

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Schneiders menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu yang merupakan usaha individu agar dapat berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan.¹ Kemudian Schneiders juga menjelaskan bahwa orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah orang yang dengan segala keterbatasan yang ada pada dirinya mampu belajar untuk bereaksi terhadap dirinya dan lingkungan dengan cara yang matang, bermanfaat, efisien, dan memuaskan, serta dapat menyelesaikan berbagai konflik, frustrasi, maupun kesulitan-kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengalami gangguan dalam tingkah laku.²

Kemudian Schneiders membagi penyesuaian diri dalam tiga sudut pandang. Sudut pandang yang pertama adalah penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*) yang berkaitan dengan penyesuaian diri dalam hal fisik,

¹ Schneiders, *Personal Adjustment and Mental Health.*, 51.

² Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja* (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), 146.

fisiologis, dan biologis. Sudut pandang yang kedua adalah penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*) dimana individu dalam usahanya menyesuaikan diri agar sesuai dengan norma yang ada di lingkungan dan menghindari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional. Dan sudut pandang yang ketiga adalah penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*) dimana individu menyesuaikan diri agar mampu untuk merencanakan dan mengorganisasikan suatu respon untuk mengatasi konflik, kesulitan, dan rasa frustrasi yang dialami.³

Sementara itu, Semiun menyatakan penyesuaian diri (*adjustment*) merupakan suatu istilah yang sangat sulit didefinisikan karena mengandung banyak arti, kriteria untuk menilai penyesuaian diri tidak dapat dirumuskan secara jelas, dan penyesuaian diri (*adjustment*) dan ketidakmampuan menyesuaikan diri (*maladjustment*) memiliki batas yang sama sehingga akan mengaburkan perbedaan diantara keduanya.⁴ Selanjutnya, penyesuaian diri menurut Semiun adalah suatu proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku individu yang mana menyebabkan individu tersebut berusaha untuk mengatasi berbagai kebutuhan, ketegangan, frustrasi, dan konflik batin serta menelaraskan berbagai tuntutan dari dalam dirinya agar sesuai dengan lingkungan dimana dia hidup.⁵

³ M. Ali & Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2017), 173-176.

⁴ Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 1.*, 32.

⁵ Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 1.*, 27.

Menurut Sonnenfeld, penyesuaian diri adalah manusia dalam berinteraksi dengan lingkungannya, berusaha mengubah lingkungan agar sesuai dengan keinginannya.⁶ Sedangkan Tyson mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk beradaptasi dan berafeksi, kehidupan yang seimbang, kemampuan untuk mengambil keuntungan dari pengalaman, toleransi terhadap frustrasi, humor, sikap yang tidak ekstrem, objektivitas dan lain-lain.⁷

Dari berbagai definisi penyesuaian diri menurut pendapat para tokoh diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk mengubah lingkungan agar sesuai dengan dirinya yang dilakukan sepanjang hayat dan mencakup respon mental dan tingkah laku individu, hal ini guna menghadapi kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan lingkungan tempat individu itu tersebut berada.

2. Proses Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri menurut Schneiders melibatkan tiga unsur, antara lain:⁸

a. Motivasi

Secara sederhana, respon penyesuaian diri baik atau buruk dapat dipandang sebagai suatu upaya organisme untuk menghindari ketegangan dan

⁶ Zulriska Iskandar, *Psikologi Lingkungan: Teori dan Konsep* (Bandung: PT Refika Aditama, 2012), 47.

⁷ Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 1.*, 36.

⁸ Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2008), 194.

untuk memelihara keseimbangan yang lebih wajar. Kekuatan motivasi dapat menentukan apakah kualitas respon dikatakan sehat, efisien, ataupun patologis. Selain itu, kualitas yang baik atau buruk juga dapat ditentukan oleh hubungan individu dengan lingkungannya.

b. Sikap terhadap realitas

Sikap yang sehat dan kontak yang baik terhadap realitas sangat diperlukan bagi proses penyesuaian diri yang sehat. Dan sebaliknya, sikap yang kurang sehat terhadap realitas akan mengganggu proses penyesuaian diri.

c. Pola dasar penyesuaian diri

Pola dasar penyesuaian diri merupakan tolak ukur individu dalam penyesuaian diri kehidupan sehari-hari. Individu mengalami ketegangan dan frustrasi apabila gagal dalam memenuhi kebutuhannya. Sebaliknya, apabila individu dapat membebaskan dirinya dari ketegangan dan frustrasi serta dapat memenuhi kebutuhannya tersebut, maka individu dapat menyesuaikan diri dengan baik.

