

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa tahun pertama merupakan seseorang yang melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi. Masa awal perkuliahan bagi mahasiswa tahun pertama akan mengalami masa peralihan atau transisi dalam berbagai bidang kehidupan dimana mahasiswa rentan mengalami tingkat stress yang tinggi yang berhubungan dengan kesehatan mental (Conley, Travers, & Bryant, 2013). Tahun pertama perkuliahan merupakan masa transisi, karena mahasiswa akan mengalami perubahan-perubahan seperti penyesuaian dalam memenuhi kebutuhan, serta tuntutan akademik dan hubungan sosial untuk mencapai kesuksesan (Arjanggi & Kusumaningsih, 2016). Masa transisi melibatkan suatu struktur sekolah yang lebih besar, tidak bersifat individual, interaksi dengan teman sebaya yang lebih beragam meliputi; latar belakang geografis dan etnis, serta bertambahnya tekanan untuk mencapai prestasi, kinerja, dan nilai-nilai ujian yang baik (Santrock, 2002). Transisi lainnya yaitu, dari yang awalnya tinggal di rumah menjadi tinggal jauh dari rumah juga menjadi masa perpindahan yang penting bagi mahasiswa baru atau mahasiswa tahun pertama (Thurber & Walton, 2012).

Perubahan yang dialami mahasiswa baru pada masa awal perkuliahan disebabkan karena adanya beberapa perbedaan sifat pendidikan yang diterapkan di sekolah menengah atas dengan di perguruan tinggi, seperti perbedaan kurikulum, sistem pengajaran, kedisiplinan, serta hubungan antara mahasiswa dengan dosen (Gunarsa & Gunarsa, 2001). Dalam menghadapi situasi seperti perbedaan serta perubahan tersebut, mahasiswa tahun pertama dituntut untuk mampu menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi agar dapat membangun relasi dengan lingkungan sosial barunya tersebut, mampu mengembangkan orientasinya terhadap institusi, serta diharapkan berperan aktif menjadi anggota yang produktif di lingkungan kampus, dan mampu menyesuaikan diri dengan peran serta tanggung jawab barunya (Credé & Niehorster, 2012). Individu dikatakan mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik ditandai dengan tidak menunjukkan adanya

mekanisme-mekanisme psikologis, memiliki pertimbangan yang rasional, serta pengarahannya yang baik, mampu dalam belajar, menghargai suatu pengalaman dan bersikap realistis serta objektif (Hartono & Sunarto, 2008).

Penyesuaian diri merupakan kesejahteraan bagi mahasiswa yang dapat dijadikan landasan kemampuan beradaptasi yang berhubungan dengan penyesuaian akademik, sosial, stabilitas emosi, dan kelekatan terhadap institusi atau perguruan tinggi (Beyers & Goossens, 2003). Selama proses penyesuaian diri banyak dijumpai masalah-masalah psikologis pada mahasiswa baru yang bersumber dari akademik maupun non-akademik, hal-hal baru yang terdapat di lingkungan perguruan tinggi tersebut menuntut mahasiswa untuk memiliki kesiapan secara psikologis maupun sosial karena penyesuaian diri menuntut kemampuan mahasiswa untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri serta lingkungannya (Willis & Sofyan, 2005).

Setiap individu pasti mempunyai masalah hidupnya masing-masing dalam mencapai tujuan hidup, dan penyesuaian diri merupakan suatu keadaan atau sebagai proses yang menentukan berhasil atau tidaknya individu tersebut dalam menghadapi masalah tersebut (Haber & Runyon, 1984). Mahasiswa dituntut untuk mampu melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang baru, apabila penyesuaian yang dilakukan mahasiswa buruk dengan kehidupan di perguruan tinggi, mungkin memaksa mahasiswa untuk meninggalkan perguruan tinggi tersebut, masalah yang dialami mahasiswa pada tahun-tahun pertama dalam penyesuaian dirinya yaitu kesulitan terhadap perbedaan budaya, agama, bahasa, perpisahan jarak dengan orang tua, takut pada kegagalan serta perbedaan metode belajar dan hubungan sosial (Mudhovozi, 2012).

Tahun 2020 merupakan masa dimana mahasiswa mengalami transisi dari pembelajaran yang semulanya luar jaringan sekarang harus dalam jaringan, banyak sekali problem yang harus mereka alami baik belum siap untuk pembelajaran daring dan komunikasi yang akan berbeda pula sehingga mereka intuitif untuk dapat beradaptasi menyesuaikan diri. Proses penyesuaian diri diperlukan ketika seseorang memasuki situasi atau kondisi lingkungan yang baru, dan hal yang sama tentu saja akan dialami oleh mahasiswa (Sobur, 2009). Masalah yang perlu diperhatikan oleh

mahasiswa baru ketika pertama kali memasuki perguruan tinggi diantaranya; pertama ialah perbedaan cara belajar di sekolah menengah atas dengan perguruan tinggi, kedua yaitu perpindahan tempat dari kampung halaman ke daerah tempat mahasiswa menuntut ilmu di perguruan tinggi, ketiga yaitu mencari teman baru dan hal yang berkaitan dengan pergaulan, keempat yaitu berhubungan dengan perubahan relasi, yang mana relasi mahasiswa dengan keluarganya tidak lagi bersifat pribadi, dan yang kelima berkaitan dengan pengaturan waktu (Siswanto, 2007).

