



Contents lists available at Jurnal IICET

Jurnal Konseling dan Pendidikan
ISSN: 2337-6740 (Print) ISSN: 2337-6880 (Electronic)

Journal homepage: <http://jurnal.konselingindonesia.com>



Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional : studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama

Anisa Rahmadani^{1*)}, Yuliana Mukti Rahmawati²

¹²Universitas Al azhar Indonesia, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jul 06th, 2020

Revised Aug 01st, 2020

Accepted Sep 27th, 2020

Keyword:

Adjustment

College

First-year student

ABSTRACT

Joining university for the first time is a challenging phase for first-year students. They are required to adapt not only to the academic context but to their personal, social, and emotional condition. The dynamics of college present a variety of challenges that arise as a result of the transition from high school to college. This study aims to analyze college adjustment of first-year students and the obstacles that arise from the academic, social, personal, and institutional dimensions. This study used mixed-method research. The sample was consisted of 235 first-year students of Al Azhar University (73.9% women) and filled out the Student Adaptation to College questionnaire. Qualitative data used purposive sampling to deepen the constraints felt by students in their first year. Semi structure interviews were conducted with 12 respondents to examine their experiences toward the first year of college. The results showed that 44.7% of first-year students had a low college adjustment level. Content analysis reveals that first-year students experienced varied academic, social, personal, and institutional problems. Therefore, the first-year student adapting process still needs attention from stakeholders.



© 2020 The Authors. Published by Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET). This is an open access article under the CC BY license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Corresponding Author:

Anisa Rahmadani

Universitas Al azhar Indonesia

Email: anisa.rahmadani@uai.ac.id

Pendahuluan

Tahun pertama perkuliahan telah disepakati oleh para ahli sebagai masa yang sulit untuk mahasiswa baru (Lee, Ang, & Dipolog-Ubanan, 2019). Tidak hanya mengalami transisi dari remaja akhir ke dewasa awal (Hurlock, 1990; van Roij, Jansen, & van de Grift, 2018), memasuki kuliah juga mengharuskan mahasiswa baru untuk dapat memenuhi tuntutan perilaku, kognitif, serta afektif yang muncul dari lingkungan (Soledad, Carolina, Adelina, & Fernanda, 2012). Meskipun masa transisi dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi menawarkan tantangan untuk kematangan tugas perkembangan dan mencapai kemandirian, tidak sedikit mahasiswa yang merasa stres dan kewalahan ketika beradaptasi di tahun pertama kuliahnya. Kompleksnya tuntutan tersebut membuat individu rentan mengalami permasalahan emosional, sulitnya membangun relasi sosial, prestasi akademik yang rendah, bahkan kehilangan motivasi dan gagal menyelesaikan studinya (Soledad dkk, 2012).

Fenomena secara global menunjukkan kesulitan dalam masa perkuliahan dapat berujung pada gagalnya menyelesaikan pendidikan. American College Testing Service pada tahun 2010 menyatakan bahwa 50% siswa perguruan tinggi tidak berhasil menyelesaikan studinya (Stoklosa, 2015). Selain tidak berhasil menyelesaikan studi, penelitian juga menemukan bahwa mahasiswa secara signifikan membutuhkan waktu yang lama untuk lulus (Stoklosa, 2015). Olivias (2017) menyatakan prevalensi global sekitar 40% mahasiswa drop out saat menempuh jenjang perguruan tinggi, dengan 75% diantaranya merupakan mahasiswa tingkat pertama dan tingkat kedua. Fenomena pendidikan tinggi di Indonesia juga menemukan hal yang serupa. Data yang

dikemukakan oleh Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi pada tahun 2018 (Kementerian Riset, 2018) terdapat 245.495 mahasiswa yang mengalami putus kuliah. Putus kuliah menurut data Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi mengacu pada definisi dikeluarkan oleh kampus tempatnya belajar, putus sekolah, dan mengundurkan diri.

Fenomena di atas menggarisbawahi pentingnya mahasiswa memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan segala tuntutan yang muncul saat perkuliahan. Tahun pertama di perguruan tinggi dipenuhi oleh tuntutan yang dirasa sangat berat sekaligus sulit untuk diatasi bagi sebagian mahasiswa (Olivas, 2017). Tidak mampunya mahasiswa dalam melakukan penyesuaian perkuliahan berdampak pada berbagai aspek, seperti perasaan terisolasi, kesepian, hingga masalah akademik seperti rendahnya indeks prestasi, panjangnya masa studi, hingga kegagalan dalam menyelesaikan kuliah atau drop out (Olivas, 2017; Soledad dkk, 2012). Studi lain menunjukkan bahwa tahun awal di perguruan tinggi merupakan tahun krusial. Sebanyak 25% siswa putus kuliah setelah melewati tahun pertama mereka (Salmain, Azar, & Salmani, 2014). Salmain, Azar dan Salmani (2014) menyatakan bahwa faktor utama kegagalan tersebut disebabkan karena kesulitan adaptasi. Di sisi lain, mahasiswa yang mampu beradaptasi di tahun pertamanya ditemukan memiliki performa akademik yang baik serta memiliki kepuasan terhadap keseluruhan pengalaman kuliahnya (Martin Jr, Swartz-Kulstad, & Madson, 1999; Esmael, Ebrahim, & Misganew, 2018).