3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Aspek-aspek penyesuaian diri pada dasarnya ada dua, yaitu:⁹

a. Penyesuaian diri pribadi

Penyesuaian diri merupakan penyusunan kembali sikap dan tingkah laku individu untuk berespon secara adekuat terhadap keadaan dirinya sendiri, yang meliputi keadaan fisik, mental, dan emosi. Keadaan fisik yang sehat, meliputi istirahat yang cukup, keteraturan hidup, dan rekreasi merupakan hal

⁹ Juntika Nurihsan & Mubiar Agustin, *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja: Tinjauan Psikologi, Pendidikan, dan Bimbingan* (Bandung: PT Refika Aditama, 2011), 70.

yang penting untuk mencapai penyesuaian diri. Begitu juga dengan emosi, individu yang memiliki keadaan emosi yang stabil, akan memberikan respon-respon yang sesuai dengan tuntutan lingkungan masyarakat.

b. Penyesuaian sosial

Penyesuaian sosial merupakan kapasitas untuk bereaksi secara adekuat terhadap kenyataan yang ada di lingkungannya sehingga ia mampu untuk memnuhi tuntutan sosial dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan bagi diri individu tersebut ataupun lingkungannya.

4. Karakteristik Penyesuaian Diri

Karakteristik penyesuaian diri menurut Schneiders ada dua macam, yaitu:¹⁰

a. Penyesuaian diri yang normal (*well adjustment*), memiliki karakteristik:

(1) Ketiadaan emosi yang berlebihan

Penyesuaian diri yang normal dapat diidentifikasi dengan tidak ditemukannya emosi yang berlebihan. Individu yang merespon masalah dengan ketenangan dan kontrol emosi memungkinkan individu untuk memecahkan kesulitan secara inteligen. Adanya kontrol emosi membuat individu mampu berfikir jernih terhadap masalah yang dihadapinya dan memecahkan masalah dengan cara-cara yang sesuai. Ketiadaan emosi merupakan kontrol dari emosi dan tidak berarti mengindikasikan abnormalitas.

¹⁰ Schneiders, *Personal Adjustment and Mental Health.*, 274-276.

(2) Ketiadaan mekanisme psikologis

Penyesuaian diri yang normal dikarakteristikan dengan tidak ditemukannya mekanisme psikologis. Ketika individu gagal dalam melakukan usaha, individu dapat mengakui kegagalannya dan berusaha mendapatkan lagi merupakan penyesuaian diri yang baik dibandingkan melakukan mekanisme seperti rasionalisasi, proyeksi, dan kompensasi. Sedangkan, individu dengan penyesuaian diri yang buruk berusaha melakukan rasionalisasi dengan cara menimpakan kesalahan pada orang lain.

(3) Ketiadaan perasaan frustrasi pribadi

Penyesuaian diri yang baik memiliki karakteristik terbebas dari perasaan frustrasi pribadi. Perasaan frustrasi menyebabkan individu sulit bereaksi normal terhadap masalah. Individu yang merasa frustrasi akan mengganti reaksi normal dengan mekanisme psikologis atau reaksi lain yang mengakibatkan individu sulit dalam menyesuaikan seperti sering marah tanpa sebab ketika bergaul dengan orang lain.

(4) Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri (self direction)

Salah satu karakteristik yang menonjol dari penyesuaian diri normal adalah pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri. Kemampuan individu dalam menghadapi masalah, konflik, frustrasi dengan menggunakan kemampuan berpikir secara rasional dan mampu mengarahkan diri dalam tingkah laku yang sesuai mengakibatkan individu mengalami penyesuaian yang normal.

