

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

#### 1. Latar Belakang Masalah

Pandemi Covid-19 yang terjadi di Indonesia membuat aktivitas Pendidikan mengalami perubahan. Pendidikan yang awalnya dilakukan secara tatap muka kini beralih secara daring atau *online* melalui aplikasi yang telah disediakan. Dunia baru perkuliahan secara daring ini tentu membuat interaksi antara mahasiswa kepada dosen ataupun mahasiswa dengan mahasiswa menjadi terbatas. Perkuliahan secara daring ditengah pandemi ini tentu dapat menimbulkan dampak bagi mahasiswa. Masa perkuliahan yang merupakan kesempatan bagi mahasiswa untuk mencari relasi, mencari jati diri, mengembangkan diri, serta belajar untuk menjadi lebih mandiri (Rovika, 2021). Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada empat mahasiswa baru diperoleh hasil pada saat pandemi yang datang secara tiba-tiba menyebabkan mahasiswa kehilangan rasa bagaimana menjadi mahasiswa pada umumnya dan akan membuat mahasiswa sulit beradaptasi dengan hal-hal yang belum pernah dilakukannya seperti presentasi, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, diklat, organisasi, dan sebagainya. Selain itu, permasalahan yang akan terjadi, mahasiswa mengalami kesulitan dalam memahami materi perkuliahan yang diberikan oleh dosen dan hal ini akan mempengaruhi hasil akademik mahasiswa nantinya. Selain itu, ada juga beberapa yang masih tidak mengetahui penggunaan aplikasi untuk mengikuti kuliah daring.

Berbagai permasalahan yang timbul pada awal perkuliahan serta akibat adanya peralihan proses pembelajaran secara daring atau *online*, membuat mahasiswa menjadi kurang efektif dalam melaksanakan perkuliahannya. Mahasiswa baru merasa bingung serta cemas tentang apa yang harus dilakukannya dan kepada siapa harus bertanya mengenai apa yang tidak pernah diketahuinya. Mahasiswa menginginkan perkuliahan secara tatap muka agar lebih efektif. Oleh karena itu, mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri dalam menghadapi kondisi yang ada. Penyesuaian diri diperlukan agar terjadi keselarasan antara kebutuhan dan tuntutan, baik itu berasal dari dalam diri individu maupun yang berasal dari lingkungan sosialnya. *American Health Association* melakukan survey terhadap 90.000 mahasiswa dan menemukan bahwa mahasiswa yang belum mampu menyesuaikan diri merasa putus asa,

depresi, sedih, kewalahan dengan semua yang dilakukan (Santrock, 2011). Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri dilaporkan mengalami kecemasan, ketegangan mental, menjadi mudah marah, merasa kesepian dan menjadi pesimis (Sharma, 2012).

Mahasiswa merupakan predikat baru bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang telah menyelesaikan Pendidikan dan melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi yaitu perguruan tinggi. Pada tahun pertama perkuliahan, mahasiswa disebut mahasiswa baru (Melly, 2008). Mahasiswa yang sedang memasuki masa perkuliahan umumnya berada pada rentang usia 18 – 22 tahun yang berada pada usia perkembangan remaja akhir (Santrock, 2010). Masa awal perkuliahan dapat menjadi masa yang menyenangkan, sekaligus dapat menjadi masa yang menegangkan. Permasalahan yang timbul akibat dari masa transisi dari Sekolah Menengah Atas (SMA) menuju perguruan tinggi lebih banyak dialami oleh mahasiswa, terutama mahasiswa yang berada pada tahun pertama perkuliahan. Disini mahasiswa akan menghadapi suasana lingkungan yang baru, seperti mendapatkan struktur sekolah dalam lingkup yang lebih besar dan tidak bersifat pribadi, interaksi dengan kelompok sebaya dari daerah yang lebih beragam dan terkadang dengan latar belakang budaya yang lebih beragam serta peningkatan perhatian atas prestasi akademik serta penilaiannya (Santrock, 2002).

