



## Gambaran Penyesuaian diri Mahasiswa Baru Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun Tahun Akademik 2020/2021

**Bernardus Widodo**

PSDKAU Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun

E-mail: [bernardus.widodo@ukwms.ac.id](mailto:bernardus.widodo@ukwms.ac.id)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2021-11-15 Revised: 2021-11-28 Published: 2021-12-10  <b>Keywords:</b> <i>Description; Adjustment; New students.</i>	The purpose of this study is to describe and find the factors that influence the adjustment of new students 2020/2021 Widya Mandala Catholic University Surabaya Madiun City Campus, with a population of all new students of UKWMS Madiun Campus for the 2020/2021 academic year of 140 students. The number of samples is 32 out of 39 which must be filled out in a questionnaire. Determining the sample using the Non Probability Sampling technique. The results showed that the image of the adjustment of new students from the aspect of (1) extraordinary appearance, 24 subjects (75%) showed a positive appearance, and 8 subjects (25%) in their appearance did not maintain their attitude and attitude. behavior, following the rules, (2) Aspects of adjustment in various groups, 26 subjects (81.25%) stated good/very good and comfortable, and 6 subjects (18.75%) did not feel completely doubtful. doubt), (3) Aspects of social attitudes. 22 subjects (68.75%) showed a good attitude, were proactive, involved in activities, and 10 subjects (31.25) were indifferent, passive towards activities, (4). Aspects of satisfaction indicated by emotional experience, 26 (81.25%) indicated positive emotional experiences, such as feelings of pleasure, pride, joy, joy, and 6 subjects (18.75%) showed negative experiences, anxiety, anxiety, lack of confidence, feeling alone.
<b>Artikel Info</b> <b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2021-11-15 Direvisi: 2021-11-28 Dipublikasi: 2021-12-10  <b>Kata kunci:</b> <i>Gambaran; Penyesuaian diri; Mahasiswa Baru.</i>	<b>Abstrak</b> Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran dan menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa baru 2020/2021 Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun, dengan Populasi seluruh mahasiswa baru UKWMS Kampus Madiun tahun akademik 2020/2021 sebanyak 140 mahasiswa. Jumlah sampel adalah 32 dari 39 yang seharusnya mengisi kuesioner. Penentuan sampel menggunakan teknik Non Probability Sampling, Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru dari aspek (1) overt performance, 24 subjek (75%) menunjukkan penampilan yang positif, dan 8 subjek (25%) dalam penampilannya tidak menjaga sikap dan perilaku, cenderung melanggar aturan, (2) Aspek penyesuaian diri pada berbagai kelompok, 26 subjek (81,25%) menyatakan baik/sangat baik dan nyaman, dan 6 subjek (18,75%) tidak sepenuhnya merasa nyaman dan baik (masih ragu-ragu), (3) Aspek sikap sosial. 22 subjek (68,75%) menunjukkan sikap yang baik, proaktif, terlibat dalam aktivitas, dan 10 subjek (31,25) bersikap acuh tak acuh, pasif terhadap aktivitas, (4). Aspek kepuasan diri ditandai dengan pengalaman emosional, 26 subjek (81,25%) menunjukkan pengalaman emosional positif, seperti perasaan senang, bangga, senang, gembira, dan 6 subjek (18,75%) menunjukkan pengalaman emosional negatif, cemas, gelisah, kurang percaya diri, merasa sendiri.

### I. PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial dengan ciri utamanya adalah saling ketergantungan satu sama lain. Secara normal, manusia tumbuh dan berkembang justru karena berada dan bersama dengan yang lain. Proses pertumbuhan dan perkembangan ini terus terjadi sepanjang kehidupannya, mulai dari tahap bayi hingga tahap lanjut usia. Dalam setiap tahap pertumbuhan dan perkembangannya, seseorang tidak akan terlepas dari apa yang disebut dengan

“perubahan”, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun dari luar individu. Perubahan dan perkembangan itu menyangkut banyak aspek seperti aspek biologis, aspek-aspek mental, aspek sosial dan budaya. Sebagaimana dikemukakan oleh Agustiani (2009) bahwa saat melewati setiap tahap perkembangan, seseorang mengalami berbagai perubahan yang berasal dari dalam dan luar dirinya, seperti aspek biologis, aspek kognitif, aspek lingkungan, dan aspek sosio-emosional. Adanya perubahan

dan perkembangan yang menyangkut berbagai aspek tersebut tentu akan dapat menimbulkan persoalan bagi dirinya, dan untuk mengatasinya seseorang dituntut untuk memiliki kemampuan dalam hal penyesuaian diri. Ini artinya bahwa penyesuaian diri (*self adjustment*) menjadi sangat penting untuk dimiliki oleh setiap orang, menyadari bahwa manusia akan selalu dihadapkan dalam sebuah peristiwa peristiwa baru ataupun lingkungan baru, yang didalamnya menuntut suatu penyesuaian diri dengan baik. Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa/ mental individu. Banyak individu yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidakmampuannya menyesuaikan diri, baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan, dan dalam masyarakat pada umumnya. Tidak jarang pula dijumpai bahwa seseorang mengalami stres dan depresi dengan kondisi yang penuh tekanan dikarenakan kegagalan dan ketidakmampuannya dalam melakukan penyesuaian diri (*maladjustment*).

