

Penyesuaian Diri (Self Adjustment) Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dalam Penyusunan Tugas Akhir di Universitas Nusa Cendana

Andriani Paulin Nalle*, Uda Geradus, Imelda Laveda Davita

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Nusa Cendana, Indonesia

*Email: Andrianinalle@staf.undana.ac.id

ARTICLE INFO

Article history

Received: Oct 22, 2021

Revised: Nov 21, 2021

Accepted: Dec 14, 2021

Keywords

Self Adjustment, Tugas Akhir

ABSTRACT

Kemampuan mahasiswa program studi BK FKIP Undana dalam menyelesaikan tugas akhir berada pada kategori rata-rata. Hal ini berkaitan dengan kemampuan penyesuaian diri. Apabila mahasiswa mampu beradaptasi terhadap tuntutan-tuntutan penyusunan tugas akhir dengan baik, maka tulisan dapat terselesaikan tepat waktu dan sebaliknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri (*self adjustment*) mahasiswa Bimbingan dan Konseling dalam penyusunan tugas akhir di Universitas Nusa Cendana Kupang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif korelasi dan dilaksanakan pada Kampus B Universitas Nusa Cendana Kupang. 74 mahasiswa menjadi sampel dari populasi sebanyak 288 mahasiswa prodi BK yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling* serta data dikumpulkan dengan metode kuesioner yang dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan analisis korelasi *Product Moment*. Tingkat penyesuaian diri (*self adjustment*) mahasiswa prodi BK dalam penyusunan tugas akhir berada pada kategori tinggi yaitu 53%. Namun, penyesuaian social mahasiswa masih menunjukkan kekurangan dibandingkan penyesuaian pribadi dalam penyusunan tugas akhir.

Abstract

Students enrolled in the Undana BK FKIP study program have an average ability to complete the final project. This has something to do with adaptability or self-adjustment. Students who are able to adjust well to the demands of final project preparation will be able to complete their writing on time, and vice versa. The purpose of this study is to determine the description of Guidance and Counseling students' self-adjustment during the preparation of their final project at the University of Nusa Cendana Kupang. This study is conducted at Nusa Cendana University, Kupang, and employs a quantitative descriptive correlation technique. A total of 74 individuals were chosen from a population of 288 BK students as a sample. The data was obtained using a questionnaire method, and descriptive analysis and Product Moment correlation analysis were employed to examine the results. In the preparation of the final project, BK Study Program students have a high level of self-adjustment, with 53 percent. In the preparation of the final project, however, student social adjustment still reveals flaws as compared to personal adjustment.

How to Cite: Nalle, A. P., Geradus, U., Davita, I. L. (2021). Penyesuaian diri (Self Adjustment) mahasiswa bimbingan dan konseling dalam penyusunan tugas akhir di Universitas Nusa Cendana. *Haumeni Journal of Education*, 1(2), 1-13.

PENDAHULUAN

Salah satu syarat seseorang dapat menyelesaikan pendidikan jenjang strata 1 (S1) adalah adanya tuntutan untuk melakukan penelitian yang merupakan tugas akhir berupa proposal dan skripsi. Machmud (2016) berpendapat bahwa tugas akhir adalah suatu hasil penelitian guna untuk menyelesaikan suatu persoalan tertentu dengan menggunakan aturan-aturan yang berlaku dalam suatu

bidang ilmu dan merupakan salah satu syarat agar seseorang dapat menyelesaikan studinya. Penulisan tugas akhir (proposol dan skripsi) dilakukan mahasiswa jenjang strata 1 (S1) pada saat sudah memasuki semester tujuh (VII) dan juga semester delapan (VIII). Namun kenyataan yang terjadi, masih banyak mahasiswa belum mulai menulis tugas akhir meskipun sudah memasuki semester VII atau semester VIII sehingga akan menyebabkan mahasiswa tersebut semakin lama untuk menyelesaikan studinya di jenjang strata 1 (S1).

