

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah individu yang sedang mengikuti proses pembelajaran yang secara resmi terdaftar pada suatu perguruan tinggi. Adapun individu yang sedang menempuh pendidikan pada tahun pertama di perguruan tinggi dikategorikan sebagai mahasiswa baru (Melly, 2008; Gunandar & Utami, 2017). Mahasiswa baru berada pada tahap transisi dari pendidikan menengah menuju pendidikan tinggi. Proses tersebut umumnya berlangsung ketika individu berada pada rentang usia 18 hingga 25 tahun, yaitu masa peralihan dari remaja menuju dewasa yang dikenal sebagai tahap *emerging adulthood* (Arnett, 2006, 2007; Santrock, 2011).

Pada tahun pertama perkuliahan, mahasiswa dihadapkan pada berbagai pengalaman dan kondisi baru mulai dari sistem perkuliahan dan metode belajar yang berbeda dari SMA, materi perkuliahan yang cenderung lebih sulit, hingga penyesuaian dengan lingkungan sosial dan pertemanan yang lebih luas maupun tempat tinggal yang baru (Rahayu & Arianti, 2020). Selain itu, perubahan kontrol sosial di perguruan tinggi juga memberikan mahasiswa kebebasan dan waktu luang yang lebih besar. Namun, temuan empiris menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa cenderung mengalami kendala dalam mengontrol diri saat memanfaatkan waktu luangnya, yang pada akhirnya dapat mengganggu fokus mereka pada tugas perkuliahan serta memicu hambatan dalam interaksi sosial (Kosasih, Sarbini, & Mulyana, 2021). Di sisi lain, mahasiswa juga merupakan individu yang rentan mengalami stress karena harus menjalani banyak aktivitas, baik di bidang akademik maupun non akademik sehingga tuntutan yang mereka hadapi menjadi semakin besar (Erindana et al., 2021).

Mahasiswa baru kerap menunjukkan berbagai kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan. Hal ini disebabkan sistem pembelajaran yang berbeda, penugasan yang lebih kompleks, serta ritme akademik yang lebih cepat dibandingkan masa sekolah. Berbagai perubahan dan tuntutan tersebut menuntut mahasiswa baru untuk mampu melakukan penyesuaian diri yang baik agar dapat beradaptasi dengan lingkungan perguruan tinggi. Tidak jarang pula ditemukan permasalahan mengenai kesulitan membangun relasi sosial, mengatur waktu, dan menyeimbangkan tuntutan akademik dengan aktivitas lainnya. Berbagai bentuk ketidaknyamanan ini menunjukkan adanya proses penyesuaian yang belum optimal pada sebagian mahasiswa baru. Fenomena tersebut dikenal sebagai penyesuaian di perguruan tinggi atau *college adjustment*.

Kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi dapat memengaruhi bagaimana mereka menjalani dan menghadapi berbagai tuntutan selama proses perkuliahan. Mahasiswa dengan tingkat *college adjustment* tinggi cenderung lebih mampu menghadapi segala tantangan di perkuliahan yang membuat mereka berhasil mencapai prestasi akademik, bertahan menjalani pendidikan di perkuliahan, serta aktif dalam berbagai aktivitas di perkuliahan (Crede & Niehorster, 2012; Herdiansyah et al., 2021). Mahasiswa yang memiliki tingkat *college adjustment* rendah cenderung mengalami kesulitan dalam menghadapi berbagai tuntutan dan tantangan selama menjalani perkuliahan. Kondisi tersebut dapat membuat mahasiswa lebih rentan mengalami drop-out, konflik dalam hubungan interpersonal, kecemasan, depresi, dan kesepian yang intens, serta berbagai hambatan dalam pencapaian akademik. (Beyers & Goosens, 2002; Herdiansyah et al., 2021). Bakar et al. (2015) juga mengungkapkan bahwa mahasiswa baru yang gagal dalam menghadapi berbagai tantangan dan hambatan akan menimbulkan beragam permasalahan terutama pada aspek psikologis. Hal tersebut dapat terjadi karena pengalaman di perguruan tinggi yang menuntut individu menghadapi tantangan penting, yaitu menggabungkan proses eksplorasi diri dengan tuntutan untuk mandiri dalam lingkungan asing dan kompetitif (Páramo Fernández et al., 2017).

Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Rahmadani & Mukti, 2020) terhadap 235 mahasiswa Angkatan pertama Universitas Al Azhar Indonesia, sebanyak 44,7% mahasiswa berada pada tingkat *college adjustment* yang rendah. Data tersebut menunjukkan bahwa 44,7% mahasiswa tingkat pertama Universitas Al Azhar Indonesia masih mengalami hambatan dalam menyesuaikan diri. Hambatan ini dirasakan khususnya terkait penyesuaian dengan lingkungan dan tuntutan di perguruan tinggi.

Temuan serupa juga terlihat pada penelitian yang dilakukan di Politeknik Negeri Madura dengan melibatkan 175 responden. Hasilnya menunjukkan bahwa sebanyak 65% mahasiswa baru Poltera memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah pada dimensi personal dan emosional. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa baru Poltera masih mengalami kesulitan dalam mengelola respons emosional secara baik ketika menghadapi berbagai tuntutan maupun permasalahan di lingkungan perguruan tinggi tersebut (Susanti et al., 2025).

Hal ini juga ditemukan di UIN Sunan Gunung Djati Bandung bahwa sebanyak 87,50% mahasiswa berada pada tingkat *college adjustment* yang sedang, khususnya alumni SMK

(Hidayat, 2025). Temuan tersebut sejalan dengan hasil studi awal yang telah dilakukan kepada 30 responden mahasiswa tahun pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung, sebanyak 86,67% responden pernah mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi. Kesulitan tersebut terutama muncul karena adanya berbagai perbedaan antara pengalaman belajar di SMA dan perguruan tinggi.

Hal tersebut kemudian memunculkan sejumlah dampak yang turut dirasakan oleh responden. Dampak yang paling banyak muncul adalah dampak pada aspek akademik, yang dialami oleh 27,27% responden. Selain itu, dampak emosional dan psikologis juga cukup dominan dengan 24,24% responden yang mengalaminya. Kemudian diikuti oleh dampak lain, seperti dampak pada aspek sosial sebesar 15,15%, dampak terkait identitas dan penyesuaian personal sebesar 12,12%, serta dampak positif yang juga dialami oleh 12,12%. Selain itu, terdapat pula 9,1% responden yang mengatakan tidak merasakan dampak apapun.

Responden juga menjelaskan beberapa faktor yang berpengaruh dalam membantu mereka menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi. Sebagian besar responden (46,88%) menyebutkan bahwa teman merupakan faktor utama dalam proses penyesuaian tersebut. Di samping itu, *self-esteem* juga turut berperan sebagai salah satu faktor yang memengaruhi, sebagaimana dinyatakan oleh 9,38% responden.

Temuan studi awal tersebut menunjukkan adanya proses *college adjustment* yang belum berjalan secara optimal pada mahasiswa tahun pertama. *College adjustment* merupakan konsep penyesuaian diri pada lingkungan perguruan tinggi. Menurut Baker (1984), *College Adjustment* merupakan proses penyesuaian yang dilakukan mahasiswa dalam menghadapi berbagai pengalaman selama perkuliahan serta tuntutan yang ada di perguruan tinggi.

Temuan dari sejumlah responden menunjukkan bahwa keberadaan teman sebaya menjadi salah satu aspek yang berperan dalam membantu mahasiswa melakukan penyesuaian diri di lingkungan perguruan tinggi. Pada masa ini, mahasiswa umumnya lebih banyak berinteraksi dan menghabiskan waktu bersama teman sebaya dibandingkan dengan keluarga. Oleh karena itu, hubungan kelekatan dengan teman sebaya menjadi hal yang signifikan dalam kehidupan mereka (Papalia & Feldman, 2014).

Sejalan dengan hal tersebut, Iflah & Listyadari (2013) menyatakan bahwa lingkungan teman sebaya merupakan salah satu faktor yang mendukung keberhasilan penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Sejalan dengan pendapat tersebut, Maunder (2018) mengungkapkan bahwa

mahasiswa yang mampu menjalin kedekatan dan memiliki ikatan dengan teman-temannya cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi. Sebaliknya, keterbatasan dalam membangun kelekatan dengan teman sebaya (*peer attachment*) dapat menjadi salah satu kondisi yang menyulitkan mahasiswa dalam menjalani proses penyesuaian diri.

Peer attachment sendiri merupakan hubungan kedekatan yang terbentuk melalui komunikasi yang baik serta adanya kepercayaan antara individu dan teman sebayanya (Armsden & Greenberg, 1987). Penelitian yang dilakukan oleh Gan et al. (2019); Septiningwulan & Dewi (2021); dan Javier & Rahayu (2022) menemukan adanya hubungan positif antara *peer attachment* dan penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kelekatan mahasiswa terhadap teman sebaya, semakin baik pula kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan dan lingkungan perguruan tinggi.