Berbagai pendapat ahli tentang penyesuaian diri seperti yang dikemukakan oleh Schneiders (dalam Agustiani, 2009), bahwa penyesuaian diri merupakan proses yang terdiri dari respon mental dan perilaku sebagai usaha seseorang untuk mengatasi serta menyelaraskan kebutuhan, harapan, dan tuntutan yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitarnya melalui berbagai upaya tertentu. Ketika seseorang memasuki lingkungan baru, saat itu juga dia dihadapkan pada situasi yang mendorongnya untuk melakukan penyesuaian diri, termasuk mahasiswa baru, mereka dengan sendirinya dituntut untuk melakukan adaptasi dengan lingkungannya yang baru, yang jelas berbeda latar belakang, suku, bahkan agama. Namun justru inilah tugas pertama yang harus dilakukan, yaitu bagaimana mereka dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru itu, lingkungan yang sama sekali berbeda ketika mereka masih berada di tingkat SMA/SMK. Menurut Santrock (2007) bagi sebagian mahasiswa baru, berada di perguruan tinggi dapat menjadi situasi yang dipenuhi oleh perubahan dan stres. Mahasiswa baru mengalami *top-dog phenomenon*, dimana sebelumnya mahasiswa baru yang merupakan siswa senior di Sekolah Menengah Atas (SMA) kembali menjadi mahasiswa junior di perguruan tinggi. Perbedaan kurikulum, disiplin, hubungan sosial, gaya hidup, cara belajar, tugas-tugas, target

pencapaian nilai, dan hal-hal lain menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam tahun pertama perkuliahannya. Maka wajar jika dikatakan bahwa sebagian mahasiswa baru sesuatu yang baru dapat menjadi hal yang menarik untuk dijalani, namun sisi lain juga dapat menjadi sebuah ancaman, mereka dapat menjadi merasa khawatir atau cemas menghadapi kondisi yang baru tersebut. Kondisi ini sangatlah wajar, bagi seseorang yang dihadapkan pada situasi dan lingkungan yang baru, dalam prosesnya, mereka tidak bisa terlepas dari adanya konflik-konflik dalam jiwa masing-masing, konflik antara penyesuaian diri dengan lingkungan dan pembentukan pribadi dalam menyikapi segala sesuatunya yang berbeda ketika hanya menjadi seorang siswa.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses sepanjang hidup, manusia harus mampu menemukan, mengatasi tekanan dan tantangan hidup agar dapat mencapai pribadi sehat sekaligus mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan baru manapun. Seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang efektif, mampu untuk mencapai tingkat keakraban yang cocok dalam membina hubungan sosialnya. Mereka biasanya mampu dan selalu merasa nyaman ketika berinteraksi dengan orang lain sekaligus mampu mengelola serta membangun hubungan dengan orang lain. Menurut Dwi (2013) permasalahan umum sebagai mahasiswa baru terkait dengan penyesuaian diri adalah kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri. berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin menggali lebih dalam mengenai gambaran dan faktor-faktor yang mempengaruhi/mendukung penyesuaian diri pada mahasiswa baru Tahun Akademik 2020/2021 di 7 (tujuh) Program Studi yang ada di Lingkungan Universitas Katolik Widya Mandala Madiun Kampus Kota Madiun.

#### 1. Penyesuaian Diri (*self adjustment*)

##### a) Pengertian Penyesuaian Diri

Manusia sebagai makhluk sosial ditandai adanya saling berinteraksi. Interaksi dalam kehidupan manusia sebagai makhluk sosial adalah menjadi sebuah syarat mutlak yang harus dijalani. Demikian tentang penyesuaian diri (*adjustment*), yang secara implisit mengandung makna adanya interaksi yang berlangsung secara terus menerus dengan diri sendiri, dengan orang lain, dan dengan lingkungan sekitar. Penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang mencakup respon-respon mental

dengan tujuan untuk merubah tingkah laku seseorang agar tercapai hubungan yang lebih sesuai dengan diri dan lingkungannya. Individu yang mampu melakukan penyesuaian diri sudah barang tentu dia akan mampu dalam mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang dialami dalam dirinya.

