

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PENGHUNI RUSUNAWA UNIVERSITAS DIPONEGORO

Annisa Permatasari¹, Endang Sri Indrawati²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto, S.H. Tembalang, Semarang, 50275

Email: permatasari@students.undip.ac.id

Abstrak

Penyesuaian diri merupakan proses naluriah yang dilakukan makhluk hidup dalam menyelaraskan diri dengan lingkungan yang dihadapi. Pada masa awal perkuliahan mahasiswa melakukan penyesuaian diri kepada dua hal, yaitu pada perubahan akibat perkembangan tahap remaja, juga melakukan penyesuaian diri kepada lingkungan perkuliahan. Pada mahasiswa rusunawa diperlukan penyesuaian diri untuk dapat menjalin hubungan yang harmonis dengan tetangga dari berbagai daerah di Indonesia maupun mancanegara. Tujuan dari penelitian ini ialah mengetahui adanya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa penghuni Rusunawa Undip. Populasi penelitian sejumlah 95 orang. Teknik *simple random sampling* menghasilkan sampel sebanyak 64 orang. Pengambilan data penelitian dilakukan menggunakan instrumen penelitian berupa Skala Penyesuaian Diri (39 butir aitem; $\alpha = 0,959$) dan Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya (40 butir aitem; $\alpha = 0,945$). Uji korelasi menggunakan *Spearman Rho* yang diolah melalui aplikasi SPSS ver. 23, menghasilkan analisis dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,522 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa penghuni Rusunawa Undip.

Kata kunci: dukungan sosial teman sebaya, penyesuaian diri, mahasiswa tahun pertama, rusunawa

Abstract

Adjustment is a behavioral process maintained by an organism, either by human and other animals in order to synchronize the equilibrium among conflicting internal needs and hurdles of their environments. Freshman on the first year in college required to adjust with two transitions, first the transition within adolescence phase, and the second one is transition to college. Students who live in Rusunawa Undip need to pass through extra obstacles, adjusting with other residents on the neighbourhood which came from many region, both from Indonesia and any other country. The purpose of this study was to investigate the relationship between peer social support and adjustment on first year student living in Rusunawa Undip. The population of this study was 95 freshman (first year college student) who are living in Rusunawa Undip. The sample was taken using simple random sampling technique, which consisted of 64 students. Data collection was obtained using psychological instrument which consisted of 2 scales, including Adjustment Scale (39 items; $\alpha = 0,959$) and Peer Social Support Scale (40 items; $\alpha = 0,945$). Spearman Rho was conducted with SPSS software ver. 23.0 to analyze the correlation. The result showed that peer social support has a positive and significant correlation with adjustment on college students who are living in Rusunawa Undip with correlation coefficient score $r_{xy} = 0,522$; $p = 0,000$.

Keywords: peer social support; adjustment; college student; freshman; Rusunawa (student dormitory);

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi memegang peranan penting dalam mengoptimalkan potensi dan memberdayakan masyarakat. Perguruan tinggi hadir untuk mengatasi problematika dan kebutuhan sumber daya manusia di berbagai wilayah di Indonesia dengan mencetak lulusan yang berkualitas dan berdaya guna. Universitas Diponegoro Semarang atau biasa disingkat sebagai UNDIP merupakan perguruan tinggi unggulan Jawa Tengah yang berlokasi di ibukota provinsi, Kota Semarang.

Universitas Diponegoro telah diakui oleh penilaian Badan Akreditasi Nasional-Perguruan Tinggi berdasarkan pada SK No 13/SK/BAN-PT/Akred/PT/II/2018. Undip memperoleh akreditasi **A** atau **Amat Baik**. Universitas Diponegoro termasuk pada klaster I dalam klasterisasi pemetaan kinerja perguruan tinggi binaan Ditjen Dikti yang dirilis pada Agustus 2020 (Sevima, 2020). Universitas Diponegoro menempati urutan ke enam dari 13 Perguruan Tinggi kelompok non-politeknik pada periode tahun 2019. Azanella (2020) melansir hal senada, Universitas Diponegoro diakui oleh lembaga pemeringkatan institusi pendidikan internasional Webometric, sebagai perguruan tinggi terbaik ke-9 di Indonesia.