(5) Kemampuan untuk belajar

Penyesuaian diri yang normal dikarakteristikan dengan belajar terus-menerus dalam kegiatan memecahkan masalah yang penuh dengan konflik, frustrasi, dan stress.

(6) Kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu

Salah satu usaha individu dalam menghadapi masalah adalah dengan menggunakan pengalaman masa lalu. Penyesuaian yang normal membutuhkan penggunaan pengalaman masa lalu yang menguntungkan, seperti belajar berkebun diperlukan agar individu dapat menggunakannya untuk pengalaman sekarang ketika menghadapi kesulitan keuangan dengan cara membuka usaha menjual tanaman.

(7) Sikap realistik dan objektif

Penyesuaian diri yang normal berkaitan dengan sikap yang realistik dan objektif. Sikap realistik dan objektif berkenaan dengan orientasi individu terhadap kenyataan, mampu menerima kenyataan yang dialami tanpa konflik dan melihatnya secara objektif. Sikap realistik dan objektif berdasarkan pada belajar, pengalaman masa lalu, pertimbangan rasional, dapat menghargai situasi dan masalah. Sikap realistik dan objektif digunakan untuk menghadapi peristiwa penting seperti orang yang kehilangan pekerjaan tetap memiliki motivasi sehingga dapat menerima situasi dan berhubungan secara baik dengan orang lain.

b. Penyesuaian diri yang menyimpang (*maladjustment*)

Penyesuaian diri yang menyimpang ditandai dengan berbagai bentuk perilaku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak rasional, agresif, dan sebagainya. Respon-respon penyesuaian diri yang menyimpang menurut Schneiders, antara lain:¹¹

(1) Reaksi bertahan (*defence reaction*)

Individu dikepung oleh tuntutan-tuntutan dari dalam diri (*needs*) dan dari luar (*pressure* dari lingkungan) yang terkadang mengancam rasa aman egonya. Untuk melindungi rasa aman ego tersebut, individu mereaksi dengan cara mekanisme pertahanan diri.

(2) Reaksi menyerang (*agresive reaction*) dan *delinquency*

Agresi adalah salah satu bentuk respon untuk mereduksi ketegangan dan frustrasi melalui media tingkah laku yang merusak, berkuasa atau mendominasi.

(3) Reaksi melarikan diri dari kenyataan (*escape withdrawl reaction*)

Reaksi *escape* dan *withdrawl* merupakan pertahanan diri terhadap tuntutan, desakan, atau ancaman dari lingkungan. *Escape* merefleksikan perasaan kejenuhan atau putus asa. Sementara *withdrawl* mengindikasikan adanya kecemasan atau ketakutan.

¹¹ Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), 79.

(4) Penyesuaian diri yang patologis (*flight into illness*)

Penyesuaian diri yang patologis berarti individu yang mengalami perlu mendapatkan perawatan khusus yang bersifat klinis. Penyesuaian patologis yaitu “*neurosis*” dan “*psikosis*”.

(5) Tingkah laku anti sosial (*antisocial behavior*)

Tingkah laku anti sosial merupakan tingkah laku yang bertentangan dengan norma dalam masyarakat (baik secara hukum maupun adat istiadat), dan norma agama.

(6) Kecanduan dan ketergantungan alkohol dan obat terlarang

Kecanduan dan ketergantungan alkohol serta penyalahgunaan narkoba merupakan perilaku menyimpang, baik secara hukum maupun psikologis yang memiliki dampak sangat buruk terhadap kesehatan fisik dan psikis seseorang.

(7) Penyimpangan seksual dan AIDS

Beberapa perilaku dalam penyimpangan seksual yang perlu mendapat perhatian adalah *free sex* yang dapat mengakibatkan AIDS.

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders, faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain:¹²

a. Kondisi fisik

Aspek-aspek berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri, antara lain keturunan, kesehatan, bentuk tubuh dan hal-hal lain yang berkaitan dengan fisik.

