

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang Penelitian

Kesadaran akan pentingnya pendidikan, khususnya pendidikan tinggi terus meningkat dari tahun ke tahun. Hal ini terlihat dari bertambahnya jumlah calon mahasiswa yang mendaftarkan diri ke berbagai perguruan tinggi, salah satunya Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Berdasarkan data dari Biro Administrasi Akademik jumlah mahasiswa naik dari 1.722 (seribu tujuh ratus dua puluh dua) di tahun 2017 menjadi 2.214 (dua ribu dua ratus empat belas) di tahun 2018. Di perguruan tinggi, mahasiswa akan mendapatkan banyak ilmu pengetahuan yang sesuai dengan bidang yang ingin diikuti nantinya dan ketika mahasiswa lulus akan mendapat gelar yang sesuai dengan bidang keahliannya.

Mahasiswa adalah predikat baru bagi individu yang telah menyelesaikan pendidikan sekolah dan melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi. Permatasari (2017) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ketika pertama kali masuk ke perguruan tinggi, mahasiswa harus menghadapi berbagai perubahan yang cukup berbeda jika dibandingkan waktu di bangku sekolah. Transisi ke lingkungan perguruan tinggi melibatkan banyak perubahan dan tantangan yang lebih besar bagi mahasiswa tahun pertama. Budiyanto (2014) juga menyatakan bahwa tuntutan yang perlu dipenuhi oleh mahasiswa juga berbeda-beda di setiap perguruan tinggi tergantung dengan kebijakan dan budaya di mana perguruan tinggi berada.

Salah satu contohnya adalah tuntutan yang dihadapi mahasiswa di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Berdasarkan data yang dikumpulkan oleh peneliti pada 15 (lima belas) orang mahasiswa angkatan 2018 di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, ternyata pengalaman mahasiswa ketika masuk ke perguruan tinggi adalah mahasiswa dituntut untuk dapat memahami materi kuliah yang baru dan berbeda dengan di bangku sekolah, rata-rata mahasiswa merasakan peraturan dan kebijakan yang berbeda

dengan sebelumnya di bangku sekolah. Beberapa mahasiswa merasa lebih senang menjadi seorang mahasiswa daripada seorang pelajar di bangku sekolah karena waktu belajar di kelas yang lebih efisien daripada waktu di sekolah yang dituntut dari pagi hingga sore hari selain itu mahasiswa merasa tidak dituntut harus memakai seragam, sedangkan sisanya memiliki kendala yang ada di perguruan tinggi, seperti mahalnya biaya kuliah, kurangnya informasi yang diberikan fakultas tentang perkuliahan, lalu mahasiswa dituntut untuk lebih mandiri dengan mengatur jadwal mata kuliah sendiri, tugas mandiri dan tugas kelompok yang banyak, serta metode belajar yang mengharuskan mahasiswa lebih aktif belajar di kelas dan lebih mandiri dalam mempelajari materi-materi yang diberikan. Terlebih, untuk mahasiswa luar daerah juga mengalami masalah dalam beradaptasi dengan lingkungan atau budaya baru dan dalam hal mengatur keuangan sendiri.

Ketika menghadapi permasalahan yang telah disebutkan terdapat mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan mudah namun ada pula mahasiswa yang mengalami kesulitan. Al-qaisy (2010) dalam penelitiannya menyatakan, masa awal perkuliahan juga dapat menjadi masa yang menyenangkan, sekaligus dapat menjadi waktu-waktu yang menegangkan. Sebagian mahasiswa tahun pertama pada awalnya merasa antusias dengan jenjang pendidikan yang baru, tetapi kemudian kecewa dengan ekspektasinya. Ekspektasi apapun yang dimiliki oleh mahasiswa tahun pertama, hampir sebagian besar dari mereka menghadapi tantangan dan kesulitan di masa-masa awal perkuliahan.

Lingkungan baru merupakan sebuah stimulus bagi individu yang terkadang mampu menjadi salah satu penyebab hambatan dalam penyesuaian diri (Gerungan, 2009). Begitu pula halnya dengan mahasiswa yang baru mengenal lingkungan perguruan tinggi, yang mana lingkungan ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan sekolah. Willis (2005) menyatakan dengan adanya hal-hal baru yang terdapat di lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa butuh kesiapan secara psikologis maupun sosial. Penyesuaian diri menuntut kemampuan mahasiswa untuk hidup dan

bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga mahasiswa merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya.

