

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perwujudan pendidikan yang lebih baik adalah harapan oleh setiap individu yang baru saja menyelesaikan pendidikan di bangku SMA. Keinginan untuk mendapatkan Universitas terbaik biasanya tidak didapatkan di tempat sendiri atau kota sendiri (Warsito & Warsito, 2013). Berdasarkan data yang didapatkan dari Koordinator Perguruan Tinggi Swasta/KOPERTIS (2017), terdapat 3.276 institusi pendidikan tinggi yang tersebar di Indonesia. Salah satu kota di Indonesia yang memiliki institusi pendidikan yang banyak adalah Daerah Istimewa Yogyakarta, dimana terdapat 112 institusi pendidikan di Daerah Yogyakarta dengan jumlah 4 institusi pendidikan tinggi berstatus Negeri dan 108 institusi pendidikan tinggi yang bersatatus Swasta (KOPERTIS, 2017).

Banyaknya perguruan tinggi berkualitas yang ada di Yogyakarta, menjadikannya sebagai salah satu kota dengan julukan kota pelajar. Hal ini tentu menjadi salah satu pertimbangan para calon mahasiswa untuk kuliah di kota Yogyakarta dan dipilih dalam melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi. Mahasiswa yang memilih untuk meninggalkan kampung halaman demi melanjutkan pendidikan yang lebih baik sering disebut sebagai mahasiswa perantau (Saniskoro & Akmal, 2017). Menurut Lingga & Tuapattinaja (2012) mahasiswa perantau adalah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut

ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian jenjang perguruan tinggi diploma, sarjana, magister, atau spesialis.

Ketika memasuki perkuliahan, setiap individu akan mengalami hal yang serupa dan menemukan berbagai macam hal baru, mulai dari sistem pendidikan hingga bertemu dengan orang-orang yang berasal dari berbagai latar belakang budaya yang berbeda dan untuk mahasiswa perantau sendiri, mereka memiliki kesulitan dalam melakukan penyesuaian sosial yang lebih daripada mahasiswa lokal, khususnya masalah adaptasi sosial dan budaya (Poyrazli1, Thukral, & Duru, 2010). Nasir (2012) menambahkan bahwa mahasiswa perantau tahun pertama harus menghadapi berbagai masalah penyesuaian yang berkaitan dengan lingkungan sosial dan akademik yang baru. Masalah-masalah penyesuaian terhadap lingkungan baru bagi mahasiswa perantau tahun pertama adalah kesulitan dalam berkomunikasi, masalah tempat tinggal, akomodasi, makananan sehari-hari, dan kesulitan dalam memulai hubungan sosial. Mahasiswa perantau tidak hanya dituntut untuk melakukan penyesuaian sosial, namun juga penyesuaian terhadap diri sendiri (Mudhovozi, 2012).

Ardyles & Syafiq (2017) menyatakan bahwa mahasiswa perantau tahun pertama seharusnya memiliki tingkat penyesuain diri yang baik, demi tercapainya studi yang optimal. Apabila mahasiswa perantau tahun pertama yang dapat menyesuaikan diri dengan baik pada awal memasuki perkuliahan, maka akan terus mengembangkan kemampuannya di semester selanjutnya Syabanawati (dalam Vidyanindita, Agustin, & Setyanto, 2017).

Namun pada kenyatannya masih banyak mahasiswa perantau tahun pertama yang mengalami *Culture Shock* (Geger budaya) pada semester awal perkuliahan, dimana situasi ini ditandai dengan munculnya stress dan ketegangan saat individu dihadapkan pada situasi yang belum pernah dirasakan sebelumnya, seperti adanya perbedaan bahasa, gaya berpakaian, makanan, waktu belajar, sistem pendidikan dan pengajaran. Hal ini tentu menunjukkan adanya proses penyesuaian diri yang kurang baik (Indrianie, 2012).