Sejumlah pengertian tentang penyesuaian diri sebagaimana diungkapkan oleh banyak ahli, seperti Hurlock (2010) berpendapat bahwa penyesuaian adalah seberapa jauh kepribadian individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat. Kartono (2000) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis. Willis (2005) mengemukakan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan lingkungannya. Sedangkan Gerungan (2004) menyebutkan penyesuaian diri dengan lingkungan berarti mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan atau keinginannya sendiri.

Dari definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri (*self adjustment*) adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan lingkungannya. Proses penyesuaian diri bersifat dinamis dan terjadi secara terus menerus dilakukan sepanjang rentang kehidupan manusia setaraf dengan usianya. Respon penyesuaian baik atau buruk secara sederhana dapat dipandang sebagai upaya individu untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi kondisi yang lebih wajar.

#### b) Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Berikut ini beberapa aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Albert & Emmons (2002), yaitu: (a) Aspek *self-knowledge* dan *self-insight*, yaitu kemampuan dalam memahami dirinya sendiri bahwa dirinya memiliki kelebihan dan kekurangan. Dengan ini mengisyaratkan bahwa individu memiliki kesadaran akan adanya kelebihan dan kekurangan, disertai

adanya sikap positif terhadap kekurangan tersebut, (b) Aspek *self-objectivity* dan *self-acceptance*, bersikap realistis setelah mengenal dirinya sehingga mampu menerima keadaan dirinya, (c) Aspek *self-development* dan *self-control*, yaitu mampu mengarahkan diri, menyaring rangsangan-rangsangan dari luar, ide-ide, perilaku, emosi, sikap, dan tingkahlaku yang sesuai, (d) Aspek *Satisfaction*, menganggap bahwa segala sesuatu yang dikerjakan merupakan pengalaman yang apabila tercapai keinginannya maka menimbulkan rasa puas dalam dirinya.

Hurlock (2010), mengungkapkan sejumlah aspek dari penyesuaian diri sebagai berikut: (1) *Overt performance* atau penampilan nyata, dalam arti hal hal yang ditampilkan oleh seseorang sesuai dengan aturan/norma yang berlaku di dalam masyarakat atau di dalam kelompoknya, (b) Penyesuaian diri dalam berbagai kelompok. Hal ini menunjukkan adanya penyesuaian diri secara baik di setiap kelompok dimana individu tersebut terlibat, bisa dalam kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa, (c) Sikap sosial, hal ini menandakan adanya sikap menyenangkan pada orang lain, kesediaan terlibat/berpartisipasi dan dapat melaksanakan perannya dengan baik didalam kegiatan sosial, (d) Kepuasan pribadi, yang ditandai adanya pengalaman emosi, seperti perasaan bahagia dan rasa puas karena dapat terlibat dalam kegiatan kelompok, dan dapat menerima diri sendiri dalam situasi sosial apapun Selanjutnya Schneiders (1984), secara umum mengemukakan dua aspek dalam hal penyesuaian diri, yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Penyesuaian Pribadi merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Penyesuaian diri pribadi ini meliputi adanya penyesuaian diri fisik-emosi, penyesuaian diri seksual dan penyesuaian diri moral –religius. Demikian untuk Penyesuaian Sosial. Penyesuaian sosial berarti merupakan relasi dinamis antara individu dengan lingkungannya, dalam keluarga tempat tinggalnya, di sekolah dan dalam masyarakat.

c) Bentuk Penyesuaian Diri

Menurut Gunarso (2002) ada dua bentuk penyesuaian diri, yang disebut dengan Yang adaptive dan Yang adjustive. *Adaptive*, merupakan bentuk penyesuaian diri yang sering dikenal dengan istilah adaptasi. Penyesuaian ini lebih bersifat badani, artinya perubahan-perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan. *Adjustive*. Penyesuaian ini menyangkut kehidupan psikis, yang adalah sebagai bentuk penyesuaian yang adjustive. Penyesuaian ini merupakan penyesuaian diri tingkah laku terhadap aturan-aturan atau norma-norma yang ada pada lingkungan tersebut.

d) Faktor Faktor yang mempengaruhi Penyesuaian diri

Menurut Soeparwoto (2004) penyesuaian diri dapat dipengerahui beberapa factor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal, meliputi: (a) Motif, yang merupakan dorongan-dorongan sosial seperti dorongan untuk berprestasi, dorongan untuk menjadi lebih unggul didalam lingkungan, dorongan untuk bersosialisasi, (b) konsep diri (*self-concept*) bagaimana individu memandang dirinya sendiri serta sikap yang dimilikinya, baik terkait dengan dimensi fisik, karakteristik individual dan motivasi diri. (c) persepsi, adalah proses pengamatan dan penilaian melalui kognitif maupun afeksi individu terhadap objek, peristiwa dalam pembentukan konsep baru, (d) sikap, merupakan kesiapan atau kesediaan individu untuk bertindak, (e) intelegensi dan minat, intelegensi sebagai langkah awal dalam berinteraksi atau proses penyesuaian diri, dengan intelegensi individu dapat menganalisis dan menalar, selain itu dengan adanya minat terhadap sesuatu akan membantu mempercepat proses penyesuaian diri individu, (f) kepribadian, prinsipnya individu yang memiliki kepribadian ekstrovert cenderung mudah menyesuaikan diri dibandingkan dengan individu yang memiliki kepribadian *introvert*.

