

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang hidup berkelompok dan saling membutuhkan untuk dapat bertahan hidup (Inah, 2013). Sebagai makhluk sosial, manusia saling berinteraksi satu sama lain dalam sebuah kelompok. Manusia akan terus terhubung dengan orang lain, terlibat dalam kegiatan kerjasama, dan meningkatkan gaya hidup yang mengutamakan orientasi sosial (R. Soeroso, 2013). Sebagai makhluk sosial, fase pertumbuhan manusia dari lahir hingga meninggal tidak lepas dari interaksi dengan orang lain.

Fase yang dialami oleh manusia salah satunya yaitu masa dewasa awal. Masa dewasa awal merupakan masa transisi dari masa remaja ke masa dewasa. Individu akan mengalami masa transisi saat melewati tahap perkembangan. Masa transisi akan terjadi ketika anak-anak menjadi remaja, kemudian remaja menjadi dewasa. Selain transisi perkembangan, terdapat transisi masa sekolah. Dimulai dari taman kanak-kanak, sekolah dasar, sekolah menengah hingga menuju perguruan tinggi (Santrock, 2007). Transisi siswa dari SMA ke perguruan tinggi adalah transisi paling kompleks karena seringkali melibatkan banyak perubahan dan stress (Santrock, 2007).

Mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai jenis tantangan dalam hidup. Masalah yang sering dihadapi mahasiswa baru disebut dengan *top-dog phenomenon*, yaitu perubahan posisi sebagai senior SMA menjadi mahasiswa baru di perguruan tinggi (Santrock, 2007). Transisi dari sekolah ke perguruan tinggi mengalami perbedaan signifikan seperti teman sebaya yang berasal dari daerah yang berbeda, ditambah tekanan prestasi yang harus diperoleh dengan nilai yang bagus (Santrock, 2007).

Beragam tantangan ditemui mahasiswa baru saat masa peralihan dari Sekolah Menengah ke Perguruan Tinggi. Hal tersebut dapat terjadi sebab mahasiswa harus menyesuaikan diri terhadap perubahan akibat pandemi COVID 19. Dengan berbagai hal tersebut, hendaknya seorang mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan berbagai lingkungan dan suasana baru. Jika tidak dapat menyesuaikan diri, mahasiswa akan susah menjalani dunia kuliah dengan baik.

Kehidupan kampus merupakan peluang sekaligus tantangan bagi mahasiswa bagaimana agar dia bisa menyesuaikan dengan keadaan baru. Tantangan dalam menyesuaikan diri dapat menjadi lebih rumit ketika perbedaan budaya, setting tempat perkuliahan, dan sistem perkuliahan yang berbeda di sekolah. Jenis penyesuaian yang terjadi pada mahasiswa diantaranya yaitu terdapat beberapa kelompok yang memiliki kesempurnaan, persaingan secara individual dan IPK semester (Permatasari & Savira, 2017).

Penyesuaian diri merupakan aspek yang sangat penting dalam upaya individu untuk mengatasi tekanan emosi yang kurang menyenangkan sebab dorongan kebutuhan, serta upaya untuk menyelaraskan hubungan individu dengan kehidupan yang nyata. Penyesuaian diri menurut Schneiders merupakan sebuah proses kematangan individu dan perilaku manusia dalam menghadapi kebutuhan dan lingkungan. Proses penyesuaian diri merupakan hal yang cukup kompleks, karena cara individu menrespon suatu kebutuhan dapat bertentangan dengan lingkungan. Sebuah konflik dapat muncul sebab dua kebutuhan internal yang saling bertentangan, dua kebutuhan eksternal yang berbeda, atau kebutuhan internal tidak sesuai dengan kebutuhan eksternal (Lazarus, 2002). Penyesuaian diri dianggap rumit dan harus dilalui oleh mahasiswa agar dapat berhasil di perguruan tinggi (Permatasari & Savira, 2017).

Berbagai jenis faktor berpengaruh dalam proses penyesuaian diri, salah satunya yaitu faktor internal, seperti faktor psikologis, fisiologis, dan faktor perkembangan dan kematangan. Selain itu faktor eksternal juga berpengaruh, seperti faktor lingkungan, faktor agama dan budaya (Fatimah, 2006). Faktor lingkungan meliputi keluarga, sekolah, masyarakat, kebudayaan dan agama serta kebiasaan. Kebiasaan menjadi salah satu faktor terhambatnya penyesuaian diri pada mahasiswa sebab setiap manusia memiliki perbedaan pandangan tentang sikap dan nilai, sikap, dan kepribadian yang terbentuk dari keluarga dan lingkungan (Anugrah & Kresnowiati, 2008)

Beradaptasi dengan lingkungan perguruan tinggi merupakan proses yang harus dilalui oleh seluruh mahasiswa di perguruan tinggi. Selama proses penyesuaian diri, ditemui berbagai problem psikologis yang bersumber dari

permasalahan akademik dan nonakademik. Pada permasalahan akademik, mahasiswa akan mengalami kesulitan dalam hal studi, seperti metode mengajar, materi perkuliahan, menurunnya IPK, sistem akademik yang berbeda seperti adanya SKS (satuan kredit semester) serta sistem nilai IP yang diterima mahasiswa pada setiap semester. Selain masalah akademik juga terdapat masalah non akademik, seperti adanya perbedaan lingkungan pertemanan yang baru, serta berbagai UKM (unit kegiatan mahasiswa) dan juga organisasi kemahasiswaan (Pramesti, 2019).

