

BAB V

KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif secara signifikan terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya. Dalam kata lain, dukungan sosial dapat meningkatkan *college adjustment* mahasiswa. Peneliti mendapatkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang tergolong tinggi terhadap *college adjustment*, yaitu sebesar 28,6%. Dimensi dukungan sosial yang berpengaruh signifikan terhadap *college adjustment* adalah *social integration*, *reassurance of worth*, dan *guidance*. Penelitian juga membuktikan bahwa tingkat *college adjustment* memiliki perbedaan yang signifikan apabila ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Tingkat *college adjustment* pada laki-laki cenderung lebih tinggi dibandingkan perempuan. Selain itu, penelitian juga membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat *college adjustment* antara program studi. Tingkat *college adjustment* tertinggi terdapat pada program studi Akuntansi dan terendah pada program studi Psikologi.

5.2 Diskusi

Penelitian membuktikan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif secara signifikan terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya. Senada dengan penelitian Alnadi dan Sari (2021) yang membuktikan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap penyesuaian mahasiswa Sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah. Hasil dari penelitian-penelitian tersebut mendukung pernyataan Baker (2002) bahwa *college adjustment* mahasiswa akan semakin baik dengan semakin besarnya mereka merasa mendapatkan dukungan. Dukungan yang memadai membuat mahasiswa menganggap bahwa tantangan yang dihadapi ketika transisi ke perguruan tinggi bukanlah situasi yang penuh tekanan dan sulit untuk diatasi sehingga terdorong untuk terus mencari solusinya (Friedlander et al., 2007).

Pernyataan tersebut selaras dengan hasil wawancara bersama mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya yang menyampaikan bahwa dukungan dari teman sebaya dan mahasiswa senior membuat mereka memandang kesulitan yang dialami ketika pertama kali memasuki perguruan tinggi merupakan hal yang wajar dan seiring berjalannya waktu akan menemukan solusi yang tepat.

Sejalan dengan penjelasan di atas, hasil penelitian yang didapat menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya memiliki tingkat yang cenderung tinggi pada variabel *college adjustment* dan dukungan sosial. Hal ini diduga karena mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya memiliki keterampilan sosial yang baik melihat sebagian besar responden tergabung dalam kelompok pertemanan ketika peneliti menyebarkan kuesioner di lingkungan sekitar kampus. Dugaan tersebut didukung dengan hasil penelitian dimana dimensi *social integration* pada variabel dukungan sosial menunjukkan nilai *mean* empirik lebih besar dibandingkan nilai *mean* teoritik yang berarti sebagian besar responden merasa memiliki kelompok yang saling berbagi minat dan kesenangan. Keterampilan sosial dapat membantu mahasiswa mengembangkan relasi di perguruan tinggi (Baker, 2002). Mahasiswa yang mudah menjalin hubungan dengan individu lain umumnya memiliki jaringan sosial yang besar. Jaringan sosial yang besar membuat mahasiswa lebih mungkin mendapatkan jenis dukungan yang dibutuhkan (Cutrona, 1986). Hal ini dikarenakan dalam jaringan sosial besar lebih banyak individu yang dapat memberikan dukungan yang diperlukan oleh mahasiswa untuk memenuhi tuntutan di perguruan tinggi sehingga dapat melalui proses penyesuaian di perguruan tinggi dengan lebih mudah. Mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya sebagian besar merasa mendapatkan dukungan yang diperlukan untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi ketika menyesuaikan diri dari teman sebaya dan mahasiswa senior.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada dimensi *guidance*, dukungan sosial berupa bimbingan, berpengaruh positif secara signifikan terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya. Hasil serupa diperoleh Martinez-Lopez et al. (2019) dalam penelitian pada mahasiswa tahun pertama di sebuah universitas negeri Spanyol. Friedlander et al.