¹² Hendrianti Agustiani, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*, 147-148.

b. Perkembangan dan kematangan

Bentuk penyesuaian diri individu berbeda pada setiap tahap perkembangan. Kematangan individu dalam segi intelektual, sosial, moral, dan emosi mempengaruhi bagaimana individu melakukan penyesuaian diri.

c. Keadaan psikologis

Keadaan mental yang sehat merupakan syarat bagi tercapainya penyesuaian diri yang baik, sehingga akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan lingkungannya. Aspek-aspek yang termasuk dalam keadaan psikologis diantaranya pengalaman individu, frustrasi dan konflik yang dialami, dan kondisi-kondisi psikologis seseorang dalam penyesuaian diri.

d. Keadaan lingkungan

Keadaan lingkungan yang baik, aman, damai, tenteram, penuh penerimaan dan pengertian, serta mampu memberikan perlindungan kepada anggota-anggotanya merupakan faktor yang akan mempengaruhi lancar tidaknya proses penyesuaian diri. Keadaan lingkungan yang dimaksud meliputi sekolah, rumah, dan keluarga, dan sebagainya.

e. Budaya dan agama

Kebudayaan pada suatu masyarakat merupakan salah satu faktor yang membentuk watak dan tingkah laku individu untuk menyesuaikan diri dengan baik atau justru membentuk individu yang sulit untuk menyesuaikan diri. Selain itu, agama juga turut mempengaruhi penyesuaian diri seseorang dimana

agama dapat memberikan suasana psikologis yang bisa digunakan untuk mengurangi konflik, frustrasi, dan ketegangan psikis lain.

B. Mahasiswa

Mahasiswa adalah satu kelompok masyarakat yang memperoleh statusnya dalam ikatan dengan Perguruan Tinggi. Menurut Roeslan Abdulgani secara formal fungsional, mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu di salah satu perguruan tinggi. Sementara itu, Gunarso menjelaskan, bahwa mahasiswa adalah seorang individu yang tidak pernah tinggal kelas, sehingga pada usia 18 tahun, individu tersebut akan memasuki perguruan tinggi. Pada usia ini, seseorang mulai memasuki dunia mahasiswa. Para ahli psikologi perkembangan menggolongkan usia 18-21 tahun sebagai usia remaja lanjut dan masih berada pada tahapan peralihan dari dunia remaja ke dunia dewasa.¹³

Santrock berpendapat bahwa mahasiswa adalah mereka yang berada pada usia dewasa muda yang terdiri dari dua tahap, antara lain:¹⁴

1. Transisi dewasa awal dengan rentang usia 17-22 tahun, memiliki ciri-ciri:
 - a. Mulai meninggalkan kehidupan remaja
 - b. Mengurangi ketergantungan dengan orangtua
 - c. Mulai memiliki perubahan eksternal (mengemban tanggung jawab yang lebih besar, mandiri, dan mengurangi ketergantungan finansial) dan

¹³ Singgih D. Gunarsa, dkk, *Psikologi Praktis: anak, remaja dan keluarga* (Jakarta: Gunung Mulia, 2004), 128.

¹⁴ John W. Santrock, *Life Span Development Perkembangan MasaHidup* (Jakarta: Erlangga, 1995), 74.

perubahan internal (memperbesar jarak emosional diri dengan orangtua dan mengurangi ketergantungan emosional akan dukungan keluarga).

2. Periode memasuki dunia dewasa dengan rentang usia 22-28 tahun

Pada periode ini, individu sebagai orang dewasa memasuki peran dan tanggung jawab sebagai orang dewasa. Dalam perkembangan sosialnya, individu menyesuaikan diri agar sesuai dengan harapan masyarakat dan menjalankan peran yang telah ditentukan.

Dari berbagai definisi mengenai mahasiswa di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah individu yang berada pada usia remaja lanjut atau dewasa awal yang mana tidak pernah tingal kelas dan sedang belajar di salah satu perguruan tinggi.

