

Penyesuaian Akademis Mahasiswa Tingkat Pertama

Dewi Rosiana

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

e-mail: dewirosiana@yahoo.com

Abstrak. Penelitian ini membahas tentang kemampuan penyesuaian akademis mahasiswa tingkat pertama di fakultas psikologi Unisba. Subjek penelitian sebanyak 141 orang mahasiswa. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner penyesuaian akademis yang dibuat oleh Prasetyawati tahun 2003. Terdapat sepuluh aspek yang diukur yaitu kepemimpinan, kemasyarakatan, ketahanan, keterlibatan terhadap tugas, kepercayaan diri akademis, kepercayaan diri sosial, lokus kontrol internal, kepercayaan pengembangan diri, hubungan dengan dosen, hubungan dengan teman sebaya.

Key Words: Penyesuaian, akademis

1. Pendahuluan

Perguruan tinggi memiliki karakteristik yang berbeda dengan sekolah menengah atas, tentunya juga memiliki tuntutan yang berbeda. Perguruan tinggi melibatkan struktur yang lebih besar dan impersonal, serta lebih berfokus pada prestasi dan cara pencapaiannya. Di perguruan tinggi, mahasiswa akan merasa lebih dewasa, memiliki waktu lebih banyak dengan *peer*, memiliki lebih banyak kesempatan untuk mengeksplorasi berbagai gaya hidup dan nilai yang berbeda, dan menikmati lebih banyak kebebasan dari pengawasan orang tua (Santrock, 2004). Mahasiswa memiliki lebih banyak kebebasan untuk mengatur diri dalam belajar. Dosen memiliki penerapan disiplin yang berbeda dari guru di SMA. Saat di SMA guru memeriksa buku catatan siswa-siswanya untuk mengetahui kerapihannya, apakah siswa mencatat secara teratur serta memastikan apakah siswa mengerjakan semua tugasnya. Sementara di perguruan tinggi, tidak semua dosen melakukan hal seperti itu. Hal ini bukan karena mereka tidak acuh, tapi karena menurut mereka mahasiswa harus diperlakukan sebagai orang dewasa (Gardner & Jewler, 1985).

Sejumlah penelitian yang menunjukkan bahwa prestasi mahasiswa semester pertama secara signifikan diprediksikan oleh penyesuaian diri, penyesuaian akademis dan penyesuaian personal-emosional (Abdullah, dkk. 2009). Adler, Raju, Beveridge, Wang, Zhu dan Zimmermann (2008) menyatakan bahwa *adjustment to college* merupakan aspek penting untuk kesuksesan akademis. *College adjustment* yang buruk berkorelasi pada buruknya kinerja akademis, rendahnya tingkat kelulusan dan buruknya peluang sukses di masa depan (p.1281).

2. Penyesuaian diri akademis

Agar mahasiswa dapat berhasil dalam pendidikannya, ia harus dapat menyesuaikan diri di tempat yang baru. Grasha dan Kirchenbaum (1980) dalam Prasetyawati (2003) mengemukakan bahwa apa dan bagaimana individu belajar sebagian besar dipengaruhi oleh kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Penyesuaian diri mahasiswa yaitu bagaimana mahasiswa dapat melakukan penyeimbangan keadaannya di lingkungan kampus meliputi segala perubahan yang

terjadi baik sikap, tingkah laku, atau perasaan, selama subyek menjadi mahasiswa (Julianto, 1988 dalam Prasetyawati, 2003). Karena penyesuaian diri ini, berkaitan dengan hal-hal yang terjadi pada mahasiswa saat belajar di Perguruan Tinggi, maka akan digunakan istilah penyesuaian akademis.

Menurut Strage dan Brandt (1999), penyesuaian akademis yang dapat dilakukan oleh seorang mahasiswa diukur melalui kemampuannya untuk menguasai suatu keahlian atau pengetahuan yang diberikan. Mahasiswa yang berorientasi untuk menguasai suatu keahlian atau pengetahuan tersebut secara ideal biasanya berusaha memperoleh hasil yang maksimal dari berbagai pengetahuan yang diberikan dari universitasnya.

3. Aspek-aspek yang mempengaruhi penyesuaian diri akademis

Menurut Strage dan Brandt (1999) (dalam Prasetyawati, 2003), seorang mahasiswa yang mampu melakukan penyesuaian akademis dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu : kepemimpinan (*agency* atau *leadership*), kemasyarakatan (*communion*), ketahanan (*persistence*), keterlibatan terhadap tugas (*task involvement*), kepercayaan diri akademis (*academic confidence*), kepercayaan diri sosial (*social confidence*), lokus kontrol internal (*internal locus of control*), kepercayaan pengembangan diri (*incremental scale*), hubungan dengan dosen (*teacher rapport*), hubungan dengan teman sebaya (*peer rapport*).