Memiliki kemampuan adaptasi di tahun pertama kuliah ditekankan oleh para ahli sebagai suatu proses yang sangat penting. Hal ini didasari pada bagaimana mahasiswa meletakkan *ground work* atau fondasi yang akan menjadi dasar kehidupan kampus selama empat tahun mendatang. Tidak hanya itu, dari sisi perkembangan, transisi masa remaja memasuki dewasa muda pun merupakan waktu yang krusial. Kriteria ketuntasan tugas perkembangan pada masa dewasa awal ini menekankan pada kemampuan internal, seperti kontrol diri, tanggung jawab, kemampuan mengambil keputusan, serta kemandirian (Arnett, 2001). Masa transisi ini menyumbang pentingnya kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi di tahun pertamanya sebagai indikator yang baik untuk perjalanan perkuliahannya.

Adaptasi perkuliahan atau *college adjustment* merujuk pada interaksi mahasiswa dengan lingkungannya, meliputi *student achievement* dan *personal growth* (Stoklosa, 2015). Dengan menimbang fakta bahwa adaptasi perguruan tinggi bersifat kompleks, maka definisi adaptasi perkuliahan tidak hanya sebatas adaptasi akademik, tetapi juga sosial, pribadi, emosional, dan adaptasi terhadap institusi itu sendiri (Abdullah, Elias, Mahyuddin, & Uli, 2009). Adaptasi perkuliahan bersifat multifaset yang dapat bervariasi dalam berbagai bentuk tingkat permasalahan. Oleh karenanya memerlukan tanggapan penanggulangan atau bimbingan agar mahasiswa dapat beradaptasi secara sehat dan efektif. Terlebih temuan yang menyatakan bahwa kemampuan adaptasi mahasiswa di tahun pertamanya merupakan prediktor kesuksesan akademik di tahun-tahun berikutnya (Crede & Niehorster, 2012).

Adjustment atau adaptasi didefinisikan sebagai fleksibilitas perubahan dalam tingkah laku yang perlu dilakukan untuk memenuhi kebutuhan dan memenuhi tuntutan yang timbul dari lingkungan (Atweter, 1983). Perubahan tingkah laku tersebut bertujuan untuk mendapatkan relasi yang harmonis dengan lingkungannya. Proses penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi atau *college adjustment* merupakan suatu hal yang kompleks. Oleh karenanya, para ahli sepakat bahwa *college adjustment* merupakan konsep yang dapat didefinisikan dari berbagai sudut pandang. Baik itu menurut sudut pandang akademik, pribadi, sosial, bahkan sudut pandang keterikatan dengan perguruan tinggi itu sendiri (Turkpour & Mehdinezhad, 2016). Salah satu definisi *college adjustment* yang pertama kali dikenalkan oleh Arkoff (Turkpour & Mehdinezhad, 2016) merujuk pada interaksi mahasiswa dengan lingkungannya, dengan *student achievement* dan *personal growth* sebagai indikator keberhasilannya. Sementara itu, Baker dan Siryk (Soledad dkk, 2012) mendefinisikan *college adjustment* sebagai kemampuan individu untuk mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan akademis, sosial, pribadi, emosional, dan institusi. Lebih lanjut Baker dan Siryk (Soledad dkk, 2012) menyatakan bahwa kesuksesan penyesuaian individu di perguruan tinggi diukur dengan kemampuan menyesuaikan diri dengan lima tuntutan tersebut. Hal ini dikarenakan *college adjustment* bersifat multifaset, sehingga kesuksesan penyesuaian individu tidak bisa ditentukan dari satu aspek saja. Dengan menimbang definisi dan dimensi yang komprehensif, penelitian ini merujuk pada definisi *college adjustment* yang dikemukakan oleh Baker dan Siryk.

Merujuk pada sifatnya yang multifaset, Baker dan Siryk (Soledad dkk, 2012) mengemukakan terdapat empat dimensi dalam *college adjustment*, yakni *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *institutional adjustment*. Dimensi pertama, yakni *academic adjustment*, merujuk pada keberhasilan mahasiswa dalam mengatasi berbagai tuntutan akademis yang menjadi ciri khas perguruan tinggi. Hasil penelitian terdahulu secara konsisten menemukan bahwa *academic adjustment* memiliki peran penting dalam memprediksi daya juang dan prestasi mahasiswa di tahun-tahun mendatang (Rinties,

