

Apakah metode PKKMB berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa?

Adriana Rahmadhani Kartika^{1*}, Suroso², Karolin Rista³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

E-mail: suroso@untag-sby.ac.id

Submitted: Accepted: Published:	<p>Abstract</p> <p><i>Self-adjustment is defined as a process for the individual to make changes in the face of situations that occur in his life environment, so as to achieve good relationships with other people and the environment around the individual. One way to improve the self-adjustment of new students is with PKKMB (Introduction to Campus Life for New Students) activities, but in 2020 when the Covid-19 pandemic hit PKKMB activities were carried out online. This study aims to determine the difference in student self-adjustment in terms of students who take part in online PKKMB with students who take part in offline PKKMB. The respondents in this study were psychology students of the University of 17 August 1945 Surabaya class of 2021 who participated in the online PKKMB as many as 79 people and the class of 2022 who participated in the offline PKKMB. A total of 81 people. The sampling technique in this study used accidental sampling technique. Data collection in this study used a self-adjustment scale and was analyzed using the Mann-Whitney test. The results of this study show that there is a difference in self-adjustment between students of the class of 2021 and the class of 2022</i></p> <p>Keywords: Self-Adjustment, online PKKMB, offline PKKMB</p>
	<p>Abstrak</p> <p><i>Penyesuaian diri didefinisikan sebagai suatu proses untuk individu melakukan perubahan dalam menghadapi situasi yang terjadi dalam lingkungan hidupnya, sehingga tercapai hubungan yang baik dengan orang lain maupun lingkungan sekitar individu tersebut. Salah satu cara meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa baru yaitu dengan kegiatan PKKMB (Pengenalan Kehidupan Kampus bagi Mahasiswa Baru), namun pada tahun 2020 saat pandemi covid-19 melanda kegiatan PKKMB dilakukan secara online. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan penyesuaian diri mahasiswa ditinjau dari mahasiswa yang mengikuti PKKMB online dengan mahasiswa yang mengikuti PKKMB offline. responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB online sebanyak 79 orang dan angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB offline sebanyak 81 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala penyesuaian diri dan dianalisis menggunakan uji Mann-Whitney. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri antara mahasiswa angkatan 2021 dengan angkatan 2022.</i></p> <p>Kata kunci: Penyesuaian Diri, PKKMB online, PKKMB offline</p>
Copyright © 2023. Adriana Rahmadhani Kartika, Suroso, Karolin Rista	

Pendahuluan

Masa remaja artinya masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Peran individu secara umum pada saat masa remaja adalah sebagai pelajar atau mahasiswa. Awal memasuki dunia perkuliahan akan terasa perbedaannya dari yang sebelumnya berstatus sebagai siswa sekolah menengah berganti status menjadi mahasiswa. Gunarsa (2000) menyatakan bahwa individu yang berganti jenjang pendidikan di perguruan tinggi akan mengalami suatu perubahan ketika menjadi seorang mahasiswa.

Menurut Eccles, Fenzel, Blyth & Simmons (dalam Sandra dkk, 2020) proses transisi dari Sekolah Menengah Atas ke perguruan tinggi dapat menimbulkan permasalahan karena terjadi bersamaan dengan perubahan lain sebagai mahasiswa baru, seperti perubahan dalam peran di keluarga dan masyarakat yang lebih luas. Perbedaan lain yaitu perbedaan pelaksanaan kegiatan akademik antara perguruan tinggi dengan SMA akan membuat mahasiswa baru mengalami kesulitan dalam *studinya*, misalnya metode belajar di perguruan tinggi yang tidak sama dengan SMA, sistem SKS untuk menentukan jumlah mata kuliah, dan jumlah SKS yang dapat di program ditentukan dari IP (Indeks Prestasi) yang diperoleh setiap semesternya. Keberhasilan mahasiswa dalam mencapai suatu tugas akan membawa keberhasilan dalam tugas selanjutnya, oleh karena itu seorang mahasiswa baru dituntut untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan yang baru agar mencapai keberhasilan dalam lingkungan sosial maupun kegiatan akademiknya (Hurlock 2003).

Menjadi seorang mahasiswa baru pada satuan pendidikan perguruan tinggi akan mengalami proses penyesuaian diri dengan lingkungan kampus. Oleh sebab itu, pihak kampus mengharapkan mahasiswa baru dapat menjadi generasi yang memiliki kecerdasan, kreatifitas, keterampilan, pengetahuan yang tinggi sehingga dapat bersaing dan bertahan pada zaman yang semakin canggih dan berkembang. Memiliki kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri pada lingkungan perkuliahan merupakan hal yang penting karena menempuh semester pertama merupakan fase kritis, dimana pada saat tersebut mahasiswa akan melakukan pembelajaran dasar sebagai pedoman untuk menuju keberhasilan di semester-semester berikutnya (Ramadhan, 2019).

