**HUBUNGAN ANTARA SELF MONITORING DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL**

**PADA MAHASISWA PERANTAU**

***(RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MONITORING AND SOCIAL ADJUSTMENT***

***OF OVERSEAS STUDENTS)***

**Aplonia Familia Helmi Tae**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[Felmiitae@gmail.com](mailto:Felmiitae@gmail.com)

085215226510

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self monitoring* dengan penyesuaian sosial mahasiswa rantau. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara *self monitoring* dengan penyesuaian sosial mahasiswa rantau. Jumlah subje yang digunakan pada penelitian ini adalah 70 subjek mahasiswa perantau. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala penyesuaian sosial dan skala *self monitoring*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment.* Berdasarkan hasil analisis diperoleh koefisien korelasi (rxy) sebesar 0,507 (p < 0,01), menunjukan ada korelasi positif yang signifikan antara *self monitoring* dengan penyesuaian sosial mahasiswa rantau. Dengan demikian hipotesis pada penelitian ini diterima. Nilai koefisien determinasi (r2) sebesar 0,257 hal ini menunjukan bahwa variabel *self monitoring* pada mahasiswa perantau memiliki sumbangan kontribusi sebesar 25,7% terhadap penyesuaian sosial dan sisanya berhubungan dengan faktor-faktor lain

**Kata kunci** : *self monitoring,* penyesuaian sosial, mahasiswa, rantau

# ***ABSTRACT***

*This study aims to determine the relationship between self-monitoring and social adjustment of overseas students. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between self-monitoring and social adjustment of overseas students. The number of subjects used in this study were 70 overseas student subjects. Data collection in this study used a social adjustment scale and a self-monitoring scale. The data analysis technique used is product moment correlation. Based on the results of the analysis obtained a correlation coefficient (rxy) of 0.507 (p < 0.01), indicating that there is a significant positive correlation between self-monitoring and social adjustment of overseas students. Thus the hypothesis in this study is accepted. The value of the coefficient of determination (r2) is 0.257, this shows that the self-monitoring variable in overseas students has a contribution of 2,57% to social adjustment and the rest is related to other factors.*

***Keywords:*** *self monitoring, social adjustment, students, overseas*

**PENDAHULUAN**

Pendidikan ialah sesuatu yang sangat penting dimiliki oleh setiap individu hal ini karena dalam prosesnya pendidikan dapat mengembangkan pengetahuan dan kemampuan setiap individu **(**Kurniawati, 2008). Menurut Hendrastomo dkk (2016) di Indonesia sendiri Universitas menyebar dimana-mana dengan mutu berbeda-beda hal ini menimbulkan berbagai tanggapan dari calon mahasiswa dalam memilih Universitas. Kualitas pendidikan yang tidak merata ini mengakibatkan jumlah mahasiswa yang merantau meningkat. Merantau sendiri memiliki arti meninggalkan kampung halaman dan pergi ke daerah lain untuk mencari ilmu,penghidupan dan sebagainya (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2018).

Mahasiswa yang merantau bermaksud untuk memperoleh keberhasilan dengan melalui pendidikan, usaha ini juga membuktikan bahwa individu yang dewasa dapat bertanggung jawab dan mandiri pada keputusan yang diambil. (Santrock, 2012). Ketika individu memasuki lingkungan baru, berbagai tekanan yag dirasakan pasti ada terutama yang disebabkan oleh perbedaan bahasa dan kebudayaan. Perbedaannya seperti makanan, humor, dan adat istiadat (Thurber & Walton, 2012).

