

PENDAHULUAN

Penyesuaian diri terhadap kehidupan di universitas bisa menjadi hal yang sulit bagi para mahasiswa baru yang hidup merantau namun tetap harus dijalani.

Sebagian besar mahasiswa yang tidak menyesuaikan diri dengan baik, baik dengan lingkungan perkuliahan atau pun teman sebaya dikarenakan jauh dari rumah, keluarga dan teman-teman dekat sehingga menimbulkan beban dalam melakukan kegiatan perkuliahan dan mengalami kesulitan dalam melakukan manajemen waktu untuk mendapatkan pengalaman baru di perkuliahan. Penelitian yang dilakukan oleh Esmael, Ebrahim & Ekulinet (2018) 30,1% dari total responden, diketahui memiliki masalah dengan proses penyesuaian baik sosial, akademik, dan pribadi menunjukkan masalah penyesuaian yang signifikan secara statistik. Dimana siswa perempuan lebih mungkin memiliki masalah penyesuaian dengan [AOR = 4,36,95% CI (1,96,9,68)] dari pada laki-laki.

Hal tersebut pun juga dialami oleh peneliti sendiri. Peneliti mengalami proses penyesuaian diri yang tidak mudah dimana banyak mengalami hambatan dalam melakukan penyesuaian diri, baik di lingkungan tempat tinggal, di lingkungan kampus maupun dengan teman sebaya. Hambatan yang dialami peneliti antara lain, kesulitan dalam berkomunikasi dengan menggunakan bahasa Jawa baik dengan masyarakat di lingkungan tempat tinggal, di lingkungan kampus, maupun dengan teman sebaya, setra kesulitan menyesuaikan pola perilaku dengan lingkungan tempat tinggal yang baru. Sehingga peneliti terus melakukan proses penyesuaian diri yang baik agar bisa mengatasi hambatan yang dialami selama menjadi mahasiswa di pulau Jawa.

Calhoun dan Acocella (1995) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah interaksi individu yang terus menerus dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan dengan lingkungan sekitar tempat individu hidup. Penyesuaian diri memiliki kemampuan untuk penguasaan pada dirinya, untuk membuat rencana dan mengorganisasikan respon-respon sedemikian rupa sehingga bisa mengatasi berbagai macam konflik, kesulitan, dan frustrasi secara efisien. Individu memiliki kemampuan menghadapi relitas hidup dengan cara adekuat memenuhi syarat. Penyesuaian diri yang dialami mahasiswa baru tidaklah mudah, mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dengan berbagai macam latar belakang berbeda, baik lingkungan sosial maupun lingkungan fisik. Disamping itu mahasiswa dihadapkan dengan lingkungan baru yaitu perguruan tinggi yang tentu saja berbeda karakteristik dengan SMA, dimana pada saat mahasiswa telah memasuki masa krusial.

Proses penyesuaian diri pertama di lingkungan kampus pada mahasiswa baru dimulai pada saat kegiatan masa ta'aruf (MASTA). Dimana masih banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan pada saat melakukan komunikasi dengan teman sesama mahasiswa yang lain. Diantara mereka mersa kesulitan berkomunikasi karena perbedaan dalam menggunakan bahasa percakapan sehari-hari. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara terhadap subjek ECP, berusia \pm 18 tahun mengatakan:

“Kaya mikir, ntar nanti jadinya gimana ya, ntar aku dengan dia cocok nggak ya, ngomong aku bener nggak ni gitukan. Soalnya orang Kalimantan tipe orang yang kalau ngomong keras sedangkan orang Jawa kan lembut banget. Jadi kita tuh kaya berbanding terbalik gitukan, jadi kaya nanti yang ku omongin bener nggak ya. Eh ini orang sebenarnya ngomong apa sih kaya

gitukan, ntar kalau aku jawab ini bener nggak gitukan. Jadi sempat mikir kaya, was-was gitu masih mikir was-was gitukan".

Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) merupakan salah satu universitas swasta di kota Solo yang setiap tahunnya terdapat ribuan mahasiswa baru yang diterima. UMS memiliki 12 fakultas, 54 program studi serta program khusus yang mana pada tahun 2016 UMS menerima 6.500 orang mahasiswa baru (pmb.ums.ac.id). Salah satunya adalah fakultas psikologi dengan jumlah mahasiswa kurang lebih sebanyak 200 orang yang berasal dari berbagai daerah tempat tinggal. Dimana dengan jumlah mahasiswa yang tidak sedikit tersebut, mahasiswa baru dituntut untuk melakukan penyesuaian diri atau adaptasi baik dengan lingkungan universitas, fakultas, maupun sesama mahasiswa sendiri.

Nadlyfah & Kustanti (2018) Berdasarkan hasil kuesioner yang telah disebar oleh peneliti untuk mengetahui alasan mahasiswa merantau ke Pulau Jawa, 11 dari 13 orang menyatakan bahwa mahasiswa merantau karena ingin hidup mandiri. Sementara itu, 2 mahasiswa lain memberikan jawaban yang berbeda, yaitu mahasiswa ingin melanjutkan ke perguruan tinggi untuk mencari pengalaman baru dan memperluas pengetahuan. Selain itu, dari hasil kuesioner yang telah disebar peneliti, perasaan mahasiswa berkuliah di Universitas Diponegoro khususnya di awal perkuliahan adalah mahasiswa merasa senang dan bangga dapat berkuliah di universitas tersebut, dapat bertemu dengan orang-orang baru yang berbeda daerah, deg-degan, dan dapat hidup mandiri. Ada juga mahasiswa yang merasa kesulitan menyesuaikan diribaik di lingkungan kampus maupun tempat tinggal dikarenakan adanya perbedaan budaya dan bahasa,

kesulitan berkomunikasi karena bahasa yang digunakan Bahasa Jawa, merasa sedih jauh dari orangtua dan *homesick*.

Hal tersebut sesuai dengan yang dikata subjek SWR yaitu:

“Ee sebenarnya sih kalau liat apa ya, pertama-pertamakan disini liat teman-teman yang rumahnya dekat gitu (he'em) sering dijenguk, sedangkan kalau rumahnya jauhkan susah banget buat dijenguk (he'em), terus ketemu sama orangtua juga susah (he'em) ya sering banget kangen gitu. Terus gitu tuh kadang-kadang kalau udah kangen tuh biasanya males ngapa-ngapain ya mba (he'em) yaudah gitulah. Kalau udah home sicknya udah kambuh (he'em) tuh mau ngapa-ngapain tuh udah males”

Selain itu dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada subjek SWR, subjek sudah menjalani hidup merantau sebagai seorang pelajar sejak duduk di bangku sekolah menengah pertama (SMP). Subjek tidak terlalu mengalami kesulitan dalam melakukan proses penyesuaian diri dan meningkatkan rasa percaya diri dalam bergaul dengan teman-teman di perkuliahan. Dari permasalahan di atas, maka peneliti tertarik meneliti “penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang berasal dari luar pulau Jawa?”

Schneiders (1964) mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang melibatkan respon-respon mental serta perbuatan individu dalam upaya mengatasi dan menguasai kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, frustrasi, dan konflik-konflik dengan memperhatikan norma atau tuntutan lingkungan di tempat individu tinggal. Calhoun dan Acocella (1995) penyesuaian diri didefinisikan sebagai interaksi seseorang yang kontinyu dengan diri sendiri, dengan orang lain dan dengan duniannya. Ketiga faktor ini secara konstan mempengaruhi seseorang. Menurut Baker & Siryk (1999) penyesuaian adalah aspek *multi-faceted* yang dapat dibagi menjadi empat bagian yang berbeda

antara lain akademis, sosial, penyesuaian pribadi-emosional dan lampiran ke universitas.

Menurut Schneiders (1964) aspek pada penyesuaian diri adalah 1) *Adaptation* yaitu, penyesuaian diri diapandang sebagai kemampuan seseorang dalam beradaptasi. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik, berarti memiliki hubungan yang memuaskan dengan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam hal ini diartikan dalam kontak fisik. 2) *Comformity* yaitu, seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri baik bila memenuhi kriteria sosial dan hati nuraninya. 3) *Mastery* yaitu, orang yang mempunyai penyesuaian diri baik mempunyai kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikansuatu respon diri sehingga dapat menyusun dan menanggapi segala masalah dengan efisien. 4) *Individual variation* yaitu, ada perbedaan individual pada perilaku dan responnya dalam menanggapi masalah.