2. Mahasiswa Baru

a) Pengertian Mahasiswa

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa didefinisikan sebagai seseorang yang sedang belajar di Perguruan Tinggi. Selanjutnya menurut Hartaji

(2012) mahasiswa diartikan seorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012). Sedangkan kata "baru" manunjuk pada tahun angkatan dimana seseorang disebut sebagai mahasiswa dan untuk pertama kalinya diterima sebagai keluarga di Perguruan Tinggi tersebut.

Menurut Siswoyo (dalam Hulukati, 2018) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat inteletualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi, seiring dengan tahap perkembangannya, seorang mahasiswa berada pada rentang usia 18-25 tahun, dan dapat digolongkan sebagai masa remaja akhir dan dewasa awal. Tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini adalah pemantapan pendirian hidup (Yusuf dalam Hulukati 2018). Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah seseorang berusia 18-25 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikannya di perguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas.

b) Penyesuaian diri Mahasiswa dan strategi

Kenyataan adanya penyesuaian diri dengan lingkungan kampus adalah hal yang "wajib" bagi mahasiswa baru. Perubahan lingkungan yang drastis dari dunia sekolah ke dunia kampus menjadikan mahasiswa baru harus mampu melakukan penyesuaian diri agar dapat tercapainya relasi sosial yang harmonis. Sebagaimana diungkapkan oleh Tinto (dalam Olani, 2009) bahwa tahun pertama perkuliahan adalah periode transisi yang sangat penting, dimana masa ini adalah waktu bagi para mahasiswa baru untuk meletakkan pondasi yang kuat, karena hal ini akan memberikan pengaruh dalam

keberhasilannya, baik secara akademis/non akademis. Soekanto (1990) berpendapat bahwa pola pergaulan dan relasi yang terjadi antar mahasiswa juga akan menghasilkan pandangan-pandangan baru mengenai kebaikan dan keburukan yang nantinya akan memengaruhi cara dan pola berpikir seseorang.

Lebih lanjut Nurfitriana (2016) mengatakan bahwa dalam proses penyesuaian diri di lingkungan kampus, masalah yang kerap kali dijumpai oleh para mahasiswa baru dapat berupa masalah akademik maupun non-akademik. Masalah akademik bisa berkaitan model dan proses pembelajaran yang berbeda ketika para mahasiswa masih berada di sekolah, masalah lain bisa berupa materi pengajaran yang sulit, menurunnya nilai IPK, hingga perasaan "salah jurusan." Selain masalah akademik, masalah lainnya yang dialami selama proses penyesuaian yaitu masalah dengan lingkungan sosial di perguruan tinggi.

Munculnya berbagai persoalan ini maka menjadi sangat penting bagi mahasiswa baru akan perlunya kesiapan psikologis maupun sosial agar para mahasiswa baru dapat menyesuaikan diri dengan baik, sebab jika mengalami *male-adjustment* dapat menghambat perkembangan sosial di lingkungannya. Willis (2005) mengemukakan bahwa penyesuaian diri ini menuntut kemampuan mahasiswa untuk dapat hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya.

Hadijah (2018), Sunarto & Hartono (dalam Ni Made (2019), mengemukakan sejumlah strategi yang dapat dilakukan mahasiswa baru untuk mengembangkan penyesuaian diri di perguruan tinggi, antara lain: 1). Menggali kemampuan diri. Mahasiswa baru dapat menuliskan kelebihan dan keterbatasan yang dimilikinya untuk memperoleh gambaran terkait potensi yang perlu dipertahankan atau ditingkatkan. Mahasiswa baru juga perlu mencari informasi tentang kegiatan-kegiatan yang ada di perguruan tinggi yang dapat menambah pengalamannya seperti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), organisasi kemahasiswaan, dan kegiatan non akademis lainnya, 2). Menyusun perencanaan yang cermat. Berdasarkan pengetahuan terhadap kelebihan dan keterba-

atasan yang dimiliki serta informasi tentang kegiatan-kegiatan yang ada di lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa baru dapat menyusun rencana tentang tujuan yang ingin dicapai selama berada di perguruan tinggi. Ketika menentukan tujuan, mahasiswa baru juga harus mempertimbangkan faktor-faktor yang berpotensi mendukung maupun menghalanginya untuk mencapai tujuan tersebut, 3). Melewati proses *trial and error* atau coba-coba.

