

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia tergolong makhluk dinamis yang terus berkembang setiap kali memasuki lingkungan baru, biasanya terjadi beberapa perubahan baik secara sosial, emosional, fisik serta kognitif sehingga kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru sangat dibutuhkan (Hassan et al., 2023). Transisi dari bangku sekolah menengah atas ke perguruan tinggi adalah salah satu periode transisi yang penuh tantangan. Suasana, aturan dan sistem belajar serta kebiasaan tentunya berbeda dengan jenjang pendidikan sebelumnya, sehingga mahasiswa yang baru memasuki tahun akademik pertama perlu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru mereka setelah beralih dari sekolah ke perguruan tinggi.

Pentingnya kemampuan mahasiswa tahun akademik pertama untuk beradaptasi dengan lingkungan kampus. Mahasiswa tahun akademik pertama yang berhasil menyesuaikan diri cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih baik, mampu merespon berbagai situasi dengan bijak, meningkatkan kepercayaan diri, dan pada akhirnya meraih prestasi akademik yang lebih baik. Namun, pada beberapa mahasiswa akademik tingkat pertama yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik dengan lingkungan barunya maka akan memiliki masalah dalam membangun hubungan dengan orang lain di sekitarnya (Hassan et al., 2023)

Sesuai dengan hasil penelitian Gema Wiralodra pada tahun 2022 mengenai kesulitan proses adaptasi pada mahasiswa tahun akademik pertama, yang menunjukkan bahwa 70% mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Selain itu, dalam penelitian yang sama juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kesulitan beradaptasi cenderung memiliki skor rendah dalam skala interaksi sosial dengan hasil 60%, dibandingkan dengan mahasiswa yang mudah beradaptasi yang memiliki hasil 80% (Nasir, 2023). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan beradaptasi dengan baik sangat penting untuk membangun hubungan sosial yang positif. Kegagalan seseorang dalam

menyesuaikan diri sebagian besar disebabkan karena adanya kesenjangan antara individu dan kondisi lingkungannya (Mu'tadin, 2002 dikutip dalam (Hassan et al., 2023)

Salah satu faktor yang memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa akademik pertama adalah kondisi eksternal, yang dimana hubungan sosial dalam proses adaptasi penting bagi mahasiswa tahun akademik pertama seperti yang ditekankan oleh Agustina (2019) lebih lanjut menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan faktor kunci dalam meningkatkan rasa percaya diri dan mempercepat proses adaptasi (Christanti & Wati, 2023). Mahasiswa ditahun akademik pertama sangat penting menemukan dukungan sosial termasuk bertemu dengan kelompok sosial yang dapat meningkatkan rasa percaya diri serta mendukung menumbuhkan kemampuan adaptasi pada setiap diri mahasiswa tahun akademik pertama. Pada masa awal perkuliahan ada perubahan beberapa tahap perkembangan mulai dari aspek fisik, psikologis maupun sosial dalam diri mahasiswa baru dikutip dalam (Byl et al., 2023)

Selain dukungan sosial dari lingkungan, faktor internal seperti *self-efficacy* juga memegang peran penting dalam proses adaptasi. Klasen (2004) mengatakan bahwa kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dipengaruhi oleh seberapa sanggup dan yakin dirinya dapat menyelesaikan tugas dan kewajibannya sebagai seorang mahasiswa di perguruan tinggi (Hassan et al., 2023) , pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian Fashihirrohimi (2024a) bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka akan semakin tinggi penyesuaian diri yang di alami oleh mahasiswa tahun akademik pertama. Namun penyesuaian diri juga tidak terlepas dari dukungan sosial, penelitian (Hassan et al., 2023) mendukung pernyataan ini dengan menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri, yang signifikan pada tingkat 5%. Ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel independen (X2) dan variabel dependen (Y) adalah kuat dan signifikan (Hassan et al., 2023) .

Teori mengenai *self-efficacy* pertama kali dikemukakan oleh (Bandura, 1997) yang menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan suatu keyakinan atau

persepsi dari setiap individu pada kemampuan yang dimilikinya untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. Dapat dimaknai bahwa *self-efficacy* merupakan suatu cara positif yang dilakukan seseorang saat menghadapi masalah yang terjadi saat hendak menggapai hal yang diinginkan. Teori ini diadaptasi oleh Fashihirrohim (2024) yang menekankan bahwa seseorang perlu membina relasi dengan orang lain agar dapat meningkatkan *self-efficacy* saat berada pada tahapan penyesuaian diri, sehingga tahapan penyesuaian diri dapat dicapai sekalipun tanpa bantuan keyakinan diri (Fashihirrohim, 2024a). Serta *self-efficacy* yang ideal bagi mahasiswa tahun akademik pertama menurut Freire., et all (2020) mencakup keyakinan diri dalam kemampuan akademik, kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru, pengelolaan stres, dan motivasi diri yang kuat. (Freire et al., 2020). Meskipun *self-efficacy* merupakan faktor internal yang penting, dukungan sosial dari lingkungan sekitar juga berperan krusial dalam membentuk dan memperkuat *self-efficacy*, sehingga membentuk lingkaran positif dalam proses adaptasi.