Beausaert, Grohnert, Niemantsverdriet, & Kommers, 2012; Roij, Jansen, & de Grift, 2017). Sedemikian pentingnya, beberapa ahli menganggap bahwa dimensi ini merupakan dianggap indikator utama dari keseluruhan proses adaptasi. Academic adjustment meliputi tingkat keyakinan yang dimiliki mahasiswa apakah menuntut ilmu di perguruan tinggi itu penting, memiliki academic goals yang jelas, aktif mencari tahu isu terkini terkait perkuliahan, sampai mampu mencari dukungan akademis ketika dibutuhkan. Dimensi kedua, yakni social adjustment, merujuk pada keberhasilan mahasiswa dalam mengatasi tuntutan sosial dan interpersonal kehidupan kampus. Mahasiswa tahun pertama dihadapkan pada tantangan interpersonal yang mencakup kebutuhan untuk membangun hubungan baru dengan lingkungannya (Mudhovozi, 2012). Misalnya terlibat aktif dalam kegiatan kampus, mampu menjalin relasi dengan orang baru, mampu membaur dengan orang lain dengan latar belakang yang berbeda, mampu menjalin hubungan yang baik dengan pengajar, serta memiliki teman untuk berbagi masalah kuliah. Dimensi ketiga, yakni personal-emotional adjustment, merujuk pada keadaan psikologis mahasiswa menghadapi tekanan yang terkait dengan tuntutan khas perguruan tinggi. Dimensi keempat, yakni institutional adjustment, merujuk pada komitmen yang dimiliki mahasiswa terhadap tujuan institusi pendidikan, serta sejauh mana keterikatan serta kualitas hubungan mahasiswa dengan institusi pendidikannya (Abdullah, Elias, Mahyuddin, & Uli, 2009).

Perguruan tinggi pada umumnya menyelenggarakan masa orientasi untuk mahasiswa baru yang bertujuan untuk membekali mahasiswa informasi penting terkait budaya kampus dan sistem perkuliahan (Hadiana, 2014). Selain itu, terdapat dosen pembimbing akademik yang bertugas untuk memberikan bantuan akademik, pribadi, serta sosial selama mahasiswa menjalani studi di kampusnya. Universitas Al Azhar Indonesia sendiri setiap tahunnya mengadakan Program Pengenalan Kehidupan Kampus Kepada Mahasiswa Baru (PKKKMB) sebagai upaya pendampingan mahasiswa baru untuk beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan (Saefuddin, 2018). Studi yang dilakukan oleh Fernández, Araújo, Vacas, Almeida, dan Gonzales (2018) menemukan bahwa kesuksesan di tahun pertama kuliah disumbang oleh faktor pendampingan akan keberhasilan yang diperoleh mahasiswa sebelumnya. Sehingga masa orientasi mahasiswa idealnya menjadi sarana untuk mampu mengembangkan potensi yang telah dimiliki mahasiswa. Keberadaan dosen pembimbing akademik juga belum sepenuhnya berfungsi optimal karena beberapa keterbatasan yang ditemui di lapangan, seperti sulitnya bertemu dengan dosen pembimbing akademik, kurangnya informasi mengenai fungsi dosen pembimbing akademik, sampai kesungkapan mahasiswa untuk berkonsultasi permasalahan pribadi dan sosialnya. Dari fenomena yang ditemukan di lapangan, penelitian ini penting dilakukan sebagai landasan pengambilan kebijakan kampus untuk mendampingi mahasiswa tahun pertama, yang mana diharapkan mampu menjadi indikator keberhasilan di tahun-tahun berikutnya. Oleh karenanya, penelitian bertujuan untuk melakukan analisis college adjustment pada mahasiswa tingkat pertama Universitas Al Azhar Indonesia. Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan serta evaluasi program upaya pendampingan yang tepat sasaran.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan mix method (Creswell, 2012). Data kuantitatif didapatkan melalui random sampling (Creswell, 2012) terhadap seluruh mahasiswa tingkat pertama Universitas Al Azhar Indonesia yang berasal dari enam fakultas. Sebanyak 235 responden (73.9% perempuan) mengisi kuesioner Student Adaptation to College Questionnaire yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. Uji reliabilitas kuesioner dilakukan untuk memvalidasi aitem-aitem pernyataan. Analisis data penelitian kuantitatif ini menggunakan statistika deskriptif untuk meninjau tingkat college adjustment mahasiswa Universitas Al Azhar Indonesia berdasarkan dimensi dan demografi jenis kelamin.

Pengukuran college adjustment menggunakan alat ukur Student Adaptation to College Questionnaire atau SACQ. Proses adaptasi bahasa dilakukan merujuk pada Beaton, Bombardier, Guillemin, dan Ferraz (2000) yang mencakup tahapan 1) forward translate, 2) synthesis of the translated version, 3) analysis of the synthesized by expert judges, dan 4) backward translate. Hasil adaptasi Bahasa menghasilkan kuesioner Pengukuran Adaptasi Mahasiswa yang terdiri dari empat dimensi. Dimensi pertama yakni academic adjustment yang merujuk pada keberhasilan mahasiswa dalam mengatasi berbagai tuntutan akademis yang menjadi ciri khas perguruan tinggi (n = 11, contoh : “saya merasa belum efisien menggunakan waktu belajar”). Dimensi kedua yakni social adjustment yang merujuk pada kemampuan mahasiswa dalam mengatasi tuntutan sosial dan interpersonal kehidupan kampus (n = 11, contoh: “saya terlibat kegiatan sosial di kampus”). Dimensi ketiga yakni personal-emotional adjustment yang merujuk pada kemampuan psikologis mahasiswa menghadapi tekanan yang terkait dengan tuntutan khas perguruan tinggi (n = 6, contoh: “saya lebih suka berada di rumah daripada di kampus”). Dimensi terakhir yakni institutional adjustment (n = 7, contoh : “saya berharap kuliah di tempat lain”).

