

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA RANTAU TAHUN PERTAMA FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS DIPONEGORO

Regina Thalia Natasia Siahaan, Prasetyo Budi Widodo

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

reginathalia1610@gmail.com

ABSTRAK

Remaja merupakan periode transisi, dimana terjadi banyak perubahan di masa ini. Salah satu transisi yang terjadi adalah transisi dari sekolah ke perguruan tinggi. Banyak siswa yang memilih untuk melanjutkan pendidikan ke luar daerah. Tinggal di lingkungan dengan budaya berbeda mampu menimbulkan dampak kesulitan menyesuaikan diri. Dukungan sosial memberi peran penting guna memperoleh penyesuaian diri yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan kemampuan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Partisipan dalam penelitian sejumlah 154 mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Diponegoro angkatan 2023 yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan skala dukungan sosial teman sebaya (39 aitem valid dan $\alpha = 0,915$) dan skala penyesuaian diri (35 aitem valid dan $\alpha = 0,927$). Analisis data menggunakan metode analisis regresi sederhana, menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan prediktor yang signifikan untuk variabel penyesuaian diri ($r = .467$; $p < 0,001$; $F = 42,407$). Dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 21,8% terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa rantau tahun pertama Fakultas Teknik Universitas Diponegoro ($R^2 = 0,218$). Artinya, semakin besar dukungan sosial dari teman sebaya yang diterima maka semakin baik penyesuaian diri yang ada pada mahasiswa rantau tahun pertama Fakultas Teknik Universitas Diponegoro maka semakin tinggi penyesuaian diri yang dimiliki.

Kata kunci: dukungan sosial teman sebaya, penyesuaian diri, mahasiswa rantau

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER SOCIAL SUPPORT AND
SELF-ADJUSTMENT IN FIRST YEAR OVERSEAS STUDENTS
FACULTY OF ENGINEERING DIPONEGORO UNIVERSITY**

Regina Thalia Natasia Siahaan, Prasetyo Budi Widodo

Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jalan. Prof Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

reginathalia1610@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period characterized by numerous changes. One significant transition during this time is the shift from school to university. Many students choose to pursue higher education away from their hometowns. Living in an environment with a different culture can lead to challenges in adaptation. Social support plays a crucial role in achieving good adjustment. This study aims to determine whether there is a correlation between peer social support and the ability to adjust among first-year students who move overseas to the Faculty of Engineering at Diponegoro University. The participants in this study were 154 first-year students from the Faculty of Engineering at Diponegoro University, selected through purposive sampling. Data collection was conducted using the Peer Social Support Scale (39 valid items, $\alpha = 0.915$) and the Adjustment Scale (35 valid items, $\alpha = 0.927$). Data analysis using simple regression analysis showed that peer social support is a significant predictor of adjustment ($r = .467$; $p < 0.001$; $F = 42.407$). Peer social support contributed 21.8% to the adjustment of first-year overseas students at the Faculty of Engineering, Diponegoro University ($R^2 = 0.218$). This indicates that the greater the peer social support received, the better the adjustment of first-year overseas students at the Faculty of Engineering, Diponegoro University.

Keywords: peer social support, self-adjustment, overseas student

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa (Santrock, 2012). Terjadi beberapa perubahan dalam periode remaja, seperti perubahan fisik, psikologis, dan lingkungan (Kusumawati dkk 2018). Salah satu perubahan lingkungan yang terjadi ialah transisi pendidikan sekolah ke perguruan tinggi. Estiane (2015) mengungkapkan bahwa masa pergantian dari sekolah menuju dunia perkuliahan merupakan proses yang kompleks. Terdapat beragam alasan yang mendasari keinginan siswa ingin meneruskan pendidikan ke tahap selanjutnya. Menurut hasil penelitian Purnamasari dkk (2018) terdapat beragam alasan siswa melanjutkan pendidikan mulai dari ingin sekolah yang lebih tinggi, demi cita-cita hingga untuk meningkatkan status sosial. Melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi yang berkualitas menjadi salah satu keinginan bagi siswa (Syukron, 2017). Di era globalisasi ini, tidak sedikit mahasiswa yang memilih melanjutkan pendidikan di luar daerah asalnya.