Setelah menyusun rencana, mahasiswa baru dapat mencoba berpartisipasi dalam beberapa kegiatan yang ada di perguruan tinggi. Saat hasil yang didapatkan dianggap menguntungkan, mahasiswa baru dapat meneruskannya. Ketika hasilnya dianggap kurang menguntungkan, mahasiswa baru dapat berhenti mengikuti kegiatan tersebut. Ketika melewati proses ini, mahasiswa baru juga dapat berkenalan dengan mahasiswa lain yang dapat membantu membangun serta menjalin relasi di perguruan tinggi. Mahasiswa baru yang melewati proses *trial and error* juga perlu melakukan penyesuaian terhadap rencana yang telah disusun sebelumnya berdasarkan situasi yang dihadapi, 4). Melakukan eksplorasi. Jika pada proses *trial and error* mahasiswa baru lebih cenderung mencoba kegiatan yang ada di perguruan tinggi, proses eksplorasi lebih menekankan pada tingkat berpikir yang lebih tinggi. Saat melakukan eksplorasi, mahasiswa baru lebih fokus pada kegiatan yang sesuai dengan minat, tujuan, dan kemampuannya. Mahasiswa baru dapat melakukan eksplorasi di UKM, organisasi kemahasiswaan, kepanitiaan, maupun lomba-lomba, 5). Secara langsung menghadapi masalah yang muncul.

Seperti ketika melakukan kegiatan-kegiatan lain, mahasiswa baru yang berupaya mengembangkan penyesuaian diri juga akan menghadapi permasalahan, baik permasalahan yang datang dari diri sendiri maupun permasalahan yang muncul akibat interaksi dengan orang lain, 6). Melakukan pengendalian diri. Ketika berada lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa baru perlu mengendalikan dirinya dalam berperilaku dan mengekspresikan emosinya. Mahasiswa baru perlu menyadari bahwa setiap orang memiliki karakter yang berbeda-beda dari dirinya.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini tergolong penelitian deskriptif kualitatif. Menurut Arikunto (2010), penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi status gejala yang ada yaitu keadaan atau gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa baru UKWMS Kampus Kota Madiun Tahun akademik 2020/2021 yang tersebar di 10 program Studi dengan jumlah 140 mahasiswa baru (Status Aktif. Sumber Data BAA, 10 Maret 2021). Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *Non Probability Sampling* jenis *Purposive Sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2019). Pertimbangan penentuan sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru UKWMS Kampus Kota Madiun Tahun Ajaran 2020/2021 yang jumlahnya berkisar 1-15 mahasiswa baru dalam setiap prodinya. Atas dasar pertimbangan tersebut maka program studi yang jumlah perolehan mahasiswa baru berkisar 1-15 mhs, ada di 7 program studi dengan jumlah keseluruhan 39 mahasiswa baru. Metode pengumpulan data menggunakan angket terbuka, yang disusun berdasarkan 4 aspek penyesuaian diri menurut Hurlock (2010), meliputi: (1) *Overt performance* atau penampilan nyata, (2) Penyesuaian diri dalam berbagai kelompok, (3) Sikap sosial, dan (4) Kepuasan pribadi. Selanjutnya teknik pengumpulan data dilakukan secara virtual lewat *google form*, mengingat adanya masa Pandemi Covid-19 yang masih belum memungkinkan peneliti melakukan tatap muka (*face to face*). Teknik analisis data yang digunakan analisis deskriptif kualitatif menurut model Miles dan Haberman (dalam Sugiyono, 2019), yang meliputi 3 tahapan yaitu pengumpulan data (*data collection*) sekaligus reduksi, penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan (*conclusions drawing/ verifying*).

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Ada 2 tujuan dalam penelitian ini, yaitu untuk mengetahui:

A. Gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru Th 2020/2021 Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun.

Dari hasil data menunjukkan adanya gambaran penyesuaian diri berdasarkan 4 aspek penyesuaian diri seperti tampak pada Tabel berikut:

**Tabel 1.** Gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru Th 2020/2021 Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun.

