dapat memperkuat regulasi diri mahasiswa perantau. Penelitian ini menambahkan dimensi baru dengan menelusuri bagaimana nilai keagamaan tersebut berperan sebagai kerangka disiplin spiritual yang mendorong mahasiswa lebih tahan terhadap tekanan akademik dan emosional.

Lebih lanjut, penelitian Imam Syafi'i dan Sadewo (2023) mengungkapkan bahwa mahasiswa perantau sering mengalami culture shock, homesickness, serta kesulitan memenuhi kebutuhan harian yang akhirnya menurunkan fokus belajar. Dalam kondisi demikian, nilai keutamaan waktu dalam Islam dapat berfungsi sebagai pedoman menata prioritas, mengelola rutinitas, serta menjaga ketenangan batin melalui ritme ibadah yang teratur. Ajaran Islam tentang keseimbangan antara usaha dan ibadah menawarkan struktur yang dapat membantu mahasiswa menghadapi tantangan adaptasi. Kebaruan penelitian ini terletak pada upaya memahami bagaimana mahasiswa perantau menginternalisasi ritme ibadah tersebut sebagai mekanisme pengaturan waktu yang fungsional dalam kehidupan sehari-hari. Manajemen waktu juga merupakan keterampilan inti dalam mengurangi stres akademik dan meningkatkan produktivitas belajar. Tinambunan (2023) menegaskan bahwa penggunaan waktu yang efektif berdampak pada keberhasilan akademik serta kesehatan mental mahasiswa. Dalam hadis Rasulullah Saw. tentang lima perkara sebelum lima perkara lainnya, waktu senggang sebelum sibuk menjadi titik tekan penting untuk melatih kesadaran akan nilai waktu. Penelitian ini mengembangkan perspektif tersebut dengan melihat bagaimana mahasiswa perantau mengonstruksi makna religius tersebut menjadi motivasi belajar yang bersifat otonom – yang berbeda dari motivasi ekstrinsik seperti tekanan keluarga atau tuntutan kuliah. Penelitian Salwa et al. (2024) mengemukakan bahwa perencanaan aktivitas dan kesadaran diri merupakan aspek penting dalam manajemen waktu. Dalam ritme kehidupan Islam, pengaturan waktu salat lima waktu menjadi contoh konkret penataan ritme harian yang sistematis. Penelitian ini mengusulkan kebaruan berupa model konseptual yang mengintegrasikan ritme ibadah harian sebagai kerangka struktural bagi mahasiswa perantau dalam mengatur jadwal belajar, berorganisasi, dan bersosialisasi. Pendekatan ini belum pernah diteliti secara spesifik dalam konteks pendidikan Islam maupun psikologi mahasiswa perantau.

Selanjutnya, dukungan sosial terbukti memengaruhi motivasi belajar mahasiswa perantau (Wijaya & Widiyasavitri, 2019; Sinaga et al., 2024). Namun dukungan sosial hanya optimal jika mahasiswa memiliki kemampuan mengatur waktu sehingga dapat menyeimbangkan aktivitas sosial dan akademik. Penelitian ini menambahkan unsur kebaruan dengan meneliti bagaimana nilai keutamaan waktu membantu mahasiswa perantau mengelola interaksi sosial secara sehat tanpa mengganggu komitmen akademik, sesuatu yang belum diungkap oleh penelitian sebelumnya. Penelitian Fajrina Ulum et al. (2024) menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan keagamaan kampus dapat meningkatkan manajemen waktu, kepemimpinan, dan kedisiplinan. Namun, penelitian tersebut belum mengeksplorasi bagaimana pengalaman religius tersebut diinterpretasikan sebagai motivasi internal dalam konteks perantauan. Penelitian ini menggali secara langsung bagaimana mahasiswa perantau memaknai kegiatan keagamaan sebagai bagian dari strategi mengelola waktu untuk mencapai keseimbangan spiritual dan akademik. Penelitian kuantitatif lainnya menunjukkan bahwa penyesuaian diri dan dukungan sosial memengaruhi motivasi belajar mahasiswa perantau (Anjani et al., 2024), tetapi belum ada penelitian yang memfokuskan pada nilai keutamaan waktu Islam sebagai sumber motivasi akademik. Oleh karena

itu, kebaruan penelitian ini terletak pada sintesis antar-disiplin yang menggabungkan studi perantauan, manajemen waktu, motivasi akademik, dan nilai-nilai Islam sebagai satu kerangka yang terpadu. Pendekatan ini menghasilkan pemahaman baru mengenai motivasi berbasis nilai spiritual yang sangat relevan bagi mahasiswa perantau.

