

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Memasuki dunia perguruan tinggi merupakan suatu perubahan besar pada hidup seseorang (Santrock, 2006: 26). Biasanya individu mengalami banyak perubahan di tahun pertama ketika memasuki perguruan tinggi. Hal ini terkait dengan penyesuaian yang merupakan masalah berat yang harus dihadapi individu ketika memasuki dunia kuliah (Takwin, 2008: 258). Penyesuaian diperlukan karena adanya perubahan pada kehidupan individu. Pada umumnya, seseorang memasuki dunia perkuliahan pada usia 18 tahun. Usia 17-22 tahun merupakan tahapan pertama dari era dewasa muda yang ditandai dengan adanya transisi dari remaja (masa pra dewasa) ke kehidupan dewasa (Santrock, 2006: 75). Pada usia ini juga, seseorang memasuki bangku kuliah sebagai jalur penting menuju kedewasaan (Montgomery & Cote dalam Papalia, 2007: 352).

Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi (Setiawan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2017). Belajar di perguruan tinggi sangat berbeda dari belajar di sekolah (Furchan, 2009:159). Mahasiswa memiliki tantangan tersendiri dalam hidup. Ketika individu masuk dalam dunia perkuliahan, individu menghadapi berbagai perubahan, mulai dari perubahan karena perbedaan sifat pendidikan Sekolah Menengah Atas dan Perguruan Tinggi, perbedaan dalam hubungan sosial, pemilihan bidang studi atau jurusan, dan masalah ekonomi. Selain menghadapi perubahan di atas, mahasiswa baru juga akan menghadapi tekanan akibat proses akulturasi dengan budaya baru di tempat ia menuntut ilmu. Mahasiswa harus menghadapi perubahan budaya, perubahan gaya hidup, perubahan lingkungan dan mahasiswa dituntut untuk mampu mengatasinya dengan baik agar kelangsungan pendidikan juga berjalan dengan baik (Gunarsa, 1995: 70).

Adapun hasil wawancara peneliti pada sepuluh mahasiswa tahun pertama di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya untuk menggali adanya permasalahan yang

sedang dihadapi sebagai mahasiswa baru. Permasalahan tersebut meliputi, kesulitan dalam mengerjakan tugas, menyesuaikan teman dalam bergaul, kurang memahami materi perkuliahan, seperti pemahaman sejarah psikologi serta beberapa mata kuliah lain dan kurangnya kosakata bahasa Inggris yang dimana materi perkuliahan rata-rata menggunakan literatur dalam bahasa Inggris. Perubahan lain yang ditemui yakni perubahan dalam gaya belajar. Mahasiswa dituntut untuk mandiri, mengatur keuangan yang terbatas, mengatur waktu dan meningkatkan kedisiplinan diri.

Memasuki perguruan tinggi juga mendatangkan perubahan hidup individu. Hal ini terkait dengan penyesuaian yang merupakan masalah yang harus dihadapi individu ketika memasuki dunia perkuliahan. Memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi tidak hanya sekedar melakukan semua aktivitas seperti yang dilakukan pada tingkat pendidikan sebelumnya, karena hakekat dan tujuan di pendidikan dengan jenjang yang lebih tinggi berbeda secara kualitas. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat masa transisi agar seorang mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan situasi kondisi yang baru yang dihadapinya. Pada umumnya, seorang mahasiswa yang mampu mendapatkan gelar sarjana maka mahasiswa tersebut diharapkan untuk mampu menguasai keterampilan berpikir yang lebih tinggi, bukan hanya sekedar mengingat dan mengulang namun juga harus mampu memahami, menganalisa dan memecahkan masalah secara kreatif (Gunarsa, 1995: 72). Selain itu, mahasiswa juga dituntut untuk dapat menjadi pelajar yang independen dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis sehingga ia dapat memahami secara keseluruhan apa yang dipelajarinya.

