

**PROFIL PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA SEBAGAI DASAR
PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling



oleh

Halimatun Nihayah

NIM 1808544

**PROGRAM STUDI SARJANA BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2022

**PROFIL PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA SEBAGAI DASAR
PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI**

oleh

Halimatun Nihayah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan dalam Bidang Bimbingan dan Konseling

©Halimatun Nihayah 2022

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

HALIMATUN NIHAYAH
PROFIL PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA SEBAGAI DASAR
PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I,



Dr. Mamat Supriatna, M.Pd.
NIP 19600829 198703 1 002

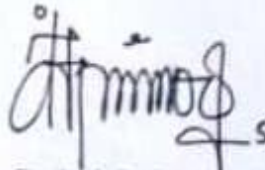
Pembimbing II,



Dr. Eka Sakti Yudha, M. Pd.
NIP 19830829 201012 1 004

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M. Pd.
NIP 19771014 200112 2 001

LEMBAR PERNYATAAN

*Dengan ini saya menyatakan skripsi dengan judul “**Profil Penyesuaian Diri Mahasiswa Sebagai Dasar Pengembangan Program Bimbingan Pribadi**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya*

Bandung, Agustus 2022

Halimatun Nihayah

ABSTRAK

Halimatun Nihayah (2022). Profil Penyesuaian Diri Mahasiswa sebagai Dasar Pengembangan Program Bimbingan Pribadi

Latar belakang penelitian didasari oleh pentingnya penyesuaian diri bagi mahasiswa karena pada situasi pasca pandemi covid, mahasiswa yang awalnya berkuliah secara *online*, harus dihadapkan dengan kuliah yang dilaksanakan secara tatap muka. Penyesuaian diri sangat penting karena mahasiswa harus menghadapi hal-hal yang belum ditemui sebelumnya. Dengan mengoptimalkan penyesuaian diri yang dimiliki, mahasiswa akan mudah untuk berinteraksi dengan lingkungan kampus yang akan selalu bertambah tantangan pada setiap semester. Tujuan penelitian adalah untuk memperoleh deskripsi tentang penyesuaian diri mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021 serta memperoleh program bimbingan pribadi berdasarkan profil penyesuaian diri. Pengumpulan data dari penelitian menggunakan instrumen penyesuaian diri yang telah diuji. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif, desain yang digunakan adalah survei. Populasi penelitian yaitu seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021 dengan sampel penelitian sebanyak 480 mahasiswa melalui teknik *non-probability sampling*, dengan pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Hasil penelitian yaitu 1) profil penyesuaian diri mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021 secara umum berada pada kategori *good adjustment*; 2) Program bimbingan pribadi yang layak menurut pertimbangan pakar BK. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai acuan untuk pengembangan program pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling bidang pribadi dengan karakteristik mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang baik.

Kata kunci: Penyesuaian diri, bimbingan pribadi, bimbingan dan konseling

ABSTRACT

background of the research is based on the importance of self-adjustment for students because in the post-covid pandemic situation, students who initially studied online had to be faced with face-to-face lectures. Adjustment is very important because students have to face things that have not been encountered before. By optimizing their adjustment, students will find it easy to interact with the campus environment which will always be more challenging every semester. The purpose of the study was to obtain a description of the self-adjustment of students of the Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia batch 2021 and obtain a personal guidance program based on the self-adjustment profile of students of the Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia batch 2021. Data collection from the study used an adjustment instrument that had been tested rationally, legibility test and empirical test. The research uses a quantitative approach with descriptive research methods, the design used in the study is a survey. The research population is all students of the Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia batch 2021 with a research sample of 480 students through non-probability sampling technique, with accidental sampling as the sample. The results of the research are 1) the self-adjustment profile of students of the Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia batch 2021 in general is in the good adjustment category; 2) Appropriate personal guidance program according to the consideration of BK experts. The results of the research can be used as a reference for the development of a program for implementing personal guidance and counseling services with the characteristics of students having good self-adjustment.

