

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) merupakan kebijakan yang dikeluarkan oleh Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Permendikbud) Nomor 3 tahun 2020, yang saat ini menjadi kurikulum yang telah diterapkan di semua Universitas (Kemendikbud, 2020). Program MBKM ini terdiri dari delapan program dalam kebijakan belajar ini. (Kemendikbud, 2020). Salah satunya adalah Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka (PMM) yaitu program yang bertujuan agar mahasiswa mendapatkan pengalaman baru terkait dengan nilai-nilai keberagaman suku, budaya, agama, dan bahasa yang mungkin belum pernah dialami oleh mahasiswa selama hidupnya (Kemendikbudristek, 2023). Selain itu PMM juga bertujuan untuk mengembangkan keterampilan kepemimpinan, kepercayaan diri, dan kepekaan sosial (Tumaggor & Manullang, 2022).

Dalam mengikuti PMM mahasiswa harus memilih perguruan tinggi penerima yang berbeda dari perguruan tinggi asalnya selama satu semester yang setara dengan 20 sks (Kemendikbudristek, 2023). Mahasiswa akan mempelajari keberagaman nusantara, agama, suku, ras dan adat istiadat di perguruan tinggi penerima (Siregar, 2022). Memasuki lingkungan baru mahasiswa di tuntut untuk menyesuaikan dirinya dengan perubahan-perubahan yang berbeda dengan lingkungan asalnya supaya individu merasa sesuai dengan lingkungan dan mendapatkan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya, ini adalah yang dimaksud

dengan penyesuaian diri (Runyon & Haber 1984).

Di lingkungan baru mahasiswa merasa kesulitan menyesuaikan dirinya ketika dihadapkan dengan perubahan-perubahan seperti agama, bahasa, adat istiadat, tata krama, kebiasaan dan makanan yang belum pernah dijumpai dan berbeda dengan lingkungan asal mereka sebelumnya (Liliweri, dkk., 2022). Mahasiswa juga merasa asing dengan daerah yang baru, sulit berkomunikasi dengan teman dan dosen (Sari & Julistia, 2023). Permasalahan dengan hubungan sosial, masalah ekonomi, dan mencari tempat tinggal, mempengaruhi proses penyesuaian diri mahasiswa ketika memasuki lingkungan baru (Gunarsa & Singgih, 2007).

Selain itu mahasiswa mengalami permasalahan dengan sistem belajar yang berbeda dengan Universitas asal mereka, misalnya sistem kurikulum *based on project* yang membuat mahasiswa perlu menyesuaikan dirinya dengan belajar sistem kurikulum yang baru dan juga perbedaan pola hubungan antara mahasiswa dengan pengajar serta bahasa yang digunakan (Situmorang 2019). Memasuki lingkungan baru merupakan sebuah stimulus yang terkadang adanya berbagai permasalahan pada diri individu ketika memasuki lingkungan baru, misalnya aturan yang baru, teman-teman baru dan tuntutan akademik yang baru (Irfan & Suprapti, 2014).

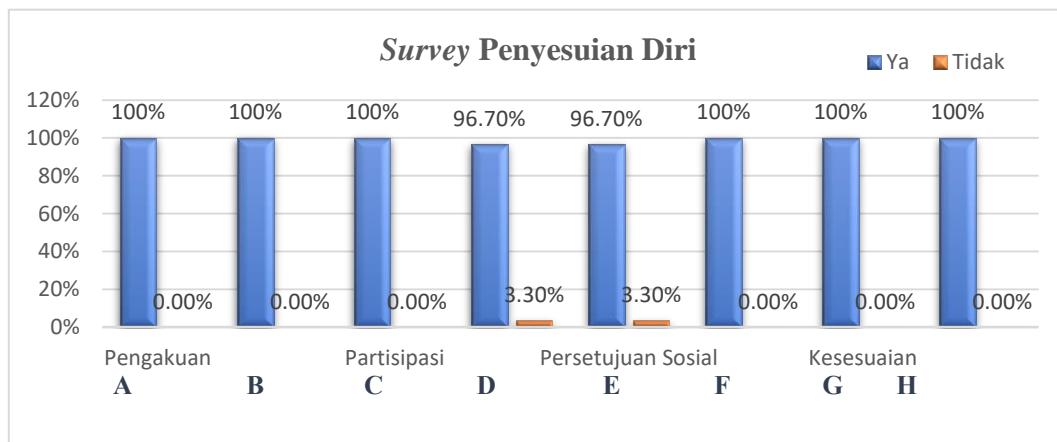
Keadaan psikologis individu merupakan syarat untuk terbentuknya penyesuaian diri yang baik karena keadaan psikologis yang baik mendorong seseorang untuk memberikan respons yang sesuai dengan dorongan internal maupun tuntutan lingkungannya (Scheiders 1964). Karakteristik seseorang yang

