

## **BABI**

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan tinggi merupakan tingkat pendidikan yang mempunyai peran penting dalam pembentukan kemampuan intelektual sosial dan emosional individu. Kemampuan untuk melahirkan individu dengan keunggulan intelektual sekaligus kecakapan menyesuaikan diri terhadap dinamika sosial di kawasan akademik menjadi suatu capaian esensial yang diharapkan terwujud melalui peran institusi pendidikan tinggi (Nariswari dkk., 2023). Fase peralihan dari lingkungan pendidikan menengah menuju ranah perguruan tinggi yang sarat tuntutan otonomi serta akuntabilitas personal yang lebih kompleks dialami oleh individu yang berada pada tahap awal studi akademik. Kelompok ini kemudian diidentifikasi sebagai mahasiswa tingkat satu atau yang lazim disebut sebagai mahasiswa baru. Selain itu, dengan pendapat Purnamasari dkk. (2022) bahwa mahasiswa tahun pertama sering menghadapi fase kesulitan dalam menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan penyesuaian sosial, yang berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Proses penyesuaian tersebut tidak selalu berjalan dengan mudah, mahasiswa baru sering mengalami kecemasan akademik, rasa tidak percaya diri, dan kesulitan dalam mengatur diri, yang dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam beradaptasi di lingkungan kampus.

Tentu saja tantangan ini dapat memunculkan hal pada penurunan motivasi belajar, serta perasaan terisolasi sosial, situasi ini merefleksikan realitas yang dihadapi oleh mahasiswa yang merantau atau menetap jauh dari keluarga. Tentu saja fenomena ini sudah banyak dialami mahasiswa salah satunya di Institut Pertanian Bogor (*IPB University*), banyak mahasiswa baru yang berasal dari berbagai daerah merasa kesulitan beradaptasi ketika memasuki lingkungan perkuliahan, termasuk akibat perbedaan kultur yang mempengaruhi gaya berbicara dan bersikap, model belajar, dan persyaratan yang berubah dari enam tahun menjadi empat tahun. Salah satu penyebabnya adalah perubahan durasi program sarjana di kampus tersebut yang memengaruhi mahasiswa baru dalam hal adaptasi. <https://www.ipb.ac.id>

Serupa dengan hal yang dialami mahasiswa di Universitas besar seperti Universitas Airlangga di Surabaya tantangan adaptasi ini menjadi rintangan. Mahasiswa baru mengalami kesulitan pada belajar mengelola waktu, membentuk pola pikir kritis, dan mengembangkan kemampuan mandiri yang akan bergunasepanjang hidup. Saat

memulai mempelajari hal-hal baru tentunya membutuhkan peran orang lain untuk membantu. Mendapatkan teman baru juga menjadi kesulitan bagi beberapa mahasiswa, memulai percakapan dengan orang baru, bahkan untuk memberikan rasa percaya terhadap teman baru di lingkungan yang baru. <https://www.kompasiana.com>.

Fenomena yang serupa tampak pada mahasiswa di Universitas Battuta, berdasarkan wawancara awal dengan beberapa mahasiswa tahun pertama angkatan 2024, dengan beberapa pertanyaan mahasiswa tersebut mengaku menghadapi kesulitan dalam beradaptasi dengan sistem perkuliahan, lingkungan sosial, dan kegiatan kampus. Mahasiswa merasa canggung untuk memulai berinteraksi dengan teman-teman baru serta mengalami kesulitan dalam memahami pola pembelajaran yang berbeda dari masa sekolah menengah. Kondisi ini mendukung pandangan bahwa mahasiswa yang baru memasuki tahun pertama perkuliahan sering mengalami masalah pada lingkungan kampus yaitu salah satunya masalah dalam melakukan penyesuaian diri (Saalino dkk., 2022).

Pendapat Kartono (dalam Arum & Khoirunnisa, 2021), Penyesuaian diri adalah proses dinamis ketika seseorang terus berupaya menyeimbangkan kebutuhan internal dirinya dengan berbagai tuntutan serta kondisi lingkungan di sekitarnya. Kemampuan adaptasi individu dapat dikatakan baik apabila orang tersebut sanggup memberikan respons yang tepat terhadap berbagai kondisi serta memperlihatkan keluwesan dalam menghadapi setiap situasi yang muncul. Sesuai dengan pendapat Taylor (dalam A'yun & Agustina 2024) Manusia dengan tingkat kemampuan penyesuaian diri yang rendah cenderung menunjukkan perilaku yang kurang selaras, bahkan dapat bertentangan dengan norma-norma yang berlaku di lingkungannya. Penyesuaian diri sendiri merupakan cara bagi seseorang untuk mencapai keharmonisan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya sesuai dengan kondisi lingkungan. Hal ini berkaitan dengan kepuasan emosional yang berperan membantu individu dalam menangani situasi sulit dan stres. Schneiders menguraikan penyesuaian diri terdiri dari tiga komponen aspek, yaitu; 1. Adaptasi (*Adaptation*) yaitu kemampuan untuk membangun hubungan yang memuaskan dengan lingkungan sosial, 2. Kesesuaian (*Conformity*) yaitu kemampuan untuk berperilaku sesuai dengan norma yang berlaku, 3. Penguasaan (*Mastery*) kemampuan individu dalam mengontrol diri serta memecahkan masalah dengan efektif.

