

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tahun pertama ajaran baru selalu diiringi dengan adanya masa peralihan atau masa transisi. Masa transisi menjadi suatu permulaan yang sangat menantang bagi mahasiswa di tahun pertama perkuliahannya (Feldt et al., 2011). Tahun pertama perkuliahan ini terdiri dari jenjang semester satu sampai semester dua (Wurinanda, 2015). Mahasiswa tahun pertama yakni remaja fase akhir menuju era dewasa awal usia 18 hingga 21 tahun (Monks et al., 2019). Pada tahun pertama perkuliahan, mahasiswa mengalami peralihan dari sekolah menengah (SMA/SMK) ke perguruan tinggi. Sebagaimana yang sudah dipaparkan dalam UURI Nomor 12 Tahun 2012 terkait Pendidikan Tinggi (2012), bahwa perguruan tinggi yaitu satuan pendidikan yang mencakup program diploma, sarjana, dan selanjutnya setelah menyelesaikan pendidikan menengah. Berdasarkan data Kemdikbudristek (2023), jumlah mahasiswa baru yang terdaftar pada universitas di Indonesia sejak tahun 2023 mencapai 2.512.039 jiwa. Selama masa peralihan atau transisi di tahun pertama perkuliahan, mahasiswa akan banyak dihadapkan dengan hal baru yang berbeda dari sekolah sebelumnya sehingga menimbulkan tantangan bagi mahasiswa untuk memenuhi berbagai tuntutan yang ada (Soledad et al., 2012).

Suwito (2017) menyebutkan tantangan yang akan dihadapi oleh mahasiswa pada masa transisi antara lain adanya perubahan terkait gaya belajar, kondisi lingkungan untuk menjalin relasi, cara mengatur waktu, dan adanya perubahan mengenai nilai, prinsip, serta gaya hidup di perguruan tinggi. Adapun perubahan-perubahan ini mengarah pada perbedaan yang dialami mahasiswa saat di perguruan tinggi dan di sekolah menengah. Dibandingkan dengan gaya belajar saat masih menjadi siswa di sekolah yang lebih banyak bergantung pada buku paket dan guru, pembelajaran di perkuliahan justru lebih menuntut mahasiswa mencari dan mengembangkan informasi secara mandiri serta tidak hanya bergantung dengan penjelasan yang diberikan oleh dosen di kelas (Suwito, 2017). Selain itu, tuntutan yang dihadapi oleh mahasiswa di tahun pertama yaitu, tuntutan memahami seluruh materi mata kuliah, mampu mengatur kegiatan sehari-harinya dengan baik, mampu beradaptasi di lingkungan baru, serta dituntut untuk menjadi pribadi yang lebih

independen, bertanggung jawab, dan kritis (Astrini, 2011). Sebagaimana hal yang dikemukakan oleh Soerjoatmodjo (2021), bahwa pada tahun pertama perkuliahan mahasiswa akan menemui perbedaan metode belajar yang lebih menuntut kemandirian dan materi pembelajaran yang lebih rumit sehingga memerlukan kemampuan membaca kritis untuk dapat memahami materi.

Berdasarkan survei yang dilaksanakan dosen Universitas Indonesia kepada 412 mahasiswanya menemukan adanya kecenderungan emosi negatif yang tinggi pada mahasiswa yang mana dianggap akan mempengaruhi kondisi kesehatan mentalnya (Wulandari, 2021). Wulandari (2021) mengungkapkan munculnya emosi negatif yang tinggi ini diakibatkan oleh masa transisi perkuliahan, yang mana mahasiswa dituntut untuk mampu melakukan adaptasi dengan perubahan kondisi sosial yang ditemuinya. Fenomena seperti ini biasa dikenal dengan sebutan gegar budaya atau *culture shock*, dimana seseorang merasa terkejut dan tertekan saat berada pada lingkungan dan budaya yang baru (Daradinanti & Putri, 2022). Meskipun begitu, terdapat perbedaan pada respon mahasiswa tahun pertama dalam menanggapi masa transisi. Hal tersebut didukung Soledad et al. (2012) yang mengatakan walaupun masa transisi diiringi dengan berbagai perubahan yang harus disesuaikan, sebagian mahasiswa menganggap masa transisi sebagai tantangan untuk mengembangkan diri dan mencapai kemandirian, namun tidak sedikit mahasiswa lainnya menganggap bahwa menghadapi masa transisi di tahun pertama perkuliahan merupakan suatu hal yang sulit.