(2007) menyatakan bahwa informasi dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi berbagai tuntutan sehingga memudahkan proses penyesuaian mereka di perguruan tinggi. Senada dengan hasil wawancara, mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya menyatakan bahwa informasi yang didapatkan dari bimbingan mahasiswa senior membantu mereka mengatasi kesulitan dalam menghadapi tuntutan akademik seperti mengerjakan tugas dan memahami materi. Dengan demikian, bimbingan dari individu lain dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya untuk menyelesaikan tuntutan akademik sehingga mempermudah proses penyesuaian di perguruan tinggi mereka.

Hasil penelitian juga membuktikan bahwa pada dimensi *reassurance of worth*, dukungan sosial berupa pengakuan atas kemampuan yang dimiliki, berpengaruh positif secara signifikan terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian Martinez-Lopez et al. (2019) terhadap mahasiswa tahun pertama di sebuah universitas Spanyol. Hal ini diyakini karena mahasiswa yang kemampuannya diakui oleh individu lain merasa lebih percaya diri untuk berhasil menghadapi tuntutan di perguruan tinggi seperti menyelesaikan tugas akademik dengan baik. Cutrona et al. (1994) menyatakan bahwa dukungan sosial berfungsi memperkuat perasaan positif mahasiswa sehingga menganggap dirinya berharga dan kompeten secara akademik. Mahasiswa yang memandang dirinya kompeten akan aktif dalam mencari solusi sehingga lebih memungkinkan untuk berhasil dalam menyelesaikan tugas akademiknya (Friedlander et al., 2007). Pernyataan tersebut sejalan dengan hasil wawancara dengan mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya dimana mereka mendapatkan dukungan verbal dari teman sebaya berupa pengakuan bahwa diri mereka pasti mampu mengatasi kesulitan yang dihadapi seperti dalam mengerjakan tugas dan memahami materi. Hal ini mendorong mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya merasa lebih yakin terhadap kemampuannya untuk mengatasi kesulitan tersebut sehingga mereka tidak menyerah begitu saja dan berusaha mencari solusinya dengan cara meminta bimbingan dari mahasiswa senior.

Selanjutnya peneliti menemukan bahwa pada dimensi *social integration*, dukungan sosial berupa perasaan memiliki kelompok yang saling berbagi minat dan kesenangan, mempengaruhi *college adjustment* mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya secara signifikan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Martinez-Lopez et al. (2019) terhadap mahasiswa tahun pertama di sebuah universitas Spanyol. Hal ini diyakini karena mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya yang tergabung dalam kelompok pertemanan yang saling berbagi minat dan kesenangan merasa diterima menjadi bagian dari perguruan tinggi. Menurut Rahayu dan Arianti (2020), perasaan menjadi bagian institusi membuat mahasiswa memiliki keterikatan dengan perguruan tinggi yang sedang ditempuh. Mahasiswa dengan keterikatan yang besar terhadap perguruan tingginya memiliki kecenderungan untuk tidak berhenti berkuliah disana (Baker, 2002). Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Strange (2019) yang menyebutkan bahwa perasaan diterima menjadi bagian dari institusi merupakan hal utama yang membuat mahasiswa nyaman untuk menetap di perguruan tinggi yang sedang ditempuh. Dalam kata lain, *social integration* dapat membuat mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya lebih terikat dengan institusi yang sedang ditempuh. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara yang menyatakan bahwa kelompok pertemanannya di perguruan tinggi membuat mahasiswa tahun pertama nyaman menjalani perkuliahan di Universitas Pembangunan Jaya sehingga tidak terpikirkan untuk pindah ke institusi lain.

Hasil penelitian pada dimensi *attachment* menunjukkan bahwa dukungan sosial berupa kedekatan emosional tidak mempengaruhi *college adjustment* secara signifikan pada mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya. Hasil tersebut bertentangan dengan penelitian Inayah (2015) yang menemukan bahwa *attachment* berpengaruh positif secara signifikan terhadap penyesuaian mahasiswa tahun pertama di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Kedekatan emosional dengan teman sebaya membuat mahasiswa tahun pertama di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta merasa nyaman untuk menceritakan kesulitan yang mereka hadapi selama perkuliahan sehingga menjadi lebih teguh dalam menghadapi situasi penuh tekanan seperti transisi ke perguruan tinggi. Perbedaan hasil penelitian diduga karena masa