Keywords: *Self-adjustment, personal guidance, guidance and counseling*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Profil Penyesuaian Diri Mahasiswa Sebagai Dasar Pengembangan Program Bimbingan Pribadi”** dengan baik. Penyusunan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi sebagian syarat dalam mencapai gelar sarjana pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan dikarenakan oleh segala keterbatasan dan kemampuan yang penulis miliki. Namun, penulis berusaha untuk mempersembahkan skripsi ini dengan sebaik-baiknya agar dapat memiliki manfaat bagi banyak pihak. Oleh karena itu, penulis akan menerima segala kritik dan saran yang membangun dalam perbaikan skripsi ini.

Bandung, Agustus 2022

Penulis

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyusun skripsi dengan segala bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak baik moril maupun materiil. Pada kesempatan kali ini, dengan ketulusan hati yang paling dalam, Penulis mengucapkan terima kasih yang begitu besar kepada:

1. Dr. Mamat Supriatna, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk memberikan petunjuk dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II dan Pembimbing Akademik yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing Penulis sehingga skripsi ini dapat selesai.
3. (Alm) Dr. Nurhuda, M.Pd., selaku dosen pembimbing akademik selama 3 tahun terakhir yang senantiasa membimbing penulis dalam melaksanakan perkuliahan.
4. Dr. Ipah Saripah, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang senantiasa membantu Penulis dalam menuntaskan studi.
5. Ibu Nadia Aulia Nadhirah, M.Pd. dan Ibu Rina Nurhudi Ramdhani, M.Pd. yang telah bersedia memberikan *judgement* terhadap program bimbingan pribadi yang telah dikembangkan oleh penulis.
6. Kementerian Agama yang telah memberikan beasiswa penuh kepada penulis selama 4 tahun.
7. Segenap dosen dan staf Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu kepada Penulis selama perkuliahan.
8. Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021 yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi responden sehingga Penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan baik.
9. Ilham Arif Pebriansyah, S.Pd., yang selalu menemani, membantu, serta memberikan dukungan dan semangat kepada Penulis dalam mengerjakan skripsi, serta keluarga Bapak Ujang Yundani dan Ibu Popong Aidah yang senantiasa memberikan doanya kepada penulis
10. Sahabat-sahabatku tercinta di CSSMoRA UPI angkatan 2018 terkhusus Dela dan Putri, yang selalu memberikan semangat, dukungan dan doa.

11. Teman-teman KMNU UPI Angkatan 2018 tercinta, khususnya Neng Rina, Silvi, dan Gita yang senantiasa mendukung dan mendoakan penulis.
12. Sahabat-sahabatku di bimbingan dan konseling UPI Angkatan 2018, yang senantiasa memberikan banyak *support* kepada penulis.
13. Teman-teman CSSMoRA UPI Keluarga Mahasiswa Nahdlatul Ulama dan yang senantiasa memberikan doa dan semangatnya
14. Seluruh pihak terkait yang membantu Penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Terkhusus untuk kedua orang tua tercinta, Ibu Sofiatun, Bapak Afandi, kakak-kakak tercinta Yuli Retno Wulandari dan Dwi Vina Indriyani, keponakan-keponakan tercinta Arka Ziven Alarik, Rivi Avisya Zahrotussyiva, Schelo Aufa Mahardika, Rivi Keisha Naura Adzkiya serta keluarga besar yang selalu mencurahkan kasih sayang, memberikan doa, dan dukungan yang tiada hentinya agar Penulis dapat menyelesaikan studi dan skripsi ini.

