

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan memiliki tahapan yang cukup panjang dalam menunjang perkembangan anak-anak Indonesia. Di mulai dari pendidikan yang paling sederhana yaitu pendidikan anak usia dini (PAUD) hingga ke tahap pendidikan yang tertinggi yaitu perguruan tinggi. Setiap memasuki tahap selanjutnya dari sebuah pendidikan, para individu membutuhkan penyesuaian diri untuk menentukan kesejahteraan diri dalam menyelesaikan pendidikan. Begitupun saat di perguruan tinggi, perbedaan lingkungan belajar mengajar akan berpengaruh pada penyesuaian diri mahasiswa baru. Bukan hanya saat memilih belajar di luar negeri namun memilih belajar di kota lain juga dapat menjadi kendala bagi mahasiswa baru yang merantau. Keberagaman budaya di Indonesia dapat menjadi faktor yang mempengaruhi kelancaran hidup bersosial di kota orang.

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan mahasiswa berusaha mengatasi kebutuhan, ketegangan, frustrasi, serta tuntutan-tuntutan demi menelaraskan kehidupannya (Handono & Bashori, 2013). Penyesuaian diri pada anak yang memasuki jenjang pendidikan yang baru perlu didukung oleh lingkungan sekitar agar terciptanya penyesuaian diri yang efektif dan positif. Idealnya seorang mahasiswa mampu beradaptasi dengan membangun sebuah hubungan relasi dengan orang lain meskipun dalam lingkungan yang baru.

Menurut Bernard (1991) tahapan perkembangan penyesuaian peserta didik baru seperti mahasiswa, yang pertama adalah penyesuaian diri dengan kelompok teman sebaya, dimana pada tahap ini mahasiswa belajar untuk menerima dan diterima oleh teman sebaya untuk mencapai persahabatan. Tahap kedua adalah penyesuaian diri dengan guru, dimana penyesuaian diri ini akan membentuk mahasiswa untuk merasa lebih dewasa karena telah mampu bergaul dengan orang dewasa lain selain orang tua. Selain itu, ada penyesuaian diri dalam hubungan diri sendiri, orang tua, dan guru, dimana pada penyesuaian ini mahasiswa mengembangkan perasaannya untuk merasa memiliki hak-hak pribadi yang tidak diatur oleh orang tua di rumah.

Pada kenyataannya masih terdapat mahasiswa yang tidak nyaman berada di lingkungan baru karena kurang mampu melakukan penyesuaian diri yang positif. Menurut Baker dan Siryk(1984) penyesuaian diri yang negatif seperti mahasiswa tidak mampu mencapai prestasi akademik, mahasiswa tidak mampu terlibat hubungan pertemanan di kampus, mahasiswa kurang dapat bertoleransi dengan teman-teman di kampus, serta mahasiswa tidak mau mengikuti kegiatan-kegiatan yang diadakan kampus bersama dengan teman-teman lain.

Seperti pernyataan yang telah peneliti dapatkan dengan melakukan survei kepada 24 mahasiswa baru pada tanggal 21 Maret 2017 menggunakan *google form*, didapatkan bahwa mahasiswa dengan inisial A seringkali merasakan kesepian meskipun memiliki keluarga dan banyak teman di kampus, jawaban yang A berikan menunjukkan bahwa sebenarnya ia memiliki berbagai dukungan sosial dari lingkungan keluarga namun saat memasuki dunia perkuliahan sampai

hampir menjalaninya selama satu tahun A merasa tidak memiliki sahabat di kampus walaupun sering pergi bersama dengan teman-temannya yang menyebabkan A merasa tidak nyaman mengikuti setiap kegiatan di kampus. Begitupun sebaliknya mahasiswa dengan inisial DN merasa memiliki dukungan dari teman-teman di kampus sehingga sering mengajaknya mengikuti kegiatan-kegiatan di kampus, dan DN mengaku tidak pernah merasa kesepian di kampus, dan DN memiliki prestasi di bidang akademik.