Permasalahan yang akan muncul ketika melakukan penyesuaian diri tidak hanya pada persoalan akademik. Masalah lain yang akan dihadapi dalam proses penyesuaian diri dalam lingkungan perguruan tinggi antara lain: masalah dengan teman-teman perkuliahan, tempat tinggal yang terpisah dengan orang tua untuk mahasiswa rantau, perbedaan jenis kelamin, dan masalah dalam keorganisasian dalam perkuliahan. Permasalahan lain yang dihadapi mahasiswa baru terutama mahasiswa angkatan tahun 2020 dan 2021 dalam penyesuaian diri di tahun pertama perkuliahan yaitu dilakukannya kegiatan belajar mengajar secara *online* karena pandemic covid-19 yang melanda semua negara.

Selama 2 tahun dalam masa *pandemic*, semua kegiatan dilakukan didalam rumah termasuk kegiatan belajar mengajar dan kegiatan PKKMB (Pengenalan Kehidupan Kampus bagi Mahasiswa Baru) di lingkungan perguruan tinggi. Mahasiswa angkatan tahun 2020 dan 2021 melakukan kegiatan PKKMB secara *online* sehingga mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 tidak dapat berinteraksi secara langsung baik dengan teman sebaya, kakak tingkat, maupun dosen. PKKMB merupakan tahapan untuk menyiapkan mahasiswa baru dalam melewati proses transisi untuk menjadi mahasiswa yang dewasa dan mandiri. Selain itu PKKMB juga merupakan proses adaptasi mahasiswa baru dengan lingkungan yang baru dan proses pemberian bekal untuk keberhasilan di perguruan tinggi (Panduan PKKMB, 2022).

Data awal yang peneliti ambil dari 5 mahasiswa angkatan tahun 2021 di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945, dengan proses tanya jawab dapat disimpulkan bahwa 3 dari 5 mahasiswa angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB secara *online*, saat mulai memasuki jadwal perkuliahan mahasiswa tersebut sulit untuk mendapatkan teman dan 4 dari 5 mahasiswa tersebut, saat awal memasuki jadwal perkuliahan sulit untuk memahami materi yang diberikan oleh dosen. Apabila permasalahan dalam menyesuaikan diri tidak diatasi dengan baik dapat memberikan dampak negatif terhadap proses pembelajaran yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya (Rahayu & Arianti, 2020).

Bulan Mei tahun 2022, *pandemic* covid-19 semakin mereda. Hal tersebut membuat pemerintah mengeluarkan anjuran untuk memulai kegiatan pendidikan dilakukan secara *offline*, baik sekolah maupun perguruan tinggi. Pada tahun ajaran 2022-2023 telah dilakukan PKKMB secara *offline*. data awal yang peneliti ambil dari 5 mahasiswa angkatan di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang mengikuti PKKMB secara *offline*, dengan proses tanya jawab dapat disimpulkan bahwa 5 mahasiswa tersebut dapat berkenalan dengan teman sebaya dan kakak tingkat. Peneliti tertarik untuk mengambil judul Perbedaan Penyesuaian Diri Mahasiswa Ditinjau dari Mahasiswa yang Mengikuti PKKMB *Online* dan Mahasiswa yang Mengikuti PKKMB *Offline*.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah; Ada perbedaan penyesuaian diri mahasiswa baru angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline*. Mahasiswa baru yang mengikuti PKKMB *offline* mempunyai penyesuaian diri yang lebih baik daripada mahasiswa baru yang mengikuti PKKMB *online*.

Metode

Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan komparatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan pada analisis data kuantitatif atau data yang diperoleh melalui metode pengukuran dan dianalisis melalui metode analisis statistik berupa angka (Azwar, 2017). Pendekatan komparatif digunakan untuk mencari dan menganalisis suatu bidang keilmuan dalam hal persamaan dan perbedaan, juga dalam hal kelebihan dan kekurangan.

Partisipan Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online* yang berjumlah 357 orang dan angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline* yang berjumlah 413 orang. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian yaitu mahasiswa psikologi angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online* berjumlah 79 orang dan untuk mahasiswa psikologi angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline* berjumlah 81 orang. Jumlah sampel minimal dalam penelitian ini adalah 160 mahasiswa.

Instrumen

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah skala penyesuaian diri yang disusun dengan skala *likert*. Penyusunan skala dalam penelitian ini berupa lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N) Tidak Setuju

(TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian kuantitatif menggunakan hitungan statistik yang dilakukan dengan program analisis data SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versi 27 for windows. Metode analisis data pada penelitian ini adalah *Uji Man Whitney U Test*.