Mahasiswa yang tinggal serta menempuh pendidikan di luar daerah asalnya disebut dengan mahasiswa rantau (Kusumawati dkk, 2018). Ketidakmerataan kualitas pendidikan di Indonesia menjadi salah satu alasan mahasiswa memilih merantau (Halim & Dariyo, 2016). Universitas Diponegoro menjadi salah satu perguruan tinggi dengan peminat terbanyak, dibuktikan melalui data pendaftar melalui jalur Seleksi Nasional Berbasis Tes (SNBT)

mencapai 54.018 peserta. Peserta didik yang berasal dari luar Jawa Tengah akan merantau guna melanjutkan pendidikannya. Pemilihan daerah luar Jawa Tengah atas dasar adanya hasil penelitian yang mengungkap bahwa mahasiswa dari luar provinsi cenderung mengalami kesulitan penyesuaian diri yang lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa yang berasal dari provinsi yang sama (Vidyanindita dkk, 2017)

Mahasiswa yang merantau diharuskan untuk mampu mengusahakan sendiri kebutuhannya serta dituntut untuk senantiasa mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Pada tahun pertama, mahasiswa rantau akan mengalami berbagai transisi sosial seperti tinggal jauh dari rumah, tinggal seorang diri, serta memasuki masa kuliah (Halim & Dariyo, 2016). Di masa ini, mahasiswa akan menghadapi beragam situasi yang baru, mencakup perbedaan metode pembelajaran di sekolah menengah, materi kuliah yang lebih kompleks, serta berinteraksi dengan teman-teman dengan latar belakang budaya yang beragam (Rahayu & Arianti, 2020). Selama proses perkuliahan, mahasiswa rantau juga akan mengalami berbagai perubahan yaitu gaya hidup, interaksi sosial, kemandirian, serta menanggung konsekuensi atas keputusan yang dibuat dan tindakan yang diambil (Fitri & Kustanti, 2018). Wijanarko dan Syafiq (2013) melalui penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat banyak tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa perantau. Fakultas Teknik termasuk ke dalam fakultas yang berada pada rumpun ilmu saintek. Mahasiswa pada rumpun ilmu saintek sering kali disibukkan dengan kegiatan praktikum di laboratorium atau praktik lapangan. Fakultas Teknik menjadi salah satu fakultas yang mengalami

perbedaan signifikan dalam hal perubahan akademis dari jenjang sekolah ke jenjang perguruan tinggi (Risana, 2017). Sejalan dengan hal tersebut Lestari dan Juniarty (2020) menemukan bahwa mahasiswa teknik secara umum memiliki beban belajar yang cukup berat. Hasil wawancara peneliti juga mengungkap bahwa tiga dari empat partisipan yang diwawancarai mengungkap bahwa tuntutan akademik seperti tugas yang berat, tekanan berprestasi dari orang tua, serta kesulitan membagi waktu dalam kegiatan akademik maupun non akademik menjadi tantangan tersendiri bagi partisipan. Tantangan lain diungkapkan oleh Marta (2014) bahwa terdapat perbedaan bahasa, budaya, serta perubahan kondisi lingkungan tempat tinggal ketika individu merantau.

Perbedaan yang dialami oleh mahasiswa menyebabkan individu kesulitan untuk membangun relasi atau hubungan dengan mahasiswa yang memiliki latar belakang berbeda (Irfan & Suprpti, 2014). Penyebab utama dari kesulitan dalam menjalin relasi adalah kendala bahasa serta perbedaan kebiasaan dan budaya yang ada. Wijanarko dan Syafiq (2013) menambahkan bahwa tinggal atau berkuliah di lingkungan dengan budaya yang berbeda budaya menimbulkan pengaruh psikologis berupa kesulitan untuk menyesuaikan diri. Setiani dan Haryanto (2019) mengemukakan bahwa individu perlu untuk mampu dalam menghadapi berbagai perbedaan yang ada pada lingkungan baru. Menurut Schneiders (1964) melalui penyesuaian diri yang baik, seseorang mampu mencapai kesejahteraan mental. Maka, menyesuaikan diri menjadi kemampuan penting yang dibutuhkan dalam menghadapi lingkungan baru.