Menjadi mahasiswa independen merupakan salah satu tuntutan dari lingkungan terhadap individu yang mengambil jenjang perkuliahan. Terdapat beberapa individu yang tidak mampu beradaptasi dengan tuntutan lingkungan terhadapnya. Hal itu menyebabkan individu mengalami stres. Stres adalah reaksi tubuh atau respon terhadap tuntutan psikososial seperti tekanan mental atau beban hidup yang dirasakan individu, terdapat beberapa perubahan perilaku pada individu yang tidak bisa beradaptasi terhadap tuntutan psikososial (Hawari, 2001: 47).

Adapun kasus yang terjadi pada mahasiswa tahun pertama perkuliahan berdasarkan media *online* kabar.news yang peneliti temukan, yaitu mahasiswa stres di perkuliahan dan turnamen seorang mahasiswa mengakhiri hidupnya. Dijelaskan bahwa mahasiswa tersebut merasa tertekan terhadap perkuliahannya dan turnamen yang diikutinya, yang membuat mahasiswa tersebut mengalami stres. Berbagai permasalahan tersebut bisa kita temui dan bisa terjadi pada mahasiswa di tahun pertama perkuliahan. Sesuai dengan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan beberapa mahasiswa Psikologi UKWMS yang pernah memiliki permasalahan dalam hal penyesuaian diri terhadap bidang akademik.

“awalnya emang cukup sulit sih kak, mulai dari nggak punya teman, susah menyesuaikan teman bergaul terus penyesuaian jadwal kuliah juga tapi Puji Tuhan makin kesini semuanya bisa aku lewati dengan baik kak terus sekarang juga udah ikut beberapakegiatan Ormawa jadi bisa dapat banyak temen gitu dan ternyata seru juga”

(E, mahasiswa Psikologi UKWMS 2015)

Konsep psikologi yang dimaksud disini adalah kemampuan seseorang untuk bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari Schneiders (dalam Gunarsa, 2008: 93) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri sesuai dengan keinginan dari dalam dirinya tersebut, yang dapat diterima oleh lingkungannya. Hal ini berarti penyesuaian diri bisa mengubah tingkah laku seseorang agar dapat tinggal serta merasa nyaman dengan lingkungan barunya tersebut.

Hurlock (2008: 94) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah keadaan dimana seseorang dapat menyesuaikan diri dengan komunitasnya serta menunjukkan perilaku yang menyenangkan, yang artinya ia diterima dilingkungannya tersebut. Pernyataan tersebut sejalan dengan hasil wawancara dengan salah satu subjek yang menunjukkan usahanya untuk menyesuaikan diri dengan teman angkatannya:

“yahh ada senang ada nggaknya juga sih kak, senengnya itu yah itu tadi bisa dapat teman baru di Surabaya ini,

karena ikut PPK sama Sadari jadi bisa dapat teman terus sekarang sudah akrab juga kak, cuma emang awalnya saya kesulitan dengan bahasa yang mereka gunakan kak kan rata-rata ngomongnya pake bahasa Jawa yah jadi masih belum terlalu ngerti gitu kak, jadi semisal kalo dikelas ada yang ngelucu atau kan terkadang dosen juga ada yang ngomong pake bahasa Jawa bahas hal yang lucu-lucu gitu temen-temen pada ketawa tapi aku diam aja terus kutanyain sama temen disebelahku itu tadi mereka bahas apa sih terus dijelasin sama temenku dan akhirnya aku ketawanya terlambat, hehehe,,, memang butuh waktu lama sih kak buat nyesuainnya”

(L, mahasiswa Psikologi UKWMS 2017)

Menurut Semiun (2006: 37) penyesuaian diri merupakan cara seseorang dalam bereaksi terhadap tuntutan-tuntutan dari dalam atau situasi dari luar. Semiun juga mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses dimana organisme yang sederhana mematuhi tuntutan maupun peraturan yang ada dilingkungan tersebut. Hal ini ditunjukkan dengan hasil wawancara dengan salah satu subjek:

