BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perguruan Tinggi merupakan harapan bagi sebagian besar siswa, hal ini baru bagi siswa yang telah dinyatakan lulus dari bangku Sekolah Menengah Atas. Karakteristik Perguruan Tinggi berbeda jauh dengan bangku Sekolah Menengah Atas, sehingga memiliki tuntutan yang berbeda. Tuntutan dalam Perguruan tinggi melibatkan struktur yang lebih besar, serta berfokus pada prestasi dan cara pencapaiannya (Rosiana, 2011). Kondisi tersebut mengharuskan mahasiswa melakukan penyesuaian - penyesuaian terhadap situasi dan tuntutan yang baru (Siswanto, 2007).

Peran sebagai mahasiswa baru, menuntut individu lebih mandiri dan memiliki mental yang kuat. Hal ini penting untuk menghadapi tuntutan serta tantangan yang berada di Perguruan Tinggi. Hampir semua tugas yang diberikan dosen harus dikerjakan secara mandiri. Tuntutan untuk bertanggungjawab secara pribadi atas proses dan hasil pembelajaran. Mahasiswa tidak bisa selamanya mengandalkan dosen untuk memperoleh materi-materi perkuliahan. Dosen hanya berperan sebagai fasilitator bukan narasumber, sehingga mahasiswa dituntut untuk dapat lebih proaktif. Mahasiswa harus dapat cepat beradaptasi dengan kondisi tersebut (Yulia, 2010).

Brouwer (Siswanto, 2007) mencatat beberapa perubahan yang harus diperhatikan oleh mahasiswa baru ketika memasuki Perguruan Tinggi terkait dengan penyesuaian diri, status dan situasi yang baru yakni, proses kegiatan belajar mengajar di Perguruan Tinggi, Perguruan Tinggi yang jauh dari daerah asal dan pengaturan waktu. Kegagalan dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan dapat menimbulkan tekanan mental bagi mahasiswa.

Perubahan pertama adalah perbedaan cara belajar mengajar di Perguruan Tinggi dan Sekolah Menengah Atas. Teknik belajar mengajar di Sekolah Menengah Atas biasanya lebih pasif, hampir seluruh materi pelajaran Sekolah Menengah Atas diberikan dan disampaikan oleh guru yang mengampu pelajaran tersebut, asalkan siswa menyimak dengan baik materi yang diberikan dan mempelajari materi yang sudah didapat, hal tersebut sudah cukup untuk memperoleh nilai yang baik. Berbeda dengan Perguruan Tinggi yang menuntut mahasiswa lebih mandiri dan aktif dalam mempelajari dan memahami sebuah materi. Materi yang diberikan oleh dosen sebagian besar hanya bersifat pengantar, sedangkan pendalaman materi lebih lanjut secara mandiri diserahkan oleh mahasiswa. Kondisi tersebut mendorong mahasiswa untuk bergerak lebih aktif mencari referensi - referensi terkait dengan materi yang diajarkan. Perubahan yang lain terletak pada sistem yang digunakan di Perguruan Tinggi yakni, menggunakan sistem SKS dan betul-betul menuntut mahasiswa untuk lebih aktif jika ingin lulus dengan nilai memuaskan.

Perubahan kedua tentang letak wilayah yang cukup jauh, sebagian besar mahasiswa bukan berasal dari daerah setempat, melainkan dari berbagai

wilayah di luar tempat Perguruan Tinggi yang menjadi tempat perkuliahan mahasiswa baru. Dengan kondisi tersebut, mahasiswa seharusnya dapat menyesuaikan diri dengan cepat. Penyesuaian diri yang dilakukan membantu mahasiswa bersosialisasi dengan lingkungannya secara baik.

Bersosialisasi atau mencari teman merupakan perubahan ketiga. Individu semasa Sekolah Menengah Atas berteman dengan teman yang rata-rata tinggal di lingkungan yang sama, sedangkan di Perguruan Tinggi seorang mahasiswa harus bisa berteman dengan banyak orang. Teman-teman di lingkungan perkuliahan sebagian besar dari berbagai daerah. Ketidakmampuan dalam bersosialisasi dapat menimbulkan perasaan kesepian, rasa kesepian muncul karena tidak ada teman dan jauh dari orang tua atau keluarga. Kondisi tersebut akan menghambat mahasiswa untuk menyesuaikan diri di lingkungannya yang baru.