wawancara yang dilakukan oleh Wibowo (2019)menemukan bahwa mahasiswa perantau yang berasal dari fakultas pendidikan psikologi Universitas Negeri Jakarta dari angkatan 2015-2018 memiliki kesamaan dalam kesulitan menyesuaikan diri pada lingkungan baru hal ini disebabkan karena adanya *Culture shock. Culture shock* sendiri merupakan reaksi individu terhadap suatu kondisi dimana individu mengalami keterkejutan dan tekanan akibat berada dilingkungan yang baru atau berbeda dari sebelumnya. (Mulyana, 2006). Lingkungan yang berbeda seperti harus jauh dari orangtua, bahasa komunikasi yang berbeda, gaya hidup, pengeluaran finansial, memilih teman bermain dan perbedaan tugas antara masa kuliah SMA. Pada akhirnya mahasiswa rantau yang tidak dapat beradaptasi mengalami stress atau depresi serta masalah penyesuaian sosial (Fauziah & Sari, 2019). Penyesuaian sosial sendiri menurut Schneiders (1964) merupakan Keterampilan yang dimiliki seorang individu untuk menanggapi situasi sosial, fakta serta hubungan secara sehat dan efektif agar tercapainya hidup sosial yang memuaskan dan menyenangkan Artinya dalam kehidupan sosial individu harus dapat menjalin hubungan sosial dengan baik, berinteraksi dengan baik dan dapat menerima aturan yangada dilingkungan tersebut. Clinciu dan Cazan (2014) menambahkan penyesuaian sosial merupakan fase psikologis dimana individu menyesuaikan dengan berbagai hal baru, menyelesaikan konflik serta mengendalikan setiap rintangan yang dihadapi

Adapun aspek penyesuaian sosial menurut Schneiders (1964) ada 5 yaitu *recognition*, *Participation*, *Social approval*, *Altruisme, Conformity,* (Schneiders, 1964) . Pada dasarnya proses adaptasi dalam suatu lingkungan masyarakat tergolong sulit apalagi adaptasi dengan lingkungan dan individu baru. Penelitian yang dilakukan terkait penyesuaian diri menemukan bahwa mahasiswa yang berkuliah di Universitas Diponegoro memiliki reaksi yang berbeda-beda dimana pada awalnya merasa senang dan bangga bisa bertemu dengan orang baru, *deg-degan* dan dapat hidup mandiri. Namun, ada yang merasa kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baik di kampus maupun di tempat tinggal hal ini disebabkan oleh perbedaan budaya dan bahasa, individu pun kadang merasa sedih karena jauh dari orangtua (Nadlyfah & Erin, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Aprianti (2012) juga menunjukkan bahwa menyesuaikan kebudayaan yang berbeda dari daerah asal sangat sulit bagi mahasiswa perantau. Mahasiswa yang berasal dari luar daerah harus menyesuaikan dengan kebudayaan, lingkungan pendidikan, dan lingkungan sosial yang baru.

Menurut Durkin (dalam Hartati 2005) penyesuaian sangat penting bagi seseorang hal ini dilakukan untuk menunjang kesuksesan masa depan dalam menjalin hubungan dengan orang-orang sekitar. Artinya kemampuan penyesuaian sosial yang baik mampu menggunakan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam pergaulan dan dapat memajukan aspek-aspek positif dalam hubungan tersebut. sehingga penyesuaian sosial sangat diperlukan dalam upaya mengenal dirinya dan orang lain serta mengembangkan pemenuhan kebutuhan sesamanya

Penyesuaian sosial memiliki lima Faktor yang dapat mempengaruhinya (Schneider 1964) yaitu a. kondisi psikologis yang meliputi pengalaman, proses belajar, pembiasaan, frustasi, dan konflik. b. kondisi lingkungan seperti lingkungan rumah, sekolah, keluarga, dan masyarakat. c. kondisi fisik yang meliputi hereditas, konstitusi fisik, kesehatan, sistem syaraf, kalenjar, dan otot. d. perkembangan dan kematangan khususnya intelektual, sosial, moral, dan emosi. e. faktor kebudayaan dan agama yaitu pembentukan nilai, norma dan sikap Individu.