Uji instrumen pada penelitian ini menggunakan uji try out terpakai terhadap 235 responden. Secara keseluruhan demografi responden terangkum dalam Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Variabel Demografi Responden

Variabel Demografi		N	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	57	26.1
	Perempuan	178	73.9
Fakultas	FPP	98	45
	FIB	54	24.8
	FISIP	25	11.5
	FST	27	12.4
	FH	12	5.5
	FEB	2	0.9

Uji reliabilitas dilakukan pada keempat dimensi dengan hasil sebagai berikut. Dimensi *academic adjustment* memiliki reliabilitas sebesar 0.69. Dimensi kedua, yakni *social adjustment* memiliki reliabilitas sebesar 0.76. Dimensi ketiga, yakni *personal-emotional adjustment* memiliki reliabilitas sebesar 0.79. Dimensi terakhir, yakni *institutional adjustment* memiliki reliabilitas sebesar 0.69. Sementara itu, reliabilitas *college adjustment* adalah 0.86 dengan jumlah total item sebanyak 35 pernyataan.

Data kualitatif diperoleh melalui *purposive sampling* (Creswell, 2012) dengan kriteria mahasiswa tingkat pertama dengan skor *college adjustment* yang rendah. Wawancara mendalam dilakukan dengan menggunakan *telephone interviews* (Creswell, 2012) terhadap 12 orang mahasiswa dengan merujuk pada pedoman wawancara semi terbuka. Pengumpulan data kualitatif dilakukan dari bulan Maret sampai dengan Mei. Pedoman wawancara merujuk pada keempat dimensi *college adjustment* dari Bark dan Syrk. Dimensi pertama yakni *academic adjustment* (contoh : “bisa anda ceritakan, hal apa yang paling sulit ketika menjalani perkuliahan?” dan “kesulitan terbesar apa ketika mengerjakan tugas kuliah?”). Dimensi kedua yakni *social adjustment* (contoh : “bisa anda ceritakan bagaimana anda menjalin kontak personal dengan dosen anda di luar jam kuliah” dan “apakah anda senang bersosialisasi dengan teman lain jurusan ketika tidak ada kelas?”). Dimensi ketiga yakni *personal-emotional adjustment* (contoh : “apakah akhir-akhir ini merasa sangat lelah?”). Serta dimensi terakhir yakni *institutional adjustment* (contoh : “bisa anda ceritakan perasaan anda masuk kampus ini?” dan “menurut anda, apakah kegiatan di kampus ini memenuhi ekspektasi anda sebagai mahasiswa baru?”). Karena pedoman wawancara yang disusun bersifat semi terbuka, proses penggalan data kualitatif berlangsung fleksibel dan berkembang sesuai dengan jawaban responden, namun tetap berpijak pada dimensi yang akan diukur. Secara keseluruhan, rerata proses wawancara mendalam setiap responden berlangsung 20 – 30 menit. Analisis data kualitatif dilakukan dengan menggunakan analisis tema untuk menemukan pola serta tema besar dari data yang telah dikumpulkan (Nowell, Norris, White & Moules, 2017).

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis data kuantitatif dengan menggunakan *z-score* diperoleh profil tingkat *college adjustment* mahasiswa Universitas Al Azhar Indonesia yang digambarkan melalui Tabel 2 sebagai berikut.

Tabel 2. Gambaran *College Adjustment* Mahasiswa Universitas Al Azhar Indonesia

Kategori	%
Tinggi	13.6%
Sedang	41.7%
Rendah	44.7%

Dari Tabel 2, dapat diketahui bahwa tingkat *college adjustment* mahasiswa pertama Universitas Al Azhar Indonesia sebesar 44.7% berada di kategori rendah. Sisanya, hanya sebesar 13.6% mahasiswa berada dalam kategori tinggi. Dari angka tersebut artinya sebanyak 44.7% mahasiswa tingkat pertama Universitas Al Azhar Indonesia masih mengalami kesulitan melakukan adaptasi dengan lingkungan dan tuntutan perguruan tinggi, terutama dengan beradaptasi dengan tuntutan akademis, sosial, pribadi-emosional, dan tuntutan institusi. Hanya 13.6% mahasiswa tingkat pertama yang sudah berada dalam kategori tinggi, artinya mahasiswa tersebut sudah mampu melakukan adaptasi perguruan tinggi yang tidak hanya melibatkan adaptasi akademik,

tetapi juga sosial, pribadi, emosional, dan adaptasi terhadap institusi baru tempat di mana mahasiswa tingkat pertama belajar.

Sementara itu, dari hasil pengolahan data kuantitatif juga diperoleh profil *college adjustment* ditinjau dari keempat dimensi yang disajikan melalui Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Gambaran Dimensi *College Adjustment* Mahasiswa Universitas Al Azhar Indonesia

Kategori	<i>Academic Adjustment</i>	<i>Social Adjustment</i>	<i>Personal-emotional Adjustment</i>	<i>Institutional Adjustment</i>
Tinggi	14.1%	13.2%	13.6%	12.3%
Sedang	50.6%	48.5%	44.7%	46%
Rendah	35.3%	38.3%	41.7%	41.7%

Dari Tabel 3, dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini memiliki kemampuan *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *institutional adjustment* dalam kategori sedang.