“butuh penyesuaian dalam hal berteman juga kak, kan ada yang cocok ada yang nggak jadi harus bisa nyesuaian sama teman yahh harus pintar menyesuaikan diri lah kak, terus dari mata kuliah juga kak kebanyakan sekarang pake bahasa inggris jadi agak susah, yah hambatannya ya itu tadi kak kurang kosak kata dalam bahasa inggris soalnya kan buku-buku Psikologi itu banyak yang berbahasa inggris, terus juga adabeberapa mata kuliah yang saya agak kesulitan seperti belajar tentang sejarahnya Psikologi, agak susah kata-katanya, banyak juga jadi agak kesulitan, soalnya kan dihafalin, terus kayak belajar psikologi umum gitu kan kayak bagian-bagian otak. Terus cara aku ngatasin kesulitan itu tuh aku rangkum materinya biar gampang dihafalin sama dibaca”

(F, mahasiswa Psikologi UKWMS 2017)

Berbagai kondisi dan situasi yang penuh tantangan ini menuntun mahasiswa agar memiliki kemampuan menyesuaikan diri dan tetap dapat mengembangkan dirinya dengan baik sesuai

kompetensi yang dimilikinya. Kemampuan individu untuk bertahan serta menyesuaikan dengan kondisi sulit ini dapat melindungi individu dari efek negatif yang ditimbulkan dari kesulitan. Menurut Semiun (2006: 37), penyesuaian diri adalah cara individual dalam bereaksi terhadap tuntutan dari luar atau lingkungan. Semiun (2006: 34) ingin mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan hal yang bersifat individual karena cara-cara yang ditunjukkan setiap orang itu pasti berbeda-beda. Selain itu juga, Semiun mengatakan bahwa penyesuaian diri yakni proses individu untuk mematuhi serta mengikuti peraturan yang ada di lingkungan. Dalam penelitian ini, penyesuaian diri yang dimaksud adalah penyesuaian diri di bidang akademik.

Menurut Hurlock (2003: 289) mahasiswa yang tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus serta lingkungan sekitar akan mengalami permasalahan karena kurang mampu berinteraksi dengan baik. Ia juga menambahkan bahwa ketidakmampuan melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan dalam diri individu dapat menghambat proses perkembangan maupun pertumbuhan seseorang. Mahasiswa yang mampu memulai tahun pertamanya di Perguruan Tinggi dengan harapan yang positif akan berhasil mendapatkan teman baru, mempunyai penilaian yang baik tentang dirinya, dan mampu menciptakan kehidupan sosial yang memuaskan serta akan terhindar dari perasaan negatif (Sears, 2009: 213).

Schneider (dalam Agustiani, 2006: 146) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respons-respons mental dan tingkah laku yang merupakan sebagian usaha dari individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustrasi. Tujuannya untuk memperoleh kesamaan dan keseimbangan antara tuntutan di dalam diri individu dengan harapan dari lingkungan sekitar. Sundani (2005) mendefinisikan bahwa penyesuaian diri merupakan proses yang terjadi sepanjang hidup manusia, saat individu berusaha memenuhi kebutuhannya yang terdiri dari kebutuhan fisik, kebutuhan psikis, dan kebutuhan sosial. Kebutuhan-kebutuhan tersebut dipenuhi karena adanya dorongan yang mengharapakan kepuasan.

Adler dkk (2008: 1281) menyatakan bahwa keberhasilan dalam menyesuaikan diri di Perguruan Tinggi merupakan hal penting untuk kesuksesan akademis, sebaliknya penyesuaian diri yang buruk akan mengakibatkan buruknya kinerja akademis, rendahnya kelulusan serta buruknya peluang sukses di masa depan. Dari beberapa pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri membutuhkan usaha yakni dengan menunjukkan perilaku yang sesuai agar dapat diterima oleh lingkungan sekitar.

Adapun penelitian terkait penyesuaian diri pada mahasiswa yang dilakukan oleh Iflah dan Listysari (2013) yang berjudul “Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru” dengan hasil temuan bahwa penyesuaian diri mahasiswa baru angkatan 2012 program studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta termasuk dalam kategori tinggi.

