

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa peralihan dari sekolah menengah ke perguruan tinggi merupakan tahap yang kompleks. Feldt et al. (2011) menjelaskan bahwa tahun pertama dalam perkuliahan merupakan tahap yang kompleks dan menantang. Asiyah (2013) menjelaskan bahwa secara umum mahasiswa tahun pertama biasanya masih menunjukkan sifat remajanya karena mereka belum sepenuhnya dapat menunjukkan sifat dewasa saat melewati fase transisi. Pada lingkup perguruan tinggi, mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan semua perubahan lingkungan serta struktur pengajaran yang baru (Gan et al, 2019).



Sekolah menengah atas masih menggunakan jadwal reguler untuk pengajaran, guru yang masih terlibat dengan siswa, dan proses pengambilan keputusan di mana lingkungan masih berpengaruh signifikan pada setiap pilihan. Norin (2004) menyoroti bahwa sistem pendidikan SMA masih sangat kaku dan tidak memberikan keleluasaan kepada siswa untuk memutuskan sendiri topik-topik yang terkait dengan minat dan keterampilan mereka sendiri dalam studi mereka. Dibutuhkan banyak pekerjaan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru karena sistem pendidikan di SMA ini menumbuhkan tingkat ketergantungan yang sangat tinggi pada siswanya (Adiwaty & Fitriyah, 2015).

Perguruan tinggi mengekspos individu ke berbagai tantangan baru, seperti kurikulum yang berbeda, tuntutan akademik yang baru, serta kebebasan dan kemandirian dalam menjalankan kegiatan akademik (Credé dan Niehorster, 2012). Mahasiswa tahun pertama harus belajar bagaimana membangun lingkungan sosial baru, mengembangkan orientasi berdasarkan institusi tempat mereka diterima, menjadi anggota komunitas universitas yang produktif, dan beradaptasi dengan peran dan tanggung jawab baru (Aderi et al., 2013; Credé & Niehorster, 2012; Kneipp et al., 2009). Penyesuaian dengan teman sebaya, pengembangan keterampilan akademik, termasuk membaca dan menulis, orientasi pada budaya perguruan tinggi, kebijakan, dan ekspektasi, kemandirian dalam mengurus kebutuhan pribadi, manajemen waktu dan uang, dan mengembangkan visi untuk pengalaman perguruan tinggi adalah semua tugas transisi penting bagi mahasiswa di perguruan tinggi (Erickson & Strommer, 1991).



Transisi ke perguruan tinggi bisa menjadi sulit bagi mahasiswa tahun pertama. Mereka menemukan bahwa paket dan teknik pembelajaran berbeda dari yang biasa mereka lakukan di sekolah menengah (Arjanggi dan Kusumaningsih, 2016). Rahayu dan Arianti (2020) menjelaskan bahwa mahasiswa tahun pertama akan menemukan berbagai macam perbedaan dalam sistem pembelajaran perkuliahan, mulai dari diterapkannya sistem Satuan Kredit Semester (SKS), materi perkuliahan yang lebih rumit, latar belakang teman-teman perkuliahan yang beragam, dan lingkungan yang baru untuk ditinggali. Mahasiswa juga akan menemukan pola komunikasi dengan

dosen berbeda dengan pola komunikasi dengan guru di sekolah menengah, di mana pola komunikasi mahasiswa dengan dosen lebih jarang dan tidak intensif dikarenakan banyaknya jumlah mahasiswa dalam satu kelas (Gunarsa dan Gunarsa, 2010).

Perubahan-perubahan signifikan tersebut cenderung menyebabkan mahasiswa kesulitan bahkan gagal untuk menyesuaikan diri pada tahun pertama perkuliahan. Friedlander et al. (2007) menjelaskan bahwa mahasiswa pada tahun pertama perkuliahan mengalami stres yang pada tingkat yang tinggi. Pada tahun pertama, mahasiswa cenderung merasakan kesulitan dalam berinteraksi dengan teman-teman di lingkungan perkuliahan, memahami materi perkuliahan yang rumit, serta kurangnya komunikasi dengan lingkungan sekitar (Nurfitriana, 2016). Farzaneh et al. (2016) dalam penelitiannya juga menjelaskan bahwa 60% mahasiswa memutuskan untuk *drop-out* pada tahun kedua perkuliahan sebagai akibat dari sulitnya beradaptasi.