Subyek 32			
Aspek Penyesuaian diri			
<i>Overt performance</i> atau penampilan nyata.	Penyesuaian diri dalam berbagai kelompok.	Sikap sosial	Kepuasan diri
Dari 32 subyek, 24 diantaranya (75%) menyatakan bahwa dirinya selalu tampil dengan baik memperhatikan aturan yang berlaku/tidak melanggar aturan, menjaga perilaku dan sikap sopan santun, tampil secara wajar, tidak dibuat buat, menghargai orang lain.	Sebanyak 26 subyek (81,25%) merasakan baik/sangat baik dan nyaman. Alasan: semua (teman, kakak tingkat, para dosen, dan TU kampus) sangat mendukung dan membantu saya ketika saya ikut terlibat dalam kegiatan yang ada, bapak/ibu dosen yang baik hati ramah adanya toleransi yang tinggi, adanya kekeluargaan, kualitas kampus sangat baik, banyak kegiatan	Dari aspek sikap sosial, sebanyak 22 subyek (68,75%) yang mengisi angket ini menyatakan bahwa subyek menunjukkan sikap yang baik, proaktif dan selalu membuka diri untuk bisa terlibat dalam kegiatan yang ada, bisa memberi arti bagi orang lain.	<b>Emosi Positif:</b> Ada 26 subyek (81,25%) yang menunjukkan emosi positif, seperti kaget bahagia, bangga, sangat senang, perasaan bersemangat, ada kepuasan diri <b>Alasan:</b> Status sebagai mahasiswa, karena bisa masuk kuliah di Perguruan Tinggi dan di kampus madiun, merasakan suasana yang berbeda (tidak sama ketika masih di SMA/SMK). Semakin bisa memahami diri, menyadari kekurangan dan kelebihan, banyak kegiatan yang membuat subyek bisa terlibat, dapat menemukan wawasan dan ilmu pendidikan yang baru
Sementara 8 subyek (25%) menyatakan bahwa dirinya terkadang masih kurang menjaga sikap dan perilaku, kurang sopan dengan orang lain, kurang percaya diri, berpakaian seandainya kurang peduli dengan aturan yang ada di kampus/melanggar aturan yang berlaku di kelompoknya.	Sementara 6 subyek (18,75%) mahasiswa belum sepenuhnya merasa nyaman dan baik (masih ragu ragu) dengan alasan karena belum sepenuhnya melaksanakan kuliah secara tatap muka, belum sepenuhnya mengikuti kuliah (kadang datang, dan masih banyak	Sementara 10 subyek (31,25) menyatakan bersikap masa bodoh/acuh tak acuh, pasif terhadap kegiatan yang ada, kurang terlibat dalam aktifitas sosial, merasa belum berarti bagi banyak orang,	<b>Emosi Negatif:</b> ada 6 subyek (18,75%) yang menunjukkan emosi negative, seperti: Cemas dan khawatir, gelisah, kurang percaya diri, merasa sendirian/asing, perasaan belum puas <b>Alasan:</b> cemas dan khawatir soal proses

terlambat datang), banyak berinteraksi dengan mahasiswa lain, karena faktor ekonomi.	pembelajaran di PT, apakah bisa kuliah dengan baik dan disiplin terlebih WIMA sangat di kenal disiplinnya, belum banyak teman, cemas tidak bisa menyesuaikan diri. belum banyak mengenal lingkungan kampus yang sesungguhnya.	jumlah teman seangkatan yang tidak banyak, sudah mulai mengenal teman. Sementara 20 diantaranya (62.5%) mengalami hambatan yang rata rata berasal dari dalam dirinya sendiri, membagi waktu antara kuliah dan kerja, soal penggunaan bahasa dengan teman teman yang berasal dari Jawa, faktor dari keluarga.	lain, dalam hal penggunaan bahasa, kurang percaya diri/minder, kurang yakin dengan kemampuan yang dimiliki (self efficacy yang rendah). Eksternal: Perilaku teman sekelas, kakak tingkat, dosen karena belum banyak mengenal, suasana kampus yang berbeda dengan sekolah menengah, faktor pekerjaan, faktor keluarga yang memaksakan saya kuliah di wima madiun, kekhawatiran jika tidak ada menegurnya manakala melakukan kekeliruan, factor perkuliahan secara online.	dengan minta bimbingan dari bapak/ibu dosen yang ada di prodi, berani bertanya pada teman, belajar dengan sungguh dan percaya diri, mau belajar dari kakak tingkat yang sudah dikenal dan berpengalaman, berani mencoba apapun resikonya. Sementara hanya 3 subyek (9.38%) yang kurang peduli dan belum tahu apa yang akan dilakukan.	berdiskusi bagi mahasiswa, kakak tingkat yang bisa menjadi panutan bagi adek adeknya. Lingkungan yang menunjukkan keramahan dan selalu tersenyum dengan siapapun yang masuk di lingkungan kampus, adanya pelayanan yang baik kepada para mahasiswa, tidak pilih kasih. hidup bersaudara tidak pandang bulu darimana mahasiswa berasal. Mengedapankan hidup dalam keragaman yang saling menghargai. dan tegur sapa. mengutamakan toleransi.
--	---	--	---	---	--

