BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa baru program studi Pendidikan Administrasi Perkantoran di Universitas Negeri Jakarta. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa baru dituntut untuk dapat melakukan penyesuaian diri terhadap status barunya yang semula siswa menjadi mahasiswa. Perubahan status tentunya berpengaruh terhadap perbedaan tugas dan tanggung jawab yang akan dipikul. Penyesuaian diri tersebut dilakukan mulai dari materi kuliah, proses pembelajaran, teman baru, jadwal kuliah, bahkan sampai tempat tinggal baru apabila mahasiswa memutuskan untuk indekos. Selain itu, berbagai macam permasalahan timbul ketika mahasiswa baru mulai memasuki masa perkuliahan, masalah tersebut dapat berupa masalah pribadi, akademik, maupun hubungan interpersonal.

Bagi sebagian orang, sesuatu yang baru merupakan hal menarik untuk dijalani, namun tidak sedikit orang yang merasa khawatir dan gelisah dengan kondisi baru tersebut. Sebuah artikel yang berjudul "*Culture Shock Management*" mengemukakan bahwa seorang siswa yang baru lulus sekolah menengah dan ingin melanjutkan ke perguruan tinggi, pertama kali akan merasa bangga dan menyiapkan dirinya untuk menghadapi lingkungan kuliah yang baru, orang-orang baru, bahkan cenderung lebih antusias dalam belajar agar menuai kesuksesan dalam lingkungannya yang baru. Namun, ketika masuk ke dalam lingkungan baru

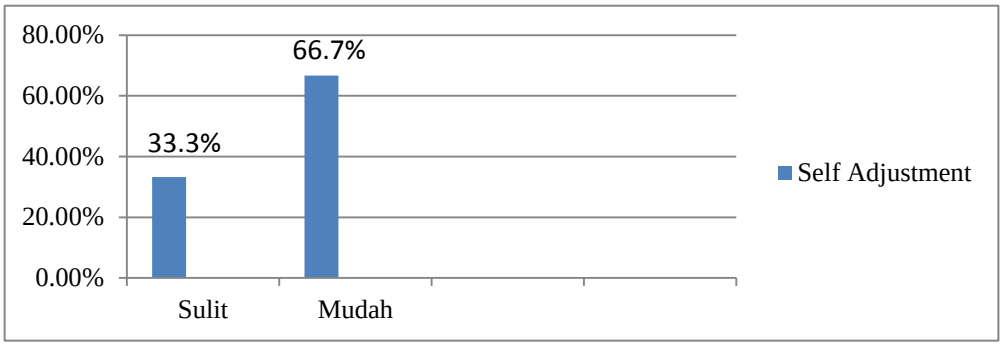
tersebut mahasiswa baru cenderung mengalami ketidaknyamanan terhadap lingkungan di perguruan tinggi hingga membuat mereka tidak ingin melanjutkan kuliahnya.[1]

Ketidaknyamanan tersebut disebabkan oleh individu yang keluar dari zona nyaman yaitu ketika mereka dihadapkan dengan situasi-situasi baru yang berbeda dengan kebiasaan lamanya. Pada umumnya, manusia adalah makhluk hidup yang selalu dinamis dan bergerak dari satu tempat ke tempat lain serta menjalani hidup sebagai makhluk sosial yang saling ketergantungan. Selain itu, untuk dapat membina hubungan baru dengan lingkungan, manusia dituntut untuk selalu melakukan penyesuaian diri agar terhindar dari konflik dengan diri sendiri dan lingkungannya. Individu yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik akan merasa gelisah, tidak tenang saat mendengarkan pelajaran, jarang bergaul dengan teman sebaya, bahkan mungkin mereka menjauhkan diri dari lingkungan.

Dalam hal ini peneliti telah melakukan *pra-survey* dengan menyebarkan kuesioner mengenai tingkat penyesuaian diri kepada 30 orang mahasiswa baru dan wawancara tidak terstruktur kepada 15 orang mahasiswa baru. Penyebaran kuesionar dan wawancara tersebut peneliti lakukan kepada mahasiswa baru program studi Pendidikan Administrasi Perkantoran tahun 2017. Hasil dari kuesioner tersebut telah peneliti nyatakan dalam bentuk grafik 1.1.