Penamaan Universitas Diponegoro mengandung nilai filosofis yang dicatut dari seorang pahlawan, yaitu Pangeran Diponegoro. Universitas yang didirikan sejak tanggal 9 Januari 1967 ini terus mengembangkan diri, hingga kini terdiri dari

11 fakultas, sekolah vokasi dan sekolah pascasarjana. Selain itu juga terdapat 38 pusat studi dan layanan.

Universitas Diponegoro Semarang memiliki sejumlah fasilitas yang ditawarkan untuk mahasiswa-mahasiswanya demi mendukung kinerja sebagai universitas terkemuka. Dari berbagai layanan yang ditawarkan, bentuk layanan yang dapat digunakan kalangan mahasiswa ialah asrama. Hunian merupakan kebutuhan dasar manusia, tidak terkecuali kalangan mahasiswa. Universitas Diponegoro menyadari kebutuhan tersebut dan membangun Rusunawa untuk memfasilitasi kebutuhan hunian yang sesuai dengan tujuan pendidikan Universitas Diponegoro.

Rumah Susun Mahasiswa (Rusunawa) dibangun dengan tujuan mendukung kegiatan belajar, utamanya bagi mahasiswa asal luar kota. Rusunawa merupakan salah satu bentuk subsidi berupa alternatif hunian yang lebih terjangkau dan dekat dengan kampus. Rusunawa dilengkapi dengan fasilitas keamanan yang terpantau security 24 jam. Selain itu Rusunawa Undip menyediakan ruang belajar dengan koneksi internet sehingga mahasiswa penghuni rusunawa diharapkan dapat mendukung pembelajaran dan pengerjaan tugas perkuliahan. Melalui fasilitas yang tersedia di Rusunawa Undip diharapkan para mahasiswa terutama penghuni Rusunawa dapat mendukung terbentuknya iklim yang kondusif, produktif dan fokus menjalani perkuliahan sehingga dapat mencetak prestasi yang membanggakan.

Untuk mewujudkan peningkatan kualitas serta produktivitas mahasiswa Rusunawa diperlukan pula kesiapan dari tiap mahasiswa penghuni. Kesiapan tiap

mahasiswa dapat berbeda-beda. Menurut Asmara dkk., (2017) prestasi akademik dipengaruhi oleh tingkat penyesuaian diri, hal ini disimpulkan dari hasil penelitian pada 40 siswa MTS Al-Hamid.

Proses penyesuaian diri berlangsung selama individu mengalami hal baru dalam kehidupannya. Menurut Hollander (dalam Desmita, 2017), perubahan dari siswa menjadi mahasiswa di Perguruan Tinggi terjadi terutama pada mahasiswa baru tahun pertama. Begitu pula proses penyesuaian diri penghuni rusunawa dimulai sejak tahun pertama perkuliahan. Proses penyesuaian diri mahasiswa selama tahun pertama di perguruan tinggi merupakan landasan yang menentukan kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi dengan tantangan-tantangan selanjutnya selama menjalani pendidikan tinggi (Baker & Siryk, 1984). Hal senada juga dinyatakan Dunn (2016) bahwa transisi dari tingkat SMA menuju perguruan tinggi merupakan langkah determinan yang menentukan arah perkembangan mahasiswa.

Pada tahun pertama ini, mahasiswa dihadapkan pada situasi yang benar-benar baru, mulai dari lingkungan akademik, lingkungan tempat tinggal, lingkungan sosial, hubungan dengan keluarga dan situasi kehidupan pribadi. Situasi-situasi baru ini menjadi tantangan yang mendorong terjadinya proses penyesuaian diri.

Kartono (2002) menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan usaha yang dilakukan oleh individu agar dapat mewujudkan harmoni pada internal diri dan lingkungan, sehingga emosi negatif serta respon yang kurang efisien dapat diminimalisir. Schneiders (dalam Desmita, 2009) menambahkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses yang mencakup respons psikologis dan

perilaku, dalam proses ini, sulit bagi individu untuk berhasil menangani kebutuhan, tekanan, dan depresi mereka sendiri yang disebabkan oleh konflik.