Hal ini diakibatkan karena mahasiswa banyak mengalami hambatan-hambatan selama penyusunan tugas akhir. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Etika dan Hasibuan (2016), diketahui hambatan-hambatan yang dialami mahasiswa dalam menyusun tugas akhir adalah kesulitan untuk menentukan judul tugas akhir, kekurangan referensi, kurangnya waktu untuk mengerjakan tugas akhir, adanya rasa malas dan kurangnya motivasi, kesulitan untuk menemui dosen pembimbing, susah manajemen waktu, lelah bekerja, kurangnya waktu istirahat, kekurangan biaya, dan kesulitan berkonsentrasi. Selain itu, setiap perguruan tinggi memiliki target waktu yang berbeda-beda bagi mahasiswa-nya dalam menyelesaikan tugas akhir. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan dalam diri mahasiswa untuk dapat menghadapi setiap hambatan dan tuntutan yang ada. Kemampuan tersebut adalah kemampuan penyesuaian diri (*self adjustment*).

Menurut Satmoko (dalam Ghufro dan Risnawati, 2012) penyesuaian diri (*self adjustment*) adalah suatu interaksi seseorang dengan dirinya, masyarakat dan lingkungannya agar dapat memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan dan terbebas dari kecemasan (*anxiety*) serta depresi yang menghambat tugas seorang individu. Muharomi (dalam Sasmita dan Rustika, 2015), berpendapat bahwa seorang mahasiswa harus memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik (*self adjustment*). Dengan memiliki penyesuaian diri yang baik (*self adjustment*) maka mahasiswa tersebut dapat memenuhi kebutuhan dan mengatasi berbagai kesulitan atau hambatan yang dihadapi selama penyusunan tugas akhir. Hurlock (dalam Sasmita & Rustika, 2015) berpendapat bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik (*self adjustment*) akan mengalami sedikit tekanan. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik (*maladjustment*) cenderung akan merasa tertekan yang menyebabkan mahasiswa/i tersebut tidak dapat mengerjakan tugas akhirnya dengan baik dan membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikan studi dijenjang strata 1 (S1).

Penelitian lain dilakukan oleh Sugiyanto dan Wangid (2013) menemukan bahwa terdapat beberapa hambatan yang dialami oleh mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir, seperti kurangnya pengetahuan mahasiswa mengenai tata cara penulisan tugas akhir, sulit untuk mengembangkan teori yang digunakan, rendahnya kemampuan menulis karya ilmiah, kurangnya referensi, kurangnya motivasi untuk menyusun tugas akhir, kesulitan menemui dosen pembimbing karena disibukkan oleh aktifitas lain, serta kesulitan memahami kajian pustaka. Masalah-masalah tersebut juga dialami oleh mahasiswa BK, FKIP, UNDANA angkatan 2016, 2017 dan 2018 yang telah memprogram tugas akhir dan sedang berjuang menyelesaikannya. Oleh karena itu, meneliti tentang aspek-aspek penyesuaian diri mahasiswa

dalam menyusun tugas akhir dapat menjadi suatu pengetahuan yang bermanfaat bagi akademisi dan para mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasi yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel. Penelitian ini akan dilaksanakan di Kampus B Universitas Nusa Cendana Kupang, yang berlokasi di Jalan S. K. Lerik, Kota Baru, Kupang.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa BK, FKIP, UNDANA angkatan tahun 2016, 2017, dan 2018 sebanyak 288 orang. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner penyesuaian diri (*self adjustment*) mahasiswa BK, FKIP, UNDANA dalam menyusun tugas akhir dengan menggunakan *skala likert*. Peneliti melakukan uji coba instrumen terpakai kepada 74 orang responden mahasiswa BK FKIP UNDANA Kupang yang saat ini sedang menyusun tugas akhir. Setelah itu, peneliti melakukan pengujian validitas dan reliabilitas data hasil uji coba dengan menggunakan program SPSS versi 20. Kuesioner penyesuaian diri (*self adjustment*) berjumlah 34 item yang disebarikan pada mahasiswa secara *online* menggunakan *google form*. Hasil uji coba yang dilakukan diketahui bahwa terdapat 29 item dinyatakan valid dan 5 item dinyatakan tidak valid. Item-item tersebut dinyatakan valid karena koefisiennya melebihi 0,3.

