

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Kehidupan mahasiswa baru mengalami masa perubahan dari Sekolah Menengah Atas menuju perguruan tinggi. Secara etimologis, kata *maha*, yang berarti paling besar, dan *siswa* berarti orang yang belajar di tingkat pendidikan sekolah dasar hingga sekolah menengah atas. Jadi mahasiswa merupakan seseorang yang sedang belajar di perguruan tinggi dan memiliki tanggung jawab yang lebih besar dari siswa. Perubahan-perubahan yang dialami oleh mahasiswa baru meliputi perubahan dalam hubungan sosial, dimana mahasiswa baru masih lekat dengan lingkungan satu dengan yang lain, perubahan dalam mengatur keuangan, serta semakin tingginya beban tugas dan akademik yang lebih sulit dibandingkan masa SMA (Prasetya & Hartati, 2014)

Ristianto (2017) mengemukakan terdapat beberapa perbedaan kehidupan siswa menjadi mahasiswa, yaitu, (1) sistem belajar, saat menjadi seorang siswa, guru lebih aktif di kelas saat pembelajaran, sedangkan ketika kuliah mahasiswa dituntut untuk lebih aktif mencari teori di luar kelas dan diskusi di kelas, (2) jadwal pelajaran, jadwal pelajaran ketika SMA sudah ditentukan sekolah, sedangkan ketika kuliah mahasiswa mengambil mata kuliah sendiri dan sesuai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang didapat, (3) gaya hidup, manajemen waktu ketika SMA sudah tersistem, sedangkan ketika kuliah mahasiswa harus mandiri mengatur jadwal kuliah, kegiatan luar kampus, waktu istirahat, dan mengerjakan tugas, (4) pengumpulan tugas, ketika masa SMA guru akan memberi toleransi siswa yang belum mengumpulkan tugas,

tetapi ketika kuliah dosen tidak akan mengejar mahasiswa yang tidak mengumpulkan tugas.

Pentingnya pendidikan di perguruan tinggi dapat memberikan pengetahuan yang lebih, membuka pikiran lebih luas, agar dapat menghindari berasumsi tanpa dasar, serta melihat atau membuat kesempatan bekerja. Pendidikan tinggi juga membekali individu dengan ilmu dan pengalaman agar nantinya dapat diterapkan atau bagikan kepada masyarakat (Citra, 2011). Selain masa transisi dari masa SMA ke perguruan tinggi, mahasiswa baru saat ini juga mengalami dampak pandemi covid-19 yang menyebabkan pembelajaran harus dilakukan secara daring. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia pada tanggal 17 Maret 2020 melalui surat edaran nomor 36962 menetapkan aturan bagi mahasiswa dan dosen untuk mengikuti protokol pencegahan Covid-19 atau *corona virus disease 2019*, dengan menyelenggarakan pembelajaran secara daring atau *online* (Makarim, 2020). Jamal Wimoho sebagai ketua Majelis Rektor Perguruan Tinggi Negeri Indonesia (MRPTNI) menegaskan pembelajaran tetap akan dilaksanakan daring. Dirjen Dikti Kemendikbud juga menetapkan perkuliahan semester depan tengah dilakukan melalui daring (Adiyudha, 2020).

Pembelajaran adalah suatu proses interaksi antara guru dengan siswa untuk mentransmisikan ilmu dalam suasana lingkungan belajar, sedangkan pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk menciptakan berbagai jenis interaksi pembelajaran (Yuliani, Simarmata, Susanti, & Mahawati, 2020).

Kemendikbud melakukan penelitian berdasarkan pangkalan data pendidikan tinggi pada 237.193 individu yang telah melaksanakan pembelajaran daring dari seluruh mahasiswa di Indonesia sejumlah 8.325.013. Berdasarkan hasil survei Menteri Pendidikan dan Kebudayaan menyatakan 98% perguruan tinggi di Indonesia telah melaksanakan pembelajaran daring (Fey, 2020).