Penyesuaian diri tentu memiliki faktor yang berbeda pada setiap individu, berbagai penelitian yang mengidentifikasi faktor psikologis dan sosial yang

mempengaruhi penyesuaian diri. Penyesuaian diri diketahui dipengaruhi oleh salah satu aspek psikologis, yakni efikasi diri Alwisol ( dalam Maimunah, 2020). Konsep efikasi diri ini dipahami sebagai suatu bentuk penilaian individu terhadap dirinya sendiri, yang berkaitan dengan keyakinan dalam menjalankan tindakan, baik yang bersifat positif maupun negatif, benar ataupun keliru, serta kemampuan untuk menyelesaikan tugas sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan.

Kemampuan individu dalam memaknai serta menilai kapasitas personalnya untuk mengorganisasi, menjalankan berbagai penugasan, mencapai sasaran yang ditetapkan, menghasilkan luaran tertentu, serta mengimplementasikan tindakan yang diperlukan guna memperoleh kompetensi spesifik, dalam literatur disebut sebagai Efikasi diri (Bangung, P. dkk., 2020). Konsep ini menempatkan keyakinan terhadap kapasitas diri sebagai fondasi utama dalam proses pencapaian hasil yang diharapkan. Keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengarahkan dan mengeksekusi serangkaian tindakan demi tercapainya tujuan tertentu juga ditegaskan oleh Bandura (dalam Maimunah, 2020) melalui konsep Efikasi diri. Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi umumnya memandang dirinya sanggup mengelola berbagai kondisi secara adaptif dan efektif. Mereka cenderung menunjukkan ketekunan dalam menyelesaikan tugas, memiliki kepercayaan diri yang stabil, memaknai tantangan sebagai ruang pengembangan diri, serta menunjukkan dorongan kuat untuk terus memperluas pengetahuan dan keterampilan baru. Kondisi tersebut mendorong individu menjadi lebih termotivasi secara kognitif dan mampu mengelola serta memengaruhi lingkungannya. sehingga berperilaku adaptif dan mampu menyesuaikan diri secara optimal. Bandura (dalam Maimunah, 2020) menjelaskan bahwa efikasi diri dipahami sebagai konstruk psikologis yang merangkum tiga dimensi pokok, yaitu: 1. *Level* (tingkat kesukaran tugas), yang merujuk pada derajat kemampuan individu dalam mengelola serta menanggulangi berbagai gradasi tantangan; 2. *Generality* (cakupan situasional), yakni keyakinan atas kapasitas diri yang dapat tertransfer dalam beragam konteks dan kondisi yang berbeda; serta 3. *Strength* (kekuatan keyakinan), yang menggambarkan tingkat keteguhan kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan suatu tindakan.

Penelitian terdahulu yang relevan turut memperlihatkan konsistensi temuan sebagaimana dikemukakan oleh Putri dkk. (2023), yang melibatkan 80 mahasiswa

baru angkatan 2022 pada program studi Psikologi sebagai objek kajian. Dari hasil analisis yang diperoleh, ditemukan adanya keterkaitan positif yang kuat serta bermakna antara efikasi diri dengan penyesuaian diri, yang tercermin melalui nilai koefisien korelasi sebesar 0,821 dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), sehingga hubungan tersebut dinyatakan sangat signifikan secara statistik. Kecenderungan serupa juga diperkuat oleh studi Soleh dan Permadi (2024) yang dilakukan pada peserta didik SMA Ibrahimy Sukorejo sebagai objek penelitian. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 yang mengindikasikan bahwa efikasi diri memiliki kontribusi pengaruh yang nyata dan signifikan terhadap penyesuaian diri. Dengan demikian, kedua temuan tersebut menunjukkan arah hubungan yang selaras dan saling menguatkan antarvariabel yang diteliti.

Berdasarkan fenomena yang terjadi dan beberapa penelitian terdahulu yang relevan, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan fokus dengan penelitian ini. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan oleh peneliti menekankan adanya hubungan yang positif serta signifikan antara efikasi diri dan penyesuaian diri, yang menunjukkan bahwa peningkatan efikasi diri akan selaras dengan meningkatnya penyesuaian diri, sedangkan apabila efikasi diri berada pada tingkat yang rendah maka penyesuaian diri juga cenderung mengalami penurunan. Berangkat dari asumsi tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan kajian yang lebih mendalam serta komprehensif dengan menetapkan judul penelitian sebagai berikut: “Hubungan Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Tingkat Satu Universitas Battuta.”