Masa transisi ini memang dianggap sebagai masa yang krusial (Wistarini & Marheni, 2019). Berbagai kesulitan yang dialami mahasiswa di tahun pertama dapat menciptakan ketidaknyamanan hingga kegagalan untuk menyelesaikan pendidikan. Banyaknya tuntutan perkuliahan rentan membuat individu mengalami masalah emosional seperti kecemasan, takut, stres, kebingungan dalam melakukan hal yang perlu dilakukan, merasa tertekan, mudah terlibat dalam konflik, serta rentan mengalami penurunan pada motivasi (Olivia et al., 2018). Hal tersebut juga menimbulkan munculnya rasa pesimis dalam melakukan kegiatan di kampus sehingga mempengaruhi performa dan hasil kerjanya, kondisi kesehatan menjadi menurun, hingga putus kuliah (Oetomo et al., 2017).

Adaptasi atau penyesuaian merupakan proses bagaimana individu menjaga keseimbangan berbagai kebutuhannya atau antara kebutuhannya dengan hambatan yang ada di lingkungan (Agarwal, 2014). Dalam konsep adaptasi di perkuliahan meliputi proses penyesuaian saat masa orientasi universitas, prodi, organisasi kampus yang disebut *college adjustment*. *College adjustment* ialah keterampilan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian terhadap berbagai pengalaman, situasi, dan tuntutan yang ada di kampus (Baker & Siryk, 1984). Menurut Baker dan Siryk (1984) mahasiswa perlu beradaptasi atau melakukan penyesuaian, di perguruan tinggi. Hal ini dikarenakan *college adjustment* atau penyesuaian di perguruan tinggi melandasi kemampuan mahasiswa dalam menghadapi situasi selama di kampus dalam akademik, penyesuaian sosial, personal-emosional, serta penyesuaian terhadap instansi perguruan tinggi (Baker & Siryk, 1984). Oleh karena itu, agar mahasiswa mampu menghadapi berbagai tantangan dan tuntutan pada tahun pertama perkuliahan, mahasiswa perlu mempunyai *college adjustment* yang baik (Rahayu & Arianti, 2020). Bagi mahasiswa dengan *college adjustment* yang tinggi, akan mempunyai motivasi yang tinggi sehingga memiliki tujuan akademik yang jelas, memiliki hubungan sosial yang baik, memiliki kondisi fisik dan psikologis yang sejahtera, tidak merasa tertekan, dan memiliki rasa kepuasan dengan perguruan tinggi yang telah dipilihnya (Baker, 2002).

Mahasiswa yang tidak bisa melakukan *college adjustment* yaitu mahasiswa yang tidak mampu memenuhi penyesuaian akademik, sosial, personal emosionalnya, serta penyesuaian dengan instansi perguruan tingginya (Beyers & Goossens, 2016). Hal ini dibuktikan dengan riset terdahulu, seperti penelitian yang dilaksanakan oleh Rahmadani dan Rahmawati (2020). Hasil penelitiannya yaitu dari 235 mahasiswa Al Azhar Indonesia, hanya sebesar 13,6% di antaranya yang memiliki *college adjustment* tinggi, 41,7% rendah, dan 44,7% lainnya masih memiliki *college adjustment* rendah yang dapat dilihat dari dimensinya. Dengan kata lain, sebanyak 86,4% mahasiswa pada merasakan kesulitan atau kendala untuk memenuhi tantangan dan tuntutan akademik, sosialnya, personal-emosionalnya, serta tuntutan dari instansi selama masa peralihan di perguruan tinggi (Rahmadani & Rahmawati, 2020).

Di tahun pertama perkuliahan ini, banyak mahasiswa merasa kesulitan bahkan hingga gagal dalam menyesuaikan dirinya dengan situasi di perkuliahan. Sebagaimana data yang telah dilaporkan *American College Health Association* (ACHA) (2015) bahwa terdapat lebih dari 53,5% mahasiswa tahun pertama terdeteksi mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi saat masa transisi. Ini dapat terjadi karena pada umumnya mahasiswa tahun pertama mengalami berbagai macam kendala, diantaranya kesulitan mengerjakan tugas kuliah, sulit memahami penjelasan dosen, serta sulit berkomunikasi atau berinteraksi dengan lingkungan yang baru (Rahayu & Arianti, 2020). Sejalan dengan hasil survei yang dilakukan peneliti pada 56 mahasiswa baru, peneliti menemukan bahwa kendala mahasiswa dalam melakukan penyesuaian terjadi karena mahasiswa sulit membagi waktu, sulit memahami materi dan tugas, sulit mengakses fasilitas kampus, serta sulit menjalin relasi baru.