Hasil

Penelitian ini mengenai perbedaan penyesuaian diri mahasiswa ditinjau dari mahasiswa yang mengikuti PKKMB *online* dengan mahasiswa yang mengikuti PKKMB *offline*. Berdasarkan skala penelitian yang telah disebarakan pada mahasiswa sebanyak 79 orang yang berasal dari angkatan 2021 dan 81 orang dari angkatan 2022. Hasil analisis deskriptif menunjukkan *mean rank score* penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2021 sebesar 71,22 sedangkan mahasiswa angkatan 2022 sebesar 89,55.

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif

	Angkatan	N	Mean Rank
Penyesuaian Diri	Angkatan 2021 (PKKMB <i>Online</i>)	70	71,22
	Angkatan 2022 (PKKMB <i>Offline</i>)	81	89,55

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan uji hipotesis menggunakan uji *Mann-Whitney* diperoleh skor $Z = -2,504$ dengan signifikansi 0,012 ($p < 0,05$), artinya hipotesis diterima maka terdapat perbedaan yang signifikan penyesuaian diri antara mahasiswa yang mengikuti PKKMB *online* dengan mahasiswa yang mengikuti PKKMB *offline*.

Tabel 2. Hasil Analisis *Mann Whitney Test*

Penyesuaian Diri	Z	P
	-2,504	0,012

Sumber: Output SPSS

Hasil uji kategorisasi penyesuaian diri mahasiswa ditinjau dari mahasiswa yang mengikuti PKKMB *online* dengan mahasiswa yang mengikuti PKKMB *offline* diperoleh hasil: (1) mahasiswa angkatan 2021 sebanyak 100% dalam kategori tinggi; (2) mahasiswa angkatan 2022 sebanyak 1,2% dalam kategori sedang dan 98,2% dalam kategori tinggi.

Tabel 3. Uji Kategorisasi Penyesuaian Diri Mahasiswa Angkatan 2021

Pedoman	Skor	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$X < (\mu - 1\sigma)$	$X < 114,66$	Rendah	-	-
$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu - 1\sigma)$	$114,67 \leq X < 137,32$	Sedang	-	-
$(\mu - 1\sigma) \leq X$	$137,33 \leq X$	Tinggi	79	100%
Jumlah			79	100 %

Sumber: Output SPSS

Tabel 4. Uji Kategorisasi Penyesuaian Diri Mahasiswa Angkatan 2022

Pedoman	Skor	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$X < (\mu - 1\sigma)$	$X < 114,66$	Rendah	-	-
$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu - 1\sigma)$	$114,67 \leq X < 137,32$	Sedang	1	1,2 %
$(\mu - 1\sigma) \leq X$	$137,33 \leq X$	Tinggi	80	98,2 %
Jumlah			81	100 %

Sumber: Output SPSS

Pembahasan

hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri antara mahasiswa yang mengikuti PKKMB *online* dengan mahasiswa yang mengikuti PKKMB *offline*, hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji *Mann-Whitney* yang menunjukkan taraf signifikansi 0,012 ($p < 0,05$), artinya hipotesis diterima. Mahasiswa angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline* memiliki penyesuaian diri yang lebih tinggi dibanding mahasiswa angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online*, hal tersebut dapat terlihat dari nilai *mean rank* untuk mahasiswa angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline* lebih besar dibanding mahasiswa angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online*.

Mahasiswa angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline* memiliki penyesuaian diri yang lebih baik daripada mahasiswa angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online*, hal ini dikarenakan terjadinya kontak fisik secara langsung, mengalami keadaan lingkungan yang sama dan mengalami keadaan psikologis yang sama selama masa PKKMB *offline* berlangsung (4 hari). Hal tersebut sesuai dengan faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri menurut Schneiders (1964) yaitu keadaan fisik, keadaan psikologi dan keadaan lingkungan. Saat PKKMB mahasiswa angkatan 2022 melakukan kegiatan secara bersama dan dalam situasi yang sama, mahasiswa angkatan 2022 juga merasakan lingkungan belajar yang sama, serta mendapatkan pengalaman, perasaan dan kebiasaan yang sama sehingga mahasiswa dapat merasakan pembelajaran dan kebiasaan sebagai mahasiswa baru. Selama kegiatan PKKMB, mahasiswa juga diberikan game antar kelompok, sehingga mahasiswa baru dapat melatih kerjasama antar anggota kelompok dan sikap toleransi, selain itu mahasiswa yang ditunjuk menjadi ketua kelompok dapat melatih kemampuan kepemimpinan. Mahasiswa juga diberikan pembekalan mengenai wawasan kebangsaan dan peraturan kampus, kegiatan tersebut dapat meningkatkan kematangan intelektual dan kematangan moral.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada 1 kategori penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online* dan 2 kategori penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline*. Pada mahasiswa angkatan 2021 diketahui sebanyak 79 responden yang memiliki tingkat penyesuaian tinggi dan pada

mahasiswa angkatan 2022 diketahui sebanyak 1 responden yang memiliki tingkat penyesuaian diri sedang dan 80 responden memiliki penyesuaian diri tinggi.

