

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan fenomena mengenai tingginya tekanan stres akademik pada mahasiswa perantau, khususnya pada program studi yang memiliki tingkat kesulitan yang tinggi. Penelitian ini menggunakan subjek penelitian program studi Teknik Arsitektur yang mengharuskan mahasiswanya menguasai kemampuan teknis dan seni secara bersamaan, program studi ini memiliki kurikulum berbasis studio berskala besar, mekanisme asistensi eliminasi, dan pembengkakan biaya produksi tugas. Kondisi ekstrem ini diperparah oleh adanya jarak geografis yang memisahkan mahasiswa perantau dengan orang tua. Penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana pengalaman mahasiswa perantau memanfaatkan komunikasi interpersonal jarak jauh bersama orang tua sebagai strategi penanganan stres (*coping stress*) dengan metode penelitian ini menggunakan studi kualitatif dengan pendekatan studi kasus deksriptif. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dinamika interaksi jarak jauh yang diukur melalui lima dimensi kualitatif interpersonal humanistik Joseph A. DeVito (keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, dan kesetaraan) bertindak yang mengaktifkan dua jalur strategi *coping* Richard Lazarus dan Susan Folkman. Strategi *Problem-Focused Coping* (PFC) teraktivasi secara instan melalui tindakan instrumental (*instrumental action*) orang tua berupa pengiriman bantuan dana darurat ketika dimensi keterbukaan berbenturan dengan krisis keuangan perkuliahan (seperti kerusakan perangkat laptop atau biaya maket). Sementara itu, strategi *Emotion-Focused Coping* (EFC) bekerja secara dominan sebagai penyelamat emosional melalui transmisi empati afektif, doa, dan pesan-pesan positif orang tua yang terbukti melahirkan efek kelegaan psikologis guna memulihkan mental mahasiswa di perantauan. Penelitian ini juga berhasil mengidentifikasi dua pola adaptasi relasional yang bertolak belakang namun fungsional, yaitu pola keterbukaan (*active disclosure*) dan pola penyembunyian diri (*protective concealment*).

Kata Kunci : Komunikasi Interpersonal, *Coping Stress*, Mahasiswa Perantau, Teknik Arsitektur.

ABSTRACT

This research is motivated by the phenomenon of high academic stress among out-of-town students, particularly in highly demanding majors. This study focused on Architecture students, a program that requires students to master both technical and artistic skills simultaneously. This major features a large scale studio based curriculum, an elimination-based assistance mechanism, and inflating project production costs. This extreme condition is further exacerbated by the geographical distance separating these non-local students from their parents. This study aims to understand how out-of-town students experience utilizing long-distance interpersonal communication with their parents as a stress coping strategy. The research employs a qualitative method with a descriptive case study approach, utilizing purposive sampling for sample selection. The results indicate that the dynamics of long-distance interaction measured through Joseph A. DeVito's five qualitative dimensions of humanistic interpersonal communication (openness, empathy, supportiveness, positiveness, and equality) activate the two coping strategy pathways proposed by Richard Lazarus and Susan Folkman. The Problem-Focused Coping (PFC) strategy is instantly activated through the parents' instrumental action, specifically by sending emergency financial aid when the dimension of openness intersects with academic financial crises (such as laptop damage or architectural model costs). Meanwhile, the Emotion-Focused Coping (EFC) strategy works dominantly as an emotional buffer through the transmission of affective empathy, prayers, and positive messages from parents, which are proven to generate psychological relief and restore the students' mental well-being. This study also successfully identifies two contrasting yet functional relational adaptation patterns: active disclosure and protective concealment.

Keywords: *Interpersonal Communication, Stress Coping, Out-of-town Students, Architecture.*