Faktor penyesuaian atau adaptasi yang banyak dialami mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi ini menjadi salah satu hal yang mendasari kegagalan mahasiswa dalam menjalankan pendidikan (Nurjaman, 2020). Penelitian Tanner (2018) menunjukkan bahwa 20% dari total 68 mahasiswa tahun pertama gagal melanjutkan kuliah karena tidak mampu beradaptasi atau melakukan penyesuaian di kehidupan perkuliahan. Sementara itu, hasil riset yang dilakukan oleh Nur (2015) di UNPAD memberitahu bahwa 60% mahasiswa merasa belum mampu menyesuaikan dirinya dengan tuntutan akademis dengan baik. Hal ini dikarenakan mahasiswa kesulitan dalam menyelesaikan tugas, sulit mengembangkan potensi, serta belum terbiasa dengan aturan sistem perkuliahan (Nur, 2015).

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara tambahan pada tiga mahasiswa baru terkait dengan masalah yang dialami selama masa transisi perkuliahan. Wawancara pertama dilakukan kepada narasumber mahasiswa UPN Jakarta TA 2023/2024 inisial R (19 tahun). R mengatakan bahwa situasi perkuliahan sangat berbeda dari situasi SMA, khususnya terkait metode dan jadwal pembelajaran sehingga perlu melakukan penyesuaian kembali. Hal ini mencakup materi perkuliahan yang semakin rumit namun dituntut untuk bisa belajar secara mandiri. Sebagai mahasiswa rantau yang berasal dari luar daerah, R mengalami keterbatasan berbahasa yang membuat dirinya sulit berinteraksi atau berdiskusi

dengan teman dan sulit memahami bahasa dosen ketika menyampaikan materi. Hal ini tentu menjadi kesulitan tersendiri bagi R karena sebagai anak rantau dirinya belum mengenal siapapun, ditambah dengan perbedaan bahasa membuat R butuh melakukan usaha dan waktu lebih lama dalam menjalin relasi. Di sisi lain, R sadar bahwa dirinya sedang merantau dan jauh dari orang tua sehingga R selalu berusaha menjaga kesehatannya supaya tidak mengganggu aktivitas kuliahnya serta orangtua di rumah tidak khawatir. R mengatakan bahwa perjuangan diterima di kampus UPN tidak mudah, oleh karena itu dirinya akan menjalankan studinya dengan tekun serta mematuhi segala peraturan yang ada di dalamnya. Sehingga berdasarkan itu, dapat disimpulkan bahwa R punya kesulitan dalam aspek atau dimensi penyesuaian sosial.

Berdasarkan hasil wawancara dengan R, dirinya menyadari bahwa kesulitan yang dialaminya akan teratasi jika dirinya mau membuka diri dan banyak belajar dengan lingkungan di sekitarnya. R mengetahui kesulitan yang dirasakan berasal dari perbedaan bahasa antar daerah dan mengetahui akibat jika dirinya tidak berusaha belajar bahasa yang digunakan di lingkungan baru. Namun, R mengaku bahwa keterbatasan bahasa mempengaruhi aspek lain di kehidupannya yaitu kepercayaan dirinya di lingkungan perkuliahan, dimana pada awal kuliah dirinya sangat tidak percaya diri untuk mengungkapkan pendapatnya di dalam kelas. Meskipun begitu, R menganggap bahwa kesulitan yang dialaminya hanya sementara jika dirinya mau berusaha untuk mempelajari bahasa yang digunakan di lingkungan baru. Hasil wawancara menunjukkan bahwa R memiliki kemampuan *adversity quotient* yang cukup baik karena meskipun terkadang keterbatasannya mempengaruhi aspek lain dalam hidupnya, R melihat kesulitannya secara positif, mengetahui sebab akibat dari kesulitannya, serta menganggap kesulitan tersebut hanya sementara.

Wawancara kedua dilakukan bersama S (18 tahun) mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya (UPJ) TA 2023/2024. Sama seperti narasumber pertama (R), S juga menemui berbagai perbedaan setelah menjadi mahasiswa, di antaranya yaitu pakaian yang digunakan, pembelajaran yang lebih spesifik sesuai dengan peminatan yang dipilih, serta tuntutan yang diterima. S mengatakan bahwa sejak awal kuliah, dirinya sudah dituntut untuk serius dan bertanggung jawab untuk