Peneliti melakukan wawancara kepada beberapa mahasiswa tahun pertama sebelum melakukan penelitian, berikut ini adalah tanggapan mahasiswa tahun pertama terhadap penyesuaian diri di perguruan tinggi:

Wawancara I : pada tanggal 20 Oktober 2020, mahasiswa tahun pertama berinisial SN

*“...Saya merasa takut pas awal-awal pembelajaran kak, apalagi kan angkatan saya kuliahnya online, pertemuannya lewat zoom, harus pinter ngatur waktu, dan sering-sering pasang alarm gitu deh kak. Soalnya kalo ga diri kita sendiri yang ngatur waktu, kita bakal ketinggalan tuh kelas online nya. Tugas juga dikumpulin online. Harus extra pinter ngatur waktu deh pokoknya.”*

Wawancara II : pada tanggal 20 Oktober 2020, mahasiswa tahun pertama berinisial AS

*“...Bingung pas awal-awal pakai aplikasi zoomnya kak, ya bisa dibilang first time gitukan kuliah online, pas SMA juga gak pernah belajar lewat zoom. Agak kaget aja kak, dan keteteran gitu. Kadang hampir lupa ada zoom jam berapa, dan juga koneksi internet kurang stabil. Kalo pas koneksi internet gak stabil tuh udah deh pasrah, gak denger dosen jelasin apa. Terus juga materi kuliah kan lebih banyak dan lebih fokus ke jurusan yang kita ambil, jadi kita harus bener-bener ngerti tuh materi-materi nya.”*

Berdasarkan dari hasil wawancara tersebut peneliti menyimpulkan bahwa belum sepenuhnya mahasiswa tahun pertama dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik terhadap lingkungan barunya, keadaan yang mengharuskan mereka beradaptasi dengan keadaan yang sekarang sedang Covid-19 mengharuskan mereka untuk mengikuti pembelajaran dengan metode yang baru dan harus menyesuaikan

diri baik dengan proses pembelajaran dan lingkungan pembelajaran yang semuanya dilakukan melalui daring. Pandemi covid 19 masih belum dipastikan kapan dapat berakhir, sehingga apabila kondisi ini masih saja seperti ini, mahasiswa juga akan mengalami stress karena tekanan-tekanan dari kampus yang mengharuskan mahasiswa tetap produktif (Sari, dkk, 2020). Ketidakmampuan sosial yang dirasakan mahasiswa tahun pertama akan menyebabkan mahasiswa tidak mampu beradaptasi secara sosial, secara emosional dan cenderung memiliki emosi yang tidak stabil (Sharma, 2012). Mahasiswa dikatakan mampu menyesuaikan diri di perguruan tinggi dengan lebih baik, yaitu ketika mereka memiliki keyakinan yang lebih besar pada kemampuan dirinya atau efikasi diri (Ramos-Sánchez & Nichols, 2007).

Efikasi diri merupakan suatu keyakinan dalam diri individu terhadap kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan dalam menghadapi situasi atau tugas tertentu (Santrock, 2009). Individu dengan karakteristik efikasi diri yang tinggi lebih mudah menyesuaikan diri dibandingkan dengan karakteristik efikasi diri yang rendah, individu dengan karakteristik efikasi diri yang tinggi adalah individu yang merasa yakin bahwa mereka dapat menghadapi suatu peristiwa atau situasi secara efektif, tekun dalam menyelesaikan suatu tugas, mempercayai kemampuan diri yang mereka miliki, menganggap kesulitan yang ada sebagai suatu tantangan bukan ancaman serta menyukai suasana baru, senang mencari tujuan yang menantang yang dapat meningkatkan kemampuan dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam apa saja yang dilakukannya dan berfokus pada usaha saat melakukan kesalahan atau kegagalan, dan mampu menghadapi berbagai macam stressor atau ancaman yang ada dengan keyakinan dirinya bahwa mereka mampu menghadapi situasi tersebut (Bandura, 1997). Individu dengan efikasi diri rendah biasanya memiliki perasaan cemas yang berlebih dan perasaan takut, menganggap tugas sebagai suatu ancaman dan berpikir bahwa tugas yang dihadapinya sangat sulit sehingga menjadi beban, mereka tidak berpikir untuk menghadapi tugas tersebut, tetapi malah menghindari serta mengurangi usaha yang dilakukan dan mudah menyerah (Wahyuni, 2015).

Penelitian mengenai efikasi diri dengan penyesuaian diri pernah dilakukan sebelumnya oleh beberapa peneliti, seperti yang dilakukan oleh Irfan & Suprapti (2014) mengenai hubungan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi pada mahasiswa baru. Penelitian membuahkan hasil koefisien korelasi antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri sejumlah 0,467 (dengan signifikansi 0,000), bermakna hipotesisnya diterima yakni adanya hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru.

Peneliti juga menemukan penelitian yang sejalan yakni penelitian yang dilakukan oleh Mamesah & Kusumiati (2019) mengenai hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang merantau. Menunjukkan adanya hubungan positif antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang merantau dengan  $r = 0,564$ ,  $p < 0,000$ .

Penelitian mengenai dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama yang diteliti oleh (Sa'idah & Laksmiwati, 2017), menunjukkan bahwa *self-efficacy* mempunyai hubungan yang signifikan terhadap penyesuaian diri pada santri tingkat pertama, dengan kontribusi variabel dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap penyesuaian diri sebesar 58%.

Orisinalitas penelitian ini yakni efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama, hal lainnya yaitu pada subjek penelitian, tempat penelitian, dan aspek yang digunakan. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama Universitas Islam Sultan Agung Semarang” sebagai judul penelitian.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini, yaitu: “apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Sultan Agung Semarang?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam bidang ilmu psikologi, terutama psikologi sosial dan psikologi perkembangan serta dapat memperkaya hasil penelitian yang telah ada.

#### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan berguna untuk memberikan gambaran serta informasi terkait efikasi diri dan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama, khususnya mahasiswa tahun pertama di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