mempunyai penyesuaian dirinya yang baik diantaranya adalah mempunyai kesadaran kekuatan dan keterbatas diri, menghargai diri sendiri dan orang lain, tingkat aspirasi yang memadai, terpenuhinya kebutuhan dasar, tidak adanya sikap kritis atau mencari-cari kesalahan, fleksibilitas dalam berperilaku, kapasitas untuk menghadapi keadaan buruk, persepsi realistik tentang dunia, perasaan nyaman dengan lingkungannya dan filosofi hidup yang seimbang (Mangal, 2002).

Penelitian yang dilakukan oleh Nafeesa & Siregar (2021) penyesuian diri dieproleh kategori tinggi 17,2% dengan hipotesisnya diterima. Penelitian dari Mantyawati, dkk (2022) dengan judul efikasi diri dengan penyesuain diri pada peserta didik kelas VII, diperoleh penyesuain diri 26.5%. Kemudian penelitian dari Fitri & Kustanti (2018) di peroleh 50,8% terhadap penyesuian diri.

Berlandaskan dari beberapa permasalahan yang di dapatkan pada penelitian-penelitian terdahulu, peneliti tertarik untuk melakukan *survey* awal pada mahasiswa PMM dalam menyesuikan dirinya dengan lingkungan baru yang dilakukan pada 10-13 april 2024 kepada 30 mahasiswa PMM *Outbound* dan diperoleh hasil sebagai berikut:

Gambar 1.1Hasil *Survey* awal Penyesuian Diri



Keterangan :

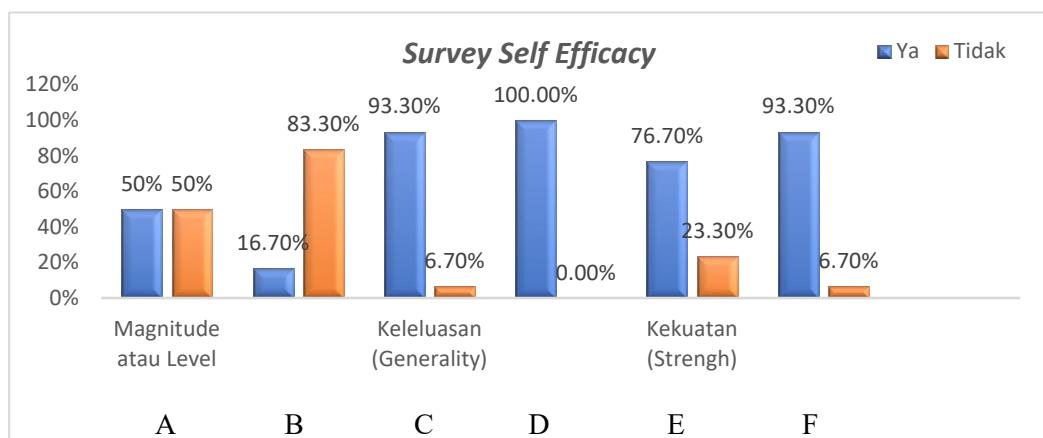
- a. Menghormati pandangan dan pendapat meskipun berbeda dengan dirinya
- b. Menghargai perbedaan budaya, tradisi dan kebiasaan di kampus PMM
- c. Nyaman dalam berinteraksi meskipun dari latar belakang yang berbeda
- d. Terbuka untuk berdiskusi pada kegiatan di kampus PMM
- e. Simpati dan memahami perasaan orang lain yang mengalami kesulitan
- f. Menawarkan bantuan kepada teman yang membutuhkan
- g. Mematuhi aturan dan kebiasaan yang berlaku di lingkungan baru
- h. Menghormati cara orang lain merayakan acara meskipun berbeda