Dampak positif dari pembelajaran daring membuat mahasiswa lebih mandiri dalam mengatur jadwal kuliah yang sudah ditentukan untuk pembelajaran daring (Meydiana, 2020). Selain itu pembelajaran daring memberikan dampak positif dalam meningkatkan produktivitas pada transformasi pendidikan menuju era 4.0, serta meningkatkan kreativitas tanpa batas bagi mahasiswa dan dosen (Gusty, Nurmiati, & Muliana, 2020).

Pembelajaran daring juga memberikan dampak negatif, yaitu akses internet yang terbatas, kurangnya efektivitas dalam penilaian, sarana dan prasarana yang kurang memadai (Gusty dkk., 2020). Mahasiswa kesulitan dalam memahami materi perkuliahan yang diberikan secara daring, bahan ajar biasa disampaikan dalam bentuk bacaan yang tidak mudah dipahami secara menyeluruh oleh mahasiswa. Mahasiswa berasumsi bahwa materi dan tugas tidak cukup karena perlu penjelasan secara langsung oleh dosen (Sadikin dkk., 2020).

Staf sub-bagian psikologi instalasi rehabilitasi medik RSUP Sanglah, Denpasar, mengutarakan bahwa pembelajaran daring berdampak pada kondisi psikologis, seperti merasa jenuh dengan kegiatan di rumah, hal tersebut dapat membuat mahasiswa mengalami tekanan mental (Hendra, 2020). Pembelajaran daring yang

diikuti oleh mahasiswa cukup memicu stres pada mahasiswa (Jannah & Santoso, 2021). Selanjutnya Psikolog di Universitas Multimedia Nusantara (UMN) mengungkapkan proses pendidikan kuliah yang berbeda dari SMA, ditambah dengan situasi pandemi covid-19, hal ini semakin rumit dengan ketidaksiapan belajar melalui daring yang menyebabkan penurunan motivasi belajar pada mahasiswa baru, sehingga mahasiswa baru kesulitan dalam fase menyesuaikan diri (Nugraha, 2020).

Scheinders (dalam Susanto, 2018) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses perubahan dalam usaha memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustrasi, dan konflik, sehingga dapat memiliki hubungan yang baik antara diri individu dengan keadaan yang baru. Baker dan Siryk (dalam Hutz, Martin, & Beitel, 2007) mendefinisikan penyesuaian diri di perguruan tinggi sebagai suatu upaya individu agar mampu menyesuaikan diri pada area akademis, sosial, personal-emosional, dan keterikatan pada institusi.

Baker and Siryk (1986) menyebutkan terdapat 4 dimensi penyesuaian diri di perguruan tinggi. Aspek pertama penyesuaian akademik, aspek ini berhubungan dengan keberhasilan mahasiswa dalam mengelola tuntutan pendidikan. Aspek kedua, yaitu penyesuaian sosial, aspek ini berhubungan dengan kemampuan dalam tuntutan sosial pengalaman di dalam maupun luar kampus. Aspek ketiga, yaitu penyesuaian pribadi-emosional, aspek ini berhubungan dengan kesejahteraan psikologis dan fisik mahasiswa. Aspek keempat, yaitu keterikatan institusi, hal ini terkait pada rasa memiliki yang dimiliki mahasiswa dengan universitas dan di antara teman sekelas, serta dosen.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Azmiyyah dan Lianawati (2021) menunjukkan penyesuaian diri mahasiswa selama masa pembelajaran daring pada kategori kurang baik, dengan hasil kategori tinggi sebanyak 17,5%, kategori sedang sebanyak 66,5%, dan yang memiliki kategori rendah sebanyak 16,5% (Azmiyyah & Lianawati, 2021). Hasil penelitian lain mengenai penyesuaian diri pada pembelajaran saat Masa Pandemi Covid-19 mendapatkan bahwa tingkat penyesuaian diri pada siswa sangat bervariasi kategorinya mulai dari kategori yang sangat tinggi sampai yang sangat rendah, dan mayoritas siswa berada di kategori sedang yaitu sebanyak 51% (Adhiman & Mugiarto, 2021). Selanjutnya peneliti melakukan wawancara kepada 10 mahasiswa baru pada tanggal 3 sampai 4 November 2020 di Yogyakarta guna mengunpulkan data lebih mendalam tentang permasalahan pada pembelajaran daring.