C. Penyesuaian Diri Mahasiswa

Menurut Siswanto, penyesuaian diri mahasiswa adalah sebagai pengaturan pola hidup.¹⁵ Seorang mahasiswa rantau menghadapi berbagai tantangan, seperti perbedaan tempat tinggal yang baru, teman baru, hubungan dengan keluarga berkurang, manajemen waktu dan nilai hidup. Penyesuaian diri mahasiswa rantau merupakan kemampuan individu untuk mengubah lingkungan agar sesuai dengan dirinya yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu, hal ini guna menghadapi kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan lingkungan dimana

¹⁵ Siswanto, *Pengantar Manajemen* (Jakarta: Bumi Aksara, 2007), 42.

individu itu berada dalam kegiatannya berhubungan dengan individu yang lain atau lingkungan dimana kelompok tersebut dalam melakukan kegiatan, berhubungan dengan keseluruhan tingkah laku individu saling mempengaruhi, mengubah, memperbaiki kelakuan individu, atau sebaliknya.

D. Interaksi Sosial

1. Pengertian Interaksi Sosial

Interaksi menurut Roucek dan Warren adalah satu proses melalui timbal balik tiap kelompok berturut-turut yang menjadi unsur penggerak bagi timbal balik dari kelompok lain.¹⁶ Sedangkan menurut Chaplin adalah suatu hubungan sosial antar individu dimana saling mempengaruhi satu sama lain.¹⁷

Menurut S. Stanfeld Sargent, interaksi sosial dapat diterangkan sebagai suatu fungsi individu yang ikut berpartisipasi dalam situasi sosial yang mereka setujui. Sedangkan menurut Warren dan Roucech, interaksi sosial yaitu suatu proses penyampaian kenyataan, keyakinan, sikap, reaksi emosional, dan kesadaran lain dari sesamanya diantara kehidupan yang ada.¹⁸ Sementara itu, George Boeree mendefinisikan interaksi sosial secara berbeda, yaitu segala sesuatu yang memberikan makna bagi hidup kita dan yang terpenting bagi orang lain. Kita memperlakukan mereka sebagai rekan-rekan yang setara dengan kita dan merekalah yang banyak mewarnai kehidupan kita.¹⁹

¹⁶ Abdul Syani, *Sosiologi: Skematika, Teori, dan Terapan* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012), 153.

¹⁷ James P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartini Kartono (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1999), 254.

¹⁸ Slamet Santoso, *Teori-teori Psikologi Sosial* (Bandung: PT Refika Aditama, 2010), 164-165.

¹⁹ George Boeree, *Psikologi Sosial*, 17.

Dari definisi interaksi sosial para tokoh diatas, maka dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial adalah suatu hubungan antara dua orang atau lebih individu dimana keseluruhan tingkah laku individu tersebut saling mempengaruhi, mengubah, memperbaiki kelakuan individu, atau sebaliknya dalam kegiatannya berhubungan dengan individu yang lain atau dalam hubungan dengan lingkungan selama kelompok tersebut dalam kegiatan.

2. Bentuk-bentuk Interaksi sosial

S. Stanfeld Sargent membagi bentuk-bentuk interaksi sosial menjadi tiga, antara lain:²⁰

- a. *Broad types of interpersonal behavior*, adalah bentuk tingkah laku antar individu dalam arti luas. Bentuk hubungan ini bersifat konsisten dan terus-menerus serta di latar belakang oleh sifat-sifat khusus dalam hubungan. Misalnya, persahabatan, ketertarikan, simpati, ketidaksenangan.
- b. *More specific types of interaction*, yakni bentuk interaksi/hubungan yang lebih khusus. Bentuk hubungan ini lebih bersifat sementara dan berhubungan dengan situasi yang bertujuan untuk mencapai tujuan. Bentuk hubungan ini ada dua macam, antara lain: 1) *Mutual interaction*, yaitu bentuk interaksi sosial yang saling menguntungkan. Misal, kerja sama, konflik. 2) *One way interaction*, yaitu bentuk hubungan dimana proses hubungan tersebut menguntungkan satu pihak. Misal, sugesti.