Penyesuaian diri berfokus pada pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Penyesuaian diri menjadikan periode ini suatu periode khusus dan sulit dari rentang hidup individu (Hurlock, 2017). Sesuai dengan penelitian Nurfitriana (2016) didapatkan hasil bahwa mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UMS memiliki berbagai macam persoalan selama proses penyesuaian diri di perguruan tinggi baik dalam hal akademik maupun non-akademik. Hal ini dapat terjadi pada sebagian besar mahasiswa tingkat pertama karena pendidikan yang sebelumnya ditempuh sudah pasti jauh berbeda dengan pendidikan yang ada di perguruan tinggi, terkecuali mereka yang memang cepat dalam menerima hal baru dan menyesuaikan dengan pelajaran yang terdapat di perguruan tinggi.

Faris (2017) menyatakan bahwa mahasiswa tahun pertama memiliki penyesuaian diri yang buruk cenderung akan menyendiri, merasa rendah diri, dan menutup diri dari lingkungannya sehingga mahasiswa akan terasingkan dari lingkungannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Astin (dalam Gunandar, 2017), pada 3000 (tiga ribu) mahasiswa di 500 (lima ratus) universitas berbagai belahan dunia menghasilkan bahwa mahasiswa yang baru memasuki perguruan tinggi tampaknya lebih banyak mengalami tekanan dan depresi dari pada di masa lalu. Ketakutan akan kegagalan seringkali menjadi alasan terjadinya stres dan depresi di antara mahasiswa. Mahasiswa yang kurang berhasil dalam menyelaraskan diri dengan dirinya sendiri maupun dengan lingkungannya seringkali membuat pola-pola perilaku yang keliru (*maladjustment*).

Studi yang dilakukan Hamilton & Hamilton (dalam Siwabessy, 2016), menyebutkan bahwa 20% hingga 25% mahasiswa tahun pertama tidak menyelesaikan pendidikan tahun keduanya, dan lebih jauh lagi 20% hingga 30% mahasiswa memilih meninggalkan universitas di tahun berikutnya. Morgans (2002) menyatakan hal ini disebabkan oleh kegagalan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya pada tahun pertama di perguruan tinggi. Dalam penelitiannya Permatasari (2017)

menyatakan bahwa fakta atas tingginya *dropout* memperkuat alasan perlunya dilakukan penelitian terkait penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa awal tahun karena keberhasilan atau kegagalan penyesuaian diri di perguruan tinggi tahun pertama akan berdampak pada kehidupan perkuliahan tahun-tahun berikutnya.

Weiten, Dunn, & Zakalik (2015) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses psikologis mengenai mahasiswa mengelola atau mengatasi tuntutan dan tantangan pada kehidupan sehari-hari. Sedangkan, menurut Ghufron & Risnawati (2012) penyesuaian diri adalah kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, di mana kemudian terciptanya keselarasan antara mahasiswa dengan realitas. Dengan demikian peneliti mengambil kesimpulan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses psikologis dalam mengatasi berbagai tuntutan dan tantangan yang terjadi di lingkungan untuk mencapai keharmonisan di dalam diri mahasiswa. Maka dari itu untuk menghadapi hal-hal tersebut, mahasiswa perlu kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri di lingkungan yang baru di perguruan tinggi agar terjadinya keseimbangan sehingga mahasiswa dapat merasa puas akan dirinya dan lingkungannya.

Menurut Schneiders (dalam Ghufron & Risnawati, 2012), faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri terdiri dari kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, unsur penentu psikologis, kondisi lingkungan, unsur kebudayaan. Salah satu dari faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu keadaan lingkungan, Keadaan lingkungan yang baik, damai, tentram, aman, penuh penerimaan dan pengertian, serta mampu memberikan perlindungan kepada anggota-anggotanya merupakan lingkungan yang akan memperlancar proses penyesuaian diri. Sebaliknya apabila mahasiswa tinggal di lingkungan yang tidak tentram, tidak damai, dan tidak aman, maka mahasiswa tersebut akan mengalami gangguan dalam melakukan proses penyesuaian diri. Keadaan keluarga menegang peranan penting pada mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri.