Dari hasil *survey* penyesuaian diri mahasiswa diatas dapat diketahui bahwa pada aspek pengakuan (*recognition*) pada aitem pertama di peroleh 100% dan aitem kedua 100% juga artinya mahasiswa mampu menghormati dan menerima hak-hak dengan dirinya untuk menghindari terjadinya konflik sosial. Pada aspek partisipasi (*participan*) aitem pertama di peroleh nilai 100% dan aitem kedua 96,7%, artinya banyak dari mahasiswa mampu mengembangkan dan memelihara hubungan persahabatan dan relasi. Pada aspek persetujuan sosial (*social approval*) aitem pertama di peroleh 96,7% dan aitem kedua 100%, artinya mahasiswa PMM *Outbound* Unimal mempunyai minat dan simpati terhadap orang lain ketika terjadi masalah. Kemudian aspek kesesuaian (*conformity*) aspek pertama diperoleh 100% dan aspek kedua juga 100%, artinya mahasiswa mampu menghormati dan mengikuti integritas hukum, tradisi yang ada di lingkungan baru agar dapat diterima dengan baik oleh masyarakat.

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang ditandai dengan seberapa baik individu mampu menghadapi situasi serta kondisi yang selalu berubah (Runyon dan Haber 1984). Terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian

diri seseorang diantaranya adalah keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan lingkungan, tingkat religiusitas, kebudayaan dan keadaan psikologis yang mencakup salah satunya adalah keyakinan diri (Scheiders, 1964). Untuk mengetahui *self efficacy* mahasiswa PMM *Outbound* Unimal peneliti melakukan *survey* awal sebagai berikut:

Gambar 1. 2 Hasil Survey Awal *Self Efficacy*



Keterangan:

- Kemampuan mengerjakan tugas praktek tanpa bantuan orang lain
- Lebih senang mengerjakan tugas yang sulit dari pada yang mudah
- Kemampuan dapat memahami suatu tugas
- Kemampuan menyelesaikan tugas yang berbeda-beda di bidang yang sama
- Kemampuan menyelesaikan tugas yang berbeda jurusan
- Membuat catatan kegiatan yang akan dilakukan

Berdasarkan hasil *survey* awal *self efficacy* mahasiswa diatas dapat diketahui bahwa pada aspek tingkat (*level*) aitem pertama di peroleh 50% dan aitem kedua 83,3% artinya banyak dari mahasiswa yang belum merasa lebih yakin dalam menghadapi suatu tugas dalam tingkat kesulitan yang berbeda dan dalam mengatasi tugas tertentu. Kemudian pada aspek keleluasan (*generality*), aitem pertama diperoleh 93,3% dan aitem kedua 100% artinya mahasiswa mampu dan

yakin dalam menghadapi berbagai situasi serta penguasaan dalam suatu bidang atau perkerjaan. Dan selanjutnya pada aspek kekuatan (*strength*) aitem pertama diperoleh 76,7% dan aitem kedua 93,3% artinya banyak dari mahasiswa mampu dan yakin dengan kemampuannya dalam mengatasi tugas dan masalah yang sulit meskipun penuh dengan hambatan. Dari penjelasan hasil *survey* awal diatas dapatkan bahwa rata-rata mahasiswa PMM *Outbound* yakin terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan tertentu.