Dampak dari rendahnya penyesuaian diri individu menurut Hartinah (2008) adalah individu akan menunjukkan ketegangan emosional dalam dirinya, individu tersebut juga akan lebih sering melakukan mekanisme-mekanisme pertahanan psikologis, individu tersebut mengalami frustrasi pribadi, individu mengembangkan pemikiran-pemikiran yang irrasional, sulit dalam proses belajar, kurang menghargai pengalaman, serta bersikap tidak realistis dan subjektif.

Faktor-faktor rendahnya penyesuaian diri menurut Schneiders (1964) dipengaruhi oleh keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, keadaan lingkungan, serta tahun religiusitas dan kebudayaan. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, peneliti tertarik untuk melihat lebih jauh faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri khususnya pada keadaan lingkungan mahasiswa sebagai faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian diri, dimulai dari bagaimana dukungan dari teman sebaya yang didapatkan oleh seorang mahasiswa maupun dari keadaan psikologis mengenai apakah ada atau tidaknya dampak perasaan kesepian yang dialami mahasiswa terhadap penyesuaian diri.

Pemberian dukungan pada seorang mahasiswa akan mempengaruhi seberapa mudah mahasiswa tersebut melakukan penyesuaian diri di lingkungan sekitarnya. Pemberian dukungan bisa dilakukan oleh orang tua, saudara kandung, maupun teman sebayanya. Dukungan sosial dari teman sebaya dapat menambah keyakinan seorang mahasiswa untuk mampu melakukan penyesuaian diri di lingkungan baru karena dukungan sosial memberikan perasaan positif untuk dihargai dan diterima oleh orang lain, seperti penelitian yang dilakukan oleh Sasmita dan Rustika (2015) yang menemukan bahwa adanya hubungan dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri. Dukungan sosial menurut Johnson dan Johnson (2003) berasal dari orang-orang penting yang dekat bagi individu yang membutuhkan. Dukungan sosial teman sebaya yang didapatkan oleh seorang mahasiswa seharusnya memberikan dampak positif terhadap penyesuaian diri mahasiswa di lingkungannya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi rendahnya penyesuaian diri mahasiswa salah satunya adalah faktor psikologi seperti kesepian, Menurut Sharon (dalam Ikasi & Hasanah, 2010) hubungan yang tidak kuat dengan orang sekitar dapat meningkatkan perasaan kesepian pada seseorang, perasaan kesepian atau kurangnya kelekatan dengan orang lain dapat mempengaruhi kemampuan melakukan penyesuaian diri pada individu. Menurut Peplau dan Perlman (1982) kesepian merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan ketika seseorang mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kuantitas maupun kualitas. Perasaan kesepian yang dialami individu mampu menjadi dampak menurunnya kemampuan penyesuaian diri individu.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka penelitian ini akan mengungkap apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya, kesepian dan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya, *loneliness*, dan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama, serta hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri, maupun hubungan antara *loneliness* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk dunia psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan demi mengetahui kebutuhan anak terhadap dukungan sosial teman sebaya hingga anak dewasa, dan pentingnya mengetahui pengaruh perasaan kesepian yang dialami seseorang terhadap dirinya sendiri, serta dapat menjadi acuan pada peneliti selanjutnya untuk meneliti hal yang sama demi menemukan permasalahan lain yang dapat terjadi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Keluarga dan Dosen

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi informasi kepada orang tua maupun dosen untuk membantu mengawasi hubungan pertemanan yang dimiliki mahasiswa di kampus, untuk memastikan bahwa mahasiswa membangun hubungan pertemanan yang positif dan juga menjadi pribadi

yang memiliki penyesuaian diri yang baik.

b. Bagi subjek dan lingkungan sekitar

Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi informasi bahwa individu harus memiliki hubungan pertemanan yang positif dengan teman sebayanya serta mengurangi perasaan kesepian dengan melakukan hal yang positif pula demi kelancaran penyesuaian diri di setiap lingkungan.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian ini mengacu kepada penelitian yang telah dilakukan oleh Sadoughi dan Hesampour (2016) yang berjudul Relationship between Social Support and Loneliness and Academic Adjustment among University Student yang meneliti tentang bagaimana mahasiswa baru melakukan penyesuaian diri yang dipengaruhi dukungan sosial yang didapatkan serta berhubungan dengan perasaan kesepian yang dihadapi.