studi yang telah ditempuh oleh responden tidak sama. Responden pada penelitian Inayah (2015) merupakan mahasiswa semester 2, sedangkan responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa semester 1 yang baru menjalani perkuliahan sekitar 3 bulan. Waktu masa studi yang masih terlalu singkat membuat mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya belum terlalu mengenal teman sebayanya. Oleh karena itu, mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya masih belum merasa nyaman untuk menceritakan perasaan pribadi mereka mengenai kesulitan yang dihadapi selama perkuliahan. Mahasiswa biasanya menolak mengutarakan perasaan pribadi karena khawatir akan mendapatkan reaksi buruk dari teman sebayanya (Wider et al., 2017). Hal ini membuat mahasiswa tidak mendapatkan umpan balik yang mungkin dapat dimanfaatkan untuk menghadapi kesulitan yang dialami selama proses penyesuaian di perguruan tinggi.

Peneliti menemukan bahwa pada dimensi *reliable alliance*, dukungan sosial berupa bantuan dari individu yang dapat diandalkan, tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya. Hal ini diyakini karena bentuk dukungan sosial berupa bantuan nyata dari individu lain kurang tepat untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi tuntutan di perguruan tinggi. Kehidupan di perguruan tinggi cenderung menuntut mahasiswa untuk memiliki gaya belajar yang lebih mandiri (Soerjoatmodjo, 2021). Hal ini dicerminkan dalam bentuk penilaian yang sebagian besar bersifat individual baik untuk tugas individu maupun kelompok. Oleh karena itu, mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya tidak dapat meminta bantuan ke individu lain untuk menyelesaikan tugas akademiknya. Dalam kata lain, *reliable alliance* tidak mempengaruhi *college adjustment* mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya karena mereka tidak dapat mengandalkan bantuan dari individu lain untuk memenuhi tuntutan di perguruan tinggi. Hal ini senada dengan hasil wawancara dimana mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya tidak meminta bantuan individu lain untuk mengerjakan tugas akademiknya ketika mereka mengalami kesulitan, melainkan meminta bimbingan kepada mahasiswa senior mengenai bagaimana cara yang tepat untuk mengerjakannya.

Hasil penelitian juga membuktikan bahwa pada dimensi *opportunity for nurturance*, dukungan sosial berupa perasaan dibutuhkan oleh orang lain, tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya. Hal ini diduga karena mahasiswa tahun pertama belum memiliki pengalaman yang cukup dalam menghadapi tuntutan di perguruan tinggi. Oleh karena itu, jarang bagi individu lain untuk membutuhkan bantuan dari mahasiswa tahun pertama. Pihak yang dianggap paling efektif untuk membantu proses penyesuaian mahasiswa tahun pertama adalah mentor atau mahasiswa senior (Abdullah et al., 2014). Mahasiswa tahun pertama cenderung lebih membutuhkan bimbingan dari mahasiswa senior untuk membantu mereka dalam menghadapi tuntutan di perguruan tinggi sehingga mempermudah proses penyesuaian. Hal ini dikarenakan mahasiswa senior telah melewati masa studi yang lebih lama dibandingkan mahasiswa tahun pertama sehingga mereka lebih mengetahui cara yang tepat dalam menghadapi tuntutan di perguruan tinggi. Hal ini sejalan dengan program pengenalan kampus (PRIMA) di Universitas Pembangunan Jaya dimana mahasiswa senior memberikan bimbingan kepada mahasiswa tahun pertama dalam upaya membantu proses penyesuaian mereka.