Ditinjau dari dimensi pertama yakni *academic adjustment*. Tabel 3 menunjukkan sebanyak 50.6% mahasiswa berada dalam kategori sedang, dan 35.3% berada dalam kategori rendah. Artinya, separuh dari mahasiswa tingkat pertama di Universitas Al Azhar Indonesia belum memiliki tujuan akademik yang jelas, belum memiliki keyakinan yang utuh bahwa menuntut ilmu di perguruan tinggi itu penting, belum berperan aktif mencari tahu isu terkini terkait kegiatan akademik dan kegiatan kampus, serta belum memiliki cukup informasi untuk mengakses dukungan akademik ketika dirasa membutuhkan. Hanya 14,1% mahasiswa tingkat pertama yang sudah memiliki tujuan akademik yang jelas, memiliki keyakinan bahwa menuntut ilmu di jenjang pendidikan tinggi itu penting, serta sudah mampu berperan aktif untuk mengakses informasi mengenai kegiatan akademik dan kampus, dan mampu mencari bantuan akademik. Kemampuan mahasiswa untuk mampu beradaptasi akademik ini begitu ditekankan karena berhubungan signifikan dengan performa studi mahasiswa (China, 2015). Studi yang dilakukan China (2015) terhadap 405 mahasiswa tingkat pertama di Tanzania menemukan bahwa penyesuaian akademik mahasiswa berhubungan signifikan dengan prestasi akademik ($r = .481$, $p < .01$). Sehingga institusi idealnya harus mampu membantu siswa dalam mengidentifikasi hal-hal yang kiranya potensial menjadi hambatan dalam melakukan adaptasi akademik.

Sementara itu, hasil di atas senada dengan data hasil kualitatif paparan wawancara responden yang menyatakan bahwa iklim akademik yang berbeda membuat mahasiswa baru kesulitan beradaptasi secara keseluruhan. Tema yang didapatkan dalam dimensi pertama ini adalah kesulitan beradaptasi karena cara belajar yang berbeda. Responden menyatakan kesulitan akademis terkait dengan pemahaman konsep SKS, serta cara belajar yang dilakukan di Perguruan Tinggi dinyatakan jauh berbeda dengan Sekolah Menengah. Responden juga menyatakan "*bingung gimana cara belajarnya kalau disuruh belajar mandiri*" ketika ada mata kuliah yang menuntut untuk belajar mandiri, serta tidak sepenuhnya mengkaitkan materi yang didapatkan pada setiap pertemuan. Conley (dalam Astrini, 2011) menyatakan bahwa keterampilan analisis mahasiswa ketika memecahkan masalah, menerapkan konsep, dan mempresentasikan hasil pemikiran masih perlu dikembangkan ketika mahasiswa mengawali perkuliahan. Sehingga kesulitan akademik yang dialami mahasiswa di tahun pertamanya bukan karena mahasiswa tersebut tidak memiliki pengetahuan akan hal-hal yang dipelajarinya, melainkan belum terbentuknya suatu keterampilan untuk menggabungkan *prior knowledge* dan *former knowledge* menjadi suatu pengetahuan yang holistik (Rojj, Jansen, & de Grift, 2017). Di sisi lain,

Selanjutnya ditinjau dari dimensi kedua, yakni *social adjustment*. Analisis kuantitatif yang terangkum dalam Tabel 3 menunjukkan bahwa sebanyak 38.3% mahasiswa tingkat pertama Universitas Al Azhar Indonesia berada dalam kategori rendah. Artinya mahasiswa tingkat pertama di Universitas Al Azhar Indonesia belum berhasil mengatasi tuntutan sosial dan interpersonal kehidupan kampus. Malay (2019) menyatakan bahwa tugas mendasar mahasiswa di tahun pertamanya adalah membentuk dan menyesuaikan kehidupan sosial baru, yang mana terasa sulit karena mahasiswa juga dituntut untuk dapat mempertahankan hubungan sosial sebelumnya. Sehingga mahasiswa tingkat pertama dituntut untuk mampu hidup mandiri dan meningkatkan otonomi (Malay, 2019). Permasalahan terkait *social adjustment* di lingkungan kampus Universitas Al Azhar Indonesia misalnya adanya *gap* antara kakak tingkat dan adik tingkat, serta beragamnya latar belakang teman satu prodi. Ketidaktahuan dalam berkomunikasi dengan cara yang tepat dengan dosen pun menjadi kendala dalam menjalin relasi formal maupun informal dengan pengajar. Sementara itu, data kualitatif menunjukkan hasil bahwa kesulitan dalam dimensi *social adjustment* ini disumbang oleh hubungan antara mahasiswa dan

