

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa semenjak masuk masa perkuliahan sering menempuh transformasi struktur pembelajaran karena desakan tugas bertambah sulit daripada masa Sekolah Menengah Atas, agar tidak tertinggal pelajar diperlukan kesanggupan menyesuaikan diri. (Wijaya & Pratitis, 2012). Menempuh perguruan tinggi berarti mengimplikasikan diri di dalam lingkungan hidup dan lingkungan akademis yang mendasar, berlainan ketika berada di lingkungan Sekolah Menengah Atas (Estiane, 2015).

Definisi kesuksesan pendidikan individu dilihat dari seberapa besar pengaruhnya dalam mendukung kemampuan untuk beradaptasi terhadap keperluan dan desakan lingkungannya (Estiane, 2015). Seseorang yang memiliki kepribadian yang baik mampu menyesuaikan diri dan melawan gelombang informasi serta dampak yang menghampirinya (Rohmah, 2004). Mahasiswa ketika memasuki pendidikan yang baru akan mengalami masalah penyesuaian diri (Utami, 2016). Ketidakmampuan selama penyesuaian diri bisa memicu tindakan yang apatis, sehingga memunculkan tanda-tanda psikomatis seperti depresi, kecemasan tinggi, ketergantungan pada orang lain, rasa rendah diri dan lain-lain (Wijaya, 2016).

Untuk mencegah hal-hal yang negatif mahasiswa perlu memiliki *self esteem* yang tinggi agar mampu menghormati diri sendiri, dapat melihat dirinya setara terhadap individu lain dan memiliki keinginan untuk maju dan berkembang (Refnadi, 2018). Hariyadi (2003) mengemukakan *self esteem* merupakan salah satu faktor yang memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri (Permatasari & Savira, 2018). *Self-Esteem* (harga diri) merupakan gambaran seseorang kepada pribadinya secara menyeluruh, berupa gambaran yang baik atau buruk (Nurvita & Handayani, 2015).

Mahasiswa yang memiliki *self-esteem* yang tinggi mampu menghormati diri sendiri, merasa berharga dan memiliki gambaran ke depan yang baik,

begitupula sebaliknya *self-esteem* yang negatif memicu masalah buruk dari lingkungan sosial dan psikososial (Refnadi, 2018). *Self esteem* sangat berperan dalam penyesuaian diri pada mahasiswa, mahasiswa dengan *self esteem* yang tinggi maka akan bangga terhadap kampusnya dan dapat menyesuaikan diri (Oetomo, Yuwanto, & Rahaju, 2017). Tanggapan tersebut sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan subjek I yang berinisial WS mahasiswa psikologi semester 3:

“Kalau tugas kuliah sama sekolah kan beda ya mba jadi saya masih kesulitan kalau dapat tugas harus cari referensinya yang jelas nggak boleh copas ajah gitu, IP saya semester 2 ini naik dikit sih mba. belum ikut organisasi mbak masih takut belum kenal sama temen-temen yang lain. Kalau tugas kelompok saya lebih suka milih sendiri soalnya bisa bareng sama temen dekat mba.

Mahasiswa ketika masa sekolah sudah terbiasa tinggal bersama keluarga, namun ketika menjadi mahasiswa terutama untuk mahasiswa yang merantau diluar kota atau pulau maka harus berpisah dengan keluarga yang menimbulkan *homesickness* atau rindu terhadap rumah, sehingga perlu penyesuaian diri (Thurber & Walton, 2012). Berkaitan dari wawancara pada subjek II yang berinisial YA mahasiswa psikologi semester 3 mengatakan:

“Karena saya maba ya mbak jadi awal-awal pasti ada masalah kayak di kost pengen pulang, terus kost saya juga tipe individual soalnya kamar mandi dalam jadi ya kalo di kost di kamar saja mbak, tapi kalo masalah dikampus saat pembagian kelompok sama temen yang belum kenal itu males mba. Kalau Ipnya semester 2 ini naik, kalau masuk psikologi sebenarnya bukan kemauan sendiri atau pilihan orangtua, karena dulu rencananya masuk ekonomi tapi karena ikut sbptn nggak lolos jadi nggak tau kenapa tiba-tiba masuk psikologi. Kalau untuk pindah fakultas dulu pernah kepikiran mau pindah tapi sekarang udah ngga. Belum ikut organisasi mbak belum minat, ya nanti takut ngga bisa berbaur sama temen gitu mba.”