Peneliti juga menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat *college adjustment* berdasarkan jenis kelamin. Peneliti menemukan bahwa laki-laki cenderung memiliki tingkat *college adjustment* yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Tangkudung (2014) terhadap mahasiswa Universitas Sam Ratulangi yang menempuh jurusan Ilmu Komunikasi. Perempuan diyakini lebih sulit melakukan penyesuaian diri karena cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi (Baker, 2002). Fernández et al. (2017) menyatakan bahwa perempuan lebih rentan mengalami stres dibandingkan laki-laki. Hal ini sejalan dengan hasil survei awal pada 17 mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya dimana lebih banyak perempuan yang menyatakan merasa stres selama menjalani perkuliahan dibandingkan laki-laki. Hasil survei menunjukkan terdapat 7 dari 10 responden perempuan yang merasa stres ketika menjalani perkuliahan, sedangkan hanya terdapat 2 yang menyatakan merasa stres dari 6 responden laki-laki. Stres dapat menimbulkan gangguan

kesehatan fisik dan mental yang kemudian menghambat mahasiswa dalam melakukan kegiatan perkuliahan seperti mengerjakan tugas akademik ataupun menjalin hubungan dengan individu di lingkungan perguruan tinggi. Hal tersebut menurunkan kemungkinan mahasiswa tahun pertama untuk berhasil dalam menghadapi tantangan transisi ke perguruan tinggi. Oleh karena itu, mahasiswa yang memiliki kondisi kesehatan fisik maupun mental kurang baik umumnya akan kesulitan menyesuaikan diri di perguruan tinggi (Baker, 2002).

Selanjutnya peneliti juga menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat *college adjustment* berdasarkan program studi. Tingkat *college adjustment* pada program studi Akuntansi berbeda secara signifikan dengan program studi Psikologi. Program studi Akuntansi memiliki tingkat *college adjustment* yang cenderung lebih tinggi dibandingkan program studi Psikologi. Hal ini diduga karena mahasiswa tahun pertama pada program studi Psikologi memiliki beban tuntutan akademik yang lebih besar dibandingkan pada program studi Akuntansi. Mata kuliah semester 1 pada program studi Akuntansi terdiri dari teori pengantar sehingga hanya menuntut mahasiswa untuk memiliki kemampuan pemahaman materi (Universitas Pembangunan Jaya, 2017a). Pada semester 1 di program studi Psikologi, terdapat mata kuliah metode penelitian yang menuntut mahasiswa untuk memahami teori, memahami dan melaksanakan tahapan penelitian ilmiah, dan membuat karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian (Universitas Pembangunan Jaya, 2017b). Mahasiswa dengan beban tuntutan yang lebih ringan umumnya mampu menyesuaikan diri dengan baik (Baker, 2002).

Setelah melaksanakan penelitian, peneliti menemukan keterbatasan. Jumlah responden pada setiap program studi yang telah diperoleh peneliti tidak berbeda jauh dengan perbandingan jumlah populasi penelitian. Namun, jumlah responden penelitian belum terlalu mewakili jumlah mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya pada setiap program studinya. Data dari Biro Pendidikan Universitas Pembangunan Jaya menunjukkan jumlah mahasiswa tahun pertama TA 2022/2023 terbanyak berada di program studi Ilmu Komunikasi (18,5%) diikuti dengan program studi Manajemen (17,6%), kemudian program studi Psikologi (14,9%). Jumlah responden yang paling banyak mengikuti penelitian ini berasal

dari program studi Psikologi (17,6%), tetapi jumlahnya tidak terlalu jauh dengan jumlah responden dari program studi Ilmu Komunikasi (16%) maupun Manajemen (14,5%). Hal ini diduga karena penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling* dalam mengambil sampel. Pada *convenience sampling*, sampel dipilih berdasarkan kemudahan tersedianya untuk penelitian (Coolican, 2014). Oleh karena itu, peneliti hanya mencari responden yang sesuai dengan karakteristik penelitian, mudah dihubungi, serta bersedia mengisi kuesioner penelitian.

