

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Generasi muda merupakan generasi penerus dalam pembangunan bangsa yang nantinya akan memimpin Indonesia ke depannya. Oleh karena itu, generasi muda memerlukan perhatian khusus terkait dengan pendidikan, mengingat usia remaja yang masih relatif muda biasanya memiliki keinginan dan cita-cita yang sangat tinggi. Dalam hal ini, Indonesia memiliki banyak rekomendasi perguruan tinggi yang tersebar di berbagai kota, wilayah, maupun pulau untuk menunjang keberlangsungan pendidikan mahasiswa. Tidak bisa dipungkiri bahwa mahasiswa adalah elemen pembaharuan yang membawa perubahan besar pada sebuah bangsa. Dengan begitu mahasiswa bebas menentukan perguruan tinggi impian dan jurusan terbaik menurutnya.

Mahasiswa secara harfiah berarti seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu atau yang terdaftar untuk melanjutkan studi di lembaga pendidikan tinggi seperti akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut atau universitas.¹ Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan dengan rentang usia antara 18-25 tahun. Pada tahap ini diklasifikasikan dari masa remaja akhir hingga dewasa awal dilihat dari perspektif perkembangan.

Banyaknya mahasiswa rantau yang datang ke berbagai kota maupun pulau dan rela berpindah tempat dari tempat asal ke tempat lainnya untuk menempuh pendidikan. Hal ini tentunya menimbulkan dinamika pelajar yang

¹ Retno Permatasari, Miftahul Arifin, and Raup Padilah, "Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Banyuwangi Dalam Penyusunan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal Bina Ilmu Cendekia*, 2.1 (2020), 128-41.

semakin kompleks dan mahasiswa juga akan dihadapkan pada perbedaan norma sosial dan budaya, perubahan gaya hidup, serta lingkungan sosial dan kehidupan dunia kuliah.

Sebagai mahasiswa baru yang menetap ke suatu tempat atau lingkungan baru pastinya akan dituntut untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi kondisi yang baru. Penyesuaian diri terhadap kehidupan di Universitas bisa menjadi hal yang sulit bagi para mahasiswa baru yang hidup merantau namun harus tetap dijalani. Kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan ini adalah suatu keharusan yang dimiliki oleh setiap orang untuk dapat menyesuaikan gaya hidupnya sedemikian rupa agar dapat memanfaatkan atau melindungi diri terhadap akibat dari perubahan-perubahan tersebut.

Menurut Enung Fatimah, salah satu syarat penting agar terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu dapat dilakukan dengan penyesuaian diri yang baik dengan lingkungannya.² Maka, dibutuhkan kemampuan adaptasi yang baik pada mahasiswa baru agar dapat bertahan dalam menghadapi perubahan yang ada selama masa perpindahan pendidikan dari sebelumnya ke lingkungan yang berbeda. Namun, tak jarang pula ditemui mahasiswa baru yang mengalami kesulitan atau stress yang disebabkan oleh ketidakmampuannya dalam melakukan penyesuaian diri dengan kondisi yang penuh tekanan.

Di sisi lain setiap individu memiliki karakter yang berbeda dalam menyikapi suatu hal dan cara mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan. Ada tipikal orang yang mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan dan

² Enung Fatimah, "*Psikologi Perkembangan*", (Bandung: PT. Pustaka Setia, 2018), 67.

budaya baru. Ada pula tipikal orang yang sulit atau membutuhkan waktu untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan baru. Hal ini tentu saja bukan menjadi masalah besar jika individu dapat mengatasi permasalahan tersebut.

Salah satu potensi yang harus dimiliki oleh seorang individu agar dapat diterima di lingkungannya dan berkembang dengan baik adalah ia harus mampu beradaptasi dengan lingkungannya. Penyesuaian diri (*self adjustment*) merupakan kemampuan seseorang dalam menempatkan diri pada tempat dan sesuai kondisi dimana ia tinggal, yang melibatkan norma atau keselarasan antara dirinya dan lingkungannya.³

Menurut Sunarto dan Hartono, penyesuaian diri merupakan proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri untuk memenuhi kebutuhan berdasarkan lingkungannya.⁴ Penyesuaian diri juga mempunyai arti yang sama dengan adaptasi. Schneiders menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respons mental dan perilaku atau upaya yang dilakukan individu agar berhasil mengatasi suatu ketegangan, konflik, frustrasi, dan kebutuhan yang dialami oleh individu.⁵

