

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Transisi dari masa Sekolah Menengah Atas (SMA) menuju perkuliahan merupakan transisi yang cukup besar dan berpengaruh bagi seorang individu. Dalam Kusumaningsih (2016) mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi akan menghadapi tantangan penyesuaian. Mereka sering menemukan bahwa metode belajar dan mengajar berbeda dari yang diperoleh dari tingkat sekolah menengah atas. Secara umum, belajar di perguruan tinggi memiliki lebih banyak tantangan daripada sekolah menengah. Ini memberikan lebih banyak tugas membaca, menyiapkan artikel dan pemeriksaan artikel melalui presentasi kelas dan kuis untuk mengevaluasi kompetensi yang dicapai. Dosen berharap mereka melakukan lebih banyak pekerjaan di luar kelas. Untuk bertahan hidup, mereka harus bertanggung jawab atas tindakan mereka. Kondisi ini dapat menyebabkan mereka mengalami ketegangan emosional.

Dalam beberapa kasus, mahasiswa dapat menggunakan berbagai jenis bantuan untuk menyelesaikan tekanan hidup dan tugas, seperti merokok dan konsumsi alkohol Salami (2011). Menurut Rahayu (2018) bahwa siswa SMA dapat dikatakan mampu melakukan penyesuaian sosial apabila dapat menghargai hak orang lain, mampu menciptakan relasi yang sehat dengan orang lain, dan berperan aktif dalam kegiatan sosial, serta menghargai hukum sosial dan budaya yang ada disekolahnya. Dalam penelitiannya siswa yang gagal dalam menyesuaikan diri dapat mengalami

perasaan terasingkan dari lingkungannya, memiliki perasaan rendah diri, dan menolak diri sehingga proses sosialnya pun akan terhambat.

Rochman (2014) dalam penelitiannya mengatakan bahwa ketidakmampuan menyesuaikan diri terhadap lingkungan terlihat dari ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan lingkungan sosial bahkan dapat menimbulkan sikap-sikap yang menolak realitas dan lingkungan sosial, sedangkan penyesuaian diri yang baik menurut Schneiders dalam Estiane (2015) menyebutkan penyesuaian diri yang baik ditandai dengan pandangan yang baik terhadap diri sendiri dan orang lain, adanya penerimaan sosial, pengendalian diri dan arah serta tujuan yang jelas, memiliki rasa tanggung jawab sosial, dan memiliki kepuasan dalam bekerja dan bermain, serta memiliki orientasi yang menandai adanya realitas sosial. Baker & Siryk dalam Beyers (2002) mengungkapkan bahwa proses penyesuaian diri mahasiswa selama tahun pertama di universitas, dapat menjadi landasan kemampuan adaptasi mahasiswa terhadap peristiwa-peristiwa berikutnya selama mereka di perguruan tinggi.

Penyesuaian diri yang buruk dapat mengakibatkan distres, anxiety, hingga drop-out dari tempat perkuliahan Gerdes & Mallinckrodt dalam Liran (2019). Setidaknya sebanyak 30-40% mahasiswa drop-out dari tempat perkuliahannya tanpa gelar dan banyak dari mereka yang tidak pernah kembali untuk mendapatkan gelar tersebut Consolvo (2002). 75% dari mahasiswa tersebut drop-out pada dua tahun pertama perkuliahan Tinto (1987).

Baker dan Siryk dalam Petersen (2009) menyatakan bahwa Penyesuaian diri adalah suatu proses interaksi multidimensional antara individu dengan

lingkungannya, dalam usaha untuk menyelaraskan antara tuntutan dan kebutuhan internal individu dengan tuntutan dari lingkungan. Penyesuaian diri pada saat individu memasuki perguruan tinggi adalah proses psikososial pada diri mahasiswa yang menjadi sumber stress bagi mereka dan memerlukan serangkaian keterampilan sehingga hasilnya adalah mampu atau tidaknya menyesuaikan diri di perguruan tinggi dalam bidang-bidang yang meliputi akademik, sosial, pribadi-emosi, dan keterikatan kepada institusi. Penyesuaian ini meliputi penyesuaian secara emosional, sosial, dan akademik Baker & Stryk dalam Saniskoro (2017).