5.3 Saran

5.3.1 Saran Metodologis

Saran yang dapat diterapkan untuk penelitian berikutnya adalah sebagai berikut:

- 1) Hasil penelitian ini membuktikan bahwa tingkat *college adjustment* mahasiswa perempuan cenderung lebih rendah secara signifikan dibandingkan laki-laki. Menurut Fernández et al. (2017), hal tersebut dikarenakan perempuan lebih rentan mengalami stres. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Kountul et al. (2018) yang membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat stres mahasiswa di Universitas Sam Ratulangi Manado. Oleh karena itu, penelitian berikutnya dapat menambahkan variabel stres untuk dilihat pengaruhnya terhadap variabel *college adjustment*.
- 2) Hasil penelitian membuktikan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh sebesar 28,6% terhadap *college adjustment*, sedangkan terdapat pengaruh dari faktor lain sebesar 71,4% yang tidak dibahas peneliti. Dengan demikian, penelitian berikutnya dapat menambahkan variabel selain dukungan sosial untuk diteliti pengaruhnya terhadap *college adjustment*. Variabel penelitian berikutnya dapat berupa *locus of control*, strategi koping stres, resiliensi, dan *self-esteem* (Baker, 2002).
- 3) Responden penelitian ini belum terlalu mewakili jumlah mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya pada setiap program studinya untuk TA 2022/2023. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan teknik *proportional sampling* agar perbandingan jumlah responden pada setiap

program studi lebih diperhatikan sehingga lebih mewakili mewakili jumlah mahasiswa tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya.

5.3.2 Saran Praktis

Saran yang dapat diimplementasikan untuk membantu proses penyesuaian di perguruan tinggi mahasiswa tahun pertama di Universitas Pembangunan Jaya berdasarkan hasil yang telah diperoleh peneliti adalah:

- 1) Hasil yang didapatkan membuktikan bahwa *guidance* memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap *college adjustment*. Hasil tersebut dapat dijadikan pertimbangan bagi bagian kemahasiswaan Universitas Pembangunan Jaya seperti panitia PRIMA agar melakukan sesi mentoring. Mahasiswa senior yang berperan sebagai mentor didorong untuk melakukan sesi mentoring satu kali dalam seminggu untuk menanyakan keadaan mahasiswa tahun pertama dan memberikan bimbingan apabila mereka mengalami kesulitan dalam mejalani perkuliahan. Sesi mentoring diharapkan untuk tetap berjalan selama semester pertama untuk memastikan mahasiswa sudah terbiasa dengan kehidupan perkuliahan.
- 2) Selain itu, *guidance* juga dapat diberikan oleh dosen pembimbing akademik. Dosen Pembimbing Akademik didorong untuk mewajibkan mahasiswanya mengikuti sesi bimbingan secara lebih intensif. Pada sesi bimbingan, dosen pembimbing akademik dapat menanyakan progres perkuliahan dan memberikan bimbingan bagi mahasiswa yang kesulitan menyesuaikan diri.
- 3) Hasil yang didapatkan membuktikan bahwa *social integration* berpengaruh positif terhadap *college adjustment* secara signifikan. Hasil tersebut dapat dijadikan pertimbangan bagi Himpunan Kemahasiswaan pada setiap prodi untuk melakukan sesi pertemuan (*gathering*) bersama mahasiswa tahun pertama satu kali dalam seminggu. Sesi pertemuan (*gathering*) diharapkan dapat membuat mahasiswa tahun pertama saling mengenal satu sama lain dan menemukan kelompok pertemanan yang saling berbagi minat dan kesenangan.

- 4) Penelitian ini menemukan bahwa *reassurance of worth* berpengaruh positif secara signifikan terhadap *college adjustment*. Hasil tersebut dapat diterapkan pada sesi mentoring yang dilakukan panitia PRIMA. Ketika sesi mentoring, mahasiswa tahun pertama dapat menceritakan pengalamannya. Kemudian, mentor serta teman mahasiswa yang lain dapat memberikan apresiasi verbal untuk setiap prestasi yang dicapai. Kegiatan tersebut juga dapat diterapkan pada sesi pertemuan (*gathering*) yang dilakukan Himpunan Kemahasiswaan pada setiap prodi.
- 5) *Reassurance of worth* juga dapat diberikan oleh dosen pembimbing akademik. Dosen pembimbing akademik dapat memberikan apresiasi verbal untuk setiap prestasi yang telah dicapai oleh mahasiswa tahun pertama ketika mengikuti sesi bimbingan.