

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia akan terus berkembang selama menjalani kehidupannya. Perkembangan ini bisa didapat melalui transisi kehidupan individu tersebut. Pelajar mengalami perubahan dalam hidupnya ketika mengalami transisi di bangku pendidikan. Perubahan ini juga terjadi ketika seorang siswa melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Mahasiswa mengalami bermacam-macam perubahan. Beberapa perubahan yang disebutkan oleh Suwito (2017) di antaranya adalah perubahan cara belajar dimana individu dituntut untuk belajar lebih mandiri, dimana mahasiswa harus aktif mencari tahu baik dengan bertanya dosen, membaca materi dari sumber lainnya, ataupun berdiskusi dengan teman-temannya agar mendapatkan ilmu yang lebih mendalam. Perubahan selanjutnya adalah perubahan lingkungan yang biasanya dialami oleh mahasiswa rantau, dimana hal tersebut membuat mahasiswa harus menyesuaikan dirinya dengan lingkungan, budaya, bahasa, dan kebiasaan baru lainnya. Pencarian pertemanan juga harus dilakukan mahasiswa dengan memilih lingkup pertemanan yang positif.

Rahayu dan Arianti (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa mahasiswa baru fakultas psikologi di Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Jawa Tengah angkatan 2019 merasakan perubahan ketika baru memasuki perkuliahan. Perubahan tersebut di antaranya adalah beban tugas kuliah yang banyak dan juga perbedaan bahasa yang digunakan oleh dosen, dimana dosen sering kali menggunakan bahasa Jawa ketika menyampaikan materi, sehingga mahasiswa yang merantau kesulitan memahami materi yang disampaikan. Mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri tampak terlibat dengan berbagai kegiatan kampus dan berbaur dengan baik. Beberapa mahasiswa juga ada yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan dirinya di perguruan tinggi karena merasa tidak sanggup mengerjakan tugas kuliahnya dan juga kesulitan memahami bahasa Jawa yang terkadang digunakan oleh dosen.

Penelitian Yasin et al (2023) pada mahasiswa baru di Jakarta, tepatnya di Universitas 17 Agustus 1945, Fakultas Psikologi angkatan 2022 juga menunjukkan adanya perubahan yang dirasakan ketika mahasiswa baru memasuki perkuliahan. Yasin et al (2023) menjelaskan bahwa perubahan yang dirasakan adalah proses pembelajaran baru, tugas yang menumpuk, dan juga lingkungan pertemanan. Selain itu, 20 mahasiswa baru yang diwawancarai oleh Yasin et al (2023) mengaku kesulitan mengatur waktu dalam mengerjakan tugas yang banyak dan kesulitan untuk bersosialisasi di lingkungan kampus.

Perubahan ketika memasuki perguruan tinggi ini juga dirasakan oleh mahasiswa baru Universitas Pembangunan Jaya. Berdasarkan data Biro Pendidikan (BP), permasalahan berhenti berkuliah akibat penyesuaian mahasiswa ini juga terjadi di Universitas Pembangunan Jaya. Staf BP Universitas Pembangunan Jaya menjelaskan bahwa dari total 898 mahasiswa reguler angkatan 2022/2023, sebanyak 31 mahasiswa di Universitas Pembangunan Jaya berstatus non aktif dan 26 diantaranya mengundurkan diri. Staf Biro Pendidikan Universitas Pembangunan Jaya memberikan penjelasan bahwa terdapat sejumlah alasan yang menyebabkan mahasiswa berhenti berkuliah, yaitu memiliki permasalahan pribadi, tidak bisa menyesuaikan dengan lingkungan kampus, pindah domisili, dan juga diterima di universitas negeri.