Berdasarkan keseluruhan landasan tersebut, penelitian tentang keutamaan waktu dalam Islam sebagai motivasi mahasiswa perantau sangat penting dilakukan. Selain menjelaskan nilai keagamaan tentang waktu, penelitian ini menawarkan perspektif baru mengenai bagaimana nilai tersebut diinternalisasi dalam dinamika adaptasi, regulasi diri, serta motivasi akademik mahasiswa perantau. Dengan menggunakan metode kualitatif, penelitian ini diharapkan dapat menghadirkan temuan lapangan yang menggambarkan realitas pengalaman mahasiswa secara mendalam dan memberikan kontribusi teoretis bagi psikologi pendidikan Islam. Penelitian ini juga berpotensi menjadi basis bagi perguruan tinggi dalam merancang program pendampingan mahasiswa perantau berbasis nilai religius, kedisiplinan, dan manajemen waktu.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus, yang bertujuan untuk memahami fenomena mahasiswa perantau dalam motivasi mahasiswa perantau secara mendalam dalam konteks natural melalui penggalian makna, pengalaman, dan persepsi subjek penelitian. Penelitian dilaksanakan pada lokasi di Kota Bengkulu tepatnya di UNIB belakang yang di pilih secara purposive sesuai relevansi dengan fokus penelitian, dengan melibatkan tiga informan utama DNR (19), DS (20), PU (19) yang dipilih berdasarkan teknik purposive sampling karena memenuhi kriteria pengalaman langsung, pemahaman yang memadai, keterlibatan aktif, serta kesediaan untuk memberikan data secara terbuka dan komprehensif. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi sebagai bentuk triangulasi teknik untuk memperkuat keabsahan data. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri, yang berperan sebagai perencana, pengumpul data, penganalisis, dan pelapor hasil penelitian, dengan dukungan pedoman wawancara, lembar observasi, dan catatan lapangan. Analisis data dilakukan secara interaktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan secara induktif hingga diperoleh temuan yang valid dan bermakna. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber

## HASIL DAN DISKUSI

Hasil analisis menunjukkan bahwa pengalaman mahasiswa perantau ditandai oleh dinamika emosional yang kuat berupa rasa rindu dan kebutuhan akan dukungan keluarga. Informan menggambarkan bahwa komunikasi rutin dengan keluarga merupakan cara utama mengatasi tekanan emosional, sebagaimana dinyatakan, *"kita harus tetap komunikasi dengan orang tua lewat telpon atau vc secara rutin"*. Rasa rindu ini semakin intens ketika informan menghadapi kondisi fisik yang rentan, misalnya ketika ia menuturkan, *"saat saya sedang sakit saya merasa sangat sendirian karena harus mengurus semuanya sendiri"*. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga, meski jarak jauh,