Sarafino (2002) juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial dapat membantu individu mengatasi berbagai tantangan, termasuk dalam proses adaptasi. Temuan ini sejalan dengan teori Bandura (1997) yang menekankan bahwa dukungan sosial juga sangat penting untuk meningkatkan *self-efficacy* serta membantu individu untuk menghadapi berbagai tantangan dan stres dalam proses menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. Mahasiswa tahun akademik pertama fakultas keperawatan di salah satu universitas swasta di Tangerang memiliki perbedaan sistem dengan universitas lain. Universitas tersebut mewajibkan seluruh mahasiswa tahun akademik pertama fakultas keperawatan untuk tinggal di asrama selama delapan semester masa perkuliahan atau sekitar tiga setengah tahun, hal ini didukung oleh penelitian (Christanti & Wati, 2023) dengan hasil analisis korelasi antara dukungan sosial dan penyesuaian diri menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,693. Ini menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri mahasiswa rantau yang tinggal di *dormitory* Unika Atma Jaya. Dengan kata lain, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, semakin baik pula penyesuaian diri mereka

dan sebaliknya. Dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 48% terhadap penyesuaian diri mahasiswa tersebut, yang berarti bahwa hampir setengah dari variasi dalam penyesuaian diri dapat dijelaskan oleh tingkat dukungan sosial yang mereka terima. Dengan demikian dukungan sosial dari orang tua, teman sekamar, senior, dan organisasi kemahasiswaan dapat menjadi sumber kekuatan bagi mahasiswa tahun akademik pertama yang sedang beradaptasi, sangat penting untuk memilih sumber dukungan sosial yang tepat untuk mahasiswa baru dapat mendukung proses penyesuaian sosial mereka terhadap lingkungan perguruan tinggi, dengan dukungan yang sesuai, mahasiswa baru akan lebih mudah beradaptasi dan mencapai prestasi yang baik dalam studi mereka (Estiane, 2015).

Dukungan sosial yang ideal bagi mahasiswa tahun akademik pertama adalah dukungan sosial yang mencakup beberapa aspek berikut; pertama yaitu dukungan emosional yang ditunjukkan dengan ungkapan simpati, kepedulian dan memperhatikan orang yang bersangkutan, kedua yaitu dukungan penghargaan yang ditunjukkan melalui rasa hormat yang berdampak positif bagi orang yang bersangkutan, dorongan untuk maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan yang individu tersebut ajukan, termasuk perbandingan positif dengan orang lain, ketiga yaitu dukungan instrumental berupa bantuan langsung untuk memudahkan individu agar mendapat pertolongan, terakhir yaitu dukungan informatif yaitu pemberian saran, nasehat ataupun dorongan yang berguna untuk individu (dikutip dari Smet 1998 dalam Rasyid & Chusairi, 2021).

Hasil wawancara tidak terstruktur yang dilakukan pada 14 mahasiswa tahun akademik pertama fakultas keperawatan di satu universitas swasta di Tangerang ditemukan data 42.58 % mengatakan tidak mampu mengatasi masalah tidak terduga yang akan terjadi di masa yang akan datang, 57.14% tidak dapat tenang ketika menghadapi kesulitan karena merasa tidak bisa mengandalkan kemampuannya, 64.28% mengatakan tidak dapat mengatasi masalah yang akan terjadi dimasa mendatang dengan baik. Selain itu didapatkan juga data bahwa 35.71% mengatakan orang tua tidak peduli dengan masalah yang sedang dihadapi karena tidak tahu tapi sekedar menanyakan kabar dan 28.57% mengatakan bahwa teman dan orang di

sekitar tidak terlalu peduli dengan masalah yang sedang dihadapi. Dari temuan diatas kelompok tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan antara *self-efficacy* dan dukungan sosial pada mahasiswa tahun akademik pertama fakultas keperawatan di salah satu universitas swasta di Tangerang.

1.2 Rumusan Masalah

Mahasiswa tahun akademik pertama keperawatan memerlukan penyesuaian diri yang baik agar dapat melewati berbagai tantangan dilingkungan perkuliahan yang baru. Penyesuaian diri yang baik akan berpengaruh terhadap keberhasilan akademik, kesehatan mental, serta meningkatkan kemampuan untuk bersikap profesional dalam profesi mereka sebagai seorang perawat. Mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan optimal akan dengan mudah untuk mengatasi stres dan tekanan ketika beralih dari pendidikan menengah atas ke perguruan tinggi (Kusumaningtyas & Rahmandani, 2023).

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap kemampuan mahasiswa baru Fakultas Keperawatan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan yang baru. Mahasiswa baru seringkali mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan perubahan lingkungan belajar yang signifikan. Penelitian ini ingin mengetahui apakah dukungan yang mereka terima dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, dan dosen dan tingkat kepercayaan diri mahasiswa, dapat mempengaruhi seberapa baik mereka dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan kampus. Sehingga kelompok tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan antara *self-efficacy* dan dukungan sosial pada mahasiswa tahun akademik pertama fakultas keperawatan.

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

- 1) Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia dan jenis kelamin mahasiswa tahun akademik pertama di salah satu universitas swasta di Tangerang
- 2) Mengetahui gambaran Dukungan sosial pada mahasiswa tahun akademik pertama di salah satu universitas swasta di Tangerang
- 3) Mengetahui gambaran *Self-efficacy* yang didapatkan pada mahasiswa tahun akademik pertama di salah satu universitas swasta di Tangerang
- 4) Menganalisis hubungan Dukungan Sosial dengan *Self-efficacy* pada mahasiswa tahun akademik pertama di salah satu universitas swasta di Tangerang

1.4 Pertanyaan Penelitian

1.4.1 