dosen. Tema yang didapatkan dalam dimensi kedua ini adalah sulit membangun kontak dengan dosen. Mayoritas responden penelitian menyatakan merasa kesulitan bagaimana membangun kontak yang baik dengan para dosen, merasa ragu ketika mengontak dosen karena tidak tahu Bahasa yang digunakan sudah tepat atau belum, serta bingung ketika dosen tidak membalas *sms*, *whatsapp*, maupun *e-mail*. Namun seluruh responden menyatakan tidak ada masalah dalam berhubungan dengan kakak tingkat dan senang bersosialisasi dengan mahasiswa dari jurusan lain. Responden juga menyatakan cukup puas mengikuti kegiatan yang diadakan oleh kampus, seperti PKKMB, *dies natalis*, maupun acara yang diselenggarakan oleh program studi. Data kualitatif pun menemukan bahwa responden merasa mendapat dukungan untuk beradaptasi dari membangun pertemanan dengan berinteraksi sesama mahasiswa baru. Hal ini senada dengan penelitian Buote dkk (dalam Lee, Ang, & Ubanan, 2019) yang menemukan hubungan positif antara membangun pertemanan baru dengan proses adaptasi kehidupan universitas. Penelitian yang dilakukan Cousins, Servaty-Seib dan Lockman (2017) terhadap 225 mahasiswa tingkat pertama, dan menemukan bahwa dukungan teman secara positif berhubungan dengan penyesuaian sosial. Meskipun studi Cousins, Servaty-Seib, dan Lockman (2017) dilakukan pada kelompok mahasiswa yang sedang mengalami kedukaan, hasil penelitian tersebut senada menunjukkan bahwa teman merupakan faktor signifikan dalam menghadapi sulitnya tahun pertama kuliah. Studi kualitatif lain terhadap kelompok mahasiswa di Malaysia juga menemukan hubungan positif antara mahasiswa baru dengan teman sebaya mereka dan menyumbang kesuksesan penyesuaian kehidupan universitas (Awang, Kutty, & Ahmad, 2014).

Dimensi ketiga, yakni *personal-emotional adjustment*. Hasil analisis data kuantitatif dalam Tabel 3 menunjukkan 41.7% mahasiswa berada dalam kategori rendah. Artinya, mahasiswa belum mampu menghadapi menghadapi tekanan yang terkait dengan tuntutan khas perguruan tinggi, seperti sering mengalami *mood-swing*, mengalami penurunan kualitas tidur, sering merasa kelelahan, serta mengalami ketegangan yang berhubungan dengan tugas atau tuntutan akademik perkuliahan. Karakteristik personal dan emosi tersebut terkait dengan tuntutan yang khas baik itu dari segi akademik, institusional, maupun sosial yang berakibat pada respon personal dan emosional mahasiswa baru. Dari seluruh responden, hanya sebesar 13.6% mahasiswa tingkat pertama yang mampu merespon tekanan dan menampilkan respon emosional dan personal yang positif, seperti tidak mengalami penurunan kualitas tidur, tidak merasa kelelahan yang ekstrim, serta mampu menghadapi ketegangan dalam taraf yang wajar. Pengolahan data kualitatif pun menunjukkan bahwa tema yang banyak muncul dalam dimensi ketiga ini adalah “merasa lelah”, yang merujuk pada lelah secara psikis. Mayoritas responden menyatakan “*ingin kuliah cepat berakhir dan bisa pulang*”. Data juga menunjukkan bahwa muncul ketegangan dan kegelisahan yang diasosiasikan dengan kesiapan untuk melakukan presentasi kelompok, maupun menjalani ujian. Temuan ini dapat dikatakan senada dengan pernyataan Friedlander, Reid, Shupak dan Cribbie (dalam Astrini, 2011) bahwa peristiwa penting, seperti mengawali perkuliahan, yang terjadi saat masa transisi membuat individu rentan mengalami masalah emosional. Bahkan studi yang dilakukan oleh Tesfaye (2009) terhadap 1.198 mahasiswa di Ethiopia melaporkan bahwa prevalensi gangguan mental di kalangan mahasiswa lebih tinggi pada mahasiswa tahun pertama dibandingkan tahun-tahun sesudahnya. Sehingga, dalam penyesuaian personal dan emosional, daya resiliensi yang dimiliki mahasiswa menjadi predictor signifikan untuk menyeimbangkan tuntutan psikologis khas perguruan tinggi (Dell’Aquila, 2019). Sementara itu, Arjangi dan Kusumaningsih (2016) juga menemukan bahwa masalah emosional yang umum dirasakan mahasiswa tingkat pertama, yakni kecemasan sosial. Salah satu dimensi dari kecemasan sosial, yakni *fear of negative evaluation* memiliki korelasi negatif dengan dimensi *personal-emotional adjustment*. Namun dari keseluruhan responden, tidak ada yang menyatakan mengalami *mood swing* atau gangguan tidur.

Dimensi terakhir, yakni *institutional adjustment*. Hasil analisis data kuantitatif dalam Tabel 3 menunjukkan 41.7% responden mahasiswa Universitas Al Azhar Indonesia berada dalam kategori rendah dalam hal adaptasi institusi. Hal ini bermakna bahwa sebagian besar responden masih mengalami kesulitan berkomitmen dengan lingkungan kampus, misalnya masih terdapat penolakan terhadap tata tertib kampus, belum sejalannya nilai yang dimiliki mahasiswa baru dengan tujuan institusi pendidikan, serta belum adanya keterikatan serta kualitas hubungan mahasiswa dengan institusi pendidikannya. Di sisi lain, hasil analisis data kualitatif memperoleh tema merasa kesulitan dalam beradaptasi dengan peraturan universitas, terutama dalam hal berpakaian dan tata cara menghubungi dosen. Analisis hasil wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung sulit mengikuti iklim pembelajaran yang dikatakan terlalu “formal” dan “kaku”. Suasana akademis di kampus Universitas Al Azhar Indonesia yang menuntut mahasiswa untuk belajar mandiri pun menjadi tantangan tersendiri bagi adaptasi institusi. Responden menyatakan “*bingung jika belajar sendiri*” dan “*kalau ada masalah misalnya kayak nilai gitu, masih tidak tahu menghubungi siapa*”. Secara keseluruhan, tujuh responden menyatakan senang dengan universitas yang dipilihnya dan lima responden menyatakan harapan untuk bisa pindah ke universitas lain. Lee dan Fletcher (2020) menemukan bahwa kesuksesan adaptasi di tahun pertama