Arifin (2015) menyatakan individu merupakan satuan terkecil dalam lingkungan kehidupan. Setiap individu mengalami suatu pertumbuhan secara fisik dan perkembangan secara psikis. Perkembangan ini bergantung pada beberapa faktor, terutama faktor lingkungan, baik lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. Keluarga mempunyai fungsi utama, yaitu sebagai lembaga pertama yang menjadi wadah sosialisasi bagi anak, membentuk kepribadian, memberikan rasa aman, memberikan sesuatu yang bersifat materi ataupun afeksi. Individu hidup bersama lingkungannya, yang dimaksud adalah lingkungan fisik dan lingkungan psikis. Dalam hubungan dengan lingkungan ini, akan terlihat apakah individu tersebut menyesuaikan dirinya secara aloplastis, yaitu secara aktif mempengaruhi dan sering mengubah lingkungannya. Sebaliknya, individu menyesuaikan diri secara pasif (autoplastis), yaitu lingkungan yang akan membentuk kepribadian individu. Faktor lingkungan yang sangat mendukung dan menolong kehidupan jasmani dan rohani menyebabkan individu dapat berkembang. Banyak ahli yang menyatakan bahwa individu tidak mempunyai arti apa-apa tanpa lingkungan yang mempengaruhinya. (Arifin, 2015)

Menurut Santrock (2008) dalam pergaulan dan penyesuaian diri, individu memerlukan dukungan dari keluarga, teman bergaul maupun masyarakat. Dalam penelitian Budiyanto (2014) bahwa 40,32% mahasiswa fakultas psikologi Universitas Padjajaran memiliki kemampuan penyesuaian diri yang didukung oleh faktor dukungan sosial dan sisanya dari faktor lain. Begitu pula dengan penelitian (Rufaida & Kustanti, 2017), 33,9% penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial pada mahasiswa di Universitas Diponegoro. Dukungan sosial sendiri mengarah pada kenyamanan, perhatian, menghargai, atau bantuan kepada individu dari orang lain atau kelompok (Rakel & Rakel, 2007).

Dukungan sosial dapat diartikan sebagai kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial adalah hal yang bermanfaat ketika mahasiswa mengalami stres, dan suatu hal yang sangat efektif terlepas dari strategi mana yang digunakan untuk mengatasi stres. Sebagian alasannya adalah karena berhubungan

dengan orang lain adalah sumber dari rasa nyaman ketika merasa tertekan. Bahwa hanya dengan bersama-sama orang lain kecemasan dapat berkurang, teman-teman dan keluarga mungkin dapat membantu memecahkan masalah (Baron & Byrne, 2005).

Penyesuaian diri tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan sosial keluarga, seperti yang dikemukakan Cohen dan Hoberman (dalam Faris, 2017) bahwa dukungan sosial mengacu pada sumber daya yang disediakan oleh hubungan antarpribadi individu. Dukungan bukan hanya berupa materi, fasilitas belajar yang mewah dan sebagainya. Dukungan sosial juga menunjang individu melalui tindakan yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan materi dan penilaian positif pada individu atas usaha yang telah dilakukan (Amrullah, 2012).

Dukungan sosial adalah strategi lain yang umum digunakan individu untuk mengontrol emosi. Individu akan menghubungi orang lain ketika merasa tertekan (Baumeister & Bushman, 2011). Individu yang memiliki orang lain untuk bersandar menjadi lebih baik dalam menyelesaikan masalahnya dan menunjukkan peningkatan kesehatan (Aronson, Wilson, & Akert, 2007). Dukungan sosial ini yang nantinya diharapkan dapat membantu individu memiliki penyesuaian diri yang baik khususnya sebagai mahasiswa yang baru mulai pendidikan di perguruan tinggi. Dapat disimpulkan bahwa orang tua dan teman sebaya berpengaruh besar dalam membentuk dan mengubah sikap individu (Kulsum & Jauhar, 2014).

