

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kesadaran akan pentingnya pendidikan, khususnya pendidikan tinggi terus meningkat dari tahun ke tahun. Hal ini terlihat dari bertambahnya jumlah calon mahasiswa yang mendaftarkan diri ke berbagai perguruan tinggi. Individu yang telah diterima menjadi mahasiswa akan memasuki lingkungan baru, yaitu lingkungan perguruan tinggi. Transisi ke lingkungan perguruan tinggi melibatkan banyak perubahan dan tantangan yang lebih besar bagi mahasiswa baru (Sasmita & Rustika, 2015).

Fitri & Kustanti (2018) berpendapat bahwa perubahan yang terjadi pada masa awal perkuliahan disebabkan oleh adanya beberapa perbedaan sifat pendidikan yang diterapkan di SMA dan perguruan tinggi, seperti perbedaan kurikulum, sistem pengajaran, kedisiplinan, serta hubungan antara mahasiswa dan dosen. Bahkan mahasiswa baru juga dihadapkan dengan berbagai tantangan seperti tuntutan akademik yang lebih besar, beradaptasi pada perubahan peran dan tanggungjawab baru, lebih otonom dalam pengambilan keputusan, serta hidup terpisah dengan orangtua dan teman khususnya bagi mahasiswa yang berasal dari luar daerah. Seperti yang dikemukakan Triska (2013) bahwa mahasiswa baru yang berasal dari berbagai daerah dengan berbagai latar belakang berbeda, juga dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dan situasi baru. Ketika mereka dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan yang baru maka mahasiswa tersebut akan diterima oleh kelompok atau lingkungan sosial.

Masalah penyesuaian diri pada mahasiswa baru, terutama di luar daerah, seringkali muncul dan berdampak pada perasaan tertekan yang dialami oleh mereka. Seperti yang dikemukakan oleh salah seorang mahasiswa NTT yang di wawancara oleh peneliti, dimana mahasiswa tersebut merasa kesulitan dan tertekan dengan perbedaan situasi dan lingkungan teman-temannya antara masa SMA dan saat kuliah di perguruan tinggi.

Kondisi yang dialami mahasiswa asal NTT tersebut merupakan akibat dari penyesuaian diri yang buruk pada mahasiswa yang merasa tertekan saat mendapati perbedaan-perbedaan yang begitu mencolok antara masa SMA dengan masa kuliah. Hal ini mungkin saja terjadi karena lingkungan baru bagi beberapa orang menjadi sebuah stimulus yang terkadang menjadi penyebab munculnya berbagai permasalahan yang berdampak pada mental dan psikologi seseorang. Oleh karenanya perubahan tersebut mengharuskan remaja menyesuaikan dengan dirinya sendiri serta lingkungan sosialnya.

Hasil penelitian Nurfitriana (2016) menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UMS memiliki berbagai macam persoalan selama proses penyesuaian diri di perguruan tinggi baik dalam hal akademik maupun non-akademik, Mahasiswa yang tidak kos (Domisili Surakarta) memiliki penyesuaian diri yang lebih baik dari pada mahasiswa yang kos (Luar Jawa dan Luar Kota). Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penyesuaian diri menjadi hal yang perlu diperhatikan dari seorang individu.

Penyesuaian diri dengan lingkungan pada dasarnya merupakan suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup (Sasmita & Rustika, 2015). Penyesuaian diri juga mutlak dilakukan oleh mahasiswa, karena sesungguhnya hal tersebut adalah proses yang berkaitan dengan respon mental dan tingkah laku yaitu individu berusaha keras agar mampu mengatasi konflik dan frustasi karena terhambatnya kebutuhan dalam dirinya (Hernandez, 2017). Maknanya, penyesuaian diri dimaksudkan agar tercapai keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan, termasuk penyesuaian dengan lingkungan studi individu jika mereka seorang mahasiswa.

Kemampuan menyesuaikan diri individu yang sehat terhadap lingkungannya, merupakan salah satu prasyarat yang penting bagi terciptanya kesehatan mental individu (Mahmudi & Suroso, 2014). Maka kemampuan penyesuaian diri di perguruan tinggi merupakan respon individu dalam mengatasi berbagai tuntutan yang ada seiring dengan perubahan dari masa sekolah menengah atas ke perguruan tinggi, yang meliputi berbagai dimensi guna mencapai keselarasan antara individu dan lingkungan perguruan tinggi (Fitri dan Kustanti, 2018).