Menyesuaikan diri di jenjang perkuliahan setelah bangku sekolah menengah atas dapat menjadi transisi yang tidak mudah bagi banyak mahasiswa. Pada umumnya saat mahasiswa telah menuntaskan jenjang Pendidikan SMA (sekolah menengah atas) akan dihadapkan dengan transisi menuju masa dewasa awal (memasuki jenjang perkuliahan). Masa dewasa awal merupakan transisi dari masa remaja menuju masa dewasa Santrock (2010).

Penelitian lain dilakukan oleh Amrullah (2012) setiap orang perlu melakukan penyesuaian diri untuk memenuhi kebutuhan fisik dan psikologis serta kebutuhan sosial. Persyaratan ini bervariasi dari siswa ke mahasiswa. Tampaknya tidak semua siswa siap untuk tantangan ini. Siswa dengan kemampuan penyesuaian diri yang baik menunjukkan perilaku yang memenuhi persyaratan akademik dan norma universitas. Di sisi lain, mereka yang tidak beradaptasi dapat menyimpang baik di dalam atau di luar kampus, dan bahkan melakukan kejahatan.

Menurut Shaifa (2013) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah faktor kepribadian. Seberapa baiknya tingkat penyesuaian

diri mahasiswa akan sangat bergantung pada bagaimana masing-masing individu merespon setiap kondisi yang terjadi di lingkungan barunya. Mahasiswa dengan kepribadiannya yang unik akan memiliki cara yang berbeda untuk menyesuaikan diri. Ward (2004) dalam penelitiannya yang berjudul *Personality and Sojourner Adjustment: An exploration of the Big Five and the Cultural fit Proposition* menunjukkan bahwa individu yang mendapatkan skor tinggi dalam extraversion, agreeableness, conscientiousness dan memiliki skor rendah dalam neuroticism dapat lebih mudah dalam melakukan penyesuaian diri secara psikologis serta sosial.

Kepribadian disini membedakan individu dalam hal pemikiran, perasaan, emosi, dan perilaku serta konsistensinya dari waktu ke waktu Artha (2013). Kepribadian terdiri dari beberapa karakteristik. Salah satu ciri yang membentuk kepribadian adalah stabilitas emosi. Kestabilan emosi merupakan ciri khas yaitu tidak mudah cemas dan merasa tenang, sehingga dapat menyelesaikan masalah dan beradaptasi dalam situasi yang buruk Kristina (2019). Individu yang memiliki tingkat stabilitas emosi yang rendah akan cenderung melakukan avoidance-based coping pada saat terjadi masalah Kristina (2019).

Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah dukungan sosial. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Paul (2001) yang berjudul *Friendsickness in the Transition to College: Precollege Predictors and Penyesuaian diri Correlates* sebagai sebuah determinan dari penyesuaian diri seseorang di jenjang perkuliahan. Mereka menggagas hal ini dari studi sebelumnya yang menyatakan bahwa ketika seseorang kehilangan kelompok teman akrab mereka, dan mereka berada pada

lingkungan yang tidak akrab, akan muncul perasaan sedih secara emosional dan rasa kehilangan yang mendalam.

Arkoff dalam Irfan (2014) meyakini bahwa penyesuaian diri di perguruan tinggi mencerminkan tentang bagaimana seorang individu mencapai tuntutan-tuntutan yang ada dan memberi dampak terhadap pertumbuhan pribadinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial ialah Dukungan sosial. Dukungan sosial adalah kehadiran orang lain yang membuat individu merasa dicintai, dihargai, diperhatikan, dan menjadi bagian dari lingkungan sosialnya. Dukungan sosial dihasilkan dari interaksi individu dengan individu lain di lingkungannya Sarafino (2006).