Penjelasan tersebut didukung oleh King (2012), dukungan sosial adalah informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa individu dicintai, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi serta kewajiban yang timbal balik. Sarafino & Smith (2011) mengklasifikasikan 5 (lima) bentuk dari dukungan sosial diantaranya: dukungan emosional, mencakup empati, kepedulian, dan perhatian tentang individu; dukungan penghargaan, terjadi lewat ungkapan, penghargaan, atau penilaian yang positif untuk individu, dorongan maju serta semangat; dukungan Instrumenal, mencakup penyediaan barang dan jasa yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah; dukungan informasi, dukungan

yang diberikan dengan cara memberikan informasi baik berupa nasihat atau saran dan cara-cara yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah; dukungan persahabatan, mencakup kesediaan orang lain untuk menghabiskan waktu bersama. Dengan demikian peneliti mengambil kesimpulan bahwa dukungan sosial adalah umpan balik yang diberikan oleh orang lain berupa perhatian serta bantuan secara verbal maupun non-verbal yang menunjukkan bahwa individu dicintai dan dipedulikan.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan di atas terlihat adanya keterkaitan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama. Semakin rendah dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, maka penyesuaian diri pada mahasiswa akan menjadi rendah, begitupun dengan sebaliknya, jika dukungan sosial yang diterima tinggi maka penyesuaian diri pada mahasiswa juga akan tinggi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut bagaimana hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2018 di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui adanya Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan psikologi khususnya psikologi sosial dan psikologi perkembangan yang

berkaitan dengan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi bagi masyarakat untuk memahami pentingnya dukungan sosial sebagai salah satu upaya meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan.

2. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan, bahan informasi, dan referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut dengan jenis bidang yang sama. Diharapkan dapat mencegah permasalahan terkait penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa tahun pertama.

1.5 Uraian Keaslian Penelitian

Perbedaan penelitian peneliti dengan penelitian sebelumnya yaitu dapat dilihat diantaranya sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan Nida Amrullah (2012) dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan subjek penelitian ini sebanyak 60 (enam puluh) mahasiswa baru angkatan 2011 di fakultas psikologi UMS, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik penelitian korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi $r = 0,508$ yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri, sumbangan efektif dukungan sosial terhadap penyesuaian diri sebesar 25,8%.
2. Penelitian yang dilakukan Narima Faris (2017) dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri angkatan 2016 Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I dengan subjek penelitian ini sebanyak 148 (seratus empat puluh delapan) mahasiswa baru angkatan 2016 di fakultas psikologi Y.A.I, dengan teknik

incidental sampling. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik penelitian *bivariate correlation*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi $r = 0,345$ yang artinya ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri.

3. Penelitian yang dilakukan Veronica Lestari (2016) dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Penyesuaian Diri Remaja Dengan Orangtua bercerai dengan subjek penelitian sebanyak 50 (lima puluh) orang rentang usia 12 (dua belas) tahun sampai 22 (dua puluh dua) tahun dengan teknik *snowball sampling*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi $r = 0,693$ yang artinya ada hubungan positif antara dukungan sosial orangtua dengan penyesuaian diri remaja dengan orangtua bercerai.
4. Penelitian yang dilakukan Budiyanto (2014) dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Di Lingkungan Kampus Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran dengan subjek penelitian ini sebanyak 68 (enam puluh delapan) mahasiswa semester 2 (dua) angkatan 2014 di Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran, dengan teknik *simple random sampling*. Penelitian ini mendapatkan hasil korelasi sebesar $r = 0,635$ dengan sumbangan efektif dukungan sosial terhadap penyesuaian diri sebesar 40,32% dan sisanya ditentukan oleh faktor lain.
5. Penelitian yang dilakukan Nurfitriana (2016) dengan judul Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun pertama Di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan subjek penelitian ini sebanyak 15 (lima belas) mahasiswa semester 2 (dua) angkatan 2015 di Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran, dengan metode kualitatif deskriptif. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UMS memiliki berbagai macam persoalan selama proses penyesuaian diri, mahasiswa yang tidak kos memiliki penyesuaian diri lebih baik dari pada mahasiswa yang kos (dari luar Jawa atau luar kota).