Hasil penelitian Nurfitriana (2016) yang berjudul “Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta”, menemukan hasil bahwa kebanyakan informan selama menyesuaikan diri di Perguruan Tinggi banyak mengalami beberapa kendala selama kuliah di satu semester yaitu kurangnya interaksi dengan teman kuliah, sulit menerima materi yang dipelajari, yang mengakibatkan informan terhambat dalam mengikuti proses belajar mengajar di kelas, berinteraksi dengan lingkungan baru, dan kurangnya komunikasi dengan teman-teman kos.

Peneliti ingin berfokus pada mahasiswa tahun pertama yang berkuliah di Fakultas Psikologi UKWMS karena berdasarkan hasil wawancara, peneliti menemukan permasalahan yang dialami oleh mahasiswa baru tersebut, yakni mereka merasa ada kesulitan tersendiri dalam memasuki dunia perkuliahan. Peneliti semakin tertarik meneliti topik ini karena melihat begitu banyak permasalahan yang ditemui, serta perubahan-perubahan yang dirasakan oleh mahasiswa di tahun pertama perkuliahan yang membutuhkan penyesuaian diri dengan lingkungan serta situasi baru tersebut. Dengan memiliki penyesuaian yang baik, individu dapat menghadapi lingkungan baru sehingga dapat meningkatkan motivasi belajarnya dan bertahan dalam meraih kesuksesan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri terhadap bidang akademik sangat diperlukan bagi mahasiswa tahun pertama dalam menjalani seluruh aktivitasnya di lingkungan baru. Dengan memiliki penyesuaian diri di bidang akademik yang baik maka seseorang mahasiswa tahun pertama akan memiliki keseimbangan penyesuaian baik dalam belajar maupun pergaulan yang baik, sehingga tujuan dari perkuliahannya dapat tercapai dan pada akhirnya lebih siap menghadapi dunia kerja. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti secara lebih lanjut mengenai gambaran penyesuaian diri pada bidang akademik pada mahasiswa di tahun pertama khususnya pada Fakultas Psikologi UKWMS.

1.2. Batasan Masalah

Penelitian ini ditujukan untuk mahasiswa tahun pertama di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, baik laki-laki maupun perempuan. Peneliti membatasi bahwa mahasiswa dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang saat ini berada di tahun pertama perkuliahan. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang di tahun pertama perkuliahan di Fakultas Psikologi UKWMS. Pemilihan subjek didasari oleh pemikiran bahwa mahasiswa yang duduk di tahun pertama sedang mengalami perubahan yang besar, baik secara tahap perkembangan, dunia pendidikan, di lingkungan tempat tinggal. Perubahan kemampuan beradaptasi dalam hal akademik dan memanfaatkan tantangan untuk menjadi lebih baik.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu bagaimanakah gambaran penyesuaian diri dalam hal akademik mahasiswa yang berkuliah di tahun pertama perkuliahan di Fakultas Psikologi UKWMS?

1.4. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri dalam hal akademik pada mahasiswa yang duduk di tahun pertama perkuliahan di Fakultas Psikologi UKWMS.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan di bidang ilmu Psikologi Perkembangan, khususnya yang berhubungan dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang duduk ditahun pertama perkuliahan.

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa tahun pertama

Dapat membantu mahasiswa baru memahami aspek-aspek penyesuaian diri dalam hal akademik yang harus dimilikinya sebagai mahasiswa yang duduk di tahun pertama perkuliahan agar mereka nantinya mampu menyesuaikan diri dan tetap dapat mengembangkan dirinya dengan baik sesuai kompetensi yang di milikinya.

2. Bagi fakultas psikologi

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan serta pertimbangan pihak universitas terutama bagian kemahasiswaan agar dapat melakukan pendekatan bagi mahasiswa melalui program-program baru maupun pembekalan sebelum memulai aktivitas perkuliahan pada semester awal, agar nantinya bisa membantu mahasiswa baru untuk menyesuaikan diri terhadap bidang akademik dengan lingkungan kampus sehingga tidak mengganggu proses pembelajaran.

3. Bagi orangtua

Orangtua mampu memahami dan mampu mendukung serta mengetahui apa saja yang dibutuhkan mahasiswa yang berada di tahun pertama perkuliahan selain dari kebutuhan finansial.