menyelesaikan studi tepat waktu dan dihadapkan dengan target-target IPK dari orang tua. Selain itu, di kampus dirinya juga dituntut untuk cepat mengerti materi yang dijelaskan oleh dosen. Hal tersebut membuat dirinya tidak berani untuk bertanya ketika tidak mengerti materi perkuliahan, yang mana hal ini membuat S sulit mengerjakan tugas dan mengerjakan ujian sehingga nilai yang didapatkan rendah. S mengatakan bahwa hal ini juga menjadi sebab target IPK nya tidak tercapai. Di sisi lain, S memiliki banyak teman di kampus, baik teman satu jurusan maupun teman lintas jurusan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan sosial S baik sehingga memiliki banyak teman. Meskipun begitu, S mengaku bahwa dengan adanya tuntutan serta harapan orang tua pada nilai akademis membuat dirinya terkadang merasa tertekan. Dalam wawancara S mengatakan bahwa meskipun banyak tuntutan yang sulit, dirinya tetap ingin menyelesaikan studinya di kampus pilihannya dengan mengikuti seluruh prosedur yang ada. Berdasarkan wawancara tersebut, bisa dikatakan S lebih mengalami kesulitan untuk melakukan penyesuaian akademik akibat banyaknya tuntutan yang ada di tahun pertama perkuliahan.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut S juga mengaku bahwa dirinya sering menganggap bahwa tuntutan yang ada sebagai beban bagi dirinya. S mengatakan bahwa kesulitan yang dialaminya muncul karena banyak tuntutan dari sekitar, yang membuat S mudah merasa bersalah ketika hasil yang diterima tidak sesuai harapan atau keinginan. Selain itu, S mengaku bahwa kesulitan memenuhi tuntutan akademik merubah gaya hidupnya yang mana cukup merugikan dirinya sendiri, seperti menambah jumlah rokok yang dikonsumsi. S merasa bahwa tuntutan akademik sulit dipenuhi melainkan akan bertambah sehingga S hanya mampu pasrah dan berupaya sebisanya. Hasil wawancara menunjukkan S memiliki *adversity quotient* yang cukup rendah sehingga kurang mampu merespon secara positif yang juga berdampak buruk pada aspek lain di hidupnya.

Sementara itu, wawancara ketiga bersama narasumber dari UPJ inisial E (19 tahun) justru tidak merasa kesusahan menangkap informasi pembelajaran pada mata kuliah yang diambilnya. Hal ini karena menurut E, dirinya sudah mendapat ilmu dasar (*basic*) yang berkaitan dengan program studi pilihannya. E mengatakan mengatakan bahwa sebagai salah satu penerima beasiswa, E selalu berperan aktif dalam kegiatan yang diselenggarakan oleh kampus dan terkadang mewakili

program studi ataupun universitas di perlombaan. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara narasumber E dan kampusnya cukup lekat. Selain itu, E juga mengatakan bahwa dirinya memiliki banyak teman karena banyak tergabung di berbagai kegiatan sehingga relasinya cukup luas. Meskipun begitu, dalam wawancara E mengatakan bahwa dirinya sulit untuk membagi waktu antara kegiatan akademik dan non akademiknya sehingga berdampak pada kondisi fisik dan psikologisnya yaitu menjadi rentan sakit dan stress. Hal tersebut menunjukkan bahwa di tahun pertama perkuliahan, narasumber E memiliki kesulitan melakukan penyesuaian dalam hal personal-emosional.

Pada wawancara dengan narasumber E, dirinya juga mengatakan bahwa dirinya melihat tuntutan yang diberikan oleh kampus sebagai suatu hal yang dapat mengembangkan dirinya sehingga E akan berusaha untuk memenuhi seluruh tuntutan yang ada. E juga menjawab bahwa tuntutan berat yang diterimanya muncul karena faktor dari kepercayaan kampus yang telah memberikan beasiswa kepadanya serta mengetahui dampak apa yang akan dirinya terima jika tidak berhasil memenuhi tuntutan tersebut. Di samping itu, narasumber E merasa kesulitan yang dialaminya hanya sementara dan dapat diatasi. Meskipun begitu, dalam wawancara dirinya mengaku bahwa berbagai tuntutan yang diberikan kepadanya memberi dampak pada aspek kesehatannya, dimana E menjadi sulit memiliki waktu tidur yang cukup sehingga mudah lelah, stres, hingga rentan sakit. Hasil wawancara menunjukkan E punya *adversity quotient* yang juga cukup baik.

Hasil ketiga wawancara pada mahasiswa tersebut dapat disimpulkan ketiganya mengalami kesulitan melakukan *college adjustment* (CA) secara beragam, yaitu dalam hal sosial, akademik, serta personal-emosional sesuai dengan aspeknya. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan *college adjustment* mahasiswa masih menjadi suatu hal yang sulit dilakukan akibat adanya perbedaan, tuntutan, serta harapan yang dihadapi mahasiswa di tahun pertama perkuliahannya. Adapun *adversity quotient* (AQ) mahasiswa dalam menghadapi kesulitan masa transisi dianggap kurang baik karena masih kurang mampu merespon secara positif serta kurang membuat batasan sehingga berdampak buruk pada aspek lain di hidupnya.