Menurut hasil wawancara tujuh mahasiswa mengungkapkan bahwa belajar tidak efektif, dan memiliki keraguan dalam memahami materi yang telah diberikan, hal tersebut memenuhi salah satu aspek dari penyesuaian diri yaitu penyesuaian akademik. Empat diantaranya mengungkapkan sulit mengatur waktu yang digunakan untuk belajar selama di rumah, bosan karena tidak bertemu teman-teman, dan banyaknya gangguan saat melakukan pembelajaran daring di rumah, hal tersebut sesuai dengan salah satu aspek dari penyesuaian diri, yaitu penyesuaian sosial. Enam diantaranya mengungkapkan bahwa kendala paling utama dalam melaksanakan pembelajaran daring adalah sinyal, terkadang tidak memiliki kuota, stress memikirkan tugas, hal tersebut memenuhi salah satu aspek penyesuaian diri, yaitu

penyesuaian pribadi-emosional. Selanjutnya enam mahasiswa menyatakan metode pembelajaran yang diberikan dosen tidak menarik, sehingga membosankan, dan salah satu diantaranya menyatakan ingin pindah jurusan, karena merasa kesulitan pada jurusan yang dipilih, hal tersebut memenuhi salah satu aspek penyesuaian diri, yaitu keterikatan institusi. Berdasarkan hasil wawancara *online* tersebut, memenuhi semua aspek pada penyesuaian diri, sehingga menyebabkan peneliti sampai pada kesimpulan bahwa 7 dari 10 mahasiswa masih memiliki penyesuaian diri yang rendah.

Menurut Iflah dan Listyasari (2013) penyesuaian diri yang baik pada mahasiswa, mampu menyeimbangkan antara dirinya dengan lingkungannya, sehingga tidak ada lagi kebutuhan yang tidak terpenuhi, dan semua fungsi serta kebutuhan tersebut akan berjalan normal. Selanjutnya dampak positif dari proses penyesuaian diri pada mahasiswa baru untuk menjadi lebih dewasa, memiliki lebih banyak kegiatan yang diikuti di dalam maupun luar kampus, memiliki kesempatan untuk mencoba nilai dan gaya hidup yang baru, dan lebih tertantang oleh tugas kuliah (Wilani & Pratiwi, 2019). Sebagai mahasiswa baru seharusnya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus. Perubahan lingkungan yang begitu berbeda dari masa sekolah dengan masa kuliah membuat mahasiswa baru harus mampu menyesuaikan diri, agar dapat mengatasi tekanan lingkungan untuk bertahan hidup dengan dunia perkuliahan (Febriana, 2019).

Adapun penyesuaian diri yang buruk dapat mengakibatkan individu melakukan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, dan agresif (Rosi & Edi, 2021). Individu yang gagal dalam melakukan

penyesuaian diri ia akan tidak dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara yang wajar, dan sulit diterima oleh lingkungan (Fatimah, 2006).

Faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri menurut Scheneiders (dalam Susanto, 2018) antara lain meliputi: (1) keadaan fisik, (2) perkembangan dan kematangan, (3) keadaan psikologis, (4) keadaan lingkungan, (5) tingkat religiusitas dan kebudayaan. Faktor pertama yaitu keadaan fisik, keadaan fisik individu memengaruhi penyesuaian diri karena keadaan tubuh yang sehat merupakan syarat untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik. Faktor kedua yaitu perkembangan dan kematangan, bentuk penyesuaian diri setiap individu berbeda-beda sesuai dengan perkembangan individu, kematangan individu dalam segi intelektual, sosial, moral, dan emosi memengaruhi individu melakukan penyesuaian diri.