4. Subjek Penelitian

Subjek yang menjadi sasaran dalam pelatihan ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung tingkat pertama, sebanyak 141 orang. Mereka dipilih menjadi subjek berdasarkan pertimbangan bahwa menurut McInnis dan James (1995), tahun pertama di perguruan tinggi merupakan tahun yang sangat penting antara lain karena merupakan masa transisi dari tingkat sebelumnya yang lebih terbimbing dengan belajar di perguruan tinggi yang bersifat individual dan banyaknya tekanan yang sifatnya eksternal. Oleh karena itu tentunya para mahasiswa tingkat pertama ini akan membutuhkan bimbingan mengenai cara menyesuaikan diri di perguruan tinggi.

5. Alat Ukur

Peneliti mengadaptasikan kuesioner penyesuaian diri akademis yang dibuat oleh Wuri Prasetyawati pada tahun 2003. Kuesioner ini terdiri dari 10 dimensi yaitu kepemimpinan, kemasyarakatan, ketahanan, keterlibatan terhadap tugas, kepercayaan diri akademis, kepercayaan diri sosial, lokus kontrol internal, kepercayaan pengembangan diri, hubungan dengan dosen, hubungan dengan teman sebaya. Selain itu guna melengkapi data, peneliti juga melengkapi data dengan observasi lapangan serta wawancara.

6. Hasil Penelitian

Peneliti mendapatkan data melalui observasi lapangan, wawancara dengan mahasiswa dan dosen, serta melalui kuesioner. Berdasarkan hasil observasi, pada beberapa mata kuliah, terlihat bahwa sebagian mahasiswa belum dapat menyesuaikan diri dengan pola belajar mandiri yang seharusnya diterapkan di perguruan tinggi. Terdapat sebagian mahasiswa yang menanggapi kelonggaran pola belajar dengan melakukan perilaku negatif seperti membolos, menitip absen pada teman, hanya masuk

pada mata pelajaran yang mereka sukai, dan belajar dengan pola “sistem kebut semalam”.

Berdasarkan hasil wawancara, masih banyak mahasiswa yang mengaku belum mampu menyesuaikan pola belajarnya dengan tuntutan kondisi perkuliahan yang ada. 7 orang mahasiswa semester 1 menyatakan bahwa sebelumnya mereka membayangkan bahwa kuliah akan menyenangkan karena memiliki jadwal dan peraturan yang relatif lebih longgar dari pada saat di SMA. Namun setelah menjalani kuliah, mereka terkejut dengan jadwal kuliah yang berbeda-beda setiap hari dengan rentang waktu yang seringkali berjauhan antara satu mata kuliah ke mata kuliah lain, antara pukul 06.30 pagi hingga pukul 17.20. Hal ini, menurut mahasiswa, membuat merasa lelah, sehingga saat pulang kuliah mereka hanya ingin beristirahat dan kurang optimal dalam belajar di rumah. Selama ini mereka hanya belajar saat mengerjakan tugas. Mahasiswa-mahasiswa ini mengungkapkan bahwa menurutnya ia belum dapat mengatur pembagian waktu antara kegiatan organisasi yang dijalani dengan waktu kuliah, praktikum, pengerjaan tugas individu dan kelompok, serta waktu untuk membaca buku.

Berdasarkan data jumlah mahasiswa yang memiliki IPK dibawah angka 2 adalah 19.54%. Hal ini memperlihatkan salah satu ciri bahwa para mahasiswa tersebut kurang memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan belajar di perguruan tinggi sejak awal memasuki perguruan tinggi.

Data yang diperoleh dari hasil pengolahan kuesioner penyesuaian akademik sebagai berikut:

Tabel 1.
Penyesuaian akademik mahasiswa tingkat pertama

Aspek-aspek Penyesuaian diri Akademis	Memadai		Tidak memadai	
	Jumlah mahasiswa	(%)	Jumlah Mahasiswa	(%)
Kepemimpinan	52	46.7	59	53.3
Kemasyarakatan	65	58.2	46	41.8
Ketekunan	60	44.2	51	46.8
Keterlibatan pada tugas	47	42.6	64	57.4
Kepercayaan diri akademis	55	50.4	56	49.6
Kepercayaan diri sosial	54	48.9	57	51.1
Lokus kontrol internal	54	48.9	57	51.1
Kepercayaan pengembangan diri	65	58.2	46	41.8
Hubungan dengan dosen	28	25.4	83	74.6
Hubungan dengan teman	51	46.8	60	53.2