Peneliti juga melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan SPSS versi 20. Hasil uji reliabilitas yang dilakukan diketahui hasil uji reliabilitas kuesioner pada variabel penyesuaian diri (*self adjustment*) adalah sebesar 0,928. Berdasarkan tabel interpretasi nilai *r*, diketahui bahwa instrumen variabel penyesuaian diri (*self adjustment*) memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penyebaran instrumen penyesuaian diri (*self adjustment*) terhadap 74 mahasiswa BK FKIP UNDANA Kupang yang saat ini sedang menyusun tugas akhir, diperoleh masing-masing pernyataan diukur dengan skor 1-5. Skor tertinggi variabel penyesuaian diri (*self adjustment*) adalah 145 dan skor terendah adalah 29. Skor tertinggi diperoleh dengan cara jumlah item pernyataan dikali dengan skor tertinggi ($29 \times 5 = 145$), sedangkan skor terendah diperoleh dengan cara jumlah item pernyataan dikali dengan skor terendah ($29 \times 1 = 29$). Dari skor tersebut dibuat panjang kelas interval yaitu 23.

Tabel 1. Data Penyesuaian Diri (*Self Adjustment*) Mahasiswa BK FKIP UNDANA Kupang

No	Kelas Interval	Jumlah Responden	Presentasi (%)	Kategori
1	123 – 145	6	8 %	Sangat Tinggi
2	100 – 122	39	53 %	Tinggi
3	77 – 99	21	28 %	Sedang
4	53 – 76	5	7 %	Rendah
5	29 – 52	3	4 %	Sangat Rendah
Jumlah		74	100 %	

Mengacu pada klasifikasi tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat 6 mahasiswa dengan persentase 8% memiliki penyesuaian diri yang sangat tinggi, 39 mahasiswa dengan persentase 53% yang memiliki penyesuaian diri tinggi, 21 mahasiswa dengan persentase 28% memiliki penyesuaian diri sedang, 5 orang mahasiswa dengan persentase 7% memiliki penyesuaian diri yang rendah dan 3 mahasiswa dengan persentase 4% yang memiliki penyesuaian diri yang sangat rendah. Berdasarkan hasil analisis data penyesuaian diri (*self adjustment*) yang diperoleh melalui 5 kategori, maka dapat diketahui bahwa mahasiswa BK FKIP UNDANA Kupang dominan memiliki gambaran penyesuaian diri (*self adjustment*) yang tinggi yaitu 53%. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa BK FKIP UNDANA Kupang mampu mengatasi dan memenuhi berbagai kesulitan, tuntutan serta terbebas dari tekanan selama penyusunan tugas akhir. Sehingga mahasiswa tersebut juga dapat menyelesaikan pendidikan strata 1 (S1) dengan baik.

Yuliansah (2016) mengungkapkan seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang baik (*self adjustment*) mempunyai kemampuan untuk mengoptimalkan segala potensi yang dimilikinya serta bereaksi secara efektif terhadap suatu situasi. Hurlock (dalam Sasmita dan Rustika, 2015) menambahkan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik (*self adjustment*) akan mengalami sedikit tekanan.

Berdasarkan hasil sebaran kuesioner penyesuaian diri (*self adjustment*), aspek penyesuaian pribadi berada pada kategori tinggi dengan jumlah skor 4344 persentase sebesar 58%. Sedangkan aspek penyesuaian sosial berada pada kategori rendah dengan jumlah skor 3187 persentase sebesar 42%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa BK FKIP UNDANA memiliki kemampuan penyesuaian pribadi yang lebih tinggi daripada penyesuaian sosial dalam penyusunan tugas akhir. Menurut Enung (dalam Maghfur, 2018) penyesuaian pribadi adalah suatu kemampuan seseorang untuk menerima dirinya agar tercapainya hubungan yang harmonis dan baik antara dirinya dengan lingkungan di sekitarnya. Kasari & Sawitri (2017) menyatakan bahwa ketika individu memasuki suatu jenjang baru dalam fase kehidupannya, individu dituntut untuk mampu merespon situasi dan kondisi dengan efisien dan tepat serta mampu menghindarkan diri dari konflik yang sedang dihadapi. Selain itu, hal tersebut dapat berdampak pada penyesuaian interpersonal serta kesejahteraan individu lain di sekitar lingkungannya. Dengan demikian, penyesuaian diri pribadi yang baik oleh mahasiswa BK Undana dalam penyusunan tugas akhir berdampak erat terhadap hubungan penyesuaian social. Individu yang dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik, seperti pencarian judul penelitian, mengidentifikasi masalah di lapangan, mencari sumber yang terpercaya, serta penyusunan proposal sampai kepada pelaksanaan penelitian dan kesimpulan saran, pada akhirnya mampu menyelesaikan tugas akhir sesuai dengan harapan, yaitu tepat waktu dan berkualitas.