Meskipun (Gan et al., 2019) menunjukkan adanya hubungan positif antara *peer attachment* dan penyesuaian diri di perguruan tinggi, penelitian tersebut dilakukan dalam konteks mahasiswa di Malaysia. Perbedaan latar sosial, budaya, dan sistem pendidikan antara Malaysia dan Indonesia menjadi pertimbangan dalam menggeneralisasikan temuan tersebut pada mahasiswa di Indonesia.

Di Indonesia, kajian mengenai penyesuaian diri mahasiswa baru juga telah dilakukan, salah satunya oleh Septiningwulan & Dewi (2021). amun, penelitian tersebut dilakukan pada mahasiswa baru Universitas Negeri Surabaya (UNESA) dalam situasi pandemi COVID-19, ketika proses pembelajaran berlangsung secara daring dan kesempatan untuk melakukan interaksi sosial secara langsung relatif terbatas. Kondisi tersebut dapat memengaruhi proses penyesuaian mahasiswa, sehingga temuan penelitian tersebut belum sepenuhnya merepresentasikan dinamika penyesuaian diri mahasiswa baru dalam situasi pascapandemi, ketika kegiatan akademik dan interaksi sosial secara tatap muka telah kembali berlangsung.

Penelitian oleh (Javier & Rahayu, 2022) menyoroti hubungan antara *peer attachment* dan *college adjustment* pada mahasiswa baru UKSW. Namun, studi tersebut menggunakan instrumen INCA yang hanya mencakup dua dimensi penyesuaian, yaitu *support network* dan *belief in self*. Selain itu, penelitian ini masih terbatas pada konteks pandemi dan belum melihat bagaimana penyesuaian diri berlangsung setelah pembelajaran kembali normal.

College adjustment tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti *peer attachment*, terdapat pula faktor internal yang turut memengaruhi salah satunya *self esteem*. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Hariyadi (2003, dalam Permatasari & Savira, 2018), *self-esteem juga merupakan salah satu faktor yang dapat berperan dalam proses penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi*. Lebih lanjut Oetomo et al. (2019) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat *self esteem* yang tinggi cenderung memiliki kepuasan yang lebih baik terhadap lingkungan kampus, sehingga dapat membantu mempermudah proses penyesuaian diri di perguruan tinggi. Pada dasarnya, *self esteem* mengacu pada bagaimana individu memberikan penilaian dan penghargaan terhadap dirinya sendiri (Soedarto, 2012).

Dalam penelitian (Permatasari & Savira, 2018) menemukan adanya hubungan positif antara *self-esteem* dan *college adjustment*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *self esteem* yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan kehidupan di perguruan tinggi. Hasil yang sejalan juga ditunjukkan oleh (Hernandez, 2017) yang menemukan adanya hubungan positif antara *self esteem* dan *college adjustment*.

Meskipun penelitian-penelitian sebelumnya, seperti Permatasari & Savira (2018) menunjukkan adanya hubungan positif antara *self esteem* dengan *college adjustment*, penelitian tersebut memberikan saran untuk memperluas populasi serta sampel penelitiannya. Sementara itu, penelitian Hernandez (2017) dilakukan pada mahasiswa di Filipina yang memiliki perbedaan konteks budaya, sistem pendidikan, serta karakteristik mahasiswa yang berbeda. Perbedaan tersebut membuat hasil penelitian belum dapat di generalisasi secara langsung terhadap populasi mahasiswa baru di Indonesia, termasuk mahasiswa tahun pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Berdasarkan uraian tersebut, kemampuan mahasiswa tahun pertama dalam mencapai *college adjustment* yang optimal merupakan aspek penting dalam menjalani kehidupan di perguruan tinggi. Namun, proses penyesuaian tersebut tidak selalu dapat dilalui dengan mudah oleh setiap mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan kajian mengenai berbagai faktor yang dapat berperan dalam *college adjustment*. Dalam konteks ini, *self esteem* sebagai faktor internal dan *peer attachment* sebagai faktor eksternal diperkirakan memiliki peran dalam membantu mahasiswa menghadapi tuntutan dan perubahan selama masa transisi ke perguruan tinggi. Meskipun sejumlah penelitian telah mengkaji kedua faktor tersebut, penelitian yang menguji

kontribusi *self esteem* dan *peer attachment* secara bersamaan terhadap *college adjustment*, khususnya pada mahasiswa tahun pertama di Indonesia, masih terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengkaji kedua faktor tersebut secara simultan guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan proses penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi.