Schneiders (1964) menyatakan penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustasi dan konflik secara sukses serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup. Menurut Singh dan Singh (2018) bahwa penyesuaian diri adalah sebuah proses penempatan hubungan yang memuaskan antara individu dengan lingkungannya yang mengacu pada interaksi antara tuntutan internal dengan tuntutan eksternal individu.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa penyesuaian diri adalah sebuah proses yang melibatkan mental dan tingkah laku dengan ditunjukkannya sebuah usaha maupun perubahan dalam bertingkah laku yang bertujuan untuk merespon keadaan sekitar, mengatasi tegangan, mengatasi frustasi serta konflik yang terdapat dalam kehidupan setiap individu sehingga mengharapkan hasil akhir yaitu adanya hubungan yang harmonis antara individu tersebut dengan orang lain dan lingkungan tempat dia berada.

Schneiders (1964) mengatakan bahwa individu yang dapat menyesuaikan diri secara baik memiliki karakteristik yang memenuhi aspek penyesuaian diri sebagai berikut: a) Tidak adanya emosi yang berlebihan, seperti tidak mudah marah atau menangis ketika disalahkan oleh orang lain; b) Tidak adanya mekanisme pertahanan diri, seperti mampu mengakui kesalahan atau kegalalan dalam hidup dan siap untuk memperbaikinya; c) Tidak terdapat perasaan frustrasi pribadi, seperti tidak menyalahkan orang lain ketika mengalami sebuah masalah, tetap bersemangat melakukan aktifitas sehari-hari walaupun dalam keadaan tertekan karena adanya masalah hidup; d) Pertimbangan rasional dan pengarahan diri, seperti mampu berpikir rasional dan mengarahkan diri dengan baik dalam menyelesaikan permasalahan; e) Kemampuan belajar, seperti mampu dalam mengatur waktu untuk belajar dan tidak menunda-nunda pekerjaan atau tugas; f) Pemanfaatan pengalaman, seperti tidak lagi melakukan kesalahan yang sama, mampu belajar dari kegagalan diri sendiri ataupun orang lain; g) Sikap-sikap realistis dan objektif, seperti mampu menerima keadaan yang sebenarnya tentang diri kita atau keadaan lingkungan tanpa menyalahkan siapapun.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Lestari, 2016) yang berjudul Hubungan Keterbukaan Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Riau di Yogyakarta mengungkapkan bahwa tidak terdapat mahasiswa satupun perantau dari Riau yang memiliki penyesuaian diri tinggi atau 0 %, sedangkan katagori sedang sebanyak 92.9 % dan penyesuaian diri 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 perantau yang belum bisa beradaptasi dengan lingkungan baru secara baik, sehingga untuk mengatasi hal tersebut dibutuhkanlah kemampuan penyesuaian diri yang baik bagi mahasiswa perantau.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 11 dan 15/November/2019 terhadap mahasiswa perantau tahun pertama angkatan 2019 di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta, yang menggunakan aspek-aspek penyesuaian diri dari Schneiders (1964). Diperoleh hasil 7 dari 10 subjek menunjukkan adanya emosi yang berlebihan yang tidak dapat dikontrol oleh subjek yaitu ketika mereka mengalami masalah pribadi dengan teman satu kos ataupun satu kontrakan, cenderung mengalami mekanisme pertahanan diri ketika subjek sering merasa tidak cocok dengan teman-teman baru yang ada di lingkungan kosan atau kampus, adanya frustrasi pribadi yang ditunjukkan oleh subjek yang tidak memiliki pertimbangan rasional dan pengarahannya yang baik dimana mereka cenderung lari dari masalah yang sedang dialami seperti bermasalah dengan teman dan tugas kuliah, tidak memiliki kemampuan belajar dan pemanfaatan pengalaman yang baik dimana subjek tidak dapat mengatur waktu belajar dengan efisien, sehingga cenderung menunda-nunda tugas perkuliahan yang akhirnya menimbulkan frustrasi dan ketegangan dalam menyelesaikannya, tidak mampu bersikap realistis dan objektif yang ditunjukkan dengan ketidakmampuan menerima keadaan diri baik dalam bentuk kemampuan akademik dan juga kemampuan bersosialisasi.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat mahasiswa dengan penyesuaian diri rendah. Mahasiswa perantau tahun pertama