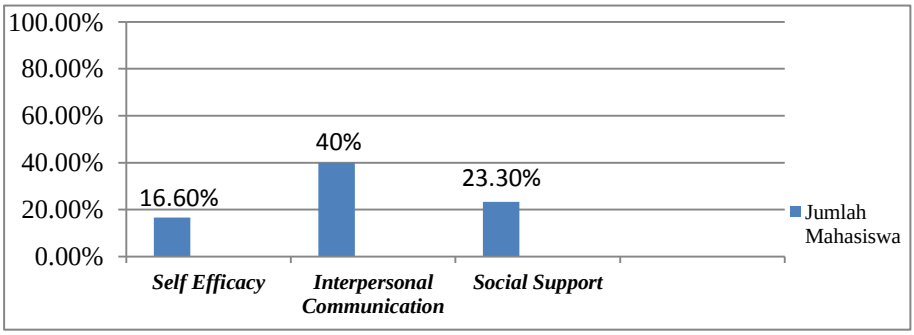
---

[1] Pussu Apriyana dkk. *Gambaran Penyesuan Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2011 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.*



Grafik 1.1
Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru
Sumber: **Data Diolah Peneliti**

Berdasarkan *pra-survey* yang dilakukan oleh peneliti kepada 30 orang mahasiswa baru dengan menyebarkan kuesioner serta wawancara tidak terstruktur mengenai tingkat penyesuaian diri kepada 15 orang mahasiswa baru program studi Pendidikan Administrasi Perkantoran 2017 adalah sebanyak 33,3% dari 30 orang mahasiswa baru tersebut mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dan 11 orang dari 15 orang yang peneliti wawancarai juga mengaku sulit menyesuaikan diri dengan diri sendiri maupun lingkungan baru mereka. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat penyesuaian diri mahasiswa. Faktor tersebut dapat dilihat pada grafik 1.2 dibawah ini.



Grafik 1.2
Faktor Lain Mempengaruhi Tingkat Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru
Sumber: **Data Diolah Peneliti**

Baik buruknya kemampuan penyesuaian diri individu dengan lingkungan akademik maupun sosial erat kaitannya dengan tingkat kesanggupan dan

keyakinan diri (*self efficacy)* individu. Individu yang memiliki tingkat *self efficacy* rendah merasa tidak yakin dengan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas serta tanggung jawab yang dimilikinya. Individu yang merasa tidak yakin dengan kemampuannya tersebut cenderung mudah merasa tertekan dan stress yang akan membuat kesuksesan semakin sulit untuk diraih. Berbeda dengan individu yang memiliki tingkat *self efficacy* tinggi, mereka akan dengan semangat menyelesaikan tugas-tugas, tidak mudah menyerah, mampu menggunakan pengetahuan maupun keterampilannya secara tepat dan yang terpenting adalah mereka mampu memotivasi diri sendiri untuk bertindak lebih persisten dan terarah sehingga dapat mencapai suatu tujuan yang mereka inginkan. Berdasarkan hasil survei pada 30 mahasiswa baru program studi Pendidikan Administrasi Perkantoran 2017, peneliti menemukan sebesar 16,6% mahasiswa baru memiliki tingkat *self efficacy* yang rendah.

Komunikasi antar individu atau disebut komunikasi interpersonal dibutuhkan untuk melakukan interaksi dengan orang lain dan menjalin hubungan sosial sehingga tercipta keseimbangan antar dirinya dengan lingkungannya. Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner, peneliti menemukan bahwa 40% mahasiswa baru mengaku sulit untuk berkomunikasi dengan orang baru dikarenakan kepribadian individu yang cenderung *introvert* dan disamping itu mereka mengaku akan memulai komunikasi apabila ada yang mengajaknya berkomunikasi terlebih dahulu. Hal tersebut mengakibatkan mahasiswa baru semakin sulit untuk berbaur dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial mereka.