Di lingkungan perguruan tinggi ini penting bagi mahasiswa untuk menangani tuntutan baik akademik maupun non akademik di perguruan tinggi. Tuntutan akademik salah satunya ialah perbedaan sistem pembelajaran di tingkat pendidikan tinggi dengan masa SMA, budaya belajar mengajar yang baru, juga menghadapi ekspektasi dari perguruan tinggi dan masyarakat sebagai orang terdidik yang mengenyam pendidikan tinggi (Hill, 2012). Mahasiswa dituntut lebih inisiatif dan memiliki kendali lebih besar terhadap pengembangan ilmu selama perkuliahan dibandingkan dengan masa pendidikan sebelumnya. Setelah menyebarkan angket kepada penghuni rusunawa, hasilnya sembilan dari 16 mahasiswa rusunawa merasakan kesulitan beradaptasi saat awal memasuki rusunawa. Butuh waktu yang 2-6 bulan untuk menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan Rusunawa.

Mahasiswa baru telah membangun ekspektasi tentang kehidupan perkuliahan jauh sebelum mereka merantau meninggalkan daerah asalnya. Ekspektasi para mahasiswa ini beragam, ada yang tidak sabar menanti kesempatan eksplorasi yang lebih luas dan bebas. Ada pula yang antusias namun mendapati kenyataannya tidak begitu nyaman dan menyenangkan bahkan sulit beradaptasi dengan lingkungan baru. Sedangkan bagi sebagian lain meninggalkan rumah begitu sulit dan perkuliahan jadi terasa menakutkan. Ekspektasi bisa jadi beragam namun setiap mahasiswa tetap mengalami tantangan, perubahan positif dalam kehidupan kampus tetap dapat mencetuskan stress. Dalam wawancara mahasiswa penghuni rusunawa merasakan kesulitan dalam menyesuaikan diri ini menyebabkan

mahasiswa mengalami berbagai konflik batin seperti mengalami kesepian, frustrasi, menutup diri, merasa malas melakukan aktivitas dan penurunan nilai akademik. Bowman dkk., (2019) menyatakan bahwa perasaan ini wajar dihadapi selama tahun pertama perkuliahan. Interaksi sosial, kepuasan relasi dengan teman kuliah dan pencapaian akademik memiliki hubungan kuat dengan keterikatan sosial (*belonging*) dan kesejahteraan individu.

Masa transisi pada tahun pertama juga perlu menghadapi tuntutan non-akademik. Salah satu tantangan yang dihadapi mahasiswa pada tahun pertama tinggal di rusunawa ialah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial di tempat rantau yang berbeda dari daerah asalnya. Menurut hasil wawancara terhadap delapan mahasiswa di Rusunawa, perilaku penghuni lain yang acuh tak acuh dan berinteraksi secukupnya membuat enggan menjalin interaksi mendalam. Selain itu, mahasiswa cenderung sulit memahami perilaku rekan dari daerah yang berbeda. Budaya dan bahasa yang berbeda membuat mahasiswa merasa enggan untuk membaur dan melakukan penyesuaian diri. Pernyataan mahasiswa penghuni rusun dalam wawancara awal sejalan dengan pernyataan Mattanah dkk., (2010) yang menyatakan bahwa dalam konteks jaringan sosial, mahasiswa baru perlu membangun hubungan interpersonal dan mengatasi support sosial yang berkurang pada awal menjajaki status mahasiswa.

Para mahasiswa pun kerap kali merasa rindu terhadap keluarganya yang bertempat tinggal jauh bahkan berbeda pulau. Hal ini menjadi wajar jika melihat bahwa sebagai perantau, mahasiswa merasakan jarak dengan keluarga, bahkan ada pula beberapa mahasiswa yang baru pertama kali meninggalkan rumah dan

memulai kehidupan mandiri jauh dari orang tua (Hiester dkk., 2009; Larose & Boivin, 1998).

Selain perbedaan budaya dengan penghuni lain dan bertambahnya tanggung jawab personal, mahasiswa rusunawa juga perlu menyesuaikan diri dengan peraturan yang berlaku di kampus dan Rusunawa, salah satu yang menjadi tantangan menurut penghuni pada wawancara dan angket ialah perlu menyesuaikan jadwal kegiatan dan belajar dengan jam malam yang membatasi akses keluar-masuk rusun pada pukul 22.00 bagi pengujung, dan jam 00.00 bagi penghuni rusun.