disumbang oleh keterikatan emosional individu dengan institusi. Selain itu, kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi dengan institusinya dapat dipengaruhi beberapa faktor, diantaranya adalah kesesuaian nilai personal yang dianut oleh mahasiswa dengan nilai-nilai institusi. Pascarella dan Terenzini (dalam Mudhovozi, 2019) menyebutkan terdapat dua proses ketika seorang mahasiswa baru masuk ke dalam suatu institusi baru. Proses pertama yakni *desocialisation*, yang melibatkan penyeleksian *value* yang menjadi kepercayaan serta sikap yang dibawa sebagai respon terhadap pengalaman institusi baru. Proses kedua yakni *socialization*, yang merujuk pada terpaparnya seorang mahasiswa dengan nilai-nilai yang baru, sikap, keyakinan, serta sudut pandang yang dimiliki suatu institusi (Mudhovozi, 2019). Nilai-nilai baru tersebut teraplikasi dalam bentuk tata tertib kampus, iklim universitas, fakultas, maupun jurusan, serta iklim pembelajaran yang diciptakan oleh dosen.

Simpulan

Penelitian ini menegaskan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Al Azhar Indonesia mengalami tantangan dan masalah dalam penyesuaian terhadap tuntutan kampus, yang selayaknya mendapatkan perhatian. Mahasiswa baru perlu mendapatkan bimbingan yang dapat terwujud dari program pendampingan yang disediakan oleh pihak universitas, program studi, hingga dosen pembimbing akademis. Program tersebut bertujuan agar mahasiswa baru mampu melalui transisi dari siswa menuju mahasiswa, dengan segala tanggung jawab dan tuntutan lingkungan. Dari sisi akademik, dapat ditekankan *learning skill* atau kemampuan untuk mengkaitkan pengalaman yang telah dimiliki dengan pengalaman yang dipelajari di program studi. Peran lain yang bisa dilakukan adalah dengan mengoptimalkan fungsi pembimbing akademik serta unit pelayanan psikologi atau biro konseling untuk mendukung adaptasi sosial, personal dan institusional. Unit pelayanan psikologi atau konseling harus gencar melakukan promosi agar mahasiswa baru mendapat informasi untuk menggunakan jasanya, dan menjadi upaya preventif terhadap masalah yang timbul dari proses adaptasi. Pembuatan program pendampingan untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa tingkat pertama dapat dipertimbangkan. Peran dosen pembimbing akademik juga dapat dioptimalkan sebagai langkah preventif. Meskipun banyak ditemui belum berfungsinya dosen pembimbing akademik yang ditandai dengan minimnya waktu bertemu dengan dosen pembimbing akademik, minimnya komunikasi, serta asumsi bahwa dosen pembimbing akademik hanya terkait dengan hal-hal akademis saja. Sehingga perlu adanya sosialisasi lebih mendalam dari pihak universitas mengenai peran dosen pembimbing akademik. Pihak universitas maupun unit terkait seperti kemahasiswaan maupun Unit Pelayanan Bimbingan untuk Mahasiswa kiranya dapat menyoroti lebih jauh mengenai adaptasi ini. Urgensi ini dilatarbelakangi bahwa kesuksesan adaptasi masa transisi mahasiswa di tingkat pertama ditemukan berkorelasi dengan nilai akademis yang diperoleh. Hal ini juga menjadi sorotan penting kepada seluruh *stake holder* universitas, bahwa kehidupan kampus tidak hanya berisi hal-hal yang terkait dengan akademis, tetapi juga sisi sosial, emosi, personal, dan tuntutan institusi yang turut menyumbang keberhasilan mahasiswa selama menjalani proses perkuliahan. Di sisi lain, secara teoritis penelitian ini memungkinkan peneliti untuk mampu memahami lebih dalam penyesuaian mahasiswa di tahun pertamanya. Meskipun memberikan gambaran mengenai permasalahan apa yang terjadi di lapangan, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengikutsertakan variable-variabel lain yang menjadi prediktor terhadap kesuksesan mahasiswa menjalani tahun pertamanya.

Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini didanai oleh *stimulus grant* Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia Tahun 2019.

Referensi

- Abdullah, M., Elias, H., Mahyuddin, R., & Uli, J. (2009). Adjustment among first in Malaysian University. *European Journal of Science*, 8(3), 496-505.
- Arjanggi, R., & Kusumaningsih, L. P. S. (2016). College Adjustment of First Year Students: The Role of Social Anxiety. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 5(1), 30.
<https://doi.org/10.12928/jehcp.v5i1.4273>
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the Transition to Adulthood: Perspectives From Adolescence Through Midlife. *Journal of Adult Development*, 8(2), 133-143.
- Astrini. (2011). Masa orientasi dan penyesuaian diri mahasiswa baru. *Humaniora*, 2(1), 452-458
- Atwater, E. (1983). *Psychology of Adjustment*. New Jersey: Prentice-Hall.