Serangkaian upaya yang dilakukan untuk menyelaraskan dirinya dengan lingkungan eksternal yang dihadapinya disebut dengan penyesuaian diri (Syukron, 2017). Schneiders (1964) mengartikan penyesuaian diri sebagai usaha yang dikerahkan individu guna membebaskan diri dari ketegangan, konflik, maupun frustrasi yang dirasakan demi menyeimbangkan harapan lingkungan dengan keadaan diri. Dengan kata lain, penyesuaian diri adalah kapasitas individu untuk beradaptasi terhadap perbedaan lingkungan, pekerjaan, serta pelajaran yang dihadapinya. Menurut Schneiders (1964) ada korelasi antara penyesuaian diri dengan kesejahteraan mental, melalui penyesuaian diri yang optimal, seseorang mampu menciptakan kondisi mental yang sejahtera. Hasil penelitian Rozali (2015) menunjukkan bahwa penyesuaian yang diperlukan oleh mahasiswa baru dalam perkuliahan berkaitan dengan proses pengenalan terhadap lingkungan dan sistem pembelajaran yang ada.

Berdasarkan studi Saniskoro dan Akmal (2017) penyesuaian diri mengambil peran penting dalam membantu mahasiswa dalam bereaksi positif terhadap tuntutan akademik yang ada. Apabila mahasiswa dapat beradaptasi dengan baik, maka kemungkinan stres akademik akan menurun. Kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri akan berpengaruh kepada kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan sesuai dengan harapan yang ditetapkan (Rozali, 2015). Kemampuan yang lebih baik dalam menyesuaikan diri akan berdampak positif pada kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Menurut Oetomo dkk (2017) kesulitan mahasiswa dalam beradaptasi menimbulkan kecenderungan untuk keluar

ataupun berhenti dari perkuliahan. Alasan munculnya keinginan untuk mundur dijelaskan Wijanarko dan Syafiq (2013) dalam penelitiannya menyatakan apabila tidak mampu menyesuaikan diri, maka individu akan merasakan perasaan kehilangan, kebingungan, serta kecemasan yang menyebabkan individu menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Penyesuaian diri menjadi hal yang penting untuk bisa bertahan di lingkungan, oleh sebab itu Schneiders (1964) menjelaskan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Keadaan fisik, kematangan secara emosional, intelektual, serta latar belakang merupakan faktor-faktor internal yang berpengaruh terhadap kemampuan penyesuaian diri. Di samping itu, faktor eksternal seperti dukungan sosial dan budaya juga memainkan peran penting dalam proses penyesuaian diri. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Amrullah (2012) terdapat korelasi antara dukungan sosial dengan kemampuan penyesuaian diri. Ketika tingkat dukungan sosial yang diterima tinggi, maka kemampuan penyesuaian dirinya akan semakin baik, sedangkan ketika dukungan sosial yang diterima rendah, kemampuan individu dalam menyesuaikan dirinya cenderung menurun. Pangaribuan (2020) melalui hasil penelitiannya menyatakan bahwa tingginya dukungan sosial yang diterima akan memberi dampak positif terhadap sikap dan perilaku individu. Seseorang dengan dukungan sosial yang mumpuni cenderung mempunyai kepercayaan diri yang lebih tinggi, memiliki banyak teman, serta menjaga hubungan pertemanan, hal tersebut akan membantu individu dalam proses penyesuaian dengan

lingkungannya. Dari penelitian terdahulu, terlihat bahwa dukungan sosial berperan dalam mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri.