Masalah yang terakhir adalah masalah pengaturan waktu. Mahasiswa diberikan kebebasan dalam hal mengatur waktu terutama tentang perkuliahan. Hal ini berbeda dengan masa Sekolah Menengah Atas, jadwal pelajaran tersusun rapi dan berjalan sesuai dengan peraturan sekolah, sedangkan di Perguruan Tinggi mahasiswa menyusun jadwal mata kuliah yang akan diambil secara mandiri. Ketidakmampuan dalam mengatur jadwal kuliah, belajar, bermain dan aktivitas lain, nantinya dapat berakibat pada munculnya permasalahan lainnya, terutama berkaitan dengan tugas belajar dan prestasi yang akan dicapai.

Berbagai permasalahan yang muncul ketika mahasiswa tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik, antara lain tidak nyaman dengan lingkungan baru, tidak konsentrasi ketika mengikuti perkuliahan dan merasa tidak punya teman. Perubahan ini terkadang mengakibatkan mahasiswa baru merasa tertekan dan cemas sehingga mempengaruhi prestasi akademiknya di tempat perkuliahan yang baru (Siswanto, 2007).

Hal tersebut sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 20 April 2014 dengan salah satu mahasiswa yang sudah melewati satu semester di perkuliahan. Subjek mengatakan bahwa, menjadi mahasiswa baru bukan hal yang mudah di awalnya, karena semasa Sekolah Menengah Atas subjek tidak pernah mengalami masa ospek. Memasuki bangku perkuliahan subjek harus mengikuti ospek dan subjek sempat terkejut dengan kegiatan tersebut. Menurut subjek kegiatan tersebut membuatnya harus menyesuaikan diri, subjek merasa tugas yang diberikan kurang masuk akal dan senior terlihat tidak ramah.

Permasalahan penyesuaian diri yang lain adalah ketika subjek memasuki perkuliahan, subjek harus bertemu dengan orang-orang baru yang kebanyakan dari luar Jawa dan berbeda kebudayaan. Terkadang permasalahan tersebut membuat subjek kesulitan untuk berkomunikasi dengan teman dikarenakan perbedaan budaya yang baru dijumpai oleh subjek. Hal tersebut membuat subjek kesulitan ketika mengerjakan tugas secara berkelompok.

Perbedaan cara mengajar dosen dan guru sangat berbeda, menurut subjek ketika belajar di Sekolah Menengah Atas dan dididik oleh guru, subjek merasa

selalu dibimbing dan diperhatikan. Namun ketika memasuki perkuliahan subjek harus berhadapan dengan dosen yang berbeda - beda karakteristik serta tuntutan yang berbeda ketika memberikan tugas. Beberapa permasalahan di atas membuat subjek kesulitan untuk menyesuaikan diri di Perguruan Tinggi.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Schneider (1964) bahwa beberapa siswa kesulitan untuk mengatur waktunya dengan situasi akademik, karena konflik dasar antara apa yang mereka inginkan dari sebuah pendidikan dan apa yang seharusnya diberikan oleh sebuah lembaga pendidikan. Hal tersebut yang membuat mahasiswa baru kesulitan dalam mengatur waktu, karena selama dibangku Sekolah Menengah Atas jam belajar masih teratur dan terstruktur berjalan sesuai yang diatur oleh sekolah. Sedangkan di bangku perkuliahan, mahasiswa baru harus mengatur jadwal kuliah secara mandiri dan kemudian jadwal tersebut di atur oleh bagian akademik yang berada di kampus sesuai dengan kesepakatan dosen yang mengajar dengan waktu yang belum tentu pasti.

Permasalahan - permasalahan di atas dapat menimbulkan rasa takut dan cemas karena belum dapat mengikuti proses belajar di kampus yang baru. Kecemasan tersebut akan memicu distres dan dapat menjadikan individu merasa kecewa (frustasi) karena ketidakmampuannya menyesuaikan diri. Penelitian Mudhovozi (2012) menyatakan bahwa, tahun pertama pendidikan di sebuah perguruan tinggi merupakan waktu yang penuh dengan stres.

Permasalahan tersebut tidak akan muncul bagi mahasiswa baru yang dapat menyesuaikan diri dengan baik. Penyesuaian diri menurut Kartono (2000)

merupakan usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi dan kemarahan yang memunculkan emosi negatif sebagai respon pribadi dapat dikelola dengan baik.