Chickering dan Schlossberg (2002) menyatakan bahwa transisi dari meninggalkan masa SMA menuju perkuliahan di tanah rantau menjadi kombinasi pengalaman penyesuaian diri tersulit dibandingkan dengan mahasiswa *commuter* yang masih tinggal bersama orang tua dan dekat dengan teman sekolah semasa. Tantangan tersebut merupakan tuntutan yang berasal dari lingkungan eksternal penghuni rusunawa Undip terutama pada mahasiswa tahun pertama. Selain itu juga terdapat tuntutan yang muncul karena adanya perubahan dalam diri penghuni rusunawa.

Angkatan mahasiswa termuda yang menghuni Rusunawa merupakan angkatan 2019, dengan usia berkisar 18-22 tahun. Berdasarkan pendapat Santrock (2007), individu dengan usia 18 hingga 22 tahun dikategorikan dalam masa remaja akhir.

Tahap perkembangan remaja merupakan transisi perkembangan fase kanak-kanak menuju fase dewasa. Pergantian fase ini memengaruhi perubahan kognitif, fisik, maupun sosio-emosional. Idealistis, pemikiran logis serta peningkatan dalam

abstraksi merupakan contoh perubahan kognitif yang dialami remaja. Perubahan fisik terdiri dari percepatan pertumbuhan, perubahan hormon, serta kematangan seksual. Selain itu remaja akhir juga mengalami pencarian dalam kebebasan serta adanya kecenderungan meluangkan waktu bersama dengan teman-temannya sebagai bagian dari perubahan sosio-emosi. Masa perubahan dapat dikatakan sebagai proses yang kompleks, sehingga perlu adanya kemampuan adaptasi yang baik serta dukungan emosional untuk dapat memenuhi tugas perkembangan remaja (Santrock, 2003).

Masa transisi perkembangan dan pertumbuhan yang dihadapi remaja akan menimbulkan perasaan cemas dan tidak nyaman, sehingga disebut sebagai masa yang penuh dengan pergolakan, dikarenakan remaja dituntut untuk dapat beradaptasi dengan segala perubahan dan menerima kondisi menuju dewasa, sepanjang proses ini seringkali melibatkan pergolakan emosi (Hidayati & Farid, 2016). Untuk melalui masa transisi dengan tuntutan yang berat ini, remaja dibekali dengan energi yang melimpah, agar remaja dapat berhasil beradaptasi dengan berbagai perubahan di masa remaja. Namun di lain sisi energi ini perlu disalurkan untuk mengatasi tuntutan dan tugas perkembangan remaja melalui aktivitas bersama teman sebaya. Sundari (2005) berpendapat jika remaja tidak melakukan kegiatan adaptasi yang memadai bersama teman sebayanya, maka kelebihan energinya seringkali dilimpahkan kearah yang negatif. Perubahan yang telah disampaikan merupakan tuntutan yang berasal dari internal diri penghuni rusunawa, terutama pada masa tahun pertama perkuliahan.

Menurut pengamatan yang peneliti lakukan pada 20 November 2020 di Rusunawa Universitas Diponegoro Semarang, peneliti mendapati terdapat beberapa kendala penyesuaian diri pada mahasiswa. Kegiatan di korner D terbatas pada kegiatan individual, penghuni yang melintas tidak bertegur sapa. Kegiatan di korner A juga menunjukkan kegiatan yang dilakukan masing-masing, meskipun demikian nampak lebih banyak interaksi dan tegur sapa antar penghuni gedung A. Pengamatan di korner ini menunjukkan adanya kesulitan dalam bergaul dengan mahasiswa lainnya yang juga menghuni Rusunawa.

Tuntutan yang dihadapi penghuni rusunawa Undip pada tahun pertama perkuliahan berasal dari perubahan lingkungan serta perubahan perkembangan internal, sehingga dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang baik, terutama pada mahasiswa angkatan 2019 sebagai angkatan termuda yang menghuni Rusunawa. Penyesuaian diri diperlukan agar dapat menyelesaikan tuntutan yang dihadapi dan beradaptasi dengan tuntutan yang ada.