memegang peranan penting dalam menjaga stabilitas emosional mahasiswa. Selain tekanan emosional, mahasiswa juga menghadapi tantangan praktis terkait pengelolaan keuangan. Salah satu informan menegaskan pentingnya kontrol finansial melalui pernyataan, “membedakan kebutuhan dan keinginan” dan “harus dicatat apa saja pengeluaran kita selama 1 bulan”. Temuan ini menandakan bahwa kemampuan budgeting menjadi keterampilan dasar yang muncul secara alami selama proses perantauan. Di sisi lain, hubungan sosial juga merupakan aspek penting adaptasi. Informan menyatakan upaya membangun interaksi melalui, “mulai percakapan kecil dengan teman yang ada di kampus” dan kehati-hatian sosial melalui ungkapan, “pintar-pintar memilih teman supaya tidak terjerumus ke jalan yang salah”. Interaksi ini berkontribusi pada integrasi sosial yang lebih stabil. Hasil lainnya menunjukkan bahwa tekanan akademik menjadi bagian tidak terpisahkan dari pengalaman perantauan. Informan mengungkapkan, “bikin laporan ada 5 laporan dalam sehari itu bikin capek”, yang menggambarkan intensitas beban akademik yang dapat memengaruhi kondisi emosional dan fisik. Namun, meski menghadapi berbagai tekanan, mahasiswa justru menunjukkan perkembangan kemandirian yang signifikan. Informan menyatakan, “sejak merantau mulai mandiri sering masak”, yang menegaskan bahwa pengalaman perantauan mendorong perkembangan kemampuan bertahan hidup, pengelolaan diri, serta penguatan identitas personal.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengalaman emosional mahasiswa perantau sejalan dengan karakteristik fase transisi dalam pendidikan tinggi, di mana homesickness merupakan fenomena dominan. Dukungan keluarga, meskipun terbatas secara fisik, terbukti menjadi faktor protektif yang efektif dalam menjaga kesehatan mental. Hal ini sesuai dengan temuan English et al. (2016) yang menyatakan bahwa komunikasi rutin dengan keluarga dapat mereduksi dampak negatif homesickness pada mahasiswa tahun pertama. Temuan lapangan seperti “sering telponan dengan keluarga biar tidak terlalu rindu” memperkuat relevansi teori tersebut dengan konteks mahasiswa perantau di Indonesia. Di sisi lain, kesepian ketika menghadapi kondisi fisik yang menurun memperlihatkan Baga mana perantauan menjadi situasi rentan, terutama bagi mahasiswa yang terbiasamendapat pendampingan keluarga. Ketika informan mengatakan “merasakan sangat sendirian karena harus mengurus semuanya sendiri”, hal ini menunjukkan ketiadaan support system dalam bentuk pendampingan sosial langsung. Literatur oleh Diehl et al. (2018) menunjukkan bahwa kesepian memiliki korelasi signifikan dengan meningkatnya stres akademik dan penurunan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dengan demikian, pengalaman mahasiswa perantau dalam studi ini secara teoretis konsisten dengan temuan global mengenai dampak loneliness pada masa awal pendidikan tinggi. Selanjutnya, tantangan manajemen keuangan yang muncul dalam penelitian ini menggambarkan bagaimana mahasiswa perantau harus menegosiasikan kebutuhan dan keinginan untuk bertahan hidup dengan sumber daya terbatas. Ungkapan seperti “membedakan kebutuhan dan keinginan” mencerminkan indikator literasi finansial yang berkembang secara alami akibat tekanan situasional. Studi literasi keuangan mahasiswa (Agustining Sih et al., 2020; Lusardi & Mitchell, 2014) juga menemukan bahwa kemampuan budgeting berpengaruh langsung pada kemampuan adaptasi mahasiswa di kota rantau. Dengan demikian, pengalaman informan mempertegas pentingnya pendidikan literasi keuangan sejak awal perkuliahan.

Pada aspek sosial, proses adaptasi tidak hanya mencakup kemampuan berinteraksi, *percakapan* tetapi juga kemampuan menilai kualitas relasi sosial. Ketika informan menyebut “mulai kecil dengan teman” dan “pintar-pintar memilih teman”, hal ini menunjukkan proses seleksi sosial yang bertujuan