- Awang, M. M., Kutty, F. M., & Ahmad, A. R. (2014). Perceived Social Support and Well Being: First-Year Student Experience in University. *International Education Studies*, 7(13). doi:10.5539/ies.v7n13p261.
- Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. (2000). Guidelines for the process of cross cultural adaptation of self-report measures. *SPINE*, 25, 3186-3191.
- China, F. (2015). *The Relationship between Social Support, Social Adjustment, Academic Adjustment, and Academic Performance Among College Student in Tanzania*. Tanzania: University of Tanzania.
- Cousins, C., Servaty-Seib, H. L., & Lockman, J. (2017). College Student Adjustment and Coping: Bereaved and Nonbereaved Students. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 74(4), 386–409.
<https://doi.org/10.1177/0030222815598911>
- Crede, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by Student Adaptation to College Questionnaire : A quantitative review its structure and relationship with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133 - 165.
- Creswell, J. (2012). *Educational Research*. Cambridge: Cambridge Press.
- Dell'Aquila, J. (2019). Relational health and positive psychology characteristic as predictors of first-year student athlete adjustment. *ProQuest Dissertation Publishin*
- Esmael, A., Ebrahim, J., & Misganew, E. (2018). Adjustment Problem among First Year University Students in Ethiopia: Across Sectional Survey. *Journal of Psychiatry*, 21(5). <https://doi.org/10.4172/2378-5756.1000455>
- Fernández, M. F. P., Araújo, A. M., Vacas, C. T., Almeida, L. S., & González, M. S. R. (2017). Predictores del ajuste de los estudiantes durante la transición a la Universidad en España. *Psicothema*, 29(1), 67–72.
<https://doi.org/10.7334/psicothema2016.40>
- Hadiana, N. (2014). Studi Deskriptif Mengenai Student Adjustment pada Mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran.
- Kementrian Riset, T. d. (2018). *Statistik Pendidikan Tinggi 2018*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi.
- Lee, G. Y., & Fletcher, A. C. (2020). Emotional Detachment Moderates Associations Between Students' Perceptions of Parental Support and First-Year College Adjustment: Generational Status Differences. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*.
<https://doi.org/10.1177/1521025120960036>
- Lee, K.-F., Ang, C.-S., & Dipolog-Ubanan, G. (2019). "My First Year in The University": Students' Expectations, Perceptions and Experiences. *Journal of Social Science Research*, 14, 3134–3145.
<https://doi.org/10.24297/jssr.v14i0.8006>
- Malay, E. D. (2019). Instagram Use and First-Year College Students' Social Adjustment. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 10(01), 25–35. <https://doi.org/10.35814/mindset.v10i01.736>
- Martin, W.E., Jr., Swartz- Kulstad, J.L. and Madson, M. (1999), Psychosocial Factors That Predict the College Adjustment of First- Year Undergraduate Students: Implications for College Counselors. *Journal of College Counseling*, 2: 121-133. doi:10.1002/j.2161-1882.1999.tb00150.x
- Mudhovozi, P. (2012). Social and Academic Adjustment of First-Year University Students. *Journal of Social Sciences*, 33(2), 251–259. <https://doi.org/10.1080/09718923.2012.11893103>
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic Analysis: Striving to Meet the Trustworthiness Criteria. *International Journal of Qualitative Methods*.
<https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Rienties, B., Beausaert, S., Grohnert, T., Niemantsverdriet, S., & Kommers, P. (2012). Understanding academic performance of international students: The role of ethnicity, academic and social integration. *Higher Education*, 63(6), 685–700. <https://doi.org/10.1007/s10734-011-9468-1>
- Saefuddin, A. (2018). Arah Kebijakan Rektor Universitas Al Azhar Indonesia untuk RKT 2019. Universitas Al Azhar Indonesia.
- Salmain, D., Azar, N. N., & Salmani, A. (2014). A Study of First-Year Student Adjustment to College in relation to Academic-Self efficacy, Academic Motivation and satisfaction with college environment. *International Journal of Scientific Management and Development*, 2(5), 87-93.
- Soledad, R., Carolina, T. V., Adelina, G. C., & Fernanda, P. F. (2012). The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) for Spanish Students. *Psychological Report Measures and Statistics*, 191.
- Stoklosa, A. M. (2015). College Student Adjustment : Examination of Personal and Enviromental Characteristic. *Wayne State University Dissertation*, 1297.

- Tesfaye, A. (2009). Prevalence and correlates of mental distress among regular undergraduate students of Hawassa Univeersity : A cross-sectional survey.
- Turkpour, A., & Mehdinezhad, V. (2016). Social support, academic support, and adaptation to college : exploring to relationship between indicators of college students. *New Educational Reports*, 44(2), 84-95.
- van Rooij, E. C. M., Jansen, E. P. W. A., & van de Grift, W. J. C. M. (2018). First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. *European Journal of Psychology of Education*, 33(4), 749–767. <https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8>