Menurut Havighurst, beberapa tugas perkembangan remaja akhir yang perlu dipenuhi yakni memiliki relasi yang lebih matang antara rekan sebaya, mandiri secara emosional dari orangtua maupun orang dewasa lain, serta memiliki perilaku bertanggung jawab secara sosial (Jannah, 2015). Hal-hal tersebut dapat berhasil dilakukan bila memiliki penyesuaian diri yang baik. Apabila tugas perkembangan tersebut gagal dipenuhi, maka individu akan mengalami kesulitan menyelesaikan tugas-tugas perkembangan selanjutnya. Menurut pendapat Prayitno (dalam Yusri & Jasmienti, 2017) menyatakan bahwa remaja yang kebutuhannya tidak terpenuhi maka dapat melakukan tingkah laku mempertahankan diri seperti perilaku agresif

dan bahkan memperlihatkan tingkah laku yang menyimpang. berdasarkan penelitian yang dilakukan Yeniar, dkk., (2005) ketidakmampuan murid dalam penyesuaian diri di dalam asrama, berdampak pada ketidakmampuan siswa dalam mengikuti pelajaran. Siswa cenderung enggan untuk tinggal di asrama dengan alasan enggan hidup terpisah dari orangtua, dan cenderung melakukan pelanggaran terhadap peraturan asrama. Penelitian lainnya dilakukan oleh Sari (2018) terhadap remaja di Medan Polonia. Penelitian tersebut menghasilkan temuan bahwa remaja dengan skor penyesuaian diri yang rendah memengaruhi peningkatan kenakalan remaja yang dilakukan. Melalui temuan ini maka dapat disimpulkan bahwa remaja yang kesulitan menyesuaikan diri maka memiliki kecenderungan untuk melakukan kenakalan remaja.

Penelitian Rifa'i (2015) menunjukkan dampak ketidakmampuan penyesuaian diri remaja, salah satunya adalah kenakalan remaja yang terjadi di pondok pesantren Ali Maksum Yogyakarta, dimana siswa pesantren tidak mengikuti kegiatan asrama, membolos sekolah, menginap diluar asrama, melakukan pencurian, melakukan perbuatan asusila dan mengkonsumsi minuman keras. Kasus lainnya ditemukan pada kejadian asrama Papua Surabaya, dimana terdapat keributan yang diduga karena perlakuan diskriminatif, hal ini dikarenakan penghuni asrama menganggap pihak polisi melakukan tindakan represif pada mereka (Surabaya Tribun, 2018).

Individu dengan penyesuaian diri yang baik dapat menangani tugas perkembangan dan terhindar perilaku maladaptif yang mengarahkan pada kegagalan tugas perkembangan. Hal ini juga berlaku pada mahasiswa Rusunawa

Universitas Diponegoro Semarang, apabila tidak mampu menyesuaikan diri yang merupakan tugas perkembangan remaja akhir, maka terdapat kemungkinan mengalami perilaku agresif, kesulitan menyelesaikan tugas di fase berikutnya, hingga cenderung memperlihatkan tingkah laku menyimpang. Sebaliknya apabila memiliki penyesuaian diri yang baik maka akan mampu mengatasi tantangan tugas perkembangan di masa remaja. Penyesuaian diri yang baik berhubungan dengan kemampuan adaptasi individu, dengan adaptasi tinggi individu akan mudah diterima oleh lingkungan sekitar. Dengan demikian

Hasi penelitian Asmara dkk., (2017) menyatakan bahwa penyesuaian diri memengaruhi bagaimana individu bersikap baik di sekolahnya. Pernyataan tersebut diperkuat dengan temuan dari penelitian Pritaningrum dan Hendriani (2013) terhadap pondok pesantren modern Nurulizzah Gresik yang merupakan tempat tinggal remaja pada tahun pertama. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa bentuk penyesuaian diri pada subjek yang tinggi dibuktikan dengan bisa beradaptasi dengan lingkungan disekitarnya dengan mudah, jadi remaja tidak mengalami kesulitan bergaul dengan lingkungan baru.

Ali dan Asrori (2012) percaya bahwa tanda-tanda penyesuaian diri pada remaja dapat dilihat dengan menyesuaikan peran dan identitas, norma-norma sosial, pendidikan, manajemen finansial, penggunaan waktu luang, kehidupan seks, penyesuaian terhadap masalah, kecemasan, dan rasa frustrasi. Bagi mahasiswa yang bertempat tinggal di Rusunawa, penyesuaian diri ini sangatlah penting, agar mahasiswa merasakan kenyamanan dan keamanan Rusunawa. Keinginan serta

kapabilitas remaja untuk melakukan perubahan adalah bagian krusial dalam menyesuaikan diri.