Menurut Bandura (1977) faktor-faktor *self efficacy* diantaranya adalah pengalaman penguasaan yang mengacu pada pencapaian atau kegagalan yang dialami dalam situasi tertentu, pengalaman keberhasilan orang lain. Keyakinan diri seorang individu dapat meningkat atau menurun ketika melihat pengalaman orang lain yang dianggap mempunyai kemampuan yang serupa, persuasi verbal ialah persuasi verbal yang positif yang diterima dari orang lain yang dapat meningkatkan *self efficacy* seorang individu, dan keadaan psikologis dan afektif yaitu *self efficacy* dapat dipengaruhi kondisi psikologis seperti kecemasan, stress, dan kelelahan.

Mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan bersemangat dalam mempelajari materi yang diberikan dan mempunyai kepercayaan diri bahwa dia dapat bekerja atau berkegiatan dengan baik (Fatima, dkk 2021). Individu dengan *self-efficacy* yang baik lebih mampu beradaptasi dengan baik dilingkungan akademik karena di dukung dengan munculnya motivasi untuk bertransaksi dengan berbagai situasi di lingkungan akademik (Alfiani & Fajar 2022). *Self efficacy* yang tinggi akan membantu seseorang menetapkan tujuan

pribadi yang menantang dan gigih dalam mencapainya ketika menghadapi hambatan (Irfan & Suprati 2015). *Self efficacy* mencerminkan kemampuan seseorang untuk menghadapi situasi dengan motivasi yang konsisten, sehingga individu dengan *self efficacy* tinggi cenderung berusaha memberikan hasil terbaik dengan asumsi bahwa mereka telah melakukan upaya yang maksimal. Sebaliknya, individu dengan *self efficacy* rendah cenderung mudah menyerah sebelum mencapai keberhasilan, yang akhirnya berujung pada kegagalan (Mayangsari & Indrawati, 2020).

Dari uarain dan masalah diatas, serta belum ada yang malakukan penelitian yang menggunakan dua variabel ini dalam konteks mahasiswa PMM, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini untuk menghasilkan temuan-temuan yang kredibel dan kontribusi yang signifikan untuk mengetahui tentang hubungan *self efficacy* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang mengikuti program PMM.

## 1.2 Keaslian Penelitian

Menurut penelitian yang dilakukan Putri dan Djamhoer (2020) dengan judul Hubungan *Self efficacy* dengan Penyesuaian Diri pada Siswa di Pondok Pesantren “X” Bandung”, dengan subjek yang berjumlah 169 siswa dan menggunakan teknik analisis *rank spearman*. Hasil penelitian ini diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,486 dan nilai signifikan sebesar 0,000, dengan taraf nyata  $\alpha = 0,05$ .  $H_0$  di tolak karena signifikannya lebih kecil dari taraf nyata yang ditetapkan ( $0,000 < 0,05$ ). Dengan demikian bahwa terdapat hubungan antara *Self efficacy* dengan Penyesuaian Diri pada Siswa di Pondok Pesantren “X” Bandung. Nilai

koefisien korelasi antara *self efficacy* dengan Penyesuaian Diri sebesar 0,486 atau 48,6% termasuk dalam tingkat hubungan yang cukup dengan arah positif semakin tinggi *self efficacy* siswa maka semakin tinggi penyesuaian diri siswa dan juga sebaliknya semakin rendah *self efficacy* yang dimiliki siswa maka semakin rendah penyesuaian diri pada siswa tersebut. Dapat dilihat perbedaannya dengan yang peneliti lakukan adalah tempat penelitian, subjek dan teknik analisis. Penelitian dari Putri dan Djamhoer (2020) dilakukan pada siswa di pondok pesantren “x” Bandung, dan menggunakan teknik analisis *rank spearman* sedangkan penelitian peneliti dilakukan pada mahasiswa yang mengikuti program PMM *Outbound* Unimal dan menggunakan teknik analisis *Pearson*.