Menurut Schneiders dalam Agustiani, penyesuaian diri memiliki lima aspek, yaitu : Pengakuan (*Recognition*) yaitu sikap menghormati dan menerima hak-hak orang lain, Partisipasi (*Participation*) yaitu melibatkan diri dalam berelasi, Persetujuan Sosial (*Social Approval*) yaitu minat dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain, Altruisme (*Altruism*) yaitu mengutamakan

³ Diah Fakhriyani, "*Buku Panduan Kesehatan Mental*", (Jakarta : Duta Media Publishing, 2019), 53.

⁴ Agung Sunarto dan Agung Hartono, "*Perkembangan Peserta Didik*", (Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2006)

⁵ Schneiders, "*Personal Adjustment and Mental Health*", (New York : Holt, Rinehart and Winston, 1964), 51

kepentingan orang lain daripada diri sendiri, rendah hati serta tidak egois, dan Kesesuaian (*Conformity*) yaitu menghormati dan menaati nilai-nilai integritas hukum, tradisi, dan kebiasaan.⁶

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di IAIN Kediri, melalui hasil observasi dan wawancara terhadap beberapa mahasiswa baru pada tanggal 17 Januari 2023 terkait dengan aspek-aspek penyesuaian diri menurut Schneiders, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa baru dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik secara pribadi maupun sosial. Salah satu penyebab mahasiswa baru bisa menyesuaikan diri dengan baik adalah faktor kemauan diri sendiri dan lingkungan pertemanan yang positif, sehingga mahasiswa baru dapat dengan cepat melakukan adaptasi.

Hal ini dapat dilihat dari hasil wawancara terhadap NF mahasiswa baru IAIN Kediri mengatakan bahwa NF merupakan orang yang cukup mudah bergaul dengan siapa pun termasuk orang baru yang ditemuinya. NF juga mengaku tidak terlalu merasa kesulitan saat pertama kali adaptasi dengan lingkungan sekitar dan saat mencari teman baru. Ketika NF merasa kesulitan dengan perbedaan bahasa, NF selalu bertanya kepada teman-temannya mengenai arti dari kata tersebut. Bagi NF perbedaan sosial dan budaya bukan merupakan masalah besar bagi NF. Karena sebelum NF memutuskan untuk kuliah di IAIN, NF sudah mengetahui sedikit banyak informasi tentang Kediri dari keluarga dan saudara. Bahkan ketika NF merasa kebingungan akan suatu hal. NF selalu menanyakan pendapat kepada orang tuanya. Berdasarkan

⁶ Hendra Agustiani, *Psikologi Perkembangan "Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja"*, (Bandung : Refika Aditama, 2006), 146.

ungkapan hasil wawancara diatas bahwa NF dapat menerima diri, mampu bersosialisasi, dan memiliki hubungan interpersonal dengan baik.⁷

Selain itu, hasil wawancara pada LD mahasiswa baru IAIN Kediri mengatakan bahwa LD merupakan seseorang yang mudah bergaul. Walaupun pada saat awal ia sempat mengalami *culture shock* perbedaan gaya hidup. Namun, LD tidak mau berlarut-larut dalam kegelisahan yang sedang dialaminya. Karena LD tersadar bahwa banyak juga anak rantau lainnya yang sedang belajar beradaptasi sama dengan seperti dirinya. Maka LD mulai bangkit dan belajar mengenai gaya hidup agar bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Meskipun LD jauh dari orang tua, ia selalu menjalin komunikasi dengan orang tuanya dan LD berkata bahwa orang tuanya selalu mengapresiasi setiap proses adaptasi yang ia lakukan. Berdasarkan ungkapan hasil wawancara diatas bahwa LD dapat mengontrol ego, memiliki kesadaran diri, mengarahkan diri, dan mampu memiliki hubungan interpersonal yang baik.⁸