Pada awal perkuliahan, mahasiswa baru mengalami proses transisi dalam berbagai bidang kehidupan, dimana mereka rentan mengalami tingkat stress yang tinggi, yang berhubungan dengan kesehatan mental (Conley, Travers, & Bryant, 2013). Penelitian Ahkam (2004) menyatakan sebagian besar mahasiswa menghadapi berbagai macam permasalahan dalam ketidakmampuan menyesuaikan diri seperti sulit bergaul di dalam maupun di luar kampus, sulit menyesuaikan diri dengan beberapa dosen, merasa rendah diri saat menghadapi situasi baru, kurang percaya diri di depan kelas dan tidak dapat berkomunikasi dengan teman kos sehingga mengakibatkan ketidaklancaran proses belajar mereka, bahkan terhenti di tengah jalan (*drop-out*) atau memerlukan waktu yang terlalu lama untuk menyelesaikan kuliah (Yoku, 2016). Maka dari itu, mahasiswa baru yang mengalami perubahan dengan status barunya perlu melakukan adanya penyesuaian diri.

Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan dampak seperti tidak bisa bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikap agresif seperti mudah bertengkar dan sangat yakin pada diri sendiri pada statusnya di dalam kelompok, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenalnya dan perasaan mudah menyerah, tidak dapat fokus pada perkuliahannya yang terjadi, sibuk dengan

merasa sendiri serta tidak mempunyai teman. Tidak hanya itu, dampak lainnya adalah terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasannya, mundur ketingkat perilaku yang sebelumnya dan menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal dan pemindahan (Hurlock, 1997).

Desmita (2009) menyatakan penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya di lingkungan dalam serta luar dirinya. Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah individu yang memiliki respon seperti kematangan, berdayaguna, kepuasan dan sehat. Berdayaguna disini diartikan, individu dapat membawa hasil tanpa terlalu banyak mengeluarkan energi, tidak banyak kehilangan waktu atau banyak mengalami kegagalan. Sedangkan sehat disini, individu dapat mengeluarkan respon penyesuaian yang sesuai dengan situasi dan keadaan (Misnita, 2016).

Menurut Piaget (dalam Mahmudi, dkk., 2014) beragamnya pergaulan yang dialami mahasiswa, menuntut mahasiswa untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Mahasiswa harus dapat menyesuaikan diri tidak hanya dalam lingkungan masyarakat, namun juga di lingkungan kampus. Penyesuaian diri dalam lingkungan kampus dipengaruhi seberapa besar kesanggupan dan keyakinan dirinya untuk dapat berbaur dan berinteraksi dengan dosen dan mahasiswa lainnya. Mahasiswa tahun pertama yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru tersebut akan mengalami berbagai masalah, termasuk dalam membina hubungan dengan orang lain yang ada di sekitarnya. Penelitian Voitkane (dalam Nofrianda, 2012), terhadap 607 mahasiswa tahun pertama di Universitas Latvia didapat hasil bahwa 52,6% mahasiswa mengalami kesulitan dalam membentuk hubungan baru.

Mu'tadin (2002), menambahkan bahwa keberhasilan penyesuaian diri ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan dan tanggung jawab, kecewa, atau tidak percaya pada kondisi yang dialaminya, sebaliknya kegagalan dalam penyesuaian diri ditandai dengan guncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan, dan keluhan terhadap nasib yang disebabkan oleh kesenjangan antara individu dengan tuntutan lingkungannya, dan lingkungan dianggap dapat menciptakan penyesuaian diri yang cukup sehat bagi anak jika dibesarkan dalam keluarga dimana mereka mendapatkan cinta, respek, toleransi dan kehangatan.