Peneliti melakukan observasi selama berkuliah di Universitas Pembangunan Jaya dan melihat bahwa banyak mahasiswa yang berpindah jurusan ataupun berhenti berkuliah di semester dua perkuliahan. Oleh karena itu, peneliti melakukan survei terhadap 40 mahasiswa baru Universitas Pembangunan Jaya angkatan 2023/2024 untuk mengetahui penyebab hal tersebut. Hasil survei menunjukkan bahwa semua mahasiswa merasakan adanya perubahan ketika memasuki perkuliahan. Perubahan tersebut di antaranya adalah perubahan tanggung jawab seperti ketika mengerjakan tugas harus menggunakan sumber yang dapat dipercaya dan dituntut untuk lebih mandiri. Perubahan lainnya adalah mahasiswa merasa harus bisa mengatur waktunya dengan lebih baik untuk mengerjakan tugas yang banyak, kegiatan non akademik, dan juga waktu untuk beristirahat. Perubahan pertemanan juga dirasakan dimana mahasiswa terasa lebih individual dan ambisius sehingga mencari teman menjadi lebih sulit.

Perubahan yang disebutkan oleh mahasiswa baru Universitas Pembangunan Jaya tersebut menjadi tantangan yang harus dihadapi. Semua mahasiswa menyebutkan bahwa mereka mengalami kesulitan dari perubahan tersebut. 32 (80%) mahasiswa menjawab bahwa mereka belum bisa mengatasi kesulitannya, sedangkan 8 (20%) lainnya sudah mengatasi kesulitannya. Tiga mahasiswa yang belum bisa mengatasi kesulitannya mengatakan bahwa mereka khawatir akan terganggu dalam belajar dan berpengaruh pada nilai mereka. Mereka juga meragukan kemampuannya dalam mengerjakan tugas karena beban tugas yang banyak dalam waktu yang singkat. Sejumlah 8 (20%) mahasiswa yang sudah mengatasi kesulitannya menyebutkan bahwa mereka percaya akan kemampuannya dalam menyesuaikan diri dan mencari solusi dari kesulitannya.

Peneliti melakukan wawancara lanjutan kepada tiga orang mahasiswa baru angkatan 2023 yang sebelumnya juga mengisi survei penelitian. Narasumber pertama, dengan sebutan A yang berasal dari Program Studi Psikologi mengatakan bahwa perbedaan yang terasa ketika memasuki perkuliahan adalah pencarian pertemanan. A menjelaskan bahwa di perkuliahan cukup sulit mendapatkan teman karena mahasiswa lebih individual. Kesulitan mencari teman ini terkadang menjadi kendala untuk A dalam mendapatkan kelompok tugas. Hal tersebut merupakan kendala sosial pada penyesuaian mahasiswa. Kesulitan lainnya yang dirasakan A adalah banyaknya buku berbahasa Inggris dengan kata-kata yang jarang didengar oleh A. Narasumber A yang berasal dari jurusan IPS ketika SMA merasa kaget dan kesulitan dalam belajar mata kuliah biopsikologi yang dipelajari pada jurusan Psikologi. Kedua kendala tersebut termasuk ke dalam permasalahan akademik. Narasumber A juga merasa tertekan ketika *deadline* tugas yang diberikan hampir tiba namun dirinya belum sepenuhnya selesai mengerjakan tugas tersebut. Tekanan ini tidak begitu mengganggu A, karena rasa stres yang dialami hanya muncul ketika belum selesai mengerjakan tugas dengan *deadline* yang hampir tiba. Hal ini sejalan secara positif dengan dimensi *personal-emotional adjustment* pada *college adjustment*. Jurusan yang diambil oleh A merupakan pilihannya sendiri tanpa arahan dari orangtuanya, sehingga kendala yang dialami dianggap sebagai bagian dari proses selama berkuliah di jurusan

pilihannya. Pernyataan tersebut menunjukkan dimensi *institutional attachment* pada *college adjustment* mahasiswa.