Istilah yang menggambarkan bagaimana individu menyesuaikan diri dalam lingkungan perguruan tinggi disebut sebagai *college adjustment*. *College adjustment* merupakan kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dalam lingkungan perkuliahan (Baker & Siryk, 1984). *College adjustment* memiliki 4 dimensi, yaitu *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *institutional attachment*. Gray et al. (2013) juga menjelaskan bahwa *college adjustment* merupakan proses mahasiswa mengintegrasikan dirinya ke dalam lingkungan perguruan tinggi, menjalin kontak sosial dengan komunitas, serta membangun hubungan yang bermakna.



*College adjustment* merupakan hal yang penting untuk dilakukan karena *college adjustment* akan mendorong kemandirian dan memperbesar kemungkinan untuk mencapai indeks prestasi akademik yang memuaskan (Clinciu & Cazan, 2014). Mahasiswa dikatakan berhasil melakukan *college adjustment* apabila mereka mampu menyelesaikan masalah, beradaptasi, serta mampu membangun relasi yang baik di perguruan tinggi (Al-Khatib et al, 2012). Julia dan Veni (2012) juga menyatakan bahwa penyesuaian di perguruan tinggi ditandai dengan keadaan psikologis yang baik, mampu bertahan hingga lulus, serta terdapatnya prestasi akademik maupun non akademik. Lebih lanjut, Credé dan Niehorster (2012) menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki penyesuaian yang bagus mampu mengembangkan bakat dan potensinya, serta aktif melibatkan diri di organisasi dan menaati peraturan yang ada. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki *college adjustment* yang rendah cenderung untuk bermasalah dalam membangun afiliasi dengan orang lain, keluar dari perguruan tinggi, serta mudah merasa cemas dan kesepian, sehingga hal tersebut bisa menyebabkan kinerja akademik yang buruk (Beyers & Goossens, 2002).



Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *college adjustment*, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Baker, 2002). Faktor internal meliputi kondisi fisik, mental, dan kognitif, kedekatan dengan keluarga, kontak sosial, serta demografi. Faktor eksternal meliputi bagaimana kondisi lingkungan itu sendiri. Lebih lanjut, Katz & Somers (2015) menjelaskan bahwa *college adjustment* dipengaruhi oleh faktor perorangan dan lingkungan. Faktor perorangan terdiri dari gender, *stress coping*, dan

*shyness*, sedangkan faktor lingkungan terdiri dari dukungan sosial dan lingkungan perguruan tinggi.

Fenomena terkait *college adjustment* dapat dilihat pada mahasiswa angkatan 2022 Universitas Andalas. Peneliti berkesempatan untuk melakukan survey awal dengan 15 mahasiswa angkatan 2022 Universitas Andalas pada tanggal 29 November 2022 terkait bagaimana mereka menyesuaikan diri di perguruan tinggi. Mereka menjelaskan bahwa di tahun pertama ini mereka sulit beradaptasi dikarenakan sistem pembelajaran yang berbeda dari sekolah menengah, serta masih adanya mahasiswa yang melanggar tata tertib kampus. Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani & Rahmawati (2020) menemukan bahwa tingkat *college adjustment* mahasiswa tahun pertama sebesar 44,7% pada tingkat rendah, 41,7% pada tingkat sedang dan 13,6% pada tingkat tinggi. Mereka juga menjelaskan bahwa nilai Ujian Tengah Semester (UTS) dari beberapa mata kuliah yang mereka dapatkan masih dinilai kurang memuaskan karena perbedaan sistem pembelajaran dan padatnya materi perkuliahan. Hasil ini sejalan dengan penelitian penelitian yang dilakukan oleh Fitria & Susandari (2019) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *college adjustment* dan prestasi akademik.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *college adjustment* adalah dukungan sosial (Friedlander et al., 2007), yaitu dukungan emosional dan instrumental yang dapat diterima melalui koneksi interpersonal. Dukungan sosial ini dapat berupa pengetahuan, bantuan yang tulus, emosi hubungan dengan orang lain, penerimaan dari seseorang,

dan perasaan bahwa orang lain bergantung padanya (Weiss, 1974). Dukungan sosial, menurut Weiss, adalah interaksi interpersonal yang dapat membantu seseorang menyesuaikan diri dengan stres dan mencegah kesepian. Dukungan sosial juga dapat diberikan melalui menghibur, merawat, atau menghormati mereka (Sarafino, 2014). Dukungan sosial memiliki 6 komponen, yaitu *emotional attachment, social integration, reassurance of worth, reliable alliance, guidance, dan opportunity of nurturance*.