melindungi diri dari pergaulan yang berpotensi negatif. Temuan ini beririsan dengan teori integrasi sosial Tinto, yang menekankan bahwa keterlibatan sosial merupakan prediktor utama keberhasilan adaptasi mahasiswa (Tinto, 1997). Selain itu, Ellard et al. (2023) menegaskan bahwa lingkungan sosial suportif dapat menurunkan tingkat loneliness secara signifikan. Beban akademik yang tinggi juga merupakan faktor yang memperumit proses adaptasi. Pernyataan seperti *"5 laporan dalam sehari bikin capek"* menunjukkan adanya tekanan akademik intens yang berpotensi menurunkan motivasi dan kesehatan fisik. Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa stres akademik berkaitan erat dengan penurunan performa akademik dan kesejahteraan mental (Misra & Castillo, 2004). Oleh karena itu, mahasiswa rantau berada dalam situasi yang menuntut regulasi diri tinggi untuk menyeimbangkan kelelahan akademik dengan kebutuhan emosional dan sosial. Akhirnya, penelitian ini menegaskan bahwa pengalaman perantauan secara keseluruhan membentuk kemandirian mahasiswa. Ungkapan *"sejak merantau mulai mandiri sering masak"* menunjukkan bahwa mahasiswa mengembangkan kemampuan mengelola kehidupan sehari-hari, mengambil keputusan, dan membangun ketahanan pribadi. Proses ini sejalan dengan teori perkembangan psikososial Erikson (1968), yang menyatakan bahwa masa dewasa awal merupakan fase pembentukan identitas dan kemandirian. Dengan demikian, meskipun perantauan menghadirkan tantangan, proses tersebut justru berfungsi sebagai katalis pembentukan karakter dan kompetensi adaptif mahasiswa.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kehidupan mahasiswa perantau ditandai oleh tantangan emosional, sosial, akademik, dan manajerial yang saling berkaitan, di mana rasa rindu dan kesepian menjadi hambatan utama, sebagaimana terlihat dalam ungkapan informan yang menyatakan jauh dari keluarga membuat banyak mahasiswa merasa rindu akan suasana rumah dan saat saya sedang sakit saya merasa sangat sendirian karena harus mengurus semuanya sendiri di sisi lain, tuntutan mengatur keuangan memaksa mereka belajar membedakan kebutuhan dan keinginan, seperti pada pernyataan harus membedakan kebutuhan dan keinginan serta harus dicatat apa saja pengeluaran kita selama 1 bulan sementara itu, proses adaptasi sosial membutuhkan usaha aktif, terlihat dari pernyataan mulai percakapan kecil dengan teman di kampus dan kehati-hatian memilih lingkungan pergaulan seperti pintar-pintar memilih teman supaya tidak terjerumus ke jalan yang salah tekanan akademik memperberat kondisi, misalnya ketika informan mengaku sekali bikin laporan ada 5 laporan dalam sehari itu bikin capek namun seluruh proses ini justru membentuk kemandirian dan kedewasaan mahasiswa, sebagaimana dinyatakan sejak merantau mulai mandiri sering masak sehingga pengalaman merantau bukan hanya menghadirkan kesulitan, tetapi juga menjadi sarana penting dalam membangun tanggung jawab, ketahanan pribadi, dan kemampuan mengelola kehidupan secara mandiri.

## REFERENSI

- Anjani, R. P., Marsofiyati, & Utari, E. D. (2024). Pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap motivasi belajar mahasiswa perantau.
- Fajrina Ulfatul Ulum, F., Zuhriyah, I. N., Cahyaningsih, L. A., Salam, N. A. A., Acyka., & Abbas, R. I. (2024). Membangun kemandirian dan pengembangan diri mahasiswa perantau melalui peran sebagai pengurus musholla.

- Imam Syafi'i, & Sadewo, F. S. (2023). Strategi adaptasi mahasiswa perantau di Kota Surabaya.
- Jumrian, & Husin. (2022). Strategi anak perantauan dalam menyelesaikan studi diperguruan tinggi.
- Salwa, T. A., Shifa, R. N., & Aini, D. K. (2024). Analisis strategi manajemen waktu untuk meningkatkan produktivitas belajar mahasiswa.
- Sadut, A. (2025). Hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik mahasiswa bimbingan dan konseling.
- Sinaga, Z. V., Larasati, T., & Abdillah, R. (2024). Peran dukungan sosial teman sebaya terhadap motivasi belajar mahasiswa di Bekasi.
- Tinambunan, A. P. (2023). Bagaimana menggunakan waktu dengan baik.
- Wijaya, A. A. A. R., & Wideasavitri, P. N. (2019). Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap motivasi berprestasi pada remaja awal.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64-70.
- Agustiningsih, W., Mawardi, I., & Hidayati, N. (2020). Financial literacy and financial behavior among college students. *Jurnal Ekonomi & Pendidikan*, 17(1), 1-12.
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K., & Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities Determinants of emotional and social loneliness among students. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 12(1), 1-9.
- Ellard, O. B., Li, Y., & Smith, L. (2023). Interventions addressing loneliness among university students: A review. *Child and Adolescent Mental Health*, 28(2), 150-157.
- English, T., Davis, J., Wei, M., & Gross, J. (2016). Homesickness and adjustment across the first year of college. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 35(6), 419-439
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton.
- Lusardi, A., & Mitchell, O. S. (2014). The economic importance of financial literacy: Theory and evidence. *Journal of Economic Literature*, 52(1), 5-44.
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic stress among college students: Comparison of American and international students. *International Journal of Stress Management*, 11(2), 132-148.
- Tinto, V. (1997). Classrooms as communities: Exploring the educational character of student persistence. *Journal of Higher Education*, 68(6), 599-623.
- Yusoff, M. S. (2011). Stress, stressors and coping strategies among Malaysian medical students. *International Medical Journal*, 18(1), 29-36.
- Robotham, D., & Julian, C. (2006). Stress and the higher education student: A critical review of the literature. *Journal of Further and Higher Education*, 30(2), 107-117.