Agar dapat menyesuaikan diri dengan baik, individu membutuhkan dukungan sosial dari berbagai pihak. Hasil wawancara yang dilakukan menemukan bahwa, subjek tidak terlalu kesulitan menyesuaikan diri di kampus yang baru karena sejak awal subjek mengikuti agenda kegiatan kampus seperti, kegiatan ospek yang mengajak mahasiswa baru mengenal lingkungan kampus. Melalui ospek tersebut subjek memiliki informasi yang cukup untuk mengenal lingkungan sekitar kampus, sehingga dapat dengan mudah memperoleh teman baru. Subjek mendapatkan dukungan yang baik serta positif dari kedua orang tua dan kakak subjek.

Dukungan sosial menurut Rook (Smet, 1994) adalah salah satu fungsi pertalian atau ikatan sosial. Ritter (Smet, 1994) menyatakan bahwa, segi - segi fungsional terdiri atas dukungan emosional yakni mendorong adanya ungkapan perasaan, pemberian nasehat atau informasi serta pemberian bantuan material. Hal ini sesuai dengan apa yang telah diperoleh subjek ketika harus menyesuaikan diri di Perguruan Tinggi, subjek mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang sekitar.

Sejumlah penelitian menjelaskan bahwa, mahasiswa baru membutuhkan sebuah dukungan sosial. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Cohorn & Giuliano (1999) menjelaskan bahwa melalui dukungan sosial memberikan

efek yang cukup berpengaruh dalam penyesuaian diri di Perguruan Tinggi terutama dalam hal budaya atau etnik. Kumalasari & Ahyani (2012) dalam penelitiannya menjelaskan, bahwa dukungan sosial yang diterima individu dari lingkungan, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat individu merasa dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh orang lain. Jika individu diterima dan diharga secara positif terhadap dirinya sendiri, maka individu tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri, lebih menerima dan menghargai diri sendiri. Sehingga seorang individu mampu hidup mandiri ditengah-tengah masyarakat luas secara harmonis.

Mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial akan lebih mudah untuk menyesuaiakan diri dengan lingkungannya, hal tersebut termasuk dengan *peer support* dan *peer network* dimana kedua hal tersebut merupakan hal penting pada seseorang untuk menyesuaikan diri dalam kehidupan di sebuah Perguruan Tinggi (Mudhovozi, 2012). Sarafino & Smith (2012) menjabarkan dukungan sosial merupakan pemberian kenyamanan, perhatian dan kepercayaan yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok kepada seorang individu. Mudhovozi (2012) menyatakan bahwa, penelitiannya menambah pengetahuan baru, dengan bantuan manajemen Perguruan Tinggi, staf akademik dan pelayanan, dukungan sosial sangat membantu proses penyesuaian diri pada mahasiswa tersebut. Dukungan sosial juga efektif dalam mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa sulit dan menekan (Taylor, Peplau & Sears, 2009).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa baru yang dapat berhasil menyesuaikan diri bukan hanya dimunculkan dari dalam diri mahasiswa tersebut. Mahasiswa membutuhkan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya, bukan hanya orang tua, dosen dan teman-teman dekat mahasiswa tersebut, namun juga orang-orang baru di sekitar mahasiswa tersebut. Dukungan sosial dibutuhkan juga untuk menghilangkan segala kecemasan dan tekanan yang di dapat dari lingkungan yang baru.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu adakah peran dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang berarti pada perkembangan ilmu psikologi khususnya Psikologi Pendidikan, Psikologi Sosial dan Psikologi Klinis dengan memberikan tambahan data hasil penelitian kuantitatif tentang dukungan sosial dan penyesuaian diri.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan gambaran kepada mahasiswa baru tentang penyesuaian diri dan memberikan informasi kepada masyarakat tentang pentingnya dukungan sosial terhadap mahasiswa baru. Selain itu