Meskipun demikian, aspek penyesuaian sosial mahasiswa masih berada pada kategori di bawah penyesuaian pribadi yaitu 42%. Hal ini mengindikasikan bahwa dalam menyelesaikan tugas akhir, mahasiswa BK FKIP UNDANA tidak memberikan perhatian lebih terhadap penyesuaian sosial (*social adjustment*) pada situasi sekitar individu. Menurut Enung (dalam Maghfur, 2018) penyesuaian sosial

adalah suatu kemampuan individu untuk dapat berperilaku sesuai dengan aturan, hukum, adat-istiadat, nilai-nilai dan norma sosial yang berlaku di dalam suatu masyarakat. Syahfitri, Nurhasanah, & Bustamam (2019) menambahkan bahwa aspek penyesuaian social berkaitan dengan penampilan diri, kemampuan beradaptasi, berperilaku yang mana sesuai dengan nilai-nilai dan norma yang berlaku di masyarakat atau lingkungan tempat individu tinggal. Hal tersebut didukung pula dengan kepuasan individu terhadap reaksi orang lain di sekitar individu. Mahasiswa BK FKIP Undana dalam penyelesaian tugas akhir masih lebih mengutamakan penyesuaian pribadi dibandingkan penyesuaian social sehingga dalam penyusunan skripsi masih kurang membuka diri dalam kelompok sosialnya. Sedangkan, apabila penyesuaian social rendah, dapat berpengaruh terhadap pemecahan masalah atau konflik yang dihadapi karena setiap insan manusia adalah makhluk social yang membutuhkan individu lain dalam menjalani kehidupannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan beberapa hal mengenai penyesuaian diri (*self adjustment*) mahasiswa Bimbingan dan Konseling dalam penyusunan tugas akhir di Universitas Nusa Cendana Kupang, yaitu, mahasiswa BK FKIP UNDANA Kupang dominan memiliki tingkat penyesuaian diri (*self adjustment*) yang tinggi dalam penyusunan tugas akhir. Selain itu, data statiski menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut memiliki kemampuan penyesuaian pribadi yang tinggi daripada penyesuaian sosial dalam penyelesaian tugas akhir. Harapannya, mahasiswa dapat menyeimbangkan antara penyesuaian social dan pribadi karena kedua hal tersebut mendukung penyelesaian penulisan tugas akhir mahasiswa BK FKIP Undana.

DAFTAR PUSTAKA

- Etika, N., & Hasibuan, W. F. (2016). Deskripsi masalah mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Jurnal Kopasta*, 3(1)
- Ghufron, N., & Risnawati, R. (2012). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Kasari, W., & Sawitri, D. R. (2017). *Hubungan antara penyesuaian diri dengan motivasi belajar pada siswa Kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo* (Doctoral dissertation, Undip).
- Machmud, M. (2016). *Tuntunan Penulisan Tugas Akhir Berdasarkan Prinsip Dasar Penelitian Ilmiah*. Malang: Penerbit Selaras
- Maghfur, S. (2018). Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang. *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 12(1)
- Sasmita, I., & Rustika, I. M. (2015). Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2)
- Sugiyanto., & Wangid, M. N. (2013). Identifikasi Hambatan Struktural Dan Kultural Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 6(2)
- Syahfitri, N. N., Nurhasanah, N., & Bustamam, N. (2019). Penerapan sosiodrama untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial siswa sekolah menengah pertama. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(2).
- Yuliansah, M Wildan. 2016. *Kesehatan Masyarakat Kesehatan Mental*. Surakarta: PT Borobudur Inspira Nusantara