Dukungan sosial yang baik dari lingkungan dapat membantu mahasiswa baru dalam mengatasi permasalahan-permasalahan dan menghadapi masa transisinya dengan baik Cutrona (1996). Individu dengan lingkungan sosial yang penuh dukungan emosional, instrumental maupun informasi yang baik ketika mereka membutuhkan, menunjukkan tingkatan stres dan gejala depresi yang lebih rendah dalam menghadapi peristiwa hidup dibandingkan dengan mereka yang tidak Cohen & Wills dalam Thoits (1995).

Dukungan sosial dari teman sebaya merupakan faktor pembentuk penyesuaian sosial terhadap lingkungan perguruan tinggi yang penting, karena teman sebaya dapat bertindak sebagai panutan, menjadi acuan grup, seorang pendengar, seseorang yang dapat mengerti, seorang kritikus, seorang penasihat, dan seorang pendamping Richey & Richey dalam Tokuno (1986). Dari berbagai penelitian di atas, maka dapat diketahui bahwa penyesuaian sosial juga menjadi salah satu

prediktor dari Penyesuaian diri mahasiswa. Hal inilah, yang menjadi alasan penulis memilih Penyesuaian diri menjadi fokus penelitian penulis..

## 1.2 Identifikasi Masalah

Mahasiswa baru pada umumnya dihadapkan pada banyak tantangan dan tuntutan maka dari itu sebaiknya mereka dapat mengarahkan lingkungan sosial baru dengan baik dan memiliki orientasi yang cukup baik terhadap institusi atau universitas yang didatangi Credé (2012). Menurut baker (2002) Penyesuaian diri mempunyai 4 aspek yang berbeda, yang setiap aspeknya saling berkaitan satu sama lain. Aspek *emotional adjustment* atau penyesuaian emosional mengukur sejauh mana hal negative yang dialami yang mengakibatkan tekanan, suasana hati yang kurang stabil, sampai gangguan fisik seperti sakit kepala dan kelelahan.

Aspek social adjustment atau penyesuaian sosial mengevaluasi sejauh mana kemampuan sosial yang dimiliki oleh seseorang, kemampuan untuk berteman, dan merasa puas dengan pengalaman sosial yang dimiliki. Aspek academic adjustment atau penyesuaian akademis melibatkan penilaian seseorang terhadap pilihannya untuk menghadiri institusi atau perguruan tinggi tersebut dan merasa bahwa menghadiri perkuliahan merupakan sebuah hal yang penting. Aspek institutional attachment atau kelekatan institusi menyangkut keputusan seseorang untuk menjadi bagian dari institusinya dan merasa puas dan cocok dengan program yang ditawarkan.

Seperti yang diketahui, perpindahan dari masa sekolah ke perkuliahan merupakan transisi yang cukup besar bagi individu, dimana dalam perkuliahan individu dituntut untuk lebih mandiri, berani dalam mengambil keputusan, dan

bertanggung jawab atas keputusan tersebut. Pada kenyataannya, sekitar 30-40% mahasiswa gagal dalam menyesuaikan diri di lingkungan perkuliahan barunya. Mereka harus drop-out dari kampus tanpa mendapatkan gelar Consolvo (2002).

Banyak orang yang berasumsi bahwa kegagalan dalam menyesuaikan diri di lingkungan perkuliahan dikarenakan ketidakmampuan dalam hal akademik. Namun pada kenyataannya, mahasiswa yang memiliki nilai baik pun memiliki resiko untuk drop-out dari tempat perkuliahannya Gerdes & Mallinckrodt (1994). Hal ini menunjukkan bahwa tidak hanya faktor akademik prediktor dari keberhasilan Penyesuaian diri mahasiswa.