penelitian ini dapat menjadi referensi peneliti-peneliti lain yang ingin mengetahui lebih dalam tentang dukungan sosial dan penyesuaian diri.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai dukungan sosial dan penyesuaian diri telah banyak diteliti sebelumnya namun, dalam penelitian ini penulis lebih menekankan pada penyesuaian diri mahasiswa baru yang sudah menjalani satu semester di bangku perkuliahan. Terdapat beberapa peneliti yang meneliti tentang dukungan sosial dan penyesuaian diri diantaranya yang dilakukan oleh Srivastava & Barmola (2012) meneliti tentang dukungan sosial dan penyesuaian diri pada siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan penyesuaian diri pada laki-laki dan perempuan, apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri yang akan diteliti nantinya. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian adalah alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat dukungan sosial seseorang dan alat ukur untuk mengukur penyesuaian diri seseorang. Kedua alat ukur tersebut kemudian diadaptasi ke dalam bahasa Hindi. Subjek yang digunakan peneliti adalah remaja yang berusia 17-19 tahun dengan sampel 500 siswa yang duduk di bangku SMA.

Penelitian Mudhovozi (2012) tentang sosial dan penyesuaian akademik pada tahun pertama siswa di Universitas, bertujuan untuk mencari tahu pengalaman penyesuaian sosial dan penyesuaian akademik pada mahasiswa tahun pertama yang memasuki bangku perkuliahan di Zimbabwe. Subjek yang

digunakan dalam penelitian ini adalah mereka mahasiswa yang tengah duduk di bangku perkuliahan di tahun pertama dengan kisaran usia 18-36 tahun baik laki-laki maupun perempuan, dengan cara menyeleksi subjek dengan kisaran usia tersebut. Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis.

Penelitian berikutnya adalah peneltian yang dilakukan oleh Kumalasari & Ahyani (2012), meneliti tentang hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Peneliti menggunakan subjek remaja yang berusia 13-18 tahun yang berada di panti asuhan dengan subjek total berjumlah 55 orang. Alat ukur yang digunakan peneliti adalah alat ukur dukungan sosial yang disusun berdasarkan aspek yang disampaikan oleh Sarifino yang terdiri atas aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Alat ukur selanjutnya adalah alat ukur penyesuaian diri yang disusun berdasarkan aspek yang disampaikan Pramadi, yakni terdiri atas empat aspek. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dijabarkan maka dapat ditarik kesimpulan keaslian penelitian sebagai berikut:

1. Keaslian Topik

   Penelitian sebelumnya sudah banyak peneliti yang membahas tentang dukungan sosial dan penyesuaian diri. Penelitian kali ini peneliti juga meneliti tentang dukungan sosial dan penyesuaian diri, namun

penyesuaian diri di sini lebih di khususkan pada penyesuaian diri pada mahasiswa baru angkatan 2013. Variabel yang digunakana adalah penyesuaian diri sebagai variabel tergantung dan dukungan sosial sebagai variabel bebas.

2. Keaslian Teori

Teori yang digunakan oleh peneliti sebelumnya banyak diambil dari beberapa literatur seperti buku, jurnal dan artikel. Penelitian ini peneliti menggunakan teori dari Barker and Syirk (Crede & Niehorster, 2011) tentang penyesuaian diri di perguruan tinggi dan teori dari Cohen & Harber (1983; Tylor, 1984; Niven, 2000) tentang dukungan sosial.

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan peneliti sebelumnya menggunakan alat ukur yang sudah ada sebelumnya ataupun adaptasi dan ada juga yang menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis, penelitian ini peneliti mengadaptasi alat ukur yang telah ada. Alat ukur untuk penyesuaian diri diadaptasi dan dimodifikasi dari alat ukur yang disusun oleh Baker & Siryk (Splichal, 2009) karena penelitian ini meneliti tentang penyesuaian diri mahasiswa baru, maka peneliti memilih untuk mengadaptasi dan memodifikasi *Student Adaptation College Qeustionnaire* (*SACQ)*. Peneliti juga mengadaptasi alat ukur dukungan sosial, dari alat ukur yang sudah ada yaitu alat ukur yang disusun oleh Cohen & Hober (1983), peneliti mengadaptasi *short vertion* dari *Interpersonal Support Evaluation List (ISEL)*.

4. Keaslian Subjek

Subjek yang digunakan dalam penelitian terdahulu adalah para remaja yang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas ataupun mahasiswa tingkat awal yang baru menduduki bangku perkuliahan. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa baru dengan rentan usia 17-21 tahun, mahasiswa tingkat pertama yang paling tidak sudah menjalani satu semester perkuliahan, laki-laki ataupun perempuan dari lima Universitas dan sepuluh jurusan yang berada ada di Yogyakarta.