Perbedaan tingkat penyesuaian diri ini merupakan hal alami. Haber dan Runyon (dalam Rufaida & Kustanti, 2017) menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan sebuah proses dinamis, bukan merupakan keadaan menetap. Kemampuan individu dalam menangani keadaan yang terus berubah menunjukkan seberapa efektif individu dapat menyesuaikan diri. Setiap orang tidak selalu memiliki kemampuan yang sama. Beberapa individu mampu menyesuaikan diri dengan mudah, sementara lainnya tidak.

Penelitian Nubiasyanti (2017) yang berkaitan dengan penyesuaian diri anak disekolah berasrama memperoleh hasil yaitu setiap siswa asrama mempunyai keberhasilan penyesuaian diri yang berbeda-beda dalam hal waktu. Pada masa awal tinggal di asrama beberapa dapat beradaptasi dalam waktu yang relatif singkat sementara lainnya memerlukan waktu lebih lama. Begitu pula tingkat penyesuaian diri individu yang rendah namun dapat dikelolal menjadi penyesuaian diri yang tinggi.

Terdapat dua faktor yang memengaruhi keberhasilan remaja dalam menyesuaikan diri, diantaranya ialah faktor internal serta faktor eksternal (Schneiders, dalam Pritaningrum, 2013). Keadaan fisik, keturunan, dan kematangan secara emosional, intelektual, serta latar belakang sosial merupakan faktor-faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri. Faktor eksternal meliputi dukungan sosial dan budaya. Fatimah (2010) berpendapat bahwa faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri ialah psikologis, kematangan, fisiologis,

lingkungan, perkembangan, budaya dan agama. Dari kedua pendapat tersebut terdapat faktor lingkungan berupa dukungan sosial.

Pada prosesnya mahasiswa akan menghadapi tuntutan dari lingkungan baru dan harus mulai belajar untuk menyesuaikan diri secara otonom. Namun menurut Purnama (dalam Ristianti, 2008), di masa remaja terlebih dahulu perlu bimbingan maupun dukungan orang terdekat berhadapan dengan berbagai permasalahan yang kompleks sebagai bekal sebelum mampu menyelesaikan tantangan dengan mandiri. Johnson (dalam Wahyuni, 2016) berpendapat dukungan sosial bisa didapatkan dari *significant others* atau orang yang penting dalam hidup yang memiliki kedekatan dengan orang yang memerlukan dukungan. *Significant others* yang dapat memberikan dukungan sosial meliputi teman sebaya, masyarakat, keluarga, dan sekolah.

Menurut pendapat Santrock (2012), dukungan sosial diawali dari teman, keluarga maupun lingkungan sekitar. Sementara, di usia remaja, teman sebaya memegang peranan yang kuat dikarenakan individu remaja seringkali berinteraksi dengan teman-temannya dibandingkan dengan keluarganya. Masa remaja individu cenderung memiliki orientasi kedekatan pada teman sebayanya. Hal ini dikarenakan pada awal masa remaja, Individu cenderung menghabiskan waktu dengan teman sebaya, terutama dengan teman dekat atau kelompok kecil (Shaffer dalam Kusdiyati dkk., 2011). Hal ini sejalan dengan penelitian Listyasari (2013) terhadap mahasiswa baru jurusan Psikologi UNJ, yang memaparkan bahwa faktor krusial pengaruh penyesuaian diri adalah lingkungan rekan sebaya, rekan yang saling mendukung dan berbagi pengalaman bersama.