Adversity quotient merupakan hal yang dilandasi oleh ilmu pengetahuan guna meningkatkan cara Individu dalam merespon kesulitan yang akan mempengaruhi keberhasilan yang diperoleh (Stoltz, 1997). AQ yang dimiliki membuat mahasiswa mampu memahami sebab akibat munculnya kesulitan dan mengendalikan respon secara positif untuk mencapai ke suatu keberhasilan, sesuai dengan dimensi yang telah disebut Stoltz (1997) dalam teorinya yaitu *control*. AQ membuat mahasiswa dapat mengontrol respon secara positif saat dihadapkan dengan kesulitan sehingga mampu melihat potensi yang dimilikinya dan memiliki kendali terhadap dirinya. Konsep ini serupa dengan karakteristik kognitif mahasiswa mengenai sejauh mana mahasiswa dapat mengatur berbagai situasi dalam hidupnya (Baker, 2002). Oleh sebab itu, untuk dapat mencapai seluruh aspek *college adjustment* (akademik, sosial, pesonal-emosional, dan kelekatan dengan instansi) mahasiswa perlu memahami terlebih dahulu situasi sulit yang ada sehingga mampu menentukan suatu tindakan.

Pada penelitian sebelumnya telah dilakukan penelitian pada masing-masing dimensi *college adjustment* (CA) terhadap *adversity quotient* (AQ). Dara et al. (2020) meneliti hubungan AQ dengan penyesuaian sosial pada 164 mahasiswa rantau. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara AQ dengan penyesuaian sosial, artinya kemampuan penyesuaian sosial pada mahasiswa rantau akan semakin meningkat jika AQ nya semakin tinggi. Selain itu, hasil penelitian Sari dan Yulia (2017) menunjukkan adanya hubungan yang korelasi secara positif antara AQ dengan prestasi akademik. Hal tersebut bisa terjadi karena mahasiswa dengan AQ yang tinggi akan lebih lihai dalam memahami situasi sulit yang dialami dan mengolahnya menggunakan kecerdasannya untuk menjadikan kesulitan tersebut sebagai sebuah tantangan. Kajian Arif dan Indrawati (2014) pada 138 mahasiswa tahun pertama mahasiswa kedokteran strata satu, ditemukan AQ dengan penyesuaian diri punya kaitan positif. Berdasarkan semua penelitian itu belum ada penelitian yang memberikan penjelasan secara langsung pengaruh AQ terhadap CA.

Berlandas fenomena yang ada beserta kajian yang telah dimuat di atas serta kenyataan bahwa belum ditemukan kajian terdahulu yang menginjau *adversity quotient* dengan *college adjustment*, membuat peneliti tertarik ingin melakukan

tinjauan lanjutan guna mengetahui pengaruh AQ terhadap CA pada mahasiswa tahun pertama.

1.2 Rumusan Masalah

Dasar rumusan masalah dalam penelitian yakni “Apakah ditemukan pengaruh *adversity quotient* (AQ) terhadap *college adjustment* (CA) pada mahasiswa tahun pertama?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian punya tujuan meninjau adanya pengaruh yang muncul dari AQ terhadap CA pada mahasiswa tahun pertama di Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dipunya ada dua jenis, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dibuatnya riset ini ingin menghibahkan manfaat dalam perkembangan ragam ilmu pengetahuan psikologi pendidikan, sosial, juga kognitif perihal penyesuaian mahasiswa tahun pertama. Kajian ini juga diharap bisa menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya, khususnya yang mengkaji *adversity quotient* atau *college adjustment*.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang bisa diberikan oleh penelitian yaitu:

1. Bagi Mahasiswa

Temuan yang didapati diharap bisa memberi pemahaman edukasi serta informasi bagi mahasiswa tahun pertama untuk lebih memahami situasi tahun pertama di kampus sehingga dapat melakukan penyesuaian di perguruan tinggi secara maksimal.

2. Bagi Univeritas atau Perguruan Tinggi

Perolehan dari penelitian ini diharapkan bisa memberi informasi dan sumbangsih pada pihak perguruan tinggi dapat memberikan layanan, *awareness*, serta motivasi mahasiswa tahun pertama agar memiliki strategi matang dalam mengatasi tantangan di tahun pertama perkuliahan dan seterusnya hingga mahasiswa berhasil menyelesaikan kuliahnya.

