

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Periode perkuliahan di tahun pertama merupakan masa yang paling menantang bagi para mahasiswa. Berbagai tantangan yang dihadapi mahasiswa baru dalam perguruan tinggi antara lain adalah perubahan gaya belajar dalam memahami suatu materi pembelajaran, perubahan lingkungan, pencarian teman dan pergaulan baru, serta perubahan dalam manajemen waktu (Suwito, 2017). Agar dapat menghadapi semua cobaan dan tantangan yang ada di perguruan tinggi, menurut Rahayu dan Arianti (2020) mahasiswa setidaknya harus memiliki keahlian dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekitar. Melakukan adaptasi atau penyesuaian diri dalam perguruan tinggi sudah menjadi hal yang wajib dilakukan bagi mahasiswa baru, hal tersebut terjadi karena terdapat perbedaan yang besar antara kehidupan di Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan kehidupan mahasiswa (Oetomo et al., 2019).

Peneliti melihat hasil penelitian terkait penyesuaian diri mahasiswa baru di beberapa universitas yang berada di wilayah Jabodetabek. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Iflah dan Listyasari (2013) terhadap 51 mahasiswa baru program studi psikologi di Universitas Negeri Jakarta tahun angkatan 2012, yang berlokasi di Jakarta Timur. Hasil penelitian tersebut 2 responden mahasiswa baru memiliki kategori penyesuaian diri yang rendah sedangkan 49 responden mahasiswa baru lainnya memiliki kategori penyesuaian diri yang tinggi. Artinya tingkat penyesuaian diri mahasiswa terbanyak berada pada kategori tinggi. Hasil penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda, contohnya yaitu penelitian oleh Rahmadani dan Mukti (2020) terhadap 235 mahasiswa tingkat pertama di Universitas Al-Azhar Indonesia, yang berlokasi di Jakarta Selatan. Hasil penelitian tersebut menggambarkan tingkat penyesuaian diri mahasiswa baru dengan skor tertinggi yaitu sebesar (13,6%), kategori sedang yaitu sebesar (41,7%), dan kategori terendah

yaitu sebesar (44,75). Artinya tingkat penyesuaian diri mahasiswa terbanyak yaitu berada di kategori rendah.

Studi pendahuluan peneliti lakukan dengan wawancara kepada dua responden mahasiswa baru angkatan 2023 di Universitas yang berlokasi di Tangerang Selatan. Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa terdapat beberapa kesulitan yang dialami terkait dengan penyesuaian diri. Narasumber E (19 tahun) yang berkuliah di Universitas Pembangunan Jaya mengatakan bahwa ia kesulitan untuk mengatur waktu semenjak masuk ke perguruan tinggi. Dirinya menjadi *stress* dan kurang tidur karena terus begadang mengerjakan tugas perkuliahan yang banyak dan memiliki *deadline* yang berdekatan. E merasa kaget terhadap tekanan yang terjadi di dunia perkuliahan. Kondisi E menunjukkan bahwa ia memiliki masalah dalam penyesuaian diri yang masuk ke dalam dimensi *college adjustment* yaitu *personal-emotional*. E juga mengaku kesulitan dalam memahami beberapa mata pelajaran, sehingga E sering sekali meragukan kemampuannya dalam menjalani mata kuliah tersebut. Hasil nilai yang dicapai oleh E juga hanya mencapai rata-rata, kondisi ini menunjukkan bahwa E memiliki permasalahan dalam menyesuaikan diri yang masuk ke dalam dimensi *college adjustment* yaitu *academic adjustment*.

Narasumber T (18 tahun) berkuliah di Universitas Pembangunan Jaya dalam wawancaranya ia mengeluh mengalami kesulitan untuk mendapat anggota kelompok ketika ada tugas kelompok, walaupun dapat T lebih sering mengerjakan tugas tersebut sendirian karena kurang percaya dengan teman-teman sekelompoknya. T juga mengatakan bahwa ia belum menemukan kelompok pertemanan yang cocok untuknya di kampus, sehingga ia merasa gugup ketika bersosialisasi di lingkungan kampus. Ketika di kelas, T merasa jarang untuk bertanya kepada dosen mengenai mata pelajaran yang belum ia mengerti, alasannya karena merasa dirinya belum terlalu kenal oleh dosen mata kuliahnya sehingga segan untuk bertanya. Kondisi yang dialami oleh T menunjukkan bahwa ia memiliki masalah dalam penyesuaian diri yang masuk ke dalam dimensi *college adjustment* yaitu *social adjustment*.