Teman sebaya atau teman sepermainan memiliki makna sebagai individu yang memiliki posisi satu derajat dengan individu lain. Pandangan lain dari beberapa ahli perkembangan menyatakan bahwa teman sebaya adalah bahwa individu adalah setara dalam masyarakat dan mempersulit kepribadian pada tingkat yang sama selama periode waktu tertentu. (Shaffer dalam Kusdiyati dkk., 2011). Umumnya, memiliki teman merupakan hal positif sebagai pendorong kepercayaan diri dan penolong dalam mengatasi stres (Baron & Byrne, 2005). Menurut Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2015) dukungan dalam interaksi sosial oleh teman sebaya dapat membantu dalam proses penyesuaian diri. Dukungan sosial yakni seorang individu yang diberi perhatian juga dorongan positif oleh orang lain pada saat individu tersebut mengalami sebuah permasalahan (Weiss, dalam Bulmer, 2015). Menurut Smet (dalam Wahyuni, 2016) dukungan sosial merupakan perasaan yang secara berkelanjutan dibutuhkan dalam interaksi dengan orang lain.

Mahasiswa Rusunawa Universitas Diponegoro Semarang memiliki intensitas berinteraksi yang lebih tinggi kepada teman-teman sebayanya dibandingkan keluarganya. Kecenderungan sosial pada tahap perkembangan remaja, serta pengalaman bersama teman sebaya sebagai pendukung utama selama diperantauan, menyebabkan mahasiswa penghuni Rusunawa Universitas Diponegoro Semarang menjalin kedekatan dengan teman sebayanya sebagai penyokong dukungan dan pihak yang membantu mengatasi berbagai macam permasalahan terkait penyesuaian dirinya. Senada dengan penelitian Rufaida dan Kustanti (2017) yang menyimpulkan bahwa faktor penting yang bisa memengaruhi bagaimana seorang perantau menyesuaikan diri ialah teman sebaya.

Sari dan Indrawati (2016), meneliti bahwa dukungan dari teman sebaya dapat mempengaruhi resiliensi individu. Puspita dan Kustanti (2018), menambahkan bahwa bila individu mempersepsi dukungan sosial teman sebaya secara positif maka akan mendorong remaja untuk melakukan tindakan yang positif pula, begitu juga dengan sebaliknya apabila dukungan sosial teman sebaya dipersepsi negatif, maka remaja terdorong berperilaku *delinquent* atau bertindak beresiko. Dengan kata lain dukungan sosial teman sebaya akan mempengaruhi bagaimana remaja berperilaku. Teman sebaya yang membawa dukungan dapat membantu seseorang untuk bertahan dan memiliki keyakinan untuk menyelesaikan berbagai macam persoalan yang sedang dihadapi.

Menurut Shiddiq (2013), dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan positif terhadap identitas diri remaja di Panti Asuhan Sinarmelati. Penjelasan hubungan ini ialah semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka akan pencapaian identitas diri remaja semakin optimal. Dukungan sosial teman sebaya dibutuhkan dalam kehidupan sosial dengan alasan pengaruhnya terhadap tingkat emosional seorang individu. Sejalan dengan temuan tersebut, Santrock (dalam Halim, 2019) menemukan bahwa dukungan emosional dan dukungan komunitas yang diperoleh dari kawan dan masyarakat merupakan faktor terpenting bagi kepercayaan diri remaja.

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut terkait ada tidaknya hubungan dukungan sosial dari teman sebaya dengan penyesuaian diri di kalangan mahasiswa penghuni Rusunawa Universitas Diponegoro Semarang. Hal ini didasari oleh kesenjangan tingkat

penyesuaian diri dengan tuntutan di sekitar penghuni Rusunawa. Mahasiswa penghuni Rusunawa Universitas Diponegoro Semarang mengalami perubahan baik dari sisi akademik maupun non-akademik selama tahun pertama di perguruan tinggi, hal ini membutuhkan penyesuaian diri yang tinggi. Mulai dari perubahan sistem pendidikan, menyesuaikan norma di tempat rantau, menghadapi budaya yang beraneka ragam, dan memulai kehidupan mandiri dari orang tua. Selain itu belum terdapat literatur yang meneliti tentang penyesuaian diri dan dukungan sosial mahasiswa penghuni Rusunawa Universitas Diponegoro Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa penghuni Rusunawa Undip Semarang”?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penyusunan penelitian ini yaitu untuk mengkaji bukti empiris hubungan antara dukungan dari teman sebaya dengan penyesuaian diri mahasiswa penghuni Rusunawa Undip Semarang.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini meliputi :

1. Teoritis.

Memberikan kontribusi ilmiah sebagai bahan diskusi dan dasar pengembangan keilmuan psikologi secara umum, serta bidang Psikologi Sosial secara khusus. Terutama berkaitan dengan bahasan penyesuaian diri dan dukungan sosial teman sebaya.