Menurut Japar dan Purwati (2014) penyesuaian diri yang baik sangat tergantung pada kemampuan individu dalam mengontrol perilaku, lingkungan, pikiran serta perasaannya. Ketika seseorang merasa mampu mengontrol lingkungan sekitar dan mampu menyesuaikan dengan pikiran dan emosi individu akan merasa lebih baik dalam menghadapi tantangan hidup, membangun relasi yang sehat, dan mencapai kepuasan diri dan pikiran yang damai. Kemampuan untuk mengontrol atau penguasaan seseorang, penyesuaian diri yang baik akan sulit untuk dicapai tanpa adanya keyakinan diri yang dalam istilah psikologi dikenal dengan *self-efficacy*.

*Self efficacy* menurut Sharma & Nasa (2014) adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri atau tingkat keyakinan mengenai seberapa besar kemampuannya dalam mengerjakan suatu tugas tertentu untuk mencapai hasil tertentu. Baron & Byrne (dalam Manuntung, 2018). mendefinisikan efikasi diri

sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengetasi hambatan. Lebih lanjut Hajloo (2014), menambahkan bahwa efikasi diri akan menentukan seberapa besar usaha yang dilakukan seseorang dalam menghadapi situasi yang penuh hambatan dan tantangan. Selain itu, efikasi diri juga menentukan ketekunan seseorang dalam mengatasi hambatan dan tantangan yang dihadapi, oleh karenanya jika seorang individu memiliki efikasi diri yang kuat maka individu tersebut lebih senang membayangkan tentang kesuksesan. Individu akan menetapkan tujuan dan fokus pada kesempatan bukan pada hambatan. Sehingga usaha dan upaya akan terus dilakukan walaupun mengalami kegagalan (Fitri & Kustanti, 2018).

Hasil penelitian Irfan & Suprpti (2014) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki kaitannya dengan penyesuaian diri mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik, maka penyesuaian dirinya juga baik, begitupun sebaliknya. Mahasiswa yang memiliki *self efficacy* rendah, maka penyesuaian dirinya juga rendah.

*Self-efficacy* pada dasarnya akan menentukan perasaan seseorang dan cara berfikirnya untuk dapat memotivasi tindakan dan perilakunya. Keyakinan dapat mempengaruhi individu untuk mencapai hasil yang diinginkan dengan maksimal (Alqurashi, 2016), sehingga individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi lebih senang membayangkan tentang kesuksesan. Sebaliknya individu yang mempunyai efikasi diri rendah lebih banyak membayangkan kegagalan dan hal-hal yang dapat menghambat tercapainya kesuksesan, maka semakin tinggi *self-efficacy* pada diri seseorang akan berdampak pada penerimaan dan penghargaan diri terhadap kemampuan dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Manuntung (2018) bahwa efikasi diri berhubungan dengan keyakinan pribadi akan kemampuan dan kompetensi dirinya dalam menyelesaikan tugas secara berhasil. Maknanya, individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi akan memiliki kepercayaan diri dan keyakinan kuat akan kemampuan kinerjanya, melalui efikasi dirinya, individu mampu menilai dirinya secara positif, sehingga mencapai high *self-esteem*.

Hasil penelitian Sandha, dkk (2012) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self esteem* dengan penyesuaian diri siswa tahun pertama SMA Krista Semarang. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self esteem* pada diri siswa berhubungan dengan adanya penyesuaian diri siswa. Siswa yang memiliki *self esteem* yang baik, maka penyesuaian dirinya juga baik, dan sebaliknya, siswa yang memiliki *self esteem* yang rendah, penyesuaian diri dalam dirinya juga rendah. Hasil

tersebut juga menunjukkan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh adanya *self esteem* dalam diri individu.