Fenomena inilah yang menjadi alasan penulis dalam meneliti Penyesuaian diri mahasiswa baru. Penulis ingin mengubah persepsi bahwa hanya faktor akademik yang mempengaruhi keberhasilan penyesuaian diri individu di lingkungan perkuliahan. Namun, ada faktor lain salah satunya adalah faktor sosial yang sangat berpengaruh dalam Penyesuaian Diri. Sehingga diharapkan faktor sosial bisa menjadi pertimbangan yang tidak kalah penting bagi individu dalam menyesuaikan dirinya di lingkungan perkuliahan. Untuk itulah, penulis ingin mengetahui pengaruh faktor sosial, yakni Dukungan sosial dan stabilitas emosi terhadap Penyesuaian diri pada mahasiswa baru.

### **1.3 Batasan Masalah**

#### **1.3.1 Penyesuaian diri**

Penyesuaian diri merupakan penyesuaian diri individu terhadap lingkungan perkuliahan termasuk didalamnya penyesuaian secara akademik, sosial, dan emosional. Penyesuaian sosial merupakan usaha individu untuk menyesuaikan

dirinya dengan standart nilai lingkungan sosial agar dapat diterima oleh lingkungan tersebut, faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial meliputi Dukungan sosial dan hubungan individu dengan orangtua Gerdes & Mallinckrodt (1994).

### **1.3.2 Dukungan sosial**

Zimet dalam penelitiannya mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu tempat bertukarnya sumber daya antara minimal dua individu yang mana dipersepsikan oleh salah satu pihak bertujuan untuk membantu. Menurut Zimet, menggambarkan sumber dari dukungan sosial berasal dari dukungan yang diberikan orang-orang terdekat dari individu tersebut. Sumber-sumber yang dimaksud adalah seperti:

- a. Dukungan keluarga ataupun bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada individu seperti membantu dalam membuat keputusan ataupun kebutuhan secara emosional.
- b. Dukungan teman ataupun bantuan yang diberikan oleh teman-teman sebaya individu seperti membantu dalam kegiatan sehari-hari ataupun bantuan dalam bentuk lainnya
- c. Dukungan orang yang istimewa bagi kehidupan individu ataupun bantuan yang diberikan oleh seseorang yang spesial dalam kehidupan individu seperti membuat individu merasa nyaman dan merasa dihargai.

### **1.3.3 Stabilitas Emosi**

Stabilitas emosi adalah salah satu sifat kepribadian pada diri individu yang ditandai dengan perasaan tenang, santai, dan stabil (Goldberg, 1990) dalam Larsen & Buss, 2017).



## **1.4 Rumusan Masalah**

Sesuai dengan latar belakang yang telah disebutkan diatas, maka penulis merumuskan permasalahan yaitu :

1. Apakah Variabel Dukungan sosial dan Stabilitas emosi berpengaruh secara simultan dan signifikan terhadap Adjustment pada mahasiswa baru Angkatan 2019 Universitas Airlangga
2. Apakah Variabel Dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap Penyesuaian diri pada mahasiswa baru Angkatan 2019 Universitas Airlangga
3. Apakah Variabel Stabilitas emosi berpengaruh secara signifikan terhadap Penyesuaian diri pada mahasiswa baru Angkatan 2019 Universitas Airlangga

## **1.5 Tujuan Penelitian**

Berikut adalah tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh Dukungan sosial dan Stabilitas Emosi terhadap Penyesuaian diri mahasiswa baru Angkatan 2019 Universitas Airlangga.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Jika Dukungan sosial dan Stabilitas Emosi terbukti efektif dalam meningkatkan Penyesuaian diri pada mahasiswa baru, maka metode tersebut dapat diterapkan pada mahasiswa baru yang memiliki kesulitan dalam penyesuaian di lingkungan perkuliahannya.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

Bagi Mahasiswa (subjek pada penelitian ini) dan lingkungan sekitar Penelitian ini diharapkan mampu menjadi informasi bahwa Dukungan sosial dan Stabilitas Emosi yang cukup baik dapat membantu mahasiswa untuk meningkatkan collage adjustment.