Narasumber kedua berasal dari Program Studi Arsitektur dengan sebutan B. Narasumber B menjelaskan bahwa dirinya tidak memiliki kesulitan bersosialisasi di perkuliahan, sehingga kendala sosial tidak dirasakan oleh B. Kesulitan dengan tugas di perkuliahan menjadi kendala yang pertama kali disebutkan oleh B. Narasumber B menyebutkan bahwa tugas yang diberikan lebih banyak jika dibandingkan dengan tugas di SMA. Tugas yang lebih banyak membuat B kewalahan. Kendala tersebut termasuk ke dalam kendala akademik. Lalu, ketika menjelaskan mengenai kesulitan akademiknya, B mengakui bahwa dirinya sempat merasa stres dan tertekan karena banyaknya tugas yang diberikan ketika berkuliah. Agar tekanan dan stres tersebut dapat diatasi, maka solusi yang dilakukan yaitu dengan beristirahat dan berkumpul bersama keluarga serta teman. Solusi ini termasuk dalam bagaimana B bersikap terhadap permasalahan *personal-emotional adjustment*. Narasumber B menjelaskan bahwa dirinya ingin sekali mengganti jurusan jika dibolehkan oleh orangtuanya, namun dirinya tidak merasa ingin pindah dari Universitas Pembangunan Jaya. Pernyataan tersebut menunjukkan adanya kendala pada *institutional attachment* narasumber B.

Narasumber ketiga memiliki alias C dan berasal dari Program Studi Ilmu Komunikasi. Permasalahan pertemanan yang disebutkan oleh narasumber A, dirasakan juga oleh C. Narasumber C mengatakan bahwa sulit mencari teman jika banyak teman satu jurusannya yang sudah memiliki *circle* masing-masing. Hal ini merupakan kendala C dalam sosial. Menambahkan dari penjelasan sebelumnya, C mengatakan bahwa kesulitan lainnya yang dialami adalah mengatur waktu akibat dari banyaknya tugas, kegiatan organisasi, dan kegiatan lainnya di kampus. Kesulitan yang disebutkan tersebut termasuk ke dalam kendala akademik. Narasumber C memiliki kendala *personal-emotional adjustment* yang sama dengan narasumber A. Narasumber C menjelaskan bahwa meskipun memiliki kesulitan, tetapi C merasa nyaman dan cocok berkuliah di Universitas Pembangunan Jaya pada Program Studi Ilmu Komunikasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa C mempunyai *institutional attachment* yang baik.

Mahasiswa yang dapat mengatasi perubahan tersebut dapat dikatakan melakukan penyesuaian di perguruan tinggi dengan baik. Menurut Baker (2002), kemampuan mahasiswa untuk menghadapi tuntutan akademik, sosial, dan personal-emosional di perguruan tinggi, serta perasaan wajib untuk berkuliah, dikenal sebagai penyesuaian di perguruan tinggi atau college adjustment. Tuntutan-tuntutan ini dapat dikaitkan dengan perubahan yang dialami oleh Mahasiswa baru angkatan 2022/2023 Universitas Pembangunan Jaya.

Mahasiswa yang tidak dapat menyesuaikan diri di perguruan tinggi akan merasakan dampak negatif, baik secara fisik ataupun psikis. Sari (2022) menyebutkan bahwa apabila mahasiswa tidak dapat menyesuaikan dirinya, maka hal tersebut akan membuat mahasiswa sakit, malas, bahkan stres. Selain itu, hal tersebut akan membuat mahasiswa merasa cemas, khawatir, sensitif, dan mudah marah (Sari, 2022). Putri (2021) menyebutkan bahwa dampak jangka panjang dari seseorang yang kehilangan motivasinya untuk belajar dan mengerjakan tugas adalah berhenti berkuliah.

Endang et al (2021) mengatakan bahwa pelajar melakukan penyesuaian agar dapat menghadapi tantangan-tantangan yang ada, sehingga pelajar bisa mencapai hasil pembelajaran yang optimal. Dalam hal ini maka, semakin baik respon mahasiswa di perguruan tinggi dalam menghadapi tuntutan maka dapat dikatakan bahwasanya penyesuaian di perguruan tinggi mahasiswa tersebut sangat baik. Mahasiswa yang dapat menyesuaikan dengan baik maka prestasi akademik yang baik pula dapat dimilikinya.

Yeni et al (2018) dalam penelitiannya membuktikan bahwa penyesuaian diri berhubungan positif dengan prestasi akademik. Prestasi akademik menjadi tanda dari keberhasilan penyesuaian akademik individu (Warsito, 2009). Individu yang tidak berhasil menyesuaikan diri dalam akademiknya dengan baik cenderung mempunyai prestasi yang tidak baik dalam akademik. Prestasi akademik yang baik adalah individu memiliki nilai akhir dan pertanggungjawaban yang baik dalam mengerjakan tugas (Warsito, 2009). Sehingga, apabila penyesuaian akademik individu buruk, maka akan memengaruhi hasil belajar mahasiswa nantinya, dan sebaliknya.

