

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seseorang yang memasuki masa kuliah umumnya berada pada tahapan remaja akhir, yaitu berusia 18-21 tahun (Zuriati, 2006). Tugas-tugas perkembangan remaja menurut (Hurlock, 2008), yaitu mencapai hubungan baru dengan teman sebaya, mencapai peran sosial dengan lingkungannya, menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya, mempersiapkan karier ekonomi, mempersiapkan perkawinan dan keluarga, memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk mengembangkan ideologi.

Hurlock (2008) mengatakan bahwa salah satu tugas perkembangan yang tersulit bagi remaja adalah melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru yang ada disekitarnya, sehingga tidak sedikit remaja yang gagal menyesuaikan dirinya. Hal tersebut dapat terjadi jika tugas perkembangan remaja dalam mencapai kemampuan peran sosial dengan lingkungannya tidak dapat terpenuhi. Menurut Sarwono (1978) setiap remaja tentunya mengalami masa transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi atau biasa disebut mahasiswa. Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh status karena memiliki ikatan dengan perguruan tinggi.

Mahasiswa akan menghadapi suasana lingkungan baru seperti interaksi dengan kelompok sebaya dari daerah yang lebih beragam, latar belakang etnik yang berbeda, dan tempat tinggal yang baru bagi mahasiswa perantau. Masa transisi ini, menuntut seseorang untuk memiliki penguasaan terhadap lingkungan baru yang belum pernah dirasakan sebelumnya (Santrock, 2002). Mahasiswa yang dapat menyesuaikan dirinya, maka akan mampu menjalin hubungan dengan lingkungan sekitar yang terdiri dari berbagai macam karakter individu dan nilai-nilai serta norma-norma yang berlaku (Fudyartanta, 2011).

Menurut Hurlock (2006) kegagalan remaja terhadap tugas perkembangan menyesuaikan diri dengan lingkungannya, akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikapnya sangat agresif, tidak yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal dan terdapat perasaan menyerah. Bahaya lainnya adalah terlalu banyak berkhayal yang membuat seseorang sulit berteman dengan orang-orang sekitarnya dan sulit untuk mengungkapkan emosinya kepada orang lain. Perbedaan lingkungan dan budaya sebelumnya membuat seseorang merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri di tempat barunya. Kesulitan tersebut membuat mahasiswa yang tinggal di tempat kos menjadi sulit berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya dan menjadi penyendiri (Dewi 2010). Oleh karena itu, seseorang membutuhkan kemampuan penyesuaian diri agar dapat menghadapi berbagai tekanan dan rintangan, sehingga dapat menyesuaikan diri secara baik dengan lingkungan disekitarnya (Schneiders dalam Pritaningrum, 2013).

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu. Individu akan berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang di alaminya (Schneiders dalam Pritaningrum, 2013). Hurlock (2008) menjelaskan penyesuaian diri sebagai kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain ataupun terhadap kelompoknya, dan memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan berarti individu diterima oleh kelompok atau lingkungannya. Dengan kata lain, seseorang mampu menyesuaikan sendiri dengan baik terhadap lingkungannya. Menurut Sunarto (2008) penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya.

Menurut Schneiders (dalam Evi, 2003) aspek penyesuaian diri terbagi menjadi tiga, yaitu aspek kemampuan individu untuk menerima keadaan dirinya ialah kemantapan suasana kehidupan emosional dan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain. Aspek keharmonisan dengan lingkungan ialah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan, keterlibatan dalam partisipasi sosial, kesediaan kerjasama, kemampuan kepemimpinan, dan sikap toleransi. Aspek kemampuan mengatasi ketegangan, konflik dan frustrasi ialah kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan diri tanpa terganggu oleh emosi dapat mengatasi suatu permasalahan dengan tenang.

Seharusnya mahasiswa yang tinggal di tempat kos memiliki penyesuaian diri agar siap untuk menghadapi tantangan maupun kesulitan yang datang ketika memilih untuk tinggal disana dan mampu beradaptasi karena sudah memutuskan untuk tinggal jauh dari orang tua (Dewi, 2010). Penyesuaian diri yang dimiliki seseorang membuatnya mampu menilai situasi secara realistis yaitu seseorang dapat menghadapi situasi atau kondisi kehidupan yang dihadapi secara baik. Seseorang juga akan bersedia menerima lingkungan barunya secara wajar, tidak mengharapkan kondisi kehidupan tersebut sebagai suatu yang harus sempurna, dan menerima tanggung jawab dengan tuntutan-tuntutan yang di hadapi di tempat yang baru. Seseorang yang bertanggung jawab akan mempunyai sebuah keyakinan terhadap kemampuannya untuk mengelola maupun mengatasi segala macam masalah - masalah kehidupan yang dihadapi Hurlock (2008).

