

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 College Adjustment

2.1.1 Pengertian *College Adjustment*

Penyesuaian diri di perguruan tinggi atau *college adjustment* menurut Baker dan Siryk (1984) adalah kemampuan mahasiswa untuk menghadapi tuntutan pada perguruan tinggi yaitu tuntutan akademik, sosial, personal-emosional, dan juga perasaan keterikatan dengan perguruan tinggi. *College adjustment* menurut Beyers dan Goossens, (2002) adalah proses adaptasi mahasiswa terhadap berbagai tantangan yang dihadapi di universitas. *College adjustment* menurut Credé dan Niehorster, (2012) adalah proses individu yang melibatkan upaya untuk menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi dengan tujuan mencapai prestasi akademi yang optimal dan mempertahankan keberadaan di institusi tersebut.

Peneliti memegang acuan kepada teori *college adjustment* milik Baker dan Siryk (1984). Alasannya karena teori tersebut banyak digunakan oleh penelitian-penelitian lain mengenai penyesuaian diri akademik, Contohnya penelitian Rahmadani dan Mukti (2020) tentang adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional terhadap mahasiswa tingkat pertama. Lalu penelitian Herdiansyah et al (2021) juga menggunakan teori Baker untuk meneliti tentang gambaran *college adjustment* pada mahasiswa angkatan 2020 di Universitas Andalas.

2.1.2 Dimensi *College Adjustment*

Baker (2002) membagi teori *college adjustment* menjadi empat dimensi, yaitu:

1. *Academic Adjustment*

Merupakan kemampuan mahasiswa untuk dapat mengelola tuntutan akademiknya dengan baik di perkuliahan. Hal tersebut dapat terlihat dari bagaimana

mahasiswa merasakan keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya, dorongan dan usahanya dalam mengerjakan tugas, prestasi akademik, serta kepuasan mahasiswa ketika berada di lingkungan akademik perkuliahan.

2. *Social Adjustment*

Merupakan kemampuan mahasiswa dalam melakukan interaksi sosial dengan orang lain di lingkungan perguruan tinggi, hal tersebut ditunjukkan dari bagaimana mahasiswa ikut berpartisipasi aktif dalam melakukan kegiatan sosial, kemampuan mahasiswa dalam menciptakan relasi pertemanan serta kepuasan mahasiswa akan kehidupan sosial di perkuliahan.

3. *Personal-emotional Adjustment*

Merupakan kondisi mental atau fisik mahasiswa dalam proses penyesuaian diri ketika menghadapi masalah di perkuliahan, seperti melihat tekanan yang dihadapi mahasiswa dalam proses penyesuaian diri akademiknya.

4. *Institutional Attachment*

Merupakan komitmen mahasiswa dalam mencapai tujuan perkuliahan dengan cara melihat bagaimana mahasiswa merasa puas akan hubungannya dan keterikatannya terhadap institusi perkuliahan.

2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi College Adjustment

Baker (2002) menyebutkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *college adjustment* yaitu:

a. Karakteristik Mahasiswa

1) *Mental dan Physical Health*

Individu yang memiliki keadaan fisik ataupun mental sehat memiliki peran untuk membantu menyesuaikan diri perguruan tinggi dengan baik, sementara individu yang memiliki kesehatan mental yang terganggu akan lebih kesulitan. Contohnya apabila individu mengalami gangguan kecemasan, stress, atau gangguan makan maka akan lebih sulit untuk mereka dalam menyesuaikan diri secara emosional. Individu yang memiliki fisik disabilitas juga akan kesulitan menyesuaikan diri secara akademik.

2) *Self-Regard or Self-Appraisal*

Penghargaan terhadap diri atau evaluasi, berperan penting dalam menciptakan suatu keberhasilan untuk menyesuaikan diri. Ketika individu merasakan bahwa dirinya berharga dan merasa yakin terhadap kemampuan dirinya maka dapat lebih mudah untuk menyesuaikan diri di perguruan tinggi. Sebaliknya, individu yang merasa tidak kompeten akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri, Sebab itu, secara umum mahasiswa dengan *self-esteem*, *self-efficacy*, *self-confident* atau *self-concept* yang tinggi cenderung efektif menyesuaikan diri di perguruan tinggi.