Baker (2002) menjelaskan bahwasanya terdapat banyak faktor yang bisa memberikan pengaruh pada *college adjustment*, salah satunya adalah *self-regard* atau *self-appraisal*. *Self-regard* atau *self-appraisal* merupakan pandangan mahasiswa dalam menilai dirinya. Wawancara yang dilakukan peneliti membuktikan bahwa faktor ini lah yang memengaruhi *college adjustment* mahasiswa. Mahasiswa menyebutkan bahwa mereka dapat menyesuaikan diri karena keyakinan mereka akan kemampuan dirinya. Tantangan perkuliahan yang sudah disebutkan sebelumnya mereka lewati dengan usaha mereka sendiri agar dapat menyesuaikan diri.

Peneliti juga menanyakan apa yang membuat mahasiswa masih bertahan untuk berkuliah di Universitas Pembangunan Jaya atau bertahan di jurusannya masing-masing ketika mewawancarai tiga mahasiswa baru. Narasumber A merasa kendala yang dialami merupakan bagian dari proses menjalani perkuliahan di jurusan yang diinginkannya. A juga merasa bahwa pilihannya tepat. Sama seperti narasumber A, narasumber B menjelaskan bahwa meskipun merasa salah jurusan tetapi dirinya masih yakin akan keinginannya untuk berkuliah dan mendapatkan gelar agar dapat memiliki pekerjaan yang lebih baik. Narasumber C menjelaskan bahwa dirinya yakin dengan kemampuannya dalam mengatasi perbedaan yang ada. Narasumber C menambahkan, ketika memasuki SMA dirinya juga menyesuaikan diri dan berhasil, C merasa tidak ada bedanya dengan sekarang. Dia yakin dapat menyesuaikan diri di perkuliahan. Ifdil (2019) menjelaskan bahwa mahasiswa yang percaya akan kemampuan dirinya dan mau berusaha dengan gigih memiliki *academic self-efficacy* yang baik. Maka, penjelasan di atas menyimpulkan bahwa meskipun terdapat kesulitan tetapi ketiga narasumber memiliki *academic self-efficacy* yang baik.

Chemers et al (2001) juga menemukan pada penelitiannya bahwa penyesuaian mahasiswa mendapat pengaruh dari *academic self-efficacy*. Selain itu, Warsito (2009) juga membuktikan dalam penelitiannya bahwa *academic self-efficacy* memengaruhi bagaimana penyesuaian di perguruan tinggi seorang individu. Seseorang dengan *academic self-efficacy* yang baik dapat mempunyai penyesuaian akademik yang tinggi. Akan tetapi, seseorang dengan *academic self-efficacy* yang rendah akan mempunyai keinginan yang rendah untuk memenuhi

kriteria akademiknya. Oleh karena itu, salah satu yang menentukan apakah penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi dapat berjalan dengan baik ataupun tidak dapat melalui *academic self-efficacy*.

Academic self-efficacy didefinisikan oleh Owen dan Froman (1988) sebagai keyakinan individu akan kemampuan dirinya di bidang akademik yang dapat memengaruhi perilaku individu dalam mencapai kesuksesan akademik. Sehingga dapat dikatakan bahwa apabila individu yakin akan kemampuan akademik dirinya maka individu tersebut dapat mencapai kesuksesan akademik dengan baik. Sebaliknya, apabila seseorang mempunyai keyakinan diri yang rendah maka orang itu dapat mengalami kesulitan dalam mencapai kesuksesan akademik.

Lianto (2019) menjelaskan bahwa terdapat beberapa dampak dari *academic self-efficacy* yang baik, yang pertama adalah individu melihat permasalahan yang sulit sebagai tugas yang wajib dikuasai. Kemudian, individu mau turut serta dan bertanggung jawab terhadap tugasnya. Lalu dapat menumbuhkan komitmen yang kuat pada individu dalam mengerjakan pekerjaannya. Kemudian yang terakhir adalah ketika dalam keterpurukan, individu dapat dengan cepat bangkit kembali dari keterpurukan tersebut.