2. Praktis

a. Bagi subjek

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pada mahasiswa penghuni Rusunawa Undip mengenai bagaimana mengembangkan potensinya dalam menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan yang ditemui selama tinggal di Rusunawa, terutama pada tahun

pertama menghuni. Serta pentingnya dukungan teman sebaya dalam kehidupan di Rusunawa.

b. Bagi BP Rusunawa

Manfaat dari penelitian ini diharapkan menjadi tambahan informasi pada BP Rusunawa terkait dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri mahasiswa penghuni Rusunawa Undip. Informasi ini dapat dijadikan pertimbangan dalam membuat kebijakan terkait kegiatan pembinaan dan keakraban penghuni, merancang struktur warga Rusunawa serta menyusun kebijakan lain.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Kemudian untuk peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi literatur yang berguna khususnya bagi pembahasan terkait dukungan teman sebaya dan penyesuaian diri pada mahasiswa penghuni rusunawa.

Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi mahasiswa Rusunawa UNDIP diharapkan dapat meningkatkan interaksi dan menyesuaikan diri dengan sesama penghuni rusunawa supaya tercipta kerukunan antar penghuni Rusunawa. Hal ini dapat dilakukan dengan saling menyapa saat bertemu, menginisiasi kegiatan bersama, dan mengadakan forum untuk sharing keunikan budaya dan bahasa masing-masing daerah sehingga kedepannya lebih mudah menyesuaikan diri dan saling mengerti. Bagi mahasiswa Rusunawa yang merantau, terutama dari luar Jawa, ada baiknya untuk belajar memahami budaya teman dari daerah yang berbeda sehingga lebih mudah menyesuaikan diri. Selain itu bagi mahasiswa yang berasal dari Jawa diharapkan dapat menginisiasi diskusi dan pengenalan budaya serta bahasa Jawa agar dapat membantu kawan-kawan yang berasal dari luar Jawa dalam memahami dan menerapkan *unggah ungguh* lokal sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik.

Pada masa pandemi penghuni Rusunawa Undip dapat memanfaatkan keadaan penghuni yang lebih sedikit ini untuk mengakrabkan diri satu sama lain secara langsung, sedangkan bagi penghuni yang sedang berada di daerah asal dapat memanfaatkan grup Rusunawa untuk berinteraksi dan menambah kenalan baru.

2. Bagi Pihak Rusunawa UNDIP

Bagi pihak Rusunawa UNDIP diharapkan untuk memberikan pemahaman singkat mengenai budaya untuk saling menyapa dan berperilaku sopan kepada

orang lain. Hal ini dapat dilakukan saat ada mahasiswa baru yang masuk dan tinggal di Rusunawa UNDIP yang dapat dilakukan seperti sosialisasi singkat di waktu yang ditentukan oleh pihak Rusunawa UNDIP.

Pihak BP Rusunawa juga dapat mengoptimalkan grup rusunawa dengan kegiatan rutin mingguan dengan berkoordinasi bersama IKARUS dan takmir mushala. Misal mengadakan diskusi budaya daerah tiap hari kamis atau sesi game pada hari malam minggu. Sehingga grup Rusunawa dapat lebih ramai dan hangat walaupun dalam keadaan PJJ.

Menambahkan frekuensi dan variasi kegiatan bersama bagi penghuni rusunawa, seperti makrab online yang saat ini dilaksanakan setahun sekali, yaitu pada awal tahun ajaran), ditambah dengan kegiatan seperti webinar. Seperti yang telah dilaksanakan bersama IKARUS tahun 2020 ini.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan topik yang sama diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi dengan menggunakan variabel lain seperti pola asuh orangtua, persepsi terhadap harapan orang tua, iklim asrama, kecerdasan emosional, ataupun asertifitas. Peneliti juga dapat menggali fenomena penyesuaian dengan lebih komprehensif melalui konstruk penyesuaian di perguruan tinggi (*college adjustment*). Selain itu, khusus pada kondisi pandemi, penelitian dapat digabungkan dengan kondisi pandemi ataupun kesiapan menghadapi perubahan dapat menjadi penelitian yang bermanfaat.