Bandung, 22 Agustus 2022

Halimatun Nihayah

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	5
BAB II	6
KAJIAN PUSTAKA	6
KONSEP PENYESUAIAN DIRI DAN BIMBINGAN PRIBADI	6
2.1 Teori penyesuaian diri	6
2.2 Perkembangan Teori tentang Penyesuaian Diri	13
2.3 Penyesuaian Diri sebagai Salah Satu Tujuan Bimbingan dan Konseling ...	20
2.4 Program Bimbingan Pribadi	22
2.5 Penelitian yang Relevan	29
BAB III	33
METODE PENELITIAN	33
3.1 Desain penelitian	33
3.2 Partisipan Penelitian	33
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	34
3.4 Teknik Pengumpulan Data	34
3.5 Definisi Operasional Penyesuaian diri	40
3.6 Kisi-kisi Instrumen	41
3.7 Pedoman Skoring dan penafsiran	42
3.8 Pengujian Instrumen	44
3.9 Prosedur Penelitian	48

3.10 Analisis Data	49
BAB IV	56
TEMUAN DAN PEMBAHASAN	56
4.1 Hasil Penelitian	56
4.2 Pembahasan.....	81
BAB V.....	86
SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	86
5.1 Simpulan	86
5.2 Rekomendasi.....	87
DAFTAR PUSTAKA	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 <i>Pie Chart</i> Profil Umum Penyesuaian Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021	58
Gambar 4. 2 <i>Pie Chart</i> Profil Penyesuaian Diri pada Aspek Kognitif Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021	60
Gambar 4. 3 <i>Pie Chart</i> Gambaran Penyesuaian Diri pada Aspek afektif Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021	61
Gambar 4. 4 <i>Pie Chart</i> Gambaran Penyesuaian Diri pada Aspek Psikomotorik Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021	63

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Mahasiswa S-1 Fakultas Ilmu Pendidikan angkatan 2021	35
Tabel 3. 2 Matrix analisis konsep penyesuaian diri	37
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Diri Mahasiswa	42
Tabel 3. 4 Skoring Instrumen Penyesuaian Diri Mahasiswa	43
Tabel 3. 5 Rumus kategorisasi	44
Tabel 3. 6 Deskripsi Kategorisasi Penyesuaian Diri	45
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas.....	47
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas	49
Tabel 3. 9 Pola skoring.....	51
Tabel 3. 10 Hasil Kategorisasi umum data penyesuaian diri	52
Tabel 3. 11 Hasil kategorisasi Data Berdasarkan Aspek Kognitif.....	52
Tabel 3. 12 Hasil kategorisasi Data Berdasarkan Aspek Afektif.....	53
Tabel 3. 13 Hasil kategorisasi Data Berdasarkan Aspek Psikomotorik.....	Error!
Bookmark not defined.	
Tabel 3. 14 Hasil kategorisasi data penyesuaian diri mahasiswa.....	55
Tabel 4. 1 Hasil perhitungan Skor Ideal Profil Umum Penyesuaian Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021	57
Tabel 4. 2 Profil Umum Penyesuaian Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021	57
Tabel 4. 3 Profil penyesuaian diri mahasiswa pada setiap aspek.....	59
Tabel 4. 4 Profil Aspek Kognitif Penyesuaian Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.....	59
Tabel 4. 5 Profil Aspek Kognitif Penyesuaian Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.....	61
Tabel 4. 6 Gambaran Aspek Kognitif Penyesuaian Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.....	62
Tabel 4. 7 Deskripsi Kebutuhan Berdasarkan Profil Penyesuaian Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021	69
Tabel 4. 8 Deskripsi Kebutuhan setiap indikator Berdasarkan Profil Penyesuaian	

Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021	70
Tabel 4. 9 Rencana Kegiatan (Action plan) Bimbingan Pribadi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.....	74
Tabel 4. 10 Pengembangan Tema Layanan Bimbingan Pribadi	77
Tabel 4. 11 Format Evaluasi dan Tindak Lanjut Proses Layanan Bimbingan.....	78
Tabel 4. 12 Format Evaluasi dan Tindak Lanjut Hasil Layanan Bimbingan.....	79
Tabel 4. 13 Rencana Anggaran Biaya Program Bimbingan Pribadi.....	81
Tabel 4. 14 Hasil Uji Kelayakan Program Bimbingan Pribadi Berdasarkan Profil Penyesuaian Diri Mahasiswa.....	82