Faktor ketiga yaitu keadaan psikologis, keadaan mental yang sehat merupakan syarat individu dapat menyesuaikan diri, adanya frustrasi dan kecemasan dapat menghambat proses penyesuaian diri, variabel yang termasuk dalam keadaan psikologis di antaranya pengalaman, pendidikan, konsep diri, dan keyakinan diri. Faktor keempat keadaan lingkungan, lingkungan yang baik, damai, tenteram, aman, penuh penerimaan dan pengertian, serta mampu memberikan perlindungan pada setiap individu dapat memudahkan dalam penyesuaian diri. Faktor terakhir yaitu tingkat religiusitas dan kebudayaan, religiusitas memberi nilai dan keyakinan pada individu sehingga individu memiliki tujuan, kebudayaan setiap daerah merupakan suatu faktor yang membentuk watak dan perilaku individu untuk memudahkan

menyesuaikan diri atau justru membentuk individu yang sulit menyesuaikan diri (Susanto, 2018).

Berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri, peneliti memilih faktor keadaan psikologis, yang di dalam keadaan psikologis salah satu variabelnya adalah keyakinan diri untuk dijadikan sebagai faktor yang mempengaruhi dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil wawancara *online* melalui media *whatsapp* pada tanggal 3 sampai 4 November 2020 terhadap 10 mahasiswa baru yang mengikuti pembelajaran daring jawaban yang diutarakan subjek, mereka mengaku memiliki keraguan dalam memahami materi yang diberikan oleh dosen, dan sulit mengatur waktu untuk belajar secara mandiri di rumah. Hal tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat mahasiswa baru yang memiliki keyakinan diri buruk. Keyakinan diri yang selanjutnya disebut efikasi diri.

Efikasi diri adalah keyakinan individu dalam menyelesaikan rencana perilaku untuk menghadapi keadaan baru. Penelitian terdahulu secara konsisten menunjukkan bahwa keyakinan diri memberikan kontribusi yang signifikan untuk motivasi dan pencapaian manusia. Efikasi diri pada seseorang terdiri dari tiga aspek, yaitu *magnitude* (tingkat kesulitan tugas), *strength* (kekuatan keyakinan), dan *generality* (generalitas) (Bandura, 1997).

Efikasi diri memiliki peranan penting untuk penyesuaian diri. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi, akan mampu untuk mencapai atau menyelesaikan tugas dengan target yang telah ditentukan, selain itu, efikasi diri juga menentukan usaha dan daya tahan individu dalam menghadapi rintangan, hal tersebut sangat

berpengaruh terhadap proses penyesuaian diri (Sasmita & Rustika, 2015). Hal ini didukung oleh penelitian lain, memiliki hasil bahwa tingkat efikasi diri yang tinggi pada individu di awal tahun mampu meningkatkan penyesuaian diri di perguruan tinggi, sehingga menjadi lebih baik dan dapat meningkatkan kegigihan menuju kelulusan (Ramos-Sánchez & Nichols, 2007).

Penelitian Sopiyanthi (2011) mendapatkan hasil bahwa 65,4% penyesuaian diri mahasiswa dipengaruhi oleh efikasi diri, sedangkan sisanya 34,6% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain. Pada penelitian Fitri dan Kustanti (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa. Semakin tinggi skor efikasi diri maka semakin tinggi penyesuaian diri pada mahasiswa, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah penyesuaian diri. Penelitian ini sebagai pembandingan antara penelitian terdahulu yang terkait efikasi diri dengan penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa, peneliti melakukan penelitian pada subjek yang sebelumnya belum pernah diteliti, yaitu pada mahasiswa baru Universitas Mercubuana Yogyakarta yang mengikuti pembelajaran daring.

Berdasarkan penjelasan tersebut terdapat rumusan masalah, “apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa baru yang mengikuti pembelajaran daring ?”

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa baru yang melaksanakan pembelajaran daring.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi disiplin ilmu psikologi terutama di bidang psikologi pendidikan dan perkembangan.

2. Manfaat Praktis

Apabila hipotesis dari penelitian ini terbukti, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi pada mahasiswa baru mengenai penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa baru yang mengikuti pembelajaran daring di Universitas Mercubuana Yogyakarta dan hubungannya dengan efikasi diri