**B. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa baru Th 2020/2021 Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun.**

Dari hasil data menunjukkan adanya faktor faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri bagi mahasiswa baru Th 2020/2021 Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun, baik faktor yang berasal dari diri sendiri maupun di luar dirinya. Seperti yang dikemukakan oleh Soeparwoto (2004) bahwa penyesuaian diri dapat dipengerahui beberapa faktor, baik internal maupun eksternal. Dalam penelitian ini, disampaikan faktor faktor yang berkaitan dengan hal pengaruh penyesuaian diri mahasiswa baru berdasarkan data angket yang diperoleh, menyangkut aspek hambatan penyesuaian diri, perilaku konkrit ketika merasa tidak mampu menyesuaikan diri, faktor internal dan eksternal, dan kondisi kondisi yang diharapkan untuk mendukung dalam melakukan penyesuaian diri, seperti tampak pada Tabel berikut:

**Tabel 2.** Faktor Faktor Pengaruh Penyesuaian Diri

Subyek 32			
Faktor Faktor Pengaruh Penyesuaian Diri			
Hambatan penyesuaian diri	Hambatan penyesuaian diri	Hambatan penyesuaian diri	Hambatan penyesuaian diri
Dari 32 subyek yang menyatakan tidak mengalami hambatan berjumlah 12 (37,5%), alasannya pihak kampus dan teman teman sangat mendukung, WIMA tidak terlalu besar. Apalagi dengan	Internal: Faktor yang muncul dari dalam dirinya sendiri, yaitu perasaan khawatir, cemas, gugup, kurang pandai bergaul, kurang berkomunikasi/ berinteraksi dengan orang	Dari analisa data yang diperoleh, 29 subyek (90.62%) menunjukkan perilaku positifnya untuk terus berupaya dapat menyesuaikan diri, tidak menyerah, misalnya	Dari data angket yang diperoleh seluruh subyek menyatakan perlunya lingkungan kampus yang asri, nyaman dan menyenangkan, ada banyak tempat santai dan

**IV. SIMPULAN DAN SARAN**

**A. Simpulan**

Berikut disampaikan beberapa simpulan dari hasil penelitian yang dilakukan

1) Gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru Th 2020/2021 Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun, berdasarkan 4 (empat) aspek penyesuaian diri, menunjukkan:

- a. *Overt performance* atau penampilan nyata. Dari 32 subyek, 24 diantaranya (75%) menyatakan bahwa dirinya selalu tampil dengan baik memperhatikan aturan yang berlaku/tidak melanggar aturan, menjaga perilaku dan sikap sopan santun, tampil secara wajar, tidak dibuat buat, menghargai orang lain. Sementara 8 subyek (25%) menyatakan bahwa dirinya terkadang masih kurang menjaga sikap dan perilaku, kurang sopan dengan orang lain, kurang percaya diri, berpakaian seandainya kurang peduli dengan aturan yang ada di kampus/melanggar aturan yang berlaku di kelompoknya.