Pada aspek kepemimpinan, sebanyak 53.3 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 berpendapat kurang memiliki sifat kepemimpinan yang baik, yang artinya mereka kurang mampu memberi pengaruh pada orang lain. Pada aspek kemasyarakatan, sebanyak 41.8 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 merasa kurang memiliki kemampuan untuk mempertahankan keterikatan yang memuaskan dan sehat dengan orang lain. Pada aspek ketekunan, sebanyak 46.8 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 merasa kurang mampu bertahan

dalam menghadapi kesulitan dan kegagalan. Pada aspek keterlibatan pada tugas, sebanyak 57.4 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 merasa kurang mampu menghindari gangguan dan tetap dapat memusatkan perhatian pada tugas yang diberikan. Pada aspek kepercayaan diri akademis, sebanyak 49.6 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 merasa kurang optimis terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan kuliah. Pada aspek kepercayaan diri sosial, sebanyak 51.1 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 kurang merasa mampu dalam menjalin hubungan dengan orang di sekitarnya. Pada aspek lokus kontrol internal, sebanyak 51.1 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 cenderung menunjuk faktor luar dirinya sebagai penyebab keberhasilan dan kegagalan mereka. Pada aspek kepercayaan pengembangan diri, sebanyak 41.8 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 belum memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat berubah jika ia menghendakinya. Pada aspek hubungan dengan dosen, sebanyak 74.6 % mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 menunjukkan bahwa mahasiswa belum memperlakukan dosen sebagai salah satu sumber pengetahuan dibandingkan sebagai ancaman. Pada aspek hubungan dengan teman, sebanyak 53.2 % mahasiswa fakultas Psikologi Unisba angkatan 2005 menunjukkan bahwa mahasiswa kurang mampu melihat dari sudut pandang orang lain dalam menilai dirinya, ataupun bagaimana teman sebaya memperlakukan dirinya sebagai bagian dalam proses pembelajarannya di perguruan tinggi.

7. Penutup

Penelitian ini menunjukkan sebagian (jumlah berkisar antara 25.4% – 58.2%) mahasiswa tingkat pertama fakultas psikologi Unisba memiliki kemampuan yang memadai dalam 10 aspek penyesuaian akademik. Sebagian lainnya memiliki kemampuan yang kurang memadai dalam 10 aspek penyesuaian akademik. Kemampuan yang perlu menjadi perhatian adalah aspek hubungan dengan dosen, aspek ini memiliki presentase jumlah mahasiswa terendah (25.4%). Artinya sebanyak 74.6% mahasiswa tingkat pertama merasakan kurang mampu dalam memperlakukan dosen sebagai salah satu sumber pengetahuan malah sebaliknya mereka menganggap sebagai ancaman. Peneliti menyarankan guna meningkatkan penyesuaian akademis mahasiswa, perlu adanya program pembinaan. Pelaksanaan program pembinaan ini sebaiknya diintegrasikan dalam kegiatan pembinaan mahasiswa baru yang dilakukan oleh Badan eksekutif Mahasiswa dan bagian kemahasiswaan. Materi yang diberikan berisi tentang kesepuluh aspek penyesuaian akademis.

Variabel lain yang mungkin berpengaruh pada penyesuaian akademis adalah *self regulated learning*. Sebagai pembanding, pada penelitian sebelumnya terbukti bahwa program pembinaan berpengaruh pada kemampuan *self-regulated learning* dan berkontribusi pada prestasi serta kemampuan belajar. Pada penelitian tersebut dinyatakan bahwa terdapat perbedaan kemampuan yang signifikan antara mahasiswa berprestasi rendah yang memperoleh pembinaan terpadu dengan mahasiswa berprestasi rendah yang tidak memperoleh pembinaan terpadu pada aspek *goal setting, self efficacy, adaptivity, dan goal orientation*, dan terdapat perbedaan prestasi belajar (indeks prestasi) yang signifikan antara mahasiswa berprestasi rendah yang memperoleh pembinaan terpadu dengan mahasiswa berprestasi rendah yang tidak memperoleh pembinaan terpadu (Rosiana, Dewi, Sumaryanti, Indri.U, Diantina, Fanni.P, 2010).

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. C., Elias, H., Mahyuddin, R. & Uli, J. (2009), "Adjustment amongst First Year Students in a Malaysian University," *European Journal of Social Sciences*, Vol. 8 No. 3, pp. 496-505.
- Adler, J., Raju, S., Beveridge, A. S., Wang, S. Zhu, J. & Zimmermann, E. M (2008), "College Adjustment in University of Michigan Students with Crohn's and Colitis," *Inflammatory Bowel Diseases*, Vol. 14 No. 9, pp. 1281-1286.
- Gardner & Jewler. (1985). *College Is Only The Beginning*, As Student Guide To Higher Education. California : Wadsworth Publishing Company.
- Prasetyawati, Wuri. (2003). *Penyusunan Alat Ukur Penyesuaian Diri Akademis Bagi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*. Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, Depok.
- Rosiana, Dewi. Sumaryanti, Indri.U. Diantina, Fanni.P. 2010. *Strategi Peningkatan Prestasi Belajar Melalui Pembinaan Terpadu Berbasis Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Berprestasi Rendah Di Kodya Bandung*. **Proceeding** Konferensi Psikologi Eksperimen di Universitas Gajah Mada, 27 Januari 2010.
- Santrock, J.W. (2004). *Life Span Development*. University Of Texas. Dallas: Wm.C.Brown Publisher
- Strange, A., & Brandt, T. S. (1999). Authoritative parenting and college students' academic adjustment and success. *Journal of Educational Psychology*, 91(1), 146-156.