Begitu beragam tuntutan yang diterima oleh mahasiswa menjadikan individu rentan terhadap stress. Stress yang dialami oleh individu akan berdampak pada banyak aspek kehidupan individu tersebut, misalnya dapat menurunkan motivasi dan prestasinya dalam belajar. Individu yang mengidap stress sangat membutuhkan dukungan sosial *(social support)* yang berasal dari orang-orang terdekat seperti orang tua, saudara, dan teman. Dukungan sosial yang didapatkan oleh individu akan membantu meningkatkan kepercayaan dirinya, selain itu individu juga akan merasa bahwa dirinya diperhatikan dan berharga.

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner, peneliti menemukan bahwa terdapat 23,3% mahasiswa baru program studi Pendidikan Administrasi Perkantoran 2017 yang merasa kurang mendapatkan dukungan sosial. Tidak sedikit mahasiswa baru yang merasa bahwa lingkungan sosial mereka seperti keluarga dan teman seringkali memberikan dukungan yang tidak tepat bahkan salah, sehingga menyebabkan individu merasa malas untuk berbagi cerita kepada orang lain dan membuat individu lebih senang menyimpan rasa tertekannya sendiri. Hal tersebut berdampak pada stress yang akan berdiam lebih lama di dalam diri individu.

Selain faktor di atas, faktor lain yang mempengaruhi sulitnya mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri ialah bentuk pertemanan yang lebih kompleks. Tidak sedikit mahasiswa yang peneliti wawancarai merasa bahwa lingkungan pertemanan di perguruan tinggi berbeda dengan lingkungan sekolahnya dahulu. Lingkungan pertemanan dengan teman sebaya di perguruan tinggi terasa semakin kompleks. Hal tersebut dikarenakan berbagai macam perbedaan seperti latar

belakang suku, budaya, serta agama yang seringkali menimbulkan *miss communication* antar sesama.

Penyesuaian diri yang buruk dapat juga dikarenakan dari iklim perguruan tinggi itu sendiri. Iklim di perguruan tinggi dapat menjadi penyebab terjadinya penyesuaian diri yang buruk bagi individu karena tidak semua perguruan tinggi mampu menciptakan kondisi yang sosiabel bagi mahasiswanya. Maksud dari sosiabel disini adalah belum semua perguruan tinggi mampu menjamin bahwa mahasiswa dapat menjalin hubungan dan interaksi sosial secara merata, lancar, dan baik. Ditambah lagi, masih banyak kelompok-kelompok eksklusif yang terbentuk di masyarakat tidak terkecuali dalam lingkup perguruan tinggi. Kelompok-kelompok tersebut terbentuk dari adanya berbagai macam kesamaan antar individu seperti latar belakang kekayaan, hobi, agama, bahkan aliran politik. Tidak sedikit individu yang memaksakan kehendak untuk masuk ke dalam kelompok eksklusif tersebut agar dapat diakui oleh lingkungannya. Namun, di sisi lain individu yang tidak memiliki kesamaan dengan kelompok eksklusif akan mengasingkan diri bahkan menjauhkan diri dari lingkungan.

Dalam lingkungan pendidikan yang kondusif hendaknya terjalin hubungan yang harmonis antar komponen di dalamnya. Penyesuaian diri yang rendah dapat pula disebabkan oleh hubungan sosial yang tidak harmonis. Hubungan sosial yang dimaksud disini meliputi hubungan mahasiswa dengan mahasiswa, dosen dengan mahasiswa, maupun dosen dengan dosen. Kondisi hubungan sosial yang tidak harmonis dapat menciptakan ketidaknyamanan di lingkungan tersebut. Ketidaknyamanan tersebut akan menghambat aktivitas dari individu yang terlibat di dalamnya.