Penelitian ini secara khusus mengkaji *peer attachment* sebagai faktor eksternal dan *self esteem* sebagai faktor internal dalam memprediksi *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama. Berbeda dengan sebagian penelitian terdahulu yang lebih banyak mengkaji kedua variabel tersebut secara terpisah, penelitian ini menempatkan *peer attachment* dan *self esteem* secara bersamaan dalam satu model penelitian. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai peran faktor internal dan eksternal dalam proses penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama di lingkungan perguruan tinggi, sekaligus memperkaya kajian empiris mengenai *college adjustment*.

Selain itu, penelitian mengenai *college adjustment* yang mengaitkan *peer attachment* dan *self esteem* masih sangat terbatas dalam konteks UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Lingkungan kampus tersebut memiliki karakteristik akademik, sosial, dan religius yang khas. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi kontekstual yang relevan.

Pelaksanaan penelitian ini didasari oleh kondisi yang dijumpai peneliti pada mahasiswa tahun pertama yang sedang menjalani fase awal perkuliahan. Masa transisi menuju dunia perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk beradaptasi dengan pola pembelajaran yang lebih mandiri, peningkatan tanggung jawab akademik, serta lingkungan sosial yang baru. Situasi ini menjadikan proses *college adjustment* sebagai tantangan penting bagi mahasiswa pada masa awal perkuliahan.

Kondisi tersebut diperkuat oleh hasil studi awal yang menunjukkan adanya variasi kemampuan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama. Mahasiswa dengan kualitas hubungan pertemanan yang kurang optimal serta penilaian diri yang cenderung negatif terlihat lebih rentan mengalami kesulitan dalam menghadapi tuntutan perkuliahan. Sebaliknya, mahasiswa yang merasa diterima dalam lingkungan pertemanan dan memiliki *self esteem* yang lebih baik cenderung menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih adaptif. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor eksternal dan internal memiliki peran yang saling berkaitan dalam proses *college adjustment*.

Berdasarkan uraian tersebut, *college adjustment* tidak hanya dapat dipahami sebagai proses adaptasi akademik, tetapi juga sebagai proses psikososial yang dipengaruhi oleh kualitas relasi sosial dan penilaian terhadap diri sendiri. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk mengkaji pengaruh *peer attachment* dan *self esteem* terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar empiris bagi pengembangan layanan pendampingan mahasiswa baru serta perumusan kebijakan kampus yang lebih responsif terhadap kebutuhan penyesuaian diri mahasiswa pada masa awal perkuliahan. Atas dasar pertimbangan tersebut, peneliti mengangkat judul “Pengaruh *Peer Attachment* dan *Self Esteem* terhadap *College Adjustment* pada Mahasiswa Tahun Pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.”

Rumusan Masalah

Sebagaimana uraian latar belakang masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut ini.

1. Apakah *peer attachment* berpengaruh terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Apakah *self esteem* berpengaruh terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tingkat pertama mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
3. Apakah *peer attachment* dan *self esteem* berpengaruh terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut ini.

1. Mengetahui apakah *peer attachment* berpengaruh terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
2. Mengetahui apakah *self esteem* berpengaruh terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tingkat pertama mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
3. Mengetahui apakah *peer attachment* dan *self esteem* berpengaruh terhadap *college adjustment* mahasiswa tahun pertama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kegunaan Penelitian

Sejalan dengan tujuan penelitian yang hendak dicapai, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

Kegunaan Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam memperkaya literatur ilmiah terkait pengaruh *peer attachment* dan *self esteem* terhadap *college adjustment*, khususnya pada populasi mahasiswa tahun pertama.

Kegunaan Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Memberikan gambaran dan pemahaman mengenai pentingnya *peer attachment* dan *self esteem* dalam mendukung proses penyesuaian diri di perguruan tinggi (*college adjustment*).

2. Bagi Lembaga Kependidikan

Menjadi bahan pertimbangan dan gambaran bagi perguruan tinggi dalam merancang program penunjang atau layanan pendampingan yang mendukung proses adaptasi mahasiswa baru.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi sumber referensi ilmiah dan pembanding untuk mengkaji topik atau variabel serupa di masa mendatang.