Academic self-efficacy yang buruk pada mahasiswa dapat menyebabkannya lemah dalam tiga dimensi *academic self-efficacy* yang disebutkan oleh Owen dan Froman (1988). Pada dimensi *overt, social situations*, mahasiswa akan ragu dengan kemampuan sosialnya sehingga mereka cenderung menghindari situasi sosial tertentu di kampus. Kemudian pada dimensi *cognitive operations*, mahasiswa akan kesulitan dalam memahami dan mengelola informasi karena memiliki keraguan akan kemampuan kognitifnya. Terakhir dalam dimensi *technical skills*, individu tidak merasa yakin dengan kemampuannya dalam mengerjakan tugas atau pekerjaan yang memerlukan teknik tertentu.

Lianto (2019) menjelaskan bahwa terdapat beberapa dampak dari *academic self-efficacy* yang buruk, yaitu individu akan cenderung menghindari tugas-tugas yang susah. Kemudian ia akan merasakan ketidakmampuan mengatasi situasi dan tugas yang berat. Lalu individu hanya akan berfokus pada kegagalan

dan hasil negatif saja. Dampak yang terakhir adalah individu dengan cepat akan kehilangan kepercayaan dirinya ketika mengalami kegagalan.

Seseorang yang mempunyai *academic self-efficacy* yang baik akan mempunyai penyesuaian yang baik juga di perguruan tinggi. *Academic self-efficacy* menentukan seberapa besar usaha individu dalam mengerjakan tugas, dan ketahanan diri dalam menghadapi situasi yang sulit (Sopiyanti, 2011). Apabila individu memiliki *academic self-efficacy* yang baik maka ia dapat menyesuaikan dengan baik di situasi akademik yang baru. Dengan mengetahui *academic self-efficacy* mahasiswa, diharapkan menjadi faktor pencegahan naiknya angka mahasiswa yang *drop out* dari perguruan tinggi.

Penelitian ini dilakukan agar mahasiswa baru mendapatkan wawasan mengenai sejauh mana *academic self-efficacy* seseorang dapat mempengaruhi kemampuannya dalam menyesuaikan diri di perguruan sehingga mahasiswa dapat terhindar dari dampak negatif apabila tidak bisa menyesuaikan diri di Universitas Pembangunan Jaya. Dampak negatif tersebut dapat berupa berkurangnya performa mahasiswa dalam belajar, hasil belajar yang buruk, bahkan berhenti kuliah. Selain itu, dampak negatif juga akan dirasakan oleh Universitas Pembangunan Jaya, dimana mahasiswa yang berhenti berkuliah akan bertambah. Oleh sebab itu, penelitian pada mahasiswa baru Universitas Pembangunan Jaya dilakukan oleh peneliti. Belum banyak penelitian yang meneliti pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *college adjustment* mahasiswa, kebanyakan penelitian tersebut meneliti penyesuaian diri mahasiswa bukan *college adjustment*.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh dari *academic self-efficacy* terhadap penyesuaian akademik mahasiswa baru di Universitas Pembangunan Jaya?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh *academic self-efficacy* terhadap penyesuaian akademik mahasiswa baru di Universitas Pembangunan Jaya

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan bisa menyumbangkan ilmu yang berkaitan dengan pengaruh *academic self-efficacy* terhadap penyesuaian akademik untuk pengembangan bidang psikologi pendidikan dan juga psikologi perkembangan, serta bisa dimanfaatkan sebagai sumber rujukan untuk penelitian berikutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi dasar perencanaan kegiatan pengembangan *academic self-efficacy* mahasiswa baru Universitas Pembangunan Jaya agar dapat menghadapi tuntutan di perguruan tinggi.
2. Penelitian ini diharapkan bisa menambah informasi untuk pihak Universitas Pembangunan Jaya seperti dosen pembimbing akademik dan BKAL dalam perencanaan program atau metode pengembangan mahasiswa baru agar penyesuaian diri di perguruan tinggi bisa dilaksanakan dengan baik.