*Self monitoring* yang dikemukakan oleh Snyder (1986) yaitu kemampuan kemampuan seorang untuk mengendalikan perilaku sesuai dengan situasi dilingkungan atau yang ada diri individu itu sendiri. Snyder (1986) juga menyatakan bahwa aspek-aspek dari *self monitoring* mencakup 3 faktor yaitu : *Expressive self*, *social stage presence* *Other directed self present* . *self monitoring* sendiri memiliki 2 prototipe yaitu *self monitoring* tinggi *(high self monitoring)* dan *self monitoring* rendah ( *low* *self monitoring)*.

Didukung oleh penelitian yang dilakukan Setyowati (2020) yang mengatakan bahwa ada hubungan antara *self Monitoring* dengan penyesuaian sosial. Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ apakah ada hubungan antara *self monitoring* dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa perantau?”

**METODE**

Metode ini terdiri dari 2 variabel yaitu penyesuaian sosial sebagai variabel terikat dan *self monitoring* sebagai variabelbebas subjek dalam penelitian ini berjumlah 70 mahasiswa rantau yang memiliki kriteria sebagai berikut Mahasiswa perantau baik perempuan dan laki-laki, Mahasiswa minimal semester 3, Minimal sudah menetap atau Merantau selama 3 bulan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini berupa skala psikologi yaitu skala *self monitoring* yang disusun peneliti berdasarkan pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Snyder (1986) sebelumnya sudah di ujicoba. skala ini memiliki 2 pernyataan yaitu pernyataan yang *favorable* dan pernyataan *unfavorable* ( Azwar, 2016) dengan 4 jawaban Alternatif yaitu : SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai). Dengan nilai reliabilitas (α) 0,895. Dan skala penyesuaian yang sosial disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Schneiders (1964) sebelumnya sudah di ujicoba. skala ini memiliki 2 pernyataan yaitu pernyataan yang *favorable* dan pernyataan *unfavorable* ( Azwar, 2016) dengan 4 jawaban Alternatif yaitu : SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).Dengan nilai reliabilitas *(*α) sebesar 0,931. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan metode analisis korelasi product moment dari Pearson

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

analisis *product moment* menunjukan koefisien (rxy) sebesar 0,507 (p < 0,01). Hal tersebut menunjukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self monitoring* dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa perantau. Sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima, bahwa semakin tinggi *self monitoring* maka penyesuaian sosial cenderung tinggi. Sebaliknya semakin rendah *self monitoring* maka penyesuaian sosial cenderung rendah pada mahasiswa perantau.

Menurut Synder (1986) adanya *self monitoring* dapat meningkatkan penyesuaian sosial hal ini dikarenakan dengan *self monitoring* mahasiswa mampu mengatur perilakunya sesuai dengan situasi yang ada pada lingkungannya. Misalnya mengontrol perilaku (*expressive self control*) agar terkesan positif dihadapan orang lain dengan bersikap baik dalam bertutur kata, ramah terhadap orang lain bahkan kepada orang yang tidak disukai, menerima pendapat dan kritikan orang lain. Mengubah tingkah laku sesuai dengan norma yang ada di lingkungan *(social stage presence)* dengan berusaha membuat lelucuan dilingkungan sosial agar menarik perhatian orang sekitar sehigga diterima. Bermain peran sesuai harapan yang diinginkan oleh situasi *(other directed self present)* dengan berusaha menyenangkan orang lain, dan mengikuti kebiasaan/aturan yang diharapkan lingkungan tersebut. sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang memiliki *self monitoring* dapat meningkatkankemampuan penyesuaian yang tentunya bermanfaat pada mahasiswa rantau

koefisien korelasi nilai koefisien determinasi (r2) sebesar 0,257 hal ini menunjukan bahwa variabel *self monitoring* pada mahasiswa perantau memiliki sumbangan kontribusi sebesar 25,8% terhadap penyesuaian sosial dan sisanya 75,3% berhubungan dengan faktor lain. Faktor lain tersebut adalah : kondisi psikologis, lingkungan, fisik, perkembangan dan kematangan khususnya intelektual, sosial, moral, dan emosi (Schneider, 1960).