Begitupula mengacu pada penelitian yang telah dilakukan oleh Kumalasari dan Ahyani (2012) yang berjudul Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri remaja di panti asuhan yang mendapatkan hasil p sebesar 0,011 ($p < 0,05$) yang berarti adanya hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri remaja di panti asuhan.

Penelitian sebelumnya juga yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Hasan dan Handayani (2014) yang berjudul Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa TunaRunggu di Sekolah Inklusi yang mendapatkan hasil p sebesar 0.011 ($p < 0.05$) sehingga dapat kesimpulan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial teman

sebayu dan penyesuaian diri pada siswa tunarunggu di sekolah inklusi.

Penelitian yang juga menjadi acuan dalam penelitian ini adalah penelitian mengenai Hubungan antara Kesepian dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa (studi korelasi pada mahasiswa tahun pertama fakultas psikologi Universitas Diponegoro) yang dilakukan oleh Fallis (2013) dengan skor korelasi sebesar 0.614, sehingga diketahui bahwa terdapat hubungan antara kesepian dan penyesuaian diri individu.

Berdasarkan uraian penelitian sebelumnya yang telah dilakukan, maka penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dapat dikatakan orisinal dilihat dari :

1. Keaslian Topik

Topik dalam penelitian ini adalah hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *loneliness* terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama. Pada penelitian sebelumnya oleh Sandoughi (2016) berfokus pada penyesuaian akademik mahasiswa di kampus Kashan dengan subjek mahasiswa secara umum. Sedangkan dalam penelitian ini berfokus pada penyesuaian diri secara umum pada mahasiswa tahun pertama.

2. Keaslian Teori

Teori pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Kumalasari dan Ahyani (2012) menggunakan teori penyesuaian diri menurut Soeparwoto sedangkan dalam penelitian ini akan peneliti akan menggunakan teori penyesuaian diri menurut Schneiders, sama seperti penelitian yang dilakukan oleh Kusdiyati dan Halimah (2011) serta penelitian yang dilakukan oleh Ruhiat (2017). Sedangkan pada teori dukungan sosial teman sebaya

menggunakan teori Cowie dan Wallace seperti penelitian yang dilakukan oleh Sari (2017) serta teori *loneliness* menurut Russel (1996) seperti penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2017).

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini akan berbeda dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Sandoughi (2016) namun penelitian ini akan menggunakan skala penyesuaian diri sosial yang dikembangkan oleh Ruhiat (2017) dalam penelitiannya mengukur Hubungan antara Pola Asuh Otoritatif Orang Tua dengan Penyesuaian Diri pada Santri namun akan di modifikasi oleh peneliti untuk menyesuaikan dengan penelitian yang akan dilakukan. Skala dukungan sosial yang akan dilakukan akan menggunakan skala yang disusun oleh Sari (2017) dalam penelitian yang berjudul Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stress Akademik pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta, serta skala *loneliness* akan menggunakan skala yang dikembangkan oleh Lestari (2017) pada penelitiannya mengukur *nomophobia* dan *loneliness* namun akan di modifikasi oleh peneliti untuk menyesuaikan penelitian.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian ini akan menggunakan subjek penelitian yang berbeda dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sandoughi (2016) karena penelitian sebelumnya menggunakan subjek mahasiswa secara umum dan dilakukan di univeritas Kashan, namun peneliti akan melakukan penelitian pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Islam Indonesia.