Berdasarkan penelitian yang di lakukan oleh Lestari (2016) yang berjudul Hubungan Keterbukaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Riau Di Yogyakarta mengungkapkan bahwa tidak ada mahasiswa perantauan yang memiliki penyesuaian diri tinggi atau 0 %, kategori sedang sebanyak 92.9 %, dan kategori rendah sebanyak 7.1 %. Jadi subjek dalam penelitiannya sebagian besar memiliki penyesuaian diri yang sedang cenderung rendah. Artinya, dari data tersebut menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa perantauan yang belum bisa beradaptasi dengan lingkungan barunya, sehingga untuk mengatasi hal tersebut dibutuhkanlah kemampuan penyesuaian diri di lingkungan yang baru pada mahasiswa.

Adapun hasil wawancara yang di lakukan pada tanggal 20 Mei 2017 sampai 23 Mei 2017 dengan mahasiswa yang tinggal di tempat kos Yogyakarta, yang menggunakan aspek-aspek penyesuaian diri dari Schneiders (dalam Evi, 2003). Diperoleh hasil 5 dari 8 subjek pada aspek kemampuan individu untuk menerima keadaan dirinya, merasa rendah diri, tidak menarik, tidak kompeten dan tidak di sukai teman kos sehingga kesulitan beradaptasi. Pada aspek keharmonisan dengan lingkungan, subjek yang merasa cuek dengan lingkungan tempat kos sehingga lebih suka untuk menyendiri. Pada aspek kemampuan mengatasi ketegangan, konflik, dan frustrasi, subjek mengatakan bahwa merasa cemas ketika berbicara dengan teman yang baru saja di kenal karena berbeda budaya. Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri 5 dari 8 mahasiswa tinggal di tempat kos cenderung buruk karena tidak dapat memenuhi aspek–aspek penyesuaian diri.

Pentingnya kemampuan penyesuaian diri didalam kehidupan seseorang karena dapat menimbulkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan seseorang berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan-tegangan, frustrasi-frustrasi, dan konflik-konflik batin. Kemampuan penyesuaian diri dapat menyelaraskan tuntutan-tuntutan batin dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepada seseorang oleh lingkungan dimana seseorang hidup (Semiun, 2006) Adanya penyesuaian diri dapat membuat seseorang memiliki sikap mandiri dalam cara berpikir dan bertindak, memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, mengarahkan dan mengembangkan diri serta menyesuaikan diri secara konstruktif dengan norma yang berlaku di lingkungan (Hurlock, 2008).

Schneiders (dalam Noviana, 2010) menyatakan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu faktor fisiologis dan faktor psikologis yang meliputi faktor pengalaman, faktor belajar, determinasi diri, faktor konflik, serta konsep diri. Menurut Woodworth (dalam gerungan 2002) Hubungan antara individu dengan lingkungannya adalah manusia yang senantiasa berusaha untuk menyesuaikan diri dengan tempat tinggalnya, namun penyesuain diri individu satu dengan yang lain tentunya berbeda. Terjadinya perbedaan tersebut salah satunya berhubungan dengan konsep diri individu masing-masing. Hal tersebut didukung berdasarkan hasil penelitian Astutik, Astuti, dan Yusuf (2010) yang mengungkapkan bahwa konsep diri dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang. Oleh karena itu, konsep diri memiliki peranan untuk dapat menumbuhkan bahkan meningkatkan penyesuaian diri yang dimiliki seseorang agar dapat beradaptasi di lingkungan barunya.