Penelitian Widihapsari dan Susilawati (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa perantau yang memperoleh dukungan di perguruan tinggi akan berkeyakinan diri yang tinggi sehingga lebih menghargai diri dan lebih optimal dalam menyesuaikan diri. Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh mahasiswa, mengingat bahwa dalam menjalani perkuliahan mahasiswa akan berhubungan dengan orang lain, sehingga dukungan dari orang tersebut akan menunjang kelancaran proses perkuliahan mahasiswa. Dukungan sosial merupakan bentuk hubungan sosial yang berdampak positif terhadap kesehatan seseorang baik secara fisik maupun mental (Jannah & Rohmatun, 2018). Sebagai makhluk sosial, manusia memerlukan keterlibatan individu lain ketika menjalani keseharian. Dukungan sosial yang diterima individu, melalui kerabat, teman, ataupun lingkungan akan berdampak pada peningkatan kesejahteraan diri dan peningkatan rasa keberhargaan diri (Hasanah, 2021).

Dalam bukunya, Santrock (2012) mengungkapkan bahwa di usia remaja, teman sebaya memegang peranan yang penting, karena pada fase ini, remaja seringkali lebih banyak berinteraksi dengan teman seumurannya daripada dengan keluarganya. Teman sebaya adalah hal penting yang menjadi salah satu sumber dukungan emosional bagi mahasiswa (Oktariani dkk, 2020). Menurut Simanjuntak dan Indrawati (2021) dukungan teman sebaya merupakan hal yang diterima oleh individu baik berupa pertolongan maupun perhatian yang diterima dari teman sebayanya. Dukungan sosial dapat dibagi ke dalam empat jenis,

yaitu: dukungan emosional, adalah perhatian dan kepedulian yang ditujukan kepada individu; dukungan penghargaan, berupa pemberian dukungan yang mampu meningkatkan penghargaan diri individu; dukungan instrumental, berupa pertolongan yang diberi secara langsung, dapat berupa fasilitas maupun materi; dan dukungan informatif berupa penjelasan mengenai keadaan dan masalah yang dihadapi individu.

Dalam studinya, Estiane (2015) memberikan hasil bahwa mahasiswa yang menerima dukungan sosial cenderung memiliki dampak positif terhadap kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi. Penelitian Simanjuntak dan Indrawati (2021) juga menunjukkan tingginya tingkat dukungan sosial yang diperoleh dari teman sebaya berdampak pada meningkatnya penghargaan diri individu. Dukungan sosial ini akan menciptakan perasaan aman baik secara fisik maupun psikologis, dimana individu akan merasakan kasih sayang, penghargaan, dan tidak merasa sendiri dalam lingkungannya (Amrullah, 2012).

Menyesuaikan diri di lingkungan berbeda sangat diperlukan untuk menunjang keberhasilan di perkuliahan, namun kerap kali hal ini sulit untuk dilakukan. Proses menyesuaikan diri dalam menjadi mahasiswa melibatkan diri sendiri dengan situasi baru, tidak terkecuali menyesuaikan diri dengan lingkungan pertemanan dan juga akademik Berdasarkan uraian diatas peneliti mengangkat topik “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama Fakultas Teknik Universitas Diponegoro” untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara

dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri bagi mahasiswa rantau tahun pertama.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dibentuk sebuah rumusan masalah mengenai: “Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau tahun pertama Fakultas Teknik Universitas Diponegoro?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau tahun pertama Fakultas Teknik Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberi hasil yang membantu kemajuan ilmu pengetahuan, termasuk bagi perkembangan ilmu psikologi sosial. Diharapkan penelitian ini dapat berkontribusi menyumbangkan hasil penelitian yang akan dijadikan sumber referensi bagi peneliti di masa mendatang yang tertarik pada topik dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Partisipan

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan mahasiswa tahun pertama terkait dengan dukungan sosial, penyesuaian diri serta pentingnya menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi.

b. Bagi Instansi

Temuan penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi serta pengetahuan terbaru untuk instansi terkait dengan korelasi dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa, sehingga nantinya instansi dapat mempertimbangkan penerapan metode pembelajaran untuk membantu mahasiswa dalam beradaptasi di lingkungan baru.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Temuan penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi maupun panduan dalam pengembangan penelitian berikutnya dalam ranah psikologi terkait dengan variabel dukungan sosial teman sebaya serta variabel penyesuaian diri.