Mahasiswa angkatan 2021 memiliki 1 kategori penyesuaian diri yaitu tinggi, hal ini dikarenakan mahasiswa angkatan 2021 sudah 1 tahun bersama dalam perkuliahan. Artinya mahasiswa angkatan 2021 sudah mengetahui kondisi lingkungan kampus, teman sebaya, serta hukum dan norma sosial yang berlaku di lingkungan kampus, hal tersebut sesuai dengan faktor eksternal penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Soeparwoto, dkk (2004).

Berdasarkan hasil analisis data diatas terlihat bahwa mahasiswa angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline* mampu menyesuaikan diri lebih baik dibanding mahasiswa angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online*, hal ini sesuai dengan hipotesis. Hal ini dapat dijelaskan kenapa mahasiswa yang mengikuti PKKMB *offline* lebih mampu menyesuaikan diri dibanding mahasiswa yang mengikuti PKKMB *online*, karena mahasiswa yang mengikuti PKKMB *offline* menghadapi situasi, kondisi, manusia lain, benda, maupun permasalahan yang lebih nyata dibanding mahasiswa yang mengikuti PKKMB *online*, sehingga mahasiswa selama mengikuti PKKMB sudah menghadapi hal-hal sebagaimana tersebut diatas, baik dalam acara di program studi, fakultas, universitas, maupun organisasi kemahasiswaan yang semuanya memerlukan berinteraksi, berkomunikasi, bekerjasama, menyelesaikan masalah, dan itu semua diperlukan dalam penyesuaian diri seperti yang dikemukakan oleh Schneiders (1964) bahwa penyesuaian merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengatasi dan mengelola kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi dan konflik, dan yang bertujuan untuk mencapai keselarasan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan individu dan tuntutan dalam individu.

Kesimpulan

Responden dalam penelitian ini terdapat 79 mahasiswa psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online* dan 81 mahasiswa psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji beda *Mann-Whitney*. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan ada perbedaan penyesuaian diri antara mahasiswa angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online* dengan mahasiswa angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline*, dimana mahasiswa angkatan 2022 yang mengikuti PKKMB *offline* memiliki penyesuaian diri yang lebih tinggi dibanding mahasiswa angkatan 2021 yang mengikuti PKKMB *online*, hal ini berarti hipotesis diterima.

Kepada kampus disarankan untuk menyelenggarakan PKKMB *offline* setiap tahun maupun menyelenggarakan kegiatan yang melibatkan beragam mahasiswa, beragam situasi dan kondisi, serta melatih mahasiswa berkomunikasi, *team work*, maupun menyelesaikan masalah, dengan demikian akan melatih kemampuan menyesuaikan diri mahasiswa. Kepada mahasiswa disarankan untuk melibatkan diri secara aktif dalam kegiatan yang melibatkan beragam mahasiswa, beragam situasi dan kondisi, serta melatih mahasiswa untuk berkomunikasi, kerjasama (*team work*), maupun menyelesaikan masalah, dengan demikian akan melatih kemampuan menyesuaikan diri mahasiswa. Kepada peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tema penelitian serupa disarankan untuk dapat mengembangkan penelitian ini dengan menghubungkan variabel penyesuaian diri dengan variabel lain yang mempengaruhinya seperti pola asuh orang tua dan keberfungsian keluarga atau permasalahan penyesuaian diri seperti permasalahan tempat tinggal bagi mahasiswa rantau,

asal sekolah, dan usia dan juga mengkaji kembali tingkat penyesuaian diri mahasiswa dengan jumlah subjek lebih banyak atau partisipan yang lebih bervariasi.

Referensi

- Azwar, S. (2017). Metode Penelitian Psikologi (II). *Pustaka Belajar*.
- Gunarsa, S. (2000). Psikologi Praktis: Anak, Remaja, dan Keluarga. *Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia*.
- Hurlock, E.B. (2002). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. *Jakarta: Penerbit Erlangga*.
- Panduan PKKMB 2021. *Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi*.
- Panduan PKKMB 2022. *Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi*.
- Ramadhan, A. W. (2020). PERBEDAAN PENYESUAIAN DIRI (ADJUSTMENT) MAHASISWA BARU PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU YANG MERANTAU DAN YANG TINGGAL DENGAN ORANG TUA. (*Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU*).
- Sandra, M., Sitasari, N. W., & Safitri, S. (2020). Perbedaan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru Berdasarkan Jenis Kelamin. *JCA of Psychology, 1(02)*.
- Schneiders, Alexander. (1964). Personal Adjustment and Mental Health. *New York, Hooft, Rinehart and Winston*.