diharapkan memiliki penyesuaian diri yang baik, karena penyesuaian diri yang baik akan membantu mahasiswa perantau dalam melakukan adaptasi sosial atau menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan, baik lingkungan kampus maupun lingkungan tempat tinggal, kemudian membentuk hubungan sosial yang baru dan mampu melakukan penyesuaian diri dengan budaya yang ada sehingga bisa hidup harmonis antara kebutuhan dirinya dengan lingkungan dimana dia berada serta dapat menyerap ilmu dengan baik di lingkungan Universitas (Siregar, & Kustanti, 2018). Hal ini menjadikan peneliti tertarik untuk meneliti tentang penyesuaian diri pada mahasiswa perantau tahun pertama.

Schneiders (1964) menjelaskan bahwa ada lima faktor penentu dalam penyesuaian diri seseorang yaitu: a) Kondisi fisik yang mencakup sistem syaraf, kelenjar dan otot, kesehatan dan penyakit; b) Perkembangan dan kematangan yang meliputi perkembangan intelektual, sosial, moral dan emosional; c) Kondisi psikologis yang mencakup pengalaman, belajar, kemampuan mengarahkan diri, dan konsep diri; d) Budaya yaitu penyesuaian diri dipengaruhi oleh nilai, standar, tradisi dan ritual yang terdapat dilingkungannya; e) Kondisi lingkungan meliputi lingkungan rumah, keluarga dan lingkungan sekolah.

Berdasarkan faktor-faktor yang telah dijelaskan, peneliti memilih konsep diri sebagai variabel independen dalam penelitian ini. Alasan pemilihan konsep diri sebagai variabel independen yaitu sesuai dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Schneiders (1964), konsep diri memiliki peranan penting dalam membantu proses penyesuaian diri yang baik. Ketika Individu yang memiliki konsep diri yang baik tentu ia mampu menyesuaikan diri, sehingga

tercipta hubungan yang harmonis dengan lingkungan sekitarnya, begitu pula sebaliknya, ketika individu memiliki konsep diri yang salah maka dia akan mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri, dia akan mudah dipengaruhi oleh hal-hal yang negatif dan dapat mengganggu orang lain (Astutik, Astuti, & Yusuf, 2016).

Berzonsky (1981) mengemukakan konsep diri ialah penilaian seseorang terhadap dirinya meliputi aspek fisik, sosial, moral dan psikis. Konsep diri diartikan sebagai kumpulan persepsi setiap aspek yang ada pada diri, penampilan, kemampuan fisik dan mental kejuruan potensial, ukuran, kekuatan dan sebagainya (Sobur, 2013).

Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa konsep diri adalah bagaimana individu menilai tentang dirinya sendiri, bukan hanya sekedar deskripsi terhadap dirinya sendiri, tetapi bagaimana cara seseorang melihat dirinya sendiri dan bagaimana seseorang menginginkan dirinya menjadi individu yang diharapkan dimana meliputi aspek fisik, psikologis, sosial dan moral.

Berzonsky (1981) mengemukakan konsep diri meliputi aspek fisik, sosial, moral dan psikis. Aspek fisik (*physical self*), berisi segala sesuatu yang dimiliki individu, seperti tubuh, pakaian dan benda-benda lainnya yang menjadi milik individu. Aspek psikis (*psychological self*) berisi pikiran, perasaan dan sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri. Aspek sosial (*social self*) berisi peranan sosial yang dimainkan oleh individu dan sejauh mana penilaian individu terhadap peran yang sudah dimainkannya tersebut. Aspek moral (*moral self*) berisi nilai-nilai serta prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan individu.