Adapun hasil wawancara pada PW mahasiswa baru IAIN Kediri mengatakan bahwa PW merupakan seorang yang sangat percaya diri. PW mampu mengeksplorasi dirinya ditempat baru, seperti bergaul dengan orang baru. Hal ini disebabkan karena semua aktivitas positif atau keinginan PW selalu didukung oleh orang tuanya. Maka dari itu PW merasa memiliki tanggung jawab besar atas keputusan yang dipilihnya. Karena PW tidak ingin membuat orang tuanya kecewa atas kepercayaan yang telah diberikan kepadanya. Dengan rasa percaya dirinya itu PW menjadi mudah untuk

⁷ Wawancara dengan Nisa Fricilla Mahasiswa baru IAIN Kediri tanggal 17 Januari 2023

⁸ Wawancara dengan Luciano Deandra Mahasiswa baru IAIN Kediri tanggal 17 Januari 2023

bersosialisasi maupun untuk mendapatkan teman. Berdasarkan ungkapan hasil wawancara diatas bahwa PW memiliki rasa percaya diri, bertanggung jawab, dan mampu mengarahkan diri pada kepribadian yang lebih baik lagi.⁹

Dalam menuju proses penyesuaian diri biasanya mahasiswa baru banyak belajar dengan berusaha menghadapi berbagai situasi di lingkungan sosialnya hingga mereka mampu berpikir dan bertindak dengan tepat. Dalam hal ini orang dewasa berperan dalam mengarahkan dan membimbing proses belajar anak. Untuk dapat belajar mandiri, anak memerlukan pola asuh orang tua dan lingkungan sekitar agar dapat mencapai otonomi atas diri sendiri.

Bahkan ketika anak merantau sekalipun, pola asuh orang tua tetap mempengaruhi terutama dalam proses penyesuaian diri. Meskipun dalam prosesnya tidak seintensif ketika anak berada dalam lingkungan keluarga, tetapi orang tua tetap berperan dalam membimbing dan mengarahkan anak tanpa memaksakan kehendak anak. Orang tua juga mengajarkan anak untuk dapat bersikap tanggung jawab atas segala keputusan yang diambalnya. Tentunya hal ini juga di dorong dengan pemberian dukungan dan sikap saling menghargai satu sama lain agar tetap terciptanya hubungan yang harmonis antara anak dan orang tua.¹⁰

Pola asuh orang tua merupakan pilar utama dalam perkembangan anak dan memiliki pengaruh besar terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru rantau. Karena mahasiswa dengan pola asuh orang tua yang demokratis akan menghasilkan karakteristik anak yang mandiri, dapat mengontrol dirinya

⁹ Wawancara dengan Puspita Wulandari Mahasiswa baru IAIN Kediri tanggal 17 Januari 2023

¹⁰ Tridonanto, *"Mengembangkan Pola Asuh Demokratis"*, (Jakarta: Elex Media Komputerindo, 2014) 86-89.

sendiri, memiliki rasa percaya diri, bersikap sopan, dapat membangun relasi hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar, dan kooperatif terhadap orang lain. Sehingga mahasiswa baru dapat menyesuaikan diri dengan mudah.¹¹

Menurut Baumrind, pola asuh demokratis merupakan perpaduan antara pola asuh otorites dan permisif dengan tujuan untuk menyeimbangkan pemikiran, sikap dan tindakan antara anak dan orang tua.¹² Orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis cenderung tegas, namun selalu memberikan penjelasan tentang aturan-aturan yang diberlakukan dan didiskusikan dengan anak dalam menentukan keputusan bersama.¹³ Oleh karena itu, mahasiswa yang mendapatkan pola asuh demokratis cenderung lebih mandiri, mampu mengontrol diri, memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi, serta memiliki kemampuan sosialisasi yang baik.

Menurut Dariyo dalam bukunya mengungkapkan bahwa pola asuh demokratis merupakan pola asuh paling ideal diantara pola asuh lainnya. Pola asuh demokratis adalah kedudukan anak dan orang tua sejajar, keputusan diambil bersama dengan mempertimbangkan kedua belah pihak, anak diberi kebebasan yang bertanggung jawab artinya apa yang dilakukan oleh anak tetap dibawah pengawasan orang tua dan dapat dipertanggung jawabkan secara moral, anak diberi kepercayaan dan dilatih untuk mempertanggung jawabkan segala tindakannya.¹⁴

¹¹ Syaiful Djamarah, *"Pola Asuh Orang Tua dan Komunikasi dalam Keluarga"*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2014), 165-1666.