Selain itu, sulitnya melakukan penyesuaian diri kerap kali disebabkan oleh kondisi fisik yang tidak sehat. Individu yang kondisi fisiknya tidak sehat akan dipenuhi dengan perasaan-perasaan negatif seperti merasa rendah diri, menyalahkan keadaan diri sendiri, dan tidak percaya diri. Sebaliknya, individu yang memiliki kondisi fisik sehat akan lebih mudah menyesuaikan diri karena mereka akan lebih percaya diri dan dapat menerima keadaan diri. Hal tersebut akan menjadi kondisi menguntungkan bagi proses penyesuaian dirinya. Contoh kondisi fisik tidak sehat misalnya, individu yang kelelahan dan stress akan menjadi kurang percaya diri dan kurang mampu melaksanakan tanggung jawab yang diberikan kepadanya.

Rendahnya kemampuan dalam menyesuaikan diri pada mahasiswa baru akan menghambat produktivitas individu pada semester-semester berikutnya. Penyesuaian diri yang akan peneliti bahas disini bukan hanya kepada lingkungan saja melainkan juga kepada diri individu sendiri. Penyesuaian diri terhadap diri sendiri ditandai dengan tidak adanya emosi-emosi negatif seperti perasaan tertekan, benci, gelisah, iri hati, dan frustasi. Sedangkan penyesuaian diri terhadap lingkungan adalah ketika individu dapat mematuhi norma dan nilai yang dianut dalam lingkungan tersebut sehingga individu dapat diterima oleh lingkungannya. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah peneliti deskripsikan di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan rendahnya penyesuaian diri pada mahasiswa baru di Universitas Negeri Jakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dikemukakan bahwa rendahnya penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat awal di Universtas Negeri Jakarta disebabkan oleh hal-hal berikut:

1. Lingkungan pertemanan yang kompleks.
2. Iklim perguruan tinggi tidak sosiabel.
3. Hubungan sosial tidak harmonis.
4. Kondisi fisik tidak sehat.
5. Rendahnya keyakinan diri (*self efficacy*) mahasiswa.
6. Rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal.
7. Kurangnya dukungan sosial (*social support)* yang diperoleh mahasiswa.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dideskripsikan di atas, ternyata masalah rendahnya penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat awal memiliki berbagai penyebab yang cukup luas. Tidak seluruh masalah-masalah akan dibahas mengingat keterbatasan peneliti baik dalam segi kemampuan, waktu, tenaga, dan biaya. Agar penelitian lebih spesifik dan terfokus, maka peneliti akan membatasi masalah pada "Hubungan *Self Efficacy* dan *Social Support* terhadap *Self Adjustment* pada Mahasiswa Baru Universitas Negeri Jakarta"

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan dengan pembatasan masalah tersebut, maka perumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Self Adjustment* pada mahasiswa tingkat awal di Universitas Negeri Jakarta?
2. Apakah terdapat hubungan antara *Social Support* dengan *Self Adjustment* pada mahasiswa tingkat awal di Universitas Negeri Jakarta??
3. Apakah terdapat hubungan antara *Self Efficacy* dan *Social Support* secara bersama-sama dengan *Self Adjustment* pada mahasiswa tingkat awal di Universitas Negeri Jakarta?

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna agar dapat lebih memahami dan mengembangkan wawasan berpikir khususnya mengenai hubungan *self efficacy* dan *social support* dengan *self adjustment*.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Peneliti, penelitian ini berguna bagi peneliti untuk menambah wawasan tentang *Self Adjustment* di lingkungan perguruan tinggi terutama hubungannya dengan tingkat *Self Efficacy* dan *Social Support* pada mahasiswa tingkat awal.

b. Bagi Universitas Negeri Jakarta, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan referensi bacaan yang relevan dan bermanfaat bagi penelitian yang akan datang

khususnya bagi mahasiswa program studi Pendidikan Administrasi Perkantoran.

c. Bagi Pembaca, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan terhadap ilmu pengetahuan dan memperkaya wawasan mengenai *Self Adjustment* dan hubungannya terhadap *Self Efficacy* dan *Social Support*.