Harga diri (*self esteem*) didefinisikan oleh Sunaryo (2004) sebagai penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku tersebut sesuai dengan apa yang diidealkan. Stuart & Sundeen (dalam Erna, 2012) menyatakan bahwa harga diri menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten. Penyesuaian diri yang baik akan memberikan kepuasan yang lebih besar bagi kehidupan seseorang, sedangkan individu yang mempunyai kepribadian yang kuat seperti harga diri akan mampu menyesuaikan diri secara baik.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penelitian ini dilakukan dengan mengambil judul “Hubungan Efikasi Diri dan Harga Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Adakah hubungan antara efikasi diri dan harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru?
- b. Adakah hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya?
- c. Adakah hubungan antara efikasi diri dan harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian rumusan masalah yang telah dikemukakan maka tujuan dalam penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- b. Untuk Mengetahui hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat menambah ilmu dan pengetahuan di bidang Psikologi terutama mengenai hubungan antara efikasi diri, harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang akan melakukan penelitian-penelitian lanjutan terkait topik efikasi diri, harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa.
- b. Penelitian ini juga dapat menjadi bahan evaluasi bagi mahasiswa baru untuk dapat meningkatkan penyesuaian diri melalui adanya efikasi diri dan harga diri.

## **E. Penelitian Terdahulu**

Penelitian-penelitian tentang penyesuaian diri telah banyak dilakukan sebelumnya. Antara lain penelitian dari Sandha, et al., (2012) tentang hubungan antara *self esteem* dengan penyesuaian diri pada Siswa Tahun Pertama SMA Krista Mitra Semarang. Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara harga diri dan penyesuaian diri pada siswa ini menggunakan 73 siswa sebagai sampel penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan harga diri dengan penyesuaian diri, sehingga dapat dikatakan bahwa harga diri memiliki kontribusi pada peningkatan penyesuaian diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Hajloo (2014) tentang *Relationships Between Self-Efficacy, Self-Esteem and Procrastination in Undergraduate Psychology Students*. Penelitian yang bertujuan untuk meninjau hubungan antara menunda-nunda dan dua faktor *self-efficacy* dan harga diri menggunakan partisipan sebanyak 140 mahasiswa Psikologi yang terdaftar di Mohagheg Ardabili University, Ardabil, Iran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model mediator harga diri menyumbang 21% dari varians dalam penundaan. Signifikansi dari efek mediasi ditemukan dengan metode bootstrap. Kesimpulannya bahwa hubungan prokrastinasi dengan harga diri dan efikasi diri terungkap di antara mahasiswa psikologi sarjana.

Hasil penelitian Irfan & Suprpti (2014) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Semakin tinggi *self efficacy* pada mahasiswa, penyesuaian dirinya juga semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* pada diri mahasiswa, maka semakin rendah penyesuaian diri dalam diri mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitri & Kustanti (2018) tentang hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang. Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa rantau dari Indonesia Bagian Timur di ini menggunakan sampel penelitian pada 180 mahasiswa rantau asal Papua, Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Selatan, Sulawesi Tenggara, dan Maluku Utara. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara variabel efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri akademik. Efikasi diri akademik memberikan sumbangan efektif sebesar 50,8% terhadap penyesuaian diri akademik pada penelitian ini.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu tersebut, maka dapat dikemukakan disini bahwa penelitian skripsi ini memiliki perbedaan dengan penelitian penelitian terdahulu. Perbedaan ini adalah terkait dengan analisis yang digunakan dimana dalam penelitian skripsi ini digunakan analisis regresi linier berganda karena dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel independen dan satu variabel dependen, sedangkan pada penelitian terdahulu Sandha, et al., (2012) dan Fitri & Kustanti (2018) digunakan teknik analisis regresi sederhana. Sementara pada penelitian Hajloo (2014) menggunakan analisis model dengan AMOS. Perbedaan adalah terkait dengan variabel penelitian. Penelitian skripsi ini menggunakan variabel efikasi diri dan harga diri sebagai variabel bebas sedangkan pada penelitian terdahulu (Hajloo, 2014) ditambahkan variabel *procrastination* pada variabel bebas. Menyimak perbedaan-perbedaan tersebut, maka dapat dikatakan penelitian skripsi ini adalah original.