3.) *Cognitive Characteristics*

a) *Cognition of Casuality*

Sudut pandang mahasiswa terhadap peristiwa yang terjadi di dalam kehidupannya dapat mempengaruhi proses dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi. Mahasiswa yang percaya bahwa segala sesuatu dalam hidupnya dapat diselesaikan sendiri cenderung lebih mudah untuk dapat menyesuaikan diri. Sebaliknya, apabila mahasiswa tidak percaya bahwa segala sesuatu dalam hidupnya dapat diselesaikan sendiri maka ia akan merasa sulit dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan perguruan tinggi.

b) *Intellectual Characteristics*

1. *Organized Thinking*

Mahasiswa yang mampu memposisikan diri pada situasi yang tidak terduga umumnya dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik. Sebaliknya, jika mahasiswa tidak tahu bagaimana menempatkan dirinya pada situasi yang terduga biasanya akan merasa sulit ketika melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi.

2. *Scholastic Aptitude*

Mahasiswa dengan skor nilai test skolastik yang bagus maka cenderung dapat menyesuaikan diri dengan baik, sebaliknya apabila

skor yang dimiliki kurang bagus maka mahasiswa kemungkinan akan kesusahan menyesuaikan dirinya.

3. *Coping with Stressors*

Mahasiswa dengan *active coping strategy* akan lebih mudah untuk mengatasi penyesuaian diri di perguruan tinggi. Hal tersebut karena mahasiswa dapat secara aktif memikirkan solusi untuk keluar dari permasalahan yang dialaminya. Sebaliknya, apabila mahasiswa tidak memiliki strategi untuk mengatasi stresnya maka mahasiswa akan merasa kesulitan untuk menyesuaikan dirinya di perguruan tinggi.

4) *Goal Orientation*

a) *Academic Motivation*

Ketika mahasiswa memiliki motivasi akademik secara intrinsik dapat mempermudah mereka dalam melakukan proses penyesuaian diri dengan baik. Mereka akan membuat keputusan sendiri terhadap perguruan tinggi yang akan dipilih. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak memiliki motivasi akademik intrinsik akan sulit membuat keputusan sendiri terhadap perguruan tinggi yang akan dipilih dan biasanya mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi.

b) *Planning Characteristics*

Mahasiswa cenderung baik dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan perguruan tinggi atau universitas jika memiliki keterampilan perencanaan yang baik. Sebaliknya, jika mahasiswa memiliki keterampilan perencanaan yang buruk cenderung merasa sulit untuk menyesuaikan diri pada perguruan tinggi. Keterampilan perencanaan tersebut dibutuhkan untuk membuat jadwal kegiatan (akademik dan non akademik) agar dapat mengikuti tuntutan yang ada di kampus.

5) *Perceived Relationship with Parents and Family*

Hubungan antara orangtua dan mahasiswa dapat mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa tersebut. Mahasiswa yang mampu hidup jauh dari orangtuanya dengan tujuan untuk hidup mandiri tetapi tetap memiliki hubungan yang baik dengan orangtuanya, pada umumnya memiliki penyesuaian diri yang baik. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak mampu untuk lepas dari kelekatan bantuan orangtua biasanya akan cenderung mengalami kesulitan untuk penyesuaian diri di perguruan tinggi.

6) *Social Relations*

Mahasiswa dengan kemampuan bersosialisasi dan memiliki relasi yang baik biasanya akan lebih mudah dalam melakukan proses penyesuaian diri di dalam perguruan tinggi. Dengan adanya keterampilan sosial yang baik dapat membuat mahasiswa mudah membangun relasi yang baik di perguruan tinggi sehingga tuntutan sosialnya dapat terpenuhi. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak memiliki keterampilan sosial dan tidak mempunyai relasi maka akan kesulitan untuk menyesuaikan diri di perguruan tinggi.

7) *Group Identity/Demographic*

a) *Sex-Role Orientation*

Mahasiswa yang mempunyai orientasi androgini akan lebih mudah mengelola penyesuaian dirinya di perguruan tinggi. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa yang memiliki orientasi androgini memiliki peluang yang baik dalam menyesuaikan dirinya dengan lebih fleksibel dibanding mahasiswa dengan orientasi maskulin atau feminim saja.

b) *Socio-Economic Status*

Mahasiswa yang memiliki orangtua dengan tingkat penghasilan ekonomi yang tinggi umumnya lebih dapat menyesuaikan diri dibanding mahasiswa yang memiliki orangtua dengan tingkat penghasilan ekonomi yang rendah.

c) *College Year Level*

Mahasiswa yang sudah mencapai tingkat yang lebih tinggi semester perkuliahannya akan lebih mudah menyesuaikan diri karena sudah mulai terbiasa dibanding dengan mahasiswa baru yang mulai masuk ke perguruan tinggi.

b. Karakteristik Lingkungan

1) *Significant or Stressful Life Events*

Perubahan tempat tinggal, status sosio-ekonomi, kondisi kesehatan, dan peristiwa berat lainnya dapat menjadi sebuah hambatan ketika mengalami proses penyesuaian diri. Mahasiswa yang tidak sedang mengalami peristiwa penuh tekanan akan melakukan penyesuaian diri dengan baik. Sebaliknya apabila mahasiswa mengalami peristiwa dalam hidupnya yang penuh dengan tekanan maka untuk melakukan proses penyesuaian diri akan lebih sulit.