Penelitian yang kedua oleh Dewi (2017) dengan judul “Hubungan efikasi Diri dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kematangan Karir pada Mahasiswa Keperawatan STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe” dengan metode kuantitatif korelasional dan menggunakan teknik simple *random sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 130 mahasiswa dan analisis data menggunakan teknik regresi berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan (1) ada hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan social keluarga dengan kematangan karir, dimana  $rx12y = 0.580$  dan  $p = 0,000$  dengan kontribusi sebesar 33,6 %, (2) ada hubungan efikasi diri dengan kematangan karir, dimana  $rx1y = 0.573$  dan  $p = 0,000$  dengan kontribusi sebesar 32,8 %, (3) ada hubungan dukungan social keluarga dengan kematangan karir, dimana  $rx2y = 0.347$  dan  $p = 0,000$  dengan kontribusi sebesar 12.0%, dengan demikian di nyatakan seluruh hipotesis dapat diterima. Dapat dilihat perbedaan penelitian dewi (2017) dengan penelitian

peneliti adalah berbeda variabel, subjek, tempat dan teknik analisis yang digunakan. Penelitian ini menggunakan variabel efikasi diri, dukungan sosial dan kematangan karir, subjeknya mahasiswa keperawatan STIKes Muhammadiyah, tempatnya di Lhokseumawe dan menggunakan analisis regresi berganda. Sedangkan penelitian peneliti menggunakan variabel *self efficacy* dengan penyesuaian diri dan subjeknya mahasiswa PMM *Outbound* Unimal.

Penelitian yang ketiga oleh Suryadi dan Usman (2018), dengan judul “Profil Penyesuaian Diri Siswa Di SMP Pembangunan Laboratorium UNP Padang”. Dengan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif korelasional dan teknik samplingnya *proportional stratified random sampling*. Sampel dalam penelitian ini 210 siswa dari kelas VII dan VIII SMP UNP Padang, instrument penelitiannya adalah skala *likert*. Hasil penelitian yang dilakukan adalah skor tertinggi rata-rata penyesuaian diri siswa terletak pada indikator tata tertib di sekolah dengan persentase 73,26% berada pada kategori baik (B), kemudian skor rata-rata terendah terdapat pada indikator penyesuaian diri dengan guru dengan persentase 71,32% yang berada pada kategori baik (B). Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti membuktikan bahwa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar salah satunya adalah penyesuaian diri. Dapat dilihat perbedaannya yaitu berbeda tempat penelitian, subjeknya, pendekatan penelitiannya, jumlah variabel dan teknik saplingnya. Penelitian Suryadi dan Usman (2018) dilakukan di UNP Padang pada 210 siswa SMP, menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, hanya satu variabel yaitu penyesuaian diri dan teknik samplingnya yaitu *proportional stratified random sampling*. Sedangkan penelitian peneliti subjek

penelitiannya adalah mahasiswa PMM, menggunakan pendekatan kuantitatif korelasi, terdapat dua variabel yaitu *self efficacy* dan penyesuaian diri, dan menggunakan teknik sampling *simple random sampling*.