- b. Penyesuaian diri dalam berbagai kelompok. Sebanyak 26 subyek (81,25%) merasakan baik/sangat baik dan nyaman dalam penyesuaian diri di suatu lingkungan yang baru. Sementara 6 subyek (18,75%) mahasiswa belum sepenuhnya merasa nyaman dan baik (masih ragu ragu).
  - c. Sikap Sosial, sebanyak 22 subyek (68,75%) yang mengisi angket ini menyatakan bahwa subyek menunjukkan sikap yang baik, proaktif dan selalu membuka diri untuk bisa terlibat dalam kegiatan yang ada, bisa memberi arti bagi orang lain. Sementara 10 subyek (31,25) menyatakan bersikap masa bodoh/acuh tak acuh, pasif terhadap kegiatan yang ada, kurang terlibat dalam aktifitas sosial, merasa belum berarti bagi banyak orang,
  - d. Kepuasan diri. Disini ditandai adanya pengalaman emosi yang dirasakan subyek dalam melakukan penyesuaian diri. Dari 32 subyek, 26 subyek (81,25%) yang menunjukkan pengalaman emosi positif, seperti ada rasa bahagia, bangga, sangat senang, perasaan bersemangat. Sementara 6 subyek (18,75%) menunjukkan pengalaman emosi negatif: seperti: cemas dan khawatir, gelisah, kurang percaya diri, merasa sendirian/asing, perasaan belum puas.
- 2) Faktor Faktor yang mempengaruhi/mendukung penyesuaian diri mahasiswa baru Th 2020/2021 Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun, dilihat dari beberapa hal, sebagai berikut:
- a. Hambatan penyesuaian diri. Dari 32 subyek yang menyatakan tidak mengalami hambatan berjumlah 12 subyek (37,5%), sementara 20 diantaranya (62,5%) mengalami hambatan yang rata rata berasal dari dalam dirinya sendiri, membagi waktu antara kuliah dan kerja, soal penggunaan bahasa dengan teman teman yang berasal dari jawa, faktor dari keluarga.
  - b. Faktor pengaruh internal/eksternal. Dari temuan penelitian, faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dibedakan dalam dua hal, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dikemukakan oleh subyek, yaitu pemalu suka menyendiri, cemas, kurang pandai bergaul, kurang berkomunikasi/ berinte-raksi dengan orang lain, kurang percaya diri/minder, kurang yakin dengan kemampuan yang dimiliki (*self efficacy* yang rendah). Sedangkan untuk faktor eksternal, meliputi suasana kampus yang berbeda dengan sekolah menengah, faktor pekerjaan, faktor keluarga yang memaksakan kuliah, kekhawatiran jika tidak ada menegurnya manakala melakukan kekeliruan, faktor perkuliahan secara online belum terbiasa, belum sepenuhnya mengenal bapak/ibu dosen dan kakak tingkat.
- 3) Perilaku konkrit ketika merasa tidak mampu menyesuaikan diri. Dari analisa data yang diperoleh, 29 subyek (90,62%) menunjukkan perilaku positifnya untuk terus berupaya dapat menyesuaikan diri, tidak mudah menyerah. Sementara hanya 3 subyek (9,38%) yang kurang peduli dan belum tahu apa yang akan dilakukan untuk bisa menyesuaikan diri seperti yang diharapkan.
  - 4) Kondisi kondisi yang diharapkan untuk mendukung dalam melakukan penyesuaian diri. Dari data angket yang diperoleh seluruh subyek menyatakan perlunya lingkungan kampus yang asri, mengedepankan hidup dalam keragaman yang saling menghargai, menyaudara dan saling toleransi, ramah lingkungan, nyaman dan menyenangkan, didukung dengan tersedianya sarana/fasilitas untuk tempat santai dan berdiskusi bagi mahasiswa.

## B. Saran

Beberapa saran yang disampaikan dalam penelitian ini diantaranya:

- 1) Untuk Lembaga, sedapatnya hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih bagi lembaga, khususnya terkait hasil temuan penelitian perihal kondisi yang diharapkan oleh mahasiswa baru, antara lain lingkungan yang asri, tersedianya secara cukup tempat tempat untuk berdiskusi yang nyaman bagi mahasiswa.
- 2) Untuk Prodi Bimbingan dan Konseling, sedapatnya mengusahakan pelayanan bimbingan yang bersifat preventive di bidang pribadi dan sosial untuk mahasiswa baru secara lintas prodi. Dengan topik topik hasil temuan penelitian ini, antara lain:



rasa percaya diri, membangun hubungan efektif, *self efficacy*, penyesuaian diri secara efektif.

- 3) Untuk Peneliti selanjutnya. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian serupa sedapat mungkin subyek penelitian dapat menjangkau semua mahasiswa baru yang tersebar di 10 program studi yang ada di Lingkungan UKWMS Kampus Madiun

#### DAFTAR RUJUKAN

- Agustiani, H. (2009). *Psikologi perkembangan: Pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bungin, Burhan.2008.*Penelitian Kualitatif*. Jakarta:Kencana
- Dwi, Winda, Listyasari. 2013. *Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru*. Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi Volume 2, Nomor 1, April 2013.
- Gunarsa, S. 2002. *Psikologi Perkembangan dan Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gerungan,W.A.2004. *Psikologi Sosial*.Benadung: CV.Eresco.
- Hurlock, E. B. 2010. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Alih Bahasa Istiwidayanti dkk. Edisi Kelima. Jakarta : Erlangga.
- Hartaji, Damar.2012. *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua*. Universitas Gunadharma (tidak diterbitkan).
- Hadijah, S. 2018. *Tips mudah adaptasi di universitas untuk mahasiswa baru*. Diakses dari <https://www.cermati.com/artikel/tips-mudah-adaptasi-di-universitas-untuk-mahasiswa-baru>.
- Hulukati,Wenny, & Moh. Rizki Djibran. 2018. Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo Jurnal Bikotetik. Volume 02 Nomor 01 Tahun 2018, 73 - 114.
- Nurfitriana, P. 2016. *Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Undergraduate. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Ni Made Ari Wilani dan Ni Putu Padmadita Nanda Pratiwi. 2019. *Pentingnya penyesuaian diri untuk mahasiswa Baru*. Buletin KAPIN (Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara), ISSN 2477-1686, Vol.5 No. 20 Oktober 2019
- Olani, A. (2009). *Predicting First Year University Student Academic Success*. *Electronical Journal of Research in Educational Psychology*. 7(3), 1053-1072