Konsep diri yang merupakan gabungan dari aspek-aspek fisik, psikis, sosial, dan moral tentang gambaran mengenai diri seseorang, baik persepsi terhadap diri nyatanya maupun penilaian berdasarkan harapannya (Berzonsky dalam Rahmaningsih, 2014). Menurut Centi (1993) konsep diri adalah gagasan tentang diri sendiri, yaitu bagaimana seseorang melihat diri sendiri sebagai pribadi yang merasa tentang dan bagaimana menyingkirkan diri sendiri menjadi manusia sebagaimana yang diharapkan. Brooks (dalam Rakhmat, 2002) mendefinisikan konsep diri sebagai pandangan atau persepsi individu terhadap dirinya, baik bersifat fisik, sosial, maupun psikologis, pandangan individu diperoleh dari pengalaman berinteraksi dengan orang lain yang mempunyai arti penting dalam hidupnya.

Berzonsky (dalam Rahmaningsih, 2014) menyatakan bahwa terdapat aspek-aspek konsep diri yang meliputi aspek fisik (*physical self*) yaitu penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimilikinya seperti tubuh, pakaian, benda miliknya, dan sebagainya. Aspek sosial (*sosial self*) yaitu bagaimana peranan sosial yang dimainkan oleh individu dan sejauh mana penilaian individu terhadap performannya, seperti peranan individu dalam lingkup peran sosialnya dan penilaian individu terhadap peran tersebut. Aspek moral (*moral self*) yaitu persepsi individu mengenai dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral dan etika yang menyangkut kepuasannya. Aspek psikis (*psychological self*) yaitu bagaimana individu akan berpikir tentang dirinya sendiri dan juga melihat bagaimana sikap-sikap yang ditunjukkan oleh individu sendiri.

Kehidupan sosial seseorang tentunya tidak lepas dari penyesuaian diri yang merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan respon perilaku yang diperjuangkan atau dituntukan seseorang agar dapat berhasil menghadapi tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat seseorang berada sebelumnya (Ali & Asrori, 2005). Menurut Schneiders (dalam Noviana, 2010) penyesuaian diri dapat berkorelasi dengan berbagai variabel, salah satunya adalah variabel konsep diri. Konsep diri merupakan cara bagaimana individu menilai diri sendiri, bagaimana penerimaan terhadap diri sendiri sebagaimana yang dirasakan, bagaimana penerimaan antara diri dan lingkungannya, diyakini dan dilakukan. Keyakinan tersebut dapat ditinjau dari berbagai macam hal segi fisik, moral, keluarga, personal dan sosial seseorang (Partosuwido, dkk., 1985).

Konsep diri yang positif membuat seseorang menentukan perilakunya sendiri atau bagaimana seseorang memandang dirinya akan tampak dari keseluruhan perilaku (Pudjijogyanti, 1993). Salah satu perilaku yang ditunjukkan yaitu dengan penyesuaian diri yang baik, dengan begitu seseorang akan memiliki respon mental dan tingkah laku dalam berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang di alaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang di harapkan oleh lingkungan seseorang tinggal (Schneiders dalam Evi, 2003). Lain halnya, ketika seseorang memiliki konsep diri yang negatif, maka akan sulit untuk berinteraksi dengan orang lain sehingga menimbulkan perasaan cemas (Fitts dalam Burns, 1979). Hal tersebut membuat seseorang berpandangan atau menilai dirinya dengan buruk yang bersifat fisik, sosial, maupun psikologis, yang didapat dari hasil interaksinya dengan orang lain untuk dapat secara efektif dan, sehingga tuntutan dalam kehidupan sosialnya sulit diterima dan tidak memuaskan (Schneiders dalam Evi, 2003). Hal ini didukung oleh hasil penelitian Evi (2003) yang menunjukkan bahwa konsep diri memberikan sumbangan efektif sebesar 42.7% terhadap penyesuaian diri remaja (mahasiswa) yang tinggal di tempat kos. Kontribusi tersebut menunjukkan bahwa baik dan buruknya penyesuaian diri seseorang tergantung dari seberapa besar konsep diri yang dimiliki seseorang.

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “apakah ada hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang tinggal di tempat kos ?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan penyesuain diri pada mahasiswa yang tinggal di tempat kos.

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis yaitu memberikan kontribusi bagi perkembangan khasanah ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial dan memberikan pemahaman mengenai penyesuain diri dan konsep diri kepada mahasiswa dan juga orang tua.

b. Manfaat secara praktis

Apabila hipotesis dalam penelitian ini diterima, maka hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai referensi dalam peningkatan kemampuan penyesuain diri pada mahasiswa yang tinggal di tempat kos melalui konsep dirinya.