Penelitian yang ke empat oleh Fatima, dkk (2021), dengan judul “Efikasi Diri Mahasiswa perseta Kegiatan Pertukaran Pelajar melalui Perkuliahan Jarak Jauh”. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif jenis metode survei (*survey method*), berjumlah 26 subjek. Hasil dari penelitian ini adalah efikasi diri terhadap partisipan penelitian yang mengikuti program pertukaran pelajar pada masa pembelajaran jarak jauh, ditemukan bahwa faktor efikasi diri untuk menyelesaikan pembelajaran daring, berinteraksi secara sosial dengan teman sekelas, dan berinteraksi dengan teman sekelas untuk tujuan akademis termasuk ke dalam kriteria “tinggi”. Sedangkan faktor efikasi diri untuk menangani alat di CMS dan berinteraksi dengan instruktur di pembelajaran daring termasuk kriteria “cukup tinggi”. Secara keseluruhan, mahasiswa pertukaran pelajar pada masa pembelajaran jarak jauh memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi. Artinya, keyakinan atau kepercayaan diri mahasiswa dalam mengikuti program transfer kredit dengan baik berada di kriteria tinggi. Dapat dilihat perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah berbeda pada metode pengumpulan datanya, berbeda jumlah subjeknya dan berbeda tempat penelitiannya. Penelitian Fatima, dkk (2021), pengumpulan data menggunakan metode *survey*, jumlah subjeknya 26 mahasiswa UNS dan UNY dan penelitiannya itu pada mahasiswa dengan pembelajaran jarak-jauh (daring), Sedangkan penelitian ini menggunakan

metode dengan teknik *simple random sampling*, jumlah subjek 162 mahasiswa dan penelitiannya pada mahasiswa PMM.

Penelitian yang ke lima oleh Fitri dan Kustanti (2018) dengan judul Hubungan antara *Self Efficacy* Akademik dengan Penyesuaian Diri Akademik pada Mahasiswa Rantau dari Indonesia Bagian Timur di Semarang". Dengan subjek penelitiannya adalah 124 mahasiswa rantau, menggunakan teknik *propotional random sampling*. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif signifikan antara *Self Efficacy* Akademik pada Mahasiswa Rantau dari Indonesia bagian Timur di Semarang dengan nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0,713 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan semakin tinggi skor efikasi diri akademik maka semakin tinggi skor penyesuaian diri akademik dan sebaliknya semakin rendah skor efikasi diri akademik maka semakin rendah skor penyesuaian diri akademik. Dapat dilihat perbedaannya yaitu berbeda subjeknya, berbeda teknik sampling yang digunakan dan berbeda tempat penelitiannya. Penelitian Fitri dan Kustanti (2018) subjeknya mahasiswa Rantau bagian timur Semarang, menggunakan teknik *propotional random sampling*, variabelnya lebih ditinjau akademik sedangkan penelitian ini subjeknya mahasiswa PMM, menggunakan teknik *simple random sampling* dan tidak di tinjau lebih ke akademiknya.

Dari penelitian-penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa hal yang paling membedakan penelitian terdahulu dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu dimensi pendekatan yang berfokus pada keterkaitan antara *self efficacy* dan

penyesuaian diri pada mahasiswa yang terlibat dalam Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka (PMM).

### **1.3 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan *Self Efficacy* dengan penyesuaian Diri pada mahasiswa yang mengikuti Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka (PMM)?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan *Self Efficacy* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa yang Mengikuti Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka (PMM).

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

- a. Memberikan pemahaman lebih mendalam tentang hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa yang mengikuti PMM yang dapat memperkaya literatur ilmiah dan kontribusi teoritis dalam bidang psikologi pendidikan, psikologi sosial dalam lingkungan yang dinamis dan multikultural.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau pedoman untuk penelitian selanjutnya mengenai variabel yang sama yaitu *self efficacy* dengan penyesuaian diri.

#### **1.5. 2 Manfaat Praktis**

- a. Bagi Universitas

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal bagi Universitas penerima untuk pembuatan program orientasi dan pengenalan kampus untuk mahasiswa PMM, mengembangkan program *self efficacy* melalui pelatihan,

workshop dan seminar serta pengembangan komunitas mahasiswa program PMM untuk berbagi pengalaman, sehingga dapat membantu dan memudahkan para mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan langkah awal untuk meningkatkan *self efficacy* diri pada mahasiswa PMM supaya lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dengan cara mengikuti program pengembangan *self efficacy* yang disediakan Universitas, seperti program pelatihan adaptasi dengan perubahan, pengembangan kemampuan problem-solving dan juga bisa membangun jaringan dengan mahasiswa alumni untuk kegiatan pengembangan diri mahasiswa.