Hurlock (2008) penyesuaian diri terdiri dari tiga aspek yaitu: Keharmonisan lingkungan, kemampuan individu menerima keadaan dirinya sendiri. Dimana mampu menerima kelebihan dan juga kekurangannya. Keharmonisan lingkungan, kemampuan individu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Mampu mengeskpresikan emosi secara efektif kepada orang lain dengan baik. Kemampuan untuk mengatasi ketegangan konflik dan frustrasi, kemampuan individu dalam memenuhi kebutuhan dirinya tanpa terganggu emosinya. Serta mampu menyesuaikan diri, bergaul dengan baik dan terlibat secara aktif dengan lingkungan sekitar.

Menurut Scheinders (1964) faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan penyesuaian diri pada perkuliahan antara lain: Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi. Serta penyesuaian sosial yang terdiri dari lingkungan keluarga, lingkungan teman sebaya, lingkungan sekolah.

Hurlock (2008) mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah: lingkungan tempat tinggal individu dibesarkan yaitu kehidupan di dalam keluarga, lingkungan pendidikan yang dikembangkan dalam keluarga akan membantu individu menjadi pribadi yang baik. Menjadikan pengalaman tersebut sebagai pedoman yang dapat membantu individu tersebut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Model yang diperoleh individu di rumah adalah orang tua. Dimana individu atau anak biasanya akan meniru setiap perilaku orang tua, sehingga perilaku individu atau anak tersebut akan mencerminkan perilaku orang tuanya. Model untuk belajar melakukan penyesuaian diri dan penyesuaian sosial, dimana motivasi ini diperoleh dari pengalaman sosial awal yang menyenangkan, baik dalam keluarga maupun lingkungan sekitar. Bimbingan dan bantuan yang cukup dalam proses belajar penyesuaian diri

Rata-rata usia mahasiswa yang baru memulai awal perkuliahan adalah 18-22 tahun yang dalam tahap perkembangannya termasuk periode remaja. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Santrock (2002)

Menurut kamus besar bahasa Indonesia (2005) mahasiswa adalah individu yang belajar di jenjang perguruan tinggi. Daldiyono (2009) mahasiswa merupakan orang yang telah menyelesaikan sekolah menengah atas dan sedang menempuh proses belajar di pendidikan tinggi serta melaksanakan sosialisasi.

Kamus besar bahasa Indonesia (2005) merantau adalah pergi atau berpindah dari satu daerah asal ke daerah lain. Naim (1984) merantau adalah pergi meninggalkan kampung halaman dengan kemauan sendiri untuk jangka waktu yang lama atau pun tidak, dengan tujuan mencari penghidupan, menuntut ilmu atau mencari pengalaman dengan maksud untuk kembali pulang ke kampung halaman. Budiman (2006) mahasiswa perantau adalah individu yang tinggal di daerah lain serta mempersiapkan dirinya untuk mencapai suatu bidang keahlian di perguruan tinggi tingkat diploma, sarjana, magister atau spesialis.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa perantau adalah individu yang telah menyelesaikan pendidikan sekolah menengah atas dan pergi meninggalkan daerah asal ke daerah lain dengan kemauan sendiri untuk melanjutkan pendidikan tinggi diploma, sarjana, magister atau pun spesialis serta melakukan kegiatan sosialisasi dengan waktu yang lama maupun sebentar, dengan maksud untuk kembali ke daerah asal.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang berasal dari luar pulau Jawa

Hasil penelitian ini akan memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Bagi ilmuwan psikologi, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan bahan pertimbangan mengenai penelitian terkait, terutama pada pengembangan penelitian Psikologi Sosial.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa dapat memahami bagaimana cara penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat melakukan interaksi sosial yang baik
- b. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi selanjutnya.