Menurut Schneiders (1964) kemampuan menyesuaikan diri berkaitan dengan proses pembentukan keyakinan. Schneiders menyebutkan bahwa kondisi

psikologis merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri. Kondisi psikologis meliputi keadaan mental individu yang sehat, individu yang memiliki mental yang sehat mampu melakukan pengaturan terhadap dirinya sendiri dalam perilakunya secara efektif. Menurut Bandura (1997) untuk mengatur perilaku akan dibentuk atau tidak, individu tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang keuntungan dan kerugian, tetapi juga mempertimbangkan sampai sejauh mana individu mampu mengatur perilaku tersebut, kemampuan ini disebut dengan efikasi diri.

Efikasi diri merupakan faktor internal dari penyesuaian diri. Bandura (1997) mengatakan bahwa efikasi diri merupakan hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan dalam melaksanakan tugas atau tindakan. Keyakinan tersebut merupakan rasa percaya terhadap kemampuan diri sehingga mampu mendorong seseorang untuk meraih segala sesuatu yang diinginkannya. Keterkaitan antara kemampuan penyesuaian diri dengan efikasi diri pada mahasiswa ini diperkuat oleh pendapat Klasen (2004) bahwa penyesuaian diri mahasiswa dipengaruhi oleh seberapa besar kesanggupan dan keyakinan dirinya untuk mengerjakan tugas dan peran barunya sebagai mahasiswa di perguruan tinggi. Pendapat Klasen didukung oleh hasil penelitian Wijaya (2012) yang menyatakan bahwa ada korelasi antara efikasi diri dengan penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan (Misnita, 2016).

Mahasiswa agar bisa melakukan penyesuaian diri yang baik, tentu saja membutuhkan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam melakukan aktivitas dengan baik. Pamardi dan Widayat (2014) menyatakan peranan efikasi diri dapat mempengaruhi cara pandang individu terhadap beban, tuntutan dan kewajiban yang harus dijalankan oleh individu. Efikasi diri yang tinggi diharapkan dapat membantu mahasiswa baru melakukan penyesuaian diri di lingkungan perguruan tinggi nantinya. Penelitian Rahmawati (2015) menyebutkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru dimana semakin tinggi efikasi diri maka penyesuaian diri akan semakin baik, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka penyesuaian diri siswa semakin buruk.

Disisi lain, salah satu faktor yang dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah yang berhubungan dengan kehidupan perkuliahannya yaitu dukungan sosial (Lepore dalam Taylor, Peplau, Sears, 2000). Dukungan sosial termasuk faktor eksternal dari penyesuaian diri yang mempengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan yang baru.

Dukungan Sosial merupakan pemberian bantuan baik secara verbal maupun non-verbal kepada individu seperti materi, emosi dan informasi yang berpengaruh terhadap kesejahteraan manusia. Sarafino (2006) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan kehadiran orang lain yang dapat membuat individu merasa nyaman diperdulikan, dihargai serta bantuan yang tersedia jika diperlukan orang lain. Sarafino menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada tindakan yang sebenarnya dilakukan oleh orang lain (Sarafino & Smith, 2008).

Mahasiswa membutuhkan dukungan dari lingkungannya. Dukungan sosial yang diterima dari lingkungan, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat mereka menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain. Jika mereka diterima dan dihargai secara positif, maka mereka cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dan lebih menerima serta menghargai dirinya sendiri. Sehingga mereka mampu hidup mandiri ditengah-tengah masyarakat luas secara harmonis (Kumalasari, 2012). Ketika individu mengalami permasalahan psikologis akibat kurangnya kemampuan dalam menghadapi perubahan dan tuntutan dalam perkuliahannya, peran dukungan sosial disini sangat berarti seperti memberikan kenyamanan fisik, menemani disaat sedih, membantu ketika mendapatkan tugas yang sangat sulit, memberikan pertolongan dengan melakukan suatu pekerjaan. Selain itu, dukungan sosial juga dapat berupa empati, kasih sayang, perhatian, penghargaan positif, dan nasihat. Kondisi yang seperti itu akan membuat individu merasakan penerimaan, kehangatan, kenyamanan dan pengertian sehingga membantu individu untuk meningkatkan kemampuan dalam menghadapi masalah secara efektif. Dengan adanya dukungan sosial yang baik, diharapkan penyesuaian diri pun baik, dimana individu dapat menempatkan dirinya di lingkungan masyarakat maka dia akan diterima dengan baik oleh lingkungan masyarakat begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti ingin melihat bagaimana mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya mendapatkan dukungan sosial dan efikasi diri untuk melakukan penyesuaian diri di masa pandemi ini yang mengharuskan mahasiswa untuk melakukan kuliah daring. Hal ini sangatlah penting bagi mahasiswa baru untuk mendapatkan dukungan sosial agar lebih optimis untuk menyesuaikan diri pada situasi dan kondisi yang dihadapi serta yakin dan percaya akan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk menghasilkan sesuatu yang sangat menguntungkan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat sebuah judul yaitu “Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan

Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di Masa Pandemi Covid-19”.

## **2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti merumuskan masalah yang akan diteliti lebih lanjut yaitu:

1. Apakah ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di masa pandemi Covid-19?
2. Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di masa pandemi Covid-19?
3. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di masa pandemi Covid-19?

## **B. Tujuan dan Manfaat**

### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang akan peneliti capai dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di masa pandemi Covid-19
2. Untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di masa pandemi Covid-19
3. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di masa pandemi Covid-19.

### **2. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah dapat memberikan manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1. Manfaat teoritis.  
Bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi Pendidikan di Indonesia.
2. Manfaat praktis.  
Memberikan wawasan tentang penyesuaian diri dan pentingnya efikasi diri maupun dukungan sosial dalam pembelajaran online di masa pandemi.

### C. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penyesuaian diri. Adapun pemaparan hasil penelitiannya sebagai berikut:

1. Penelitian oleh Sasmita (2015) dengan judul peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama program studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Subjek dalam penelitian ini adalah 137 orang mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
2. Penelitian lain oleh Rufaida (2017) dengan judul hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. Subjek penelitian ini berjumlah 150 mahasiswa rantau di Universitas Diponegoro yang bergabung dalam ikatan mahasiswa dari Pulau Sumatera. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling*.
3. Penelitian oleh Gunandar (2017) yang berjudul hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang merantau. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Angkatan 2016 sebanyak 96 orang. Penelitian ini menggunakan analisis korelasi *Product Moment* dari Pearson.
4. Penelitian oleh Hadi (2016) yang berjudul hubungan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru di Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *non probability sampling*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 100 orang.
5. Penelitian oleh Mamesah (2019) dengan judul hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru provinsi NTT yang

merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru provinsi NTT yang Merantau di UKSW Salatiga. Partisipan dalam penelitian ini mahasiswa baru Angkatan 2017-2018 yang berjumlah 51 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh.

6. Penelitian oleh Misnita (2016) yang berjudul hubungan *self-efficacy* dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 61 orang. Teknik pengambilan sampel dengan cara total sampling dan metode yang digunakan adalah analisis Regresi Dua Prediktor.

Dapat disimpulkan dari uraian deskripsi diatas bahwa perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya diantaranya dapat dilihat dari subyek pada penelitian yang dilakukan Rufaida (2017) menggunakan subyek mahasiswa rantau yang bergabung dalam ikatan mahasiswa dari Pulau Sumatera, pada penelitian Gunandar (2017) menggunakan subyek mahasiswa baru yang merantau, Mamesah (2019) juga menggunakan subyek mahasiswa baru yang merantau, Misnita (2016) menggunakan subyek penelitian mahasiswa, sedangkan penelitian ini menggunakan subyek mahasiswa baru yang sedang melaksanakan kuliah daring yang sebelumnya belum pernah dilakukan oleh peneliti terdahulu. Penjelasan sebelumnya dapat membuktikan bahwa penelitian asli dan original.