¹² Baumrind, *"The Encyclopedia on Adolescence : Parenting Styles And Adolescent Development"*, (New York : Garland Publishing, 1991), 297-299.

¹³ Islami Danialiefah, Konradus Natalia, "Pola Asuh Demokratis dan Kemampuan Sosialisai Pada Mahasiswa", *Arjwa : Jurnal Psikologi*, Vol. 1, No. 2 (2022), 60-71.

¹⁴ Agus Dariyo, *"Psikologi Perkembangan Remaja"*, (Bogor : Ghalia Indonesia, 2004), 97.

Dalam hal ini, Hurlock menandai pola asuh demokratis dengan ciri-ciri bahwa anak diberi kesempatan untuk mandiri dan mengembangkan kontrol internalnya, anak diakui keberadaannya oleh orang tua, serta anak dilibatkan dalam pengambilan keputusan.¹⁵ Orang tua dengan gaya pengasuhan demokratis biasanya dapat menghargai pendapat anak, bersikap hangat dan belas kasih terhadap anaknya. Selain itu, orang tua dan anak juga saling memahami isi hati masing-masing. Mengingat pula proses adaptasi yang dilakukan anak akan banyak menambah wawasan baru dan dampak yang positif bagi perkembangan anak.

Berdasarkan penelitian Dewi Candrawati tahun 2019, dengan judul “Persepsi Pola Asuh Demokratis Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa” didapatkan hasil bahwa adanya koefisien determinasi r^2 sebesar 0,453 artinya besarnya sumbangan efektif variabel pola asuh demokratis dan konsep diri secara bersama-sama terhadap penyesuaian diri sebesar 45,3% sedangkan sisanya sebesar 54,7% dipengaruhi oleh variabel lain. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara persepsi pola asuh demokratis, konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa.¹⁶

Senada dengan penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Hariadi Ahmad., dkk tahun 2020, dengan judul “Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Siswa” didapatkan hasil analisis data dengan taraf signifikan 5% maka diperoleh penelitian yaitu nilai r_{xy} lebih besar dari nilai r

¹⁵ Elizabeth, B. Hurlock, “*Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*”, (Jakarta : Erlangga, 2000), 59.

¹⁶ Dewi Candrawati, "Persepsi Terhadap Pola Asuh Demokratis Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa", *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 8.2 (2019), 99.

product moment ($r_{xy} 0,335 > r \text{ product moment } 0,284$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan penyesuaian diri pada Siswa SMP Negeri 6 Taliwang Kabupaten Sumbawa Barat.¹⁷

Faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa baru selain pola asuh demokratis orang tua adalah konsep diri. Konsep diri merupakan konsep dasar mengenai persepsi pribadi diri individu itu sendiri baik bersifat fisik, sosial, dan psikologis yang dibutuhkan melalui pengalaman dan interaksi seseorang dengan lingkungan luar.¹⁸ Masa transisi ini juga menjadi masa yang cukup kritis karena harus seseorang harus mengalami perubahan dari berbagai aspek kehidupan.

Sebenarnya konsep diri itu bukan hanya sekedar gambaran deskriptif diri individu, melainkan juga penilaian individu tersebut pada dirinya. Individu yang memiliki konsep diri negatif, maka tingkat kemampuan penyesuaian dirinya akan rendah. Sebaliknya, individu dengan konsep diri yang positif, maka tingkat kemampuan penyesuaian dirinya juga tinggi. Oleh sebab itu, mahasiswa dituntut untuk memiliki keterampilan dalam penyesuaian diri supaya mampu berinteraksi dengan ruang lingkup yang semakin luas.

Konsep diri merupakan bagian penting dalam setiap perkembangan kepribadian manusia. Seperti yang dikemukakan oleh Rogers dalam Syamsul Bachri, bahwa konsep kepribadian yang paling utama adalah diri. Diri (*self*)

¹⁷ Ahmad,H, Irfan. A.Z, and Ahlufahmi.D, "Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Siswa", *Jurnal Realita*, 5.1 (2020), 950–66.