Penyesuaian diri bisa dihasilkan dari belajar mengerti, memahami dan berupaya mengerjakan sesuatu yang dikehendaki diri sendiri agar tidak merasa tertekan dan selaras dengan lingkungannya, sehingga dapat diterima di lingkungan dengan baik (Timorora, Hartati, & Fauziah, 2012). Hal tersebut berkaitan dengan wawancara yang dilakukan dengan subjek III yang berinisial SL mengemukakan:

“Saya pertama kali masuk psikologi itu belum tau mbak kayak gimana sih psikologi itu, saya juga mikirnya psikologi nggak ada itung-itungannya jadi saya pilih ternyata ada itung-itungannya juga hehe dulu juga saya dari pesantren jadi sedikit pelajaran umumnya. Sekarang juga saya kuliah tinggal di pesantren mbak, saya ngerasa perbedaannya kontras anget antara pondok mahasiswa sama pondok pelajar, dulu kalo pondok pelajar itukan jadwalnya sekolah sama sedangkan kalo pondok mahasiswa itu berbeda-beda jadi saya jarang bisa ketemu temen-temen jadi saya ngerasa nggak punya temen gitu mba kalau di pondok. Kalau IP nya semester 2 ini lebih bagus daripada semester 1 mbak, tapi kalo masalah tugas kelompok saya nggak suka mba kalo diminta milih kelompok sendiri soalnya nanti temennya itu saja nggak ganti-ganti. Saya ikut 1 organisasi di fakultas mbak, masih belajar managemen waktu mbak”

Berdasarkan hasil wawancara di atas yang dilakukan pada beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA dapat diketahui bahwa mahasiswa masih merasa cemas dalam membangun hubungan dengan individu yang belum dikenal, sehingga ragu untuk mengikuti organisasi dan merasa kesepian di tempat kost. *Self esteem* yang positif dapat mengendalikan kesepian, kecemasan dan penolakan sosial, sehingga *self esteem* berperan utama terhadap penyesuaian diri di lingkungan atau tempat tinggal baru untuk mahasiswa baru (Oetomo et al., 2017). Seseorang dengan *self esteem* yang baik mampu menyesuaikan diri dengan baik, sebaliknya seseorang yang memiliki *self esteem* yang rendah maka penyesuaian dirinya juga cenderung rendah.

Sejauh pengetahuan penulis, sudah terdapat beberapa jenis penelitian yang serupa tentang penyesuaian diri. Salah satunya penelitian yang dilakukan (Permatasari & Savira, 2018) dengan judul “Hubungan antara *Self-Esteem* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya” hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Psikologi angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Penelitian yang berjudul “Hubungan *Self-Esteem* dengan Penyesuaian Diri terhadap Masa Pensiun pada Pensiunan Perwira Menengah TNI AD” dilakukan oleh Desiningrum (2012) hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* para pensiunan Pamen TNI AD dengan kemampuan penyesuaian diri masa pensiunnya dengan nilai $p < 0,01$.

Penelitian yang dilakukan Timorora et al.,(2012) berjudul “Hubungan antara Self Esteem dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Tahun Pertama SMA Krista Mitra Semarang” hasil yang diperoleh dari uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan sangat signifikan dengan korelasi $r_{xy}=0,740$ dan $p=0,000$ ($p < 0,01$) yang berarti kedua variabel bersifat positif. Hasil dari penelitian-penelitian tersebut, perbedaan dengan penelitian ini yakni pada subjeknya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberi sumbangan pemikiran bagi pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial tentang *self esteem* dengan penyesuaian diri

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai literatur bagi penelitian selanjutnya untuk mengungkap aspek-aspek yang terkait penyesuaian diri pada mahasiswa.