Mahasiswa pada tahun akademik 2021/2022 memiliki banyak tantangan. Diantaranya yaitu pandemi COVID 19 yang hadir tahun 2020 sehingga mahasiswa terpaksa untuk mengikuti kegiatan secara daring. Sejak dua tahun mengalami pandemi COVID 19, banyak sekali individu yang menyesuaikan diri dengan keadaan yang disebut dengan *new normal*. Hingga di awal bulan april tahun 2022, pemerintah memberikan kelonggaran untuk berinteraksi di pandemi COVID 19 kemudian pandemic telah beralih menjadi endemic yang artinya seluruh masyarakat diperbolehkan berinteraksi secara bebas yang kemudian juga berlaku untuk perguruan tinggi. Pada semester ganjil tahun akademik 2022/2023, kegiatan perkuliahan telah ditetapkan untuk dilaksanakan secara tatap muka yang berarti bahwa mahasiswa harus menyesuaikan kembali dari pertemuan yang sering dilaksanakan secara daring berubah menjadi tatap muka. Banyak yang harus disesuaikan seperti pakaian, interaksi sosial dengan teman dan dosen, waktu, dan lain sebagainya.

Penelitian sudah banyak dilakukan seperti penyesuaian diri pada mahasiswa psikologi UMS yang mengalami berbagai kendala dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi baik secara akademik maupun non akademik. Selama kuliah, mahasiswa menangani sejumlah stressor unik khususnya transisi yakni mahasiswa mengalami pengalaman pertama, termasuk gaya hidup baru, teman baru, cara berpikir, dan budaya yang baru.

Berdasarkan penjelasan diatas, penelitian yang ditulis bertujuan untuk mengetahui penyesuaian diri pada mahasiswa. Penyesuaian diri merupakan topik yang sangat penting untuk dibahas, karena setiap jenjang tingkat kehidupan pasti

membutuhkan penyesuaian diri, termasuk penyesuaian diri pada perguruan tinggi. Tema penelitian tersebut akan berdampak pada pengumpulan informasi mengenai penyesuaian diri mahasiswa yang selanjutnya akan digunakan untuk mengembangkan program bimbingan dan konseling khususnya dalam bidang pribadi. Selain itu, penelitian yang ditulis juga dapat memberikan informasi kepada penulis setelahnya atau bagi mahasiswa yang sedang menyesuaikan diri agar dapat mempersiapkan diri sehingga tidak menimbulkan gegar budaya.

## **1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah**

Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021 berada pada tahap perkembangan dewasa awal. Tahap perkembangan dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap kehidupan yang baru dan lingkungan sosial yang baru. Selain itu mahasiswa baru Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia berasal dari berbagai daerah yang berbeda sehingga akan menyesuaikan lingkaran pertemanan dari daerah yang berbeda dan dunia sosial baru. Meskipun masih dalam keadaan pandemi, mahasiswa baru tetap menyesuaikan diri dari dunia SMA ke perkuliahan karena sistemnya sangat berbeda baik secara akademik maupun sosial. Penyesuaian diri akan menentukan apakah mahasiswa dapat melanjutkan perkuliahan dengan baik atau tidak.

Berdasarkan paparan tersebut, maka masalah utama penelitian yaitu bagaimana profil penyesuaian diri mahasiswa. Rumusan masalah di atas diturunkan ke dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Seperti apa profil penyesuaian diri mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021.
2. Bagaimana program bimbingan pribadi berdasarkan profil penyesuaian diri mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian bertujuan untuk:

1. Memperoleh deskripsi tentang penyesuaian diri Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021

2. Memperoleh program bimbingan pribadi berdasarkan profil penyesuaian diri mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2021

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Penelitian menghasilkan fakta deskriptif penyesuaian diri. Fakta tersebut dapat memperoleh konstruk teori tentang penyesuaian diri.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Penelitian menghasilkan deskriptif tentang penyesuaian diri sehingga dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam konstruk teori mengenai penyesuaian diri dan Sebagai dasar untuk pengembangan program bimbingan pribadi mengenai penyesuaian diri.

#### **1.5 Struktur Organisasi Skripsi**

Penelitian ditulis dalam lima bab dengan sistematika sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan menjelaskan mengenai latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, variabel penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

BAB II Kajian Pustaka menjelaskan mengenai konsep-konsep teori dalam bidang yang dikaji mengenai penyesuaian diri serta penelitian terdahulu yang relevan.

BAB III Metode Penelitian menjelaskan mengenai desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, dan prosedur penelitian, serta analisis data.

BAB IV Temuan dan Pembahasan menjelaskan mengenai deskripsi temuan penelitian, pembahasan hasil penelitian, serta keterbatasan penelitian.

BAB V Kesimpulan dan Rekomendasi yang terdiri dari kesimpulan dan rekomendasi