²⁰ Slamet Santoso, *Teori-teori Psikologi Sosial.*, 198-199.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Interaksi sosial

Faktor-faktor yang mempengaruhi interaksi sosial menurut S. Stanfeld Sargent adalah sebagai berikut:²¹

a. Hakikat situasi sosial, hakikat situasi sosial dibagi menjadi dua bagian penting, yaitu a) situasi sosial yang terbentuk karena hubungan antar individu didalamnya. b) situasi sosial yang terbentuk karena hubungan kebendaan.

b. Kekuasaan norma-norma yang diberikan oleh kelompok sosial

Suatu kelompok sosial sudah tentu memiliki norma-norma sosial. Norma-norma sosial tersebut memiliki pengaruh yang besar terhadap anggota-anggota kelompok pendukung norma sosial tersebut. Dalam hal semacam ini, kelompok yang memiliki norma-norma sosial tersebut merupakan *group reference*, artinya kelompok yang digunakan sebagai acuan bertingkah laku, sedangkan norma-norma sosialnya berfungsi sebagai *frame of reference*, artinya kerangka/acuan untuk bertingkah laku.

c. Kecenderungan kepribadian sendiri

Dalam setiap interaksi sosial, individu akan bertingkah laku sesuai dengan kecenderungan kepribadian mereka masing-masing, dimana kepribadian tersebut telah terbentuk sebelumnya dan selalu kepribadian tersebut akan terbentuk.

d. Kecenderungan sementara individu

Kehidupan individu tidak selalu berada dalam keadaan normal, tetapi individu dapat mengalami keadaan-keadaan yang bersifat sementara. Keadaan-

²¹ Slamet Santoso, *Teori-teori Psikologi Sosial*, 199-201

keadaan yang sifatnya sementara tersebut dapat berpengaruh terhadap tingkah laku individu dalam proses interaksi sosial.

e. Proses menanggapi dan menafsirkan sesuatu situasi

Dalam suatu situasi, individu dituntut untuk memahami dan menafsirkan situasi tersebut sehingga ia dapat bertindak laku sesuai dengan situasinya.

E. Penyesuaian Diri Mahasiswa NTT dalam Berinteraksi Sosial dengan Masyarakat Wilayah Lingkungan Tirtoudan, Kota Kediri.

Penyesuaian diri dalam interaksi merupakan kemampuan individu untuk mengubah lingkungan agar sesuai dengan dirinya dan mencakup respon mental dan tingkah laku individu. Hal ini guna menghadapi kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan lingkungan tempat individu itu berada dalam kegiatannya berhubungan dengan individu yang lain atau lingkungan dimana kelompok tersebut dalam kegiatan, berhubungan dengan keseluruhan tingkah laku individu saling mempengaruhi, mengubah, memperbaiki kelakuan individu, atau sebaliknya.

Masyarakat Wilayah Lingkungan Tirtoudan, Kota Kediri, merupakan masyarakat yang mendiami wilayah Tirtoudan. Umumnya mereka beretnis Jawa, dimana dikenal memiliki budaya yang menjunjung tinggi nilai-nilai atau adat istiadat dan *unggah-ungguh* yang sudah diterapkan oleh masyarakat. Selain itu, orang Jawa juga sudah dididik sejak kecil untuk malu, takut,

kehalusan, pengendalian diri, penyembunyian perasaan, dan non-konfrontatif dalam berperilaku.²² Sedangkan orang NTT sebaliknya, orang NTT dikenal sebagai orang yang keras, dalam berbicara orang NTT cenderung ekspresif dan spontan. Dengan demikian terdapat banyak perbedaan-perbedaan antara orang Jawa dan NTT.

Mahasiswa NTT, dengan identitas yang bukan hanya sebagai orang NTT, tetapi juga sebagai seorang mahasiswa yang sedang merantau di daerah lain khususnya Kediri. Dengan identitas tersebut, mahasiswa NTT dituntut untuk mempersiapkan diri dalam memenuhi harapan masyarakat dan menjalani perannya sebagai anggota masyarakat yang mampu menyesuaikan diri dengan baik di Kediri maupun saat ia kembali ke NTT.

²² Wahyuni Eka Pratiwi, "Pengaruh Budaya Jawa dan Harga Diri Terhadap Asertivitas pada Remaja Siswa Kelas XDI SMA Negeri 3 Ponorogo", *ejournal Psikologi* Vol. 3 No. 1 (2015), 350.