Penelitian terdahulu telah membahas tentang bagaimana dukungan sosial berkorelasi dengan *college adjustment* mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Al-Kariimah (2017) bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial terhadap penyesuaian diri di perguruan tinggi. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Unisba. Pada penelitian ini, didapatkan hasil yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *college adjustment* mahasiswa baru Fakultas Psikologi Unisba. Hal ini menjelaskan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat *college adjustment* pada mahasiswa baru. Temuan ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Erzen & Ozabaci (2021), di mana dukungan sosial berkorelasi positif dengan *college adjustment* pada mahasiswa.

Penelitian lain tentang dukungan sosial dan *college adjustment* dilakukan oleh Al Rasyid & Chusairi (2021). Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa yang sedang aktif berkuliah di Universitas Airlangga dengan tujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa.

Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Handayani (2018) di mana adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan *college adjustment* pada mahasiswa.

Penelitian selanjutnya tentang dukungan sosial dan *college adjustment* dilakukan oleh Syahara (2021). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara dukungan sosial dan stabilitas emosi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru Universitas Andalas. Hasil dari penelitian ini memperlihatkan adanya pengaruh positif dukungan sebesar 39,5% terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru Universitas Andalas. Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah (2017) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri mahasiswa.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan pada mahasiswa angkatan 2022 Universitas Andalas menjelaskan bahwa mereka mendapat dukungan dari orang tua dan teman sebaya. Dukungan yang didapatkan dari orang tua berupa nasihat, semangat, serta bantuan finansial. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Gunandar & Utami (2017) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi. Selain orang tua, mereka juga mendapat dukungan dari teman sebaya berupa semangat dan bantuan secara akademik dalam bentuk kelompok belajar. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sasmita & Rustika (2015) yang menjelaskan bahwa dukungan



sosial teman sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi.

Herdiansyah (2021) melakukan penelitian mengenai *college adjustment* pada mahasiswa di Universitas Andalas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *college adjustment* pada 380 mahasiswa Universitas Andalas angkatan 2020. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan 260 mahasiswa memiliki *college adjustment* yang tinggi dan 120 mahasiswa memiliki *college adjustment* yang rendah. Namun, penelitian ini hanya menggunakan bentuk analisis deskriptif tanpa mengaitkan dengan variabel lain. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *college adjustment* pada mahasiswa Universitas Andalas.

Berdasarkan penjelasan pada paragraf sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa *college adjustment* adalah topik penting yang harus didalami. Penelitian yang membahas terkait dukungan sosial dan *college adjustment* sudah banyak dilakukan, namun peneliti belum menemukan adanya penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *college adjustment* mahasiswa baru di Universitas Andalas. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *College Adjustment* Mahasiswa Baru Universitas Andalas”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *college adjustment* mahasiswa angkatan 2022 di Universitas Andalas?”



### 1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *college adjustment* mahasiswa angkatan 2022 di Universitas Andalas”.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Adapun manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu penelitian ini bisa menjadi pedoman dalam melakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *college adjustment* pada mahasiswa. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan menambah referensi dalam ilmu psikologi, terutama psikologi sosial.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini yaitu diharapkan instansi terkait dapat merancang program untuk meningkatkan *college adjustment* pada mahasiswa.



### 1.5 Sistematika Penulisan

#### BAB I Pendahuluan

Bab ini menjelaskan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

#### BAB II Tinjauan Pustaka

Bab ini menjelaskan tentang teori dasar dan hasil penelitian sebelumnya. Pembahasan pada bab ini terdiri dari definisi, aspek, faktor, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian.

### **BAB III Metode Penelitian**

Bab ini menjelaskan mengenai identifikasi variabel penelitian, definisi konseptual dan operasional, populasi dan sampel penelitian, lokasi penelitian, alat ukur penelitian, prosedur pelaksanaan penelitian, dan metode analisis data.

### **BAB IV Hasil dan Pembahasan**

Bab ini menjelaskan mengenai gambaran subjek, hasil penelitian, hasil utama, gambaran hasil penelitian, hasil penelitian tambahan, dan pembahasan.

### **BAB V Penutup**

Bab ini menjelaskan mengenai kesimpulan dan saran penelitian.



