

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap mahasiswa baru mengalami masa transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi. Di sini mereka akan menghadapi suasana lingkungan mereka, misalnya mendapatkan struktur sekolah yang lebih besar dan tidak bersifat pribadi, interaksi dengan kelompok sebaya dari daerah yang lebih beragam dan terkadang dengan latar belakang etnik yang lebih beragam lagi.

Dalam masa transisi sebagai mahasiswa baru, individu secara tidak langsung melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai hal baru yang dihadapi di perguruan tinggi. Schneiders (1964) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah proses kecakapan mental dan tingkah laku seseorang dalam menghadapi tuntunan-tuntunan baik dari dalam diri sendiri maupun lingkungannya. Penyesuaian ditentukan oleh bagaimana individu dapat bergaul dengan diri orang lain secara baik. Tanggapan-tanggapan terhadap orang lain atau lingkungan sosial pada umumnya dapat dipandang sebagai cermin apakah seseorang dapat mengadakan penyesuaian dengan baik atau tidak.

Penyesuaian diri menuntut kemampuan individu untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga individu merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya (Willis, 2005). Penyesuaian diri menjadi salah satu peran penting dalam membantu individu pada saat di lingkungan kampus maupun di masyarakat. Penyesuaian diri juga

merupakan salah satu persyaratan penting dalam terciptanya kesehatan jiwa dan mental individu.

Menurut Tallent (1978) bahwa ada individu yang berhasil dalam melakukan penyesuaian diri tetapi ada yang terhambat penyesuaian dirinya. Penyesuaian diri yang baik akan memberikan kepuasan yang lebih besar bagi kehidupan seseorang dan hanya individu yang mempunyai kepribadian kuat yang mampu menyesuaikan diri secara baik.

Berdasarkan hasil preliminary study yang dilakukan di Universitas Negeri Jakarta pada bulan September sampai dengan Oktober, dari 60 Mahasiswa baru ditemukan masalah terkait dengan penyesuaian diri yaitu 37 Mahasiswa baru lebih suka melamun dalam memecahkan masalahnya, 34 Mahasiswa baru khawatir terhadap kegagalan dalam pengaruh lingkungan, 33 Mahasiswa baru mudah stress jika masalahnya belum selesai, 32 Mahasiswa baru menjadi emosional dalam memecahkan masalah, dan 31 Mahasiswa baru sulit mengambil keputusan dalam tuntutan lingkungan sekitar.

Pada masa transisi menuju perguruan tinggi, mahasiswa baru dituntut untuk memiliki penguasaan terhadap lingkungan baru yang belum pernah mereka rasakan sebelumnya. Dalam hal ini keberhasilan mereka, salah satunya tergantung dengan keyakinan diri menghadapi tuntutan-tuntutan baru tersebut. Menurut Bandura (1997), *self efficacy* adalah keyakinan seorang individu terhadap kemampuan diri dalam mengatur dan melaksanakan rangkaian tugas untuk mendapatkan hasil yang diinginkan.

Banyak individu yang tidak dapat mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri, baik dengan lingkungan keluarga, kampus dan masyarakat pada umumnya. Dalam individu jika *self efficacy* rendah akibatnya seseorang dalam penyesuaian dirinya rendah juga dan tidak dapat menyesuaikan diri dalam lingkungannya.

Dalam fenomena di atas dapat disimpulkan mahasiswa baru dalam penyesuaian diri berperan penting dalam *self efficacy* seseorang, karena penyesuaian diri sangat mempengaruhi *self efficacy* individu. *Self efficacy* adalah perasaan, keyakinan, persepsi, kepercayaan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengatasi situasi tertentu yang nantinya akan berpengaruh pada cara individu mengatasi situasi tersebut. Penyesuaian diri juga mempengaruhi tingkah laku individu dalam mengatasi masalah, jadi penyesuaian diri tersebut adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku individu untuk berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan-tegangan, frustrasi-frustrasi, konflik-konflik psikologis serta menyelaraskan tuntutan-tuntutan psikologis dengan tuntutan lingkungan baru. Ketika individu belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru maka akan muncul masalah yang membuat dirinya stress dan sangat berpengaruh pada *self efficacy* seseorang, contohnya mahasiswa baru yang transisi dari sekolah menengah atas menuju ke perguruan tinggi.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas maka penulis melakukan penelitian terhadap masalah tersebut yang akan dibahas dalam skripsi dengan judul "Hubungan *Self Efficacy* dengan Penyesuaian diri Mahasiswa Baru di Universitas Negeri Jakarta."

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka identifikasi masalah-masalah antara lain sebagai berikut :

1. Bagaimana penyesuaian diri mahasiswa baru dengan lingkungan baru?
2. Adakah hubungan *self efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru Universitas Negeri Jakarta?

1.3. Pembatasan Masalah

Bila dikaitkan dengan uraian berbagai teori dan temuan penelitian para ahli tentang *self efficacy* dengan penyesuaian diri di dalamnya, maka peneliti ingin melihat lebih jauh tentang *self efficacy* dengan penyesuaian diri. Untuk menghindari penafsiran yang berbeda-beda terhadap masalah dalam penelitian ini, maka peneliti membatasi permasalahan yang akan diteliti pada penyesuaian diri sebagai variabel terikat dan *self efficacy* sebagai variabel bebas.

1.4. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka masalah dapat dirumuskan menjadi “Hubungan *self efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru di Universitas Negeri Jakarta?”

1.5. Tujuan Penelitian

Dalam penelitian tersebut mempunyai tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan *self efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru di Universitas Negeri Jakarta.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian tersebut menjadi 2 bagian yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian tersebut diharapkan mampu memberikan pengetahuan baru bagi perkembangan ilmu psikologi di Indonesia dan membantu pakar ilmu psikologi dalam mengembangkan ilmu psikologi khususnya mengenai *self efficacy* dengan penyesuaian diri

1.6.2 Manfaat Praktis

a. Akademis, diharapkan dengan penelitian ini bisa memberikan kontribusi pemikiran dalam bidang psikologi khususnya psikologi pendidikan di Indonesia dan sebagai acuan bagaimana hubungan *self efficacy* dengan penyesuaian diri di lingkungan baru Universitas Negeri Jakarta.

b. Masyarakat, semoga dalam penelitian ini masyarakat bisa mengetahui seberapa pentingnya *self efficacy* dan penyesuaian diri terhadap lingkungan baru.