¹⁸ Rakhmat Jalaluddin, "*Psikologi Komunikasi*", (Bandung : Remaja Rosda Karya, 1988), 99.

berisi ide-ide, persepsi-persepsi dan nilai-nilai yang mencakup kesadaran tentang diri sendiri. Konsep diri merupakan representasi diri yang mencakup identitas diri yakni karakteristik personal, pengalaman, peran, dan status sosial.¹⁹

Konsep diri merupakan filter dan mekanisme yang mewarnai pengalaman keseharian yang dapat mempengaruhi persepsi individu tentang lingkungan sekitar dan perilakunya.²⁰ Mahasiswa baru yang memiliki konsep diri positif biasanya mampu mengatasi masalah hidup sehari-hari, memiliki independent yang baik, percaya diri dan bebas dari karakteristik yang tidak diinginkan seperti kecemasan, kegelisahan, rasa takut yang berlebihan, dan mampu mengembangkan diri menjadi lebih baik. Sedangkan mahasiswa yang memiliki konsep diri yang negatif, cenderung akan memandang lingkungan sekitarnya secara negatif, memiliki sikap pesimis, cenderung sulit bergaul dan tidak percaya diri.²¹

William H. Fitts berpendapat bahwa konsep diri adalah aspek penting dalam kepribadian seseorang, karena konsep diri merupakan kerangka acuan (*frame of reference*) ketika berinteraksi dengan lingkungan.²² Penghargaan mengenai diri yang positif akan membentuk bagaimana seseorang bertindak dalam kehidupan. Sedangkan menurut Byrne, meyakini bahwa konsep diri secara khusus dapat dipahami sebagai suatu sikap, pikiran dan penerimaan

¹⁹ Syamsul Bachri Thalib, "*Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*", (Bandung : Prenada Media, 2017), 233-237

²⁰ Ibid, 378

²¹ Nur Ghufroon & Rini Risnawita S, "*Teori-Teori Psikologi*", (Yogyakarta : Ar-Ruzz Medi, 2012), 19.

²² William H. Fitts., "*The Self Concept and Self Actualization*", (Los Angeles, California, Western: Psychological Services A Division of Manson Western Corporation, 1971).

sosial. Konsep diri juga dianggap sebagai persepsi individu terhadap atribut pribadinya.²³

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yusup Adi Saputro dan Rini Sugiarti pada tahun 2021, dengan judul “Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kelas X”, didapat hasil analisis antara dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri dengan nilai koefisien regresi (β) 0.67 dan signifikan dengan nilai P-value 0,01 artinya <0.01 . Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri memiliki pengaruh positif terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X.²⁴

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Tia Rifa Andriani dan Joko Kuncoro pada tahun 2020, dengan judul “Hubungan Antara Konsep Diri dan Penyesuaian Diri dengan Resiliensi Mahasiswa Dalam Menghadapi Banjir dan Rob di UNISSULA”, di dapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Artinya semakin positif konsep diri dan penyesuaian diri yang dimiliki mahasiswa maka tingkat resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob juga semakin tinggi, yang ditandai mampu mengontrol emosi, bersikap optimis dalam memandang masa depan,

²³Byrne, D dan Baron, R. A., “*Psikologi Sosial*” (terjemahan), (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2005)

²⁴ Yusup Adi Saputro and Rini Sugiarti, "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kelas X.", *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5.1 (2021), 59.

mampu menyesuaikan diri dengan keadaan yang sulit, serta mampu mengubah kesulitan menjadi sebuah tantangan.²⁵

Berdasarkan fenomena dan uraian diatas, peneliti ingin mengkaji lebih dalam untuk mengetahui mengenai pola asuh demokratis dan konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru rantau. Maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut dengan judul **“Hubungan Antara Pola Asuh Demokratis dan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Rantau di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah ada hubungan antara pola asuh demokratis dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru rantau di Institut Agama Islam Negeri Kediri?
2. Apakah ada hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru rantau di Institut Agama Islam Negeri Kediri?
3. Apakah ada hubungan antara pola asuh demokratis dan konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru rantau di Institut Agama Islam Negeri Kediri?

²⁵ Tia Rifa Andriani and Joko Kuncoro, "Hubungan Antara Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Dengan Resiliensi Mahasiswa Dalam Menghadapi Banjir Dan Rob Di UNISSULA", *Sultan Agung Fundamental Research Journal*, 1.1 (2020), 69–76.