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2010). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik* (6 ed.). PT. Bumi Aksara.
- Amin, S. M. (2013). *Bimbingan dan Konseling Islam*. Amzah.
- Anugrah, D., & Kresnowiati, W. (2008). *Komunikasi antar budaya*. Jala Permata.
- Anwar, M. F. (2014). *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*. Deepublish.
- Arigi, A. A. (2014). *Tingkat Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru*. Universitas Sanata Dharma.
- Boharudin, & Liana, D. (2017). Auliaurasyidin. *Jurnal Pendidikan & Konseling*, 02(01), 1–17.
- Creswell, J. W. (2012). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Damayanti, N. (2012). *Buku Pintar Panduan Bimbingan dan Konseling*. Araska.
- Depdiknas. (2003). *Undang-undang RI No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional*.
- Depdiknas. (2008). *Peraturan Pemerintah RI No.19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan*. Depdiknas.
- Desmita. (2017). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (7 ed.). PT Remaja Rosdakarya.
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Cv Pustaka Setia.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2016). *Teori-teori psikologi* (3 ed.). Ar-ruz Media.
- Haber, A., & Runyon, R. P. (1984). *Psychology of Adjustment*. The Dorsey Press.
- Haditono, S. R. (2003). *Prinsip-Prinsip Bimbingan dan Penyuluhan*. Yayasan Penerbit FIP-IKIP.
- Hallen. (2005). *Bimbingan dan Konseling*. Quantum Teaching.
- Hamidah, K. K. (2021). Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran di Masa Pandemi Covid 19. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*.
- Inah, E. N. (2013). Peranan Komunikasi dalam Pendidikan. *Jurnal Al-Ta'dib*, 6(1), 177–188.
- Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan dan Konseling Sekolah. *Jurnal Pendidikan*

dan Kebudayaan, 17(4), 447. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v17i4.40>

- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21–31.
- Lazarus, R. (2002). *Adjusment and Personality*. McGraw Hill Book Company.
- Mudhovozi, P. (2012). Social and Academic Adjustment of First-Year University Students. *Journal Social Scienc*, 33(2), 251-259.
- Mutadin, Z. (2002). *Penyesuaian Diri Remaja*. http://www.e-psikologi.com/epsi/individual_detail.asp?id=390
- Nurfitriana, P. (2016). *Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta* [Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Permatasari, R. A., & Savira, S. I. (2017). *Hubungan antara Self-Esteem dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya*.
- Pramesti, T. L. (2019). *Penyesuaian Diri dalam Belajar Pada Mahasiswa Baru*. Universitas Sanata Dharma.
- Prayitno. (2004). *Pedoman Khusus Bimbingan dan Konseling*. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, departemen Pendidikan Nasiona.
- R. Soeroso. (2013). *Pengantar Ilmu Hukum*. Sinar Grafika.
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence* (7 ed.). McGraw-Hill.
- Schneider, A. A. (1964). *Personal Adjusment and Mental Health*. Holt, Rinehart and Winston.
- Sobur, A. (2011). *Psikologi Umum*. Pustaka Setia.
- Sudjana. (2001). *Metode & Teknik Pembelajaran Partisipatif*. Falah Production.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta CV.
- Suherman, U. A. (2011). *Manajemen Bimbingan dan Konseling*. Rizqi Press.
- Sukardi, D. K. (2010). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. PT Rineka Cipta.
- W.S.Winkel. (2000). *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah Menengah*. Gramedia.
- Willis, S. (2010). *Remaja & Masalahnya*. Alfabeta.

Yusuf, S., & Juntika Nurihsan. (2005). *Landasan Bimbingan & Konseling*.
PT.Remaja Rosdakarya.