2) *Family Characteristics*

Ketika mahasiswa diberikan dorongan yang kuat dari keluarganya untuk hidup secara mandiri, mengalami konflik yang sedikit, atau diberikan pola asuh yang otoritatif dari orangtuanya (memberikan didikan secara jelas dan tegas namun tetap diselingi kehangatan, kewajaran, dan fleksibel) akan dapat menyesuaikan diri dengan lebih mudah di perguruan tinggi. Namun apabila mahasiswa mendapatkan pola asuh yang acuh tak acuh (seperti pola asuh *neglectful*) oleh keluarganya maka mahasiswa akan merasa sulit dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi.

3) *Social Support*

Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang cukup baik dapat mempermudah proses penyesuaian dirinya di perguruan tinggi apabila mahasiswa mendapat dukungan positif dari keluarga, teman, maupun orang yang berada di sekitarnya. Sebaliknya, mahasiswa yang merasa kurang

mendapat dukungan sosial akan cenderung mengalami kesulitan dalam melakukan proses penyesuaian diri di perguruan tinggi.

4) *Institutional Characteristics*

Mahasiswa yang disuruh memilih jurusan sebelum mengikuti program matrikulasi umumnya dapat melakukan penyesuaian diri cukup baik. Sebaliknya, mahasiswa yang disuruh memilih jurusan setelah program matrikulasi akan lebih sulit menyesuaikan diri di perguruan tinggi. Menentukan jurusan di awal akan mengurangi tuntutan mahasiswa dalam mengambil keputusan penting dan dapat lebih meringankan beban mereka untuk melakukan penyesuaian diri pada perguruan tinggi yang dipilih.

2.2 Kerangka Berpikir

Mahasiswa baru biasanya menghadapi proses penyesuaian diri di perguruan tinggi yang terjadi pada awal semester ketika mulai memasuki masa kuliah. Pada masa ini mahasiswa mengalami kondisi baru yang mungkin saja baru dialaminya saat masuk ke perkuliahan seperti mencari teman baru, dosen dan sistem pengajarannya yang berbeda beda, pengaturan akademik dan juga suasana di perguruan tinggi yang berbeda dari masa ketika masih SMA (Sandra et al.,2020). Agar seorang mahasiswa dapat menempuh keberhasilannya di perguruan tinggi maka perlu adanya proses penyesuaian diri dengan maksimal. Menurut Raharjo (2020) mahasiswa baru rentan mengalami *culture shock*. *Culture shock* merupakan suatu bentuk perubahan dari kebiasaan yang sering dialami ke hal baru yang dialami sehingga membentuk suatu kebiasaan baru dalam sebuah lingkungan, jadi terdapat perbedaan dari hal yang dirasanya sudah nyaman ke hal baru di dalam lingkungan yang baru.

Hasil penelitian fenomena *culture shock* yang terjadi pada mahasiswa baru yaitu di Universitas Bung Hatta dengan sampel sebanyak 39 mahasiswa FKIP menjawab sangat setuju sebesar 22,87% ,setuju 53,34% , tidak setuju 22,15% dan sangat tidak setuju 1,64%. Hal ini membuktikan bahwa fenomena *culture shock* pada mahasiswa baru yang masih tinggi. Artinya mahasiswa baru perlu

melakukan adanya penyesuaian diri terhadap lingkungan baru di dunia perkuliahan. Penelitian yang berasal dari salah satu universitas yang ada di Jabodetabek, yaitu 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.

Peneliti ingin melihat tingkat penyesuaian diri mahasiswa baru yang ada di kota Jabodetabek secara umum, karena dengan adanya tingkat penyesuaian diri yang baik dapat memberikan dampak yang positif bagi mahasiswa baru yang akan berimbas terhadap performa mahasiswa dalam menjalani perkuliahan, namun jika tingkat penyesuaian diri mahasiswa rendah, maka mahasiswa akan mengalami kesulitan dalam menjalankan studi kedepannya.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

2.3 Hipotesis

Berdasarkan teori penjelasan maka hipotesis penelitian adalah sebagai berikut:

- Hipotesis Nol (H_0) tingkat *college adjustment* pada mahasiswa baru di Jabodetabek tinggi.

- Hipotesis Alternatif (H_a) tingkat *college adjustment* pada mahasiswa baru di Jabodetabek rendah.