**KESIMPULAN**

terdapat hubungan yang positif antara *self monitoring* dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa rantau (r = 0,507, p ≤ 0,01). Hal ini menunjukan bahwa mahasiswa rantau yang memiliki *self montoring* tinggi maka, penyesuaian sosial cenderung tinggi, Sebaliknya mahasiswa rantau yang memiliki *self monitoring* rendah maka, penyesuaian sosial cenderung rendah.

koefisien determinasi (Rs) yang diperoleh sebesar 0,257, hal tersebut menunjukan *self monitoring* memberikan sumbangan sebesar 25,7% dihitung dari r2 x 100% terhadap penyesuaian sosial dan sisanya 75,3% berhubungan dengan faktor lainnya yaitu : kondisi psikologis, lingkungan, fisik, perkembangan dan kematangan khususnya intelektual, sosial, moral, dan emosi. Hasil kategorisasi diketahui sebagian besar mahasiswa perantau memiliki penyesuaian sosial yang cenderung tinggi yaitu sebanyak 32 mahasiswa (45,7%). Sedangkan, *self monitoring* pada mahasiswa rantau dalam kategori tinggi sebanyak 44 mahasiswa (62,9%).

**SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut **:**

1. Bagi subjek penelitian

Mahasiswa perantau dapat meningkatkan penyesuaian sosial dilingkungan dengan cara mengendalikan diri dalam menghadapi masalah, membuka diri dengan dunia luar, terlibat aktif dalam kegiatan kampus maupun lingkungan agar terjalin interaksi antar sesama dan menyesuaikan tingkah laku sesuai pada situasi yang ada di dalam lingkungan. Hal ini dilakukan agar subjek dapat diterima dilingkungan tersebut.

1. Bagi peneliti selanjutnya

diharapkanuntuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial seperti kondisi psikologis,lingkungan, fisik, perkembangan dan kematangan khususnya intelektual, sosial, moral, dan emosi dalam memperluas dan memperdalam penelitian khususnya pada mahasiswa rantau

**DAFTAR PUSTAKA**

Adiwaty, M. R. & Fitriyah, Z. (2015). Efektivitas Strategi Penyesuaian Mahasiswa Baru Pada Proses Pembelajaran Di Perguruan Tinggi. *Jurnal Neo-Bis*, 9(1), 87-97. <https://doi.org/10.21107/nbs.v9i2.1269>

Agustan, A. & Tamrin, S. (2017). Merantau: Studi Tentang Faktor Pendorong Dan Dampak Sosial Ekonomi Terhadap Aktivitas Merantau Di Desa Sijelling Kecamatan Tellu Siattinge Kabupaten Bone. *Jurnal Penelitian, Gagasan, Sosiologi, Dan Pengajaran*, 10, (1). 50-61

Al-Hattami, A. A. & Al-Ahdal, A. A. (2014). Academic And Social Adjustment Of Arab Fulbright Student In American Universities: A Case Study.International *Journal Of Humanities And Social Science.* 5 (4). **doi:** 10.12691/education-5-9-3

Aprianti, I. (2012). Hubungan Antara Perceived Social Support Dan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Perantau Tahun Pertama Di Universitas Indonesia.

Azwar, S. (2015) .*Reliabilitas dan Validitas*.Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Baron, R. A. & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial* (edisi 10). Jakarta: Penerbit

Baron, R. A. & Byrne, D. (1997). *Social psychology: Understanding human interaction.* Boston: Allyn and Bacon Inc

<https://archive.org/details/socialpsychology00baro_0/page/168/mode/2up?ref=ol&view=theater&q=self+monitoring>

Branda, Y. D. A. ( 2017). Studi Deskriptif Kuantitatif : Resiliensi Pada Mahasiswa Perantau Tahun Pertama. *Skripsi.* Universitas Sanata Dharma.