Penyesuaian diri yang baik ditunjukkan dengan tidak adanya emosi berlebihan dan mekanisme pertahanan diri pada seseorang berdasarkan aspek konsep diri yaitu aspek fisik, dimana individu tersebut mampu menerima dan mengenali dirinya secara baik tentang fisiknya dalam proses melakukan penyesuaian diri (Rath & Nanda, 2012).

Dengan tidak menunjukkan perasaan frustrasi, mampu berpikir secara rasional, serta mengarahkan diri dalam menilai dan melakukan peranan sosial dengan baik merupakan suatu proses penyesuaian diri yang positif berdasarkan aspek sosial dalam konsep diri (Schneiders, 1964). Seseorang yang memiliki aspek tersebut akan membuatnya memiliki kemampuan untuk menghargai diri sendiri secara objektif sehingga mempunyai konsep diri yang baik dan dapat menyesuaikan dirinya dengan baik juga. Dilain sisi, kurangnya peranan sosial didalam kehidupan seseorang akan menimbulkan perasaan kurang berharga dalam lingkup interaksi sosial dengan orang lain (Pasaribu, 2016).

Menurut Berzonsky (1981) aspek moral dalam konsep diri termasuk salah satu dari empat aspek yang menentukan seseorang dapat melakukan proses penyesuaian diri dengan baik atau mengalami gangguan. Aspek moral berisi nilai-nilai serta prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan (Berzonsky, 1981). Pemenuhan dalam aspek ini terlihat dari seberapa jauh seseorang mampu belajar dan memanfaatkan pengalaman, seperti belajar memahami dan mengerti apa saja yang dapat membantu mengembangkan kualitas hidup, mampu menganalisis faktor-faktor apa saja yang dapat membantu dan mengganggu proses penyesuaian diri, sehingga tercipta nilai-nilai maupun prinsip hidup. Sebaliknya, individu yang

tidak dapat memenuhi aspek moral akan sulit melakukan proses penyesuaian diri (Hurlock, 2008).

Sikap yang realistik dan objektif membantu seseorang dalam proses penyesuaian diri dengan baik, dimana mampu menerima keadaan dirinya serta keterbatasan yang dimiliki sebagaimana keadaan sebenarnya dan mampu menghadapi kenyataan, baik yang berhubungan dengan diri sendiri maupun orang lain (Schneiders, 1964). Astuti, Rosra dan Rahmayanthi (2014) menyatakan bahwa seseorang harus memiliki konsep diri yang tinggi berdasarkan aspek psikis. Aspek psikis akan mempengaruhi setiap sikap dalam bentuk tindakan yang dilakukan oleh seseorang untuk menghadapi berbagai permasalahan yang ada dilingkungannya. Aspek psikis yang tidak terpenuhi akan membuat keadaan mental menjadi tidak sehat seperti munculnya perasaan frustrasi dan kecemasan yang berlebihan, sehingga keadaan seperti ini dapat melatarbelakangi adanya hambatan dalam proses penyesuaian diri (Pritaningrum & Hendriani, 2013).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh konsep diri. Penyesuaian diri mahasiswa perantau tahun pertama akan tinggi jika mahasiswa tersebut memiliki konsep diri yang tinggi, sebaliknya penyesuaian diri mahasiswa perantau tahun pertama rendah jika mahasiswa tersebut memiliki konsep diri yang rendah, sehingga peneliti merumuskan permasalahan “Apakah ada hubungan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau tahun pertama di Fakultas Psikologi Universitas Mercu buana Yogyakarta ?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan Antara Konsep diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau Tahun Pertama di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan pada umumnya terutama dalam bidang psikologi sosial klinis dan psikologi pendidikan.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa terutama mahasiswa perantau tahun pertama agar mempunyai konsep diri yang baik sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan tempat tinggal maupun di lingkungan kampus.