Mahasiswa baru yang berhasil dalam menyesuaikan diri menurut Rahayu & Arianti (2020) dapat terlihat dari keterlibatannya dalam berbagai kegiatan di kampus, memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, dan juga prestasi perkuliahan yang cukup baik. Sedangkan jika mahasiswa baru gagal dalam melakukan penyesuaian diri, hal tersebut memiliki dampak buruk terhadap perkembangan hasil studi mahasiswa ke depannya. Beberapa masalah yang terjadi akibat gagalnya mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri antara lain adalah stres, kurang dapat berinteraksi dengan teman di lingkungan kampus, dan juga munculnya perasaan kesepian dan perasaan rindu akan lingkungan yang familiar (*homesickness*), bahkan yang lebih parah mahasiswa tersebut bisa mengundurkan diri dan tidak lagi melanjutkan kuliah di tahun berikutnya. Dengan adanya beberapa dampak negatif yang terjadi apabila mahasiswa baru tidak mampu menyesuaikan diri, maka penting memastikan bahwa mahasiswa dapat melewati tahap penyesuaian dirinya di perguruan tinggi (*college adjustment*). *College adjustment* menurut Baker dan Siryk (1984) adalah proses interaksi antara individu dengan lingkungannya, dalam usaha untuk menyelaraskan antara tuntutan individu dengan tuntutan luar. Dimensi penyesuaian diri antara lain yaitu *Academic Adjustment*, *Social Adjustment*, *Personal-emotional Adjustment*, dan *Institutional Attachment*. Untuk membantu mahasiswa dalam melakukan menyesuaikan diri di dalam perguruan tinggi ada faktor tertentu yang dapat mempengaruhinya. Menurut Baker (2002) faktor tersebut adalah karakteristik mahasiswa, contohnya seperti *self-efficacy* dan *self-confident* dan karakteristik lingkungan, contohnya seperti dukungan sosial.

Berdasarkan penjelasan yang telah di sebutkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran *college adjustment* pada mahasiswa baru di Jabodetabek. Alasan peneliti memilih daerah Jabodetabek karena peneliti melihat bahwa belum ada penelitian lain yang melihat gambaran penyesuaian diri pada mahasiswa baru secara umum di Jabodetabek, kebanyakan jurnal atau tesis hanya meneliti gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru di suatu perguruan tinggi tertentu saja, sehingga kebaruan dari peneliti yaitu ingin mencari gambaran umum terkait penyesuaian diri pada mahasiswa baru di Jabodetabek yang masih jarang diteliti di Indonesia. Selain itu menurut Zulfikar, (2022) Jabodetabek merupakan

daerah perkotaan yang paling banyak di jadikan tempat destinasi bagi mahasiswa untuk memilih universitas, sehingga lebih banyak mahasiswa dengan keragaman suku dan budaya merantau untuk berkuliah di sana.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan sebelumnya oleh peneliti, maka permasalahan yang ingin diidentifikasi untuk diteliti yaitu “Bagaimana gambaran *college adjustment* pada mahasiswa baru di Jabodetabek?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran *college adjustment* pada mahasiswa baru di Jabodetabek.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Melalui hasil penelitian ini peneliti berharap dapat memberi kontribusi berupa ilmu pengetahuan di bidang psikologi pendidikan yang dapat dijadikan acuan oleh penelitian-penelitian selanjutnya terkait gambaran *college adjustment* pada mahasiswa baru di universitas Jabodetabek.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Peneliti berharap melalui hasil penelitian dapat bermanfaat untuk membantu pihak Universitas agar dapat menyelenggarakan program pelatihan *softskills* pada mahasiswa baru yang dapat meningkatkan penyesuaian dirinya.
2. Peneliti berharap melalui hasil penelitian ini membantu dosen pembimbing akademik agar lebih bisa memberi perhatian lebih terhadap permasalahan-

permasalahan yang dialami oleh mahasiswa baru terkait dengan penyesuaian diri mereka.