Clinciu, A. I. & Cazan, A. M. (2014). Academic Adjustment Questionnaire For The University Students. *Procedia-Social And Behavioral* *Sciences*, 655–660. <Https://Doi.Org/10.1016/J.Sbspro.2014.03.330>

Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Bahasa. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia.* Jakarta: Pusat Bahasa.

Dewi.,Y.R.(2017).HubunganAntara*SelfMonitoring*Dengan*Altruisme*Pada Anggota Komunitas *Save Street Child Surabaya*. *Caracter Jurnal Penelitian Psikologi*, 4 (1).

Faizatussholihah (2017). Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Penyesuaian Sosial Mahaisswa Perantau Asal Sumatera Angkatan 2013-2016 Uin Maliki Malang. Skripsi. Universitas Islam Negeri

Fauziah, N. & Sari, F. W. (2019). Hubungan Antara Self Monitoring Dengan Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Rantau Minang Di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati,* 8, (1). 10-20

Hurlock, E. B. ( 2013 ). *Perkembangan anak jilid 1.* Jakarta : Erlangga. Hal 287

Hartati, S. (2005). *Perkembangan Belajar Pada Anak Usia Dini.* Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional

Hendrayanti, E. (2006). Hubungan Antara Self Monitoring Dengan Prokrastinansi Pada Karyawan Di Pt Pln (Persero) Region Jateng Diy Ungaran. Skripsi. Universitas Diponegoro Semarang

Hendrastomo, G., Devinta, M., & Hidayah, N. ( 2016) . Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*. 5, (3).

Hogg, A. (2004). “*Penilaian Kompetensi Sikap”*

Idris, M. & Kau, M. A. (2018). Deskripsi Penyeuian Sosial Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Kota Gorontalo. ***aksara*** : *Jurnal Pendidikan Nonformal* (4), 3. http : //ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/AKSARA/index

Kurniawati, D.(2008). Pentingnya Pendidikan Bagi Semua Orang. Di akses dari : ([Https://Bunghatta.Ac.Id/Artikel-259-Pentingnya-Pendidikan-Bagi-Semua-Orang.Html](https://bunghatta.ac.id/artikel-259-pentingnya-pendidikan-bagi-semua-orang.html))

Maisyaroh, R. (2015)Hubungan Minat Kerja Dengan Self Monitoring Karyawan Outsourcing Pt. Pos Indonesia Kebon Rojo Surabaya. *Undergraduate Thesis,* Uin Sunan Ampel Surabaya.

Monika, C. & Widyarinil, N. (2005) Pengaruh Hubungan Interpersonal, *Self Monitoring,* Dan Minat Terhadap Performansi Kerja. *Proceeding. Seminar Nasional.* 146-158. <http://repository.gunadarma.ac.id/id/eprint/1080>

Mulyana, D. (2006). *Komunikasi Antar Budaya: Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya.* Bandung: Remaja Rosdakarya.

Nadlyfah. & E. Kustanti (2018). Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Di Semarang. *Jurnal Empati*, 7 ,(1). 136-144

Savira, I. S. & Dewi, R. (2017). Hubungan Antara Self Monitoring Dengan Altruisme Pada Anggota Komunitas Save Street ChildSurabaya. *Character: Jurnal Psikologi Pendidikan,* 04 (1).

Setyowati, D. (2020). Hubungan Self MonitoringDengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Rantau Ntt Di Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta. *Skripsi*. Di Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta

Schneiders, A.A (1964). Personal Adjustment And Mental Health. New York. Renehat Adan Winston.

Diakses dari <https://pdfroom.com/books/personal-adjustment-and-mentalhealth/0YpgQ0xxdNz>

Snyder, M & Gangestad. S (1986 ). On the Nature of Self-Monitoring: Matters Of Assessment, Matters of Validity. *Journal of Personality and Social Psychology.*51,(1),125-139. <http://www.communicationcache.com/uploads/1/0/8/8/10887248/on_the_nature_of_self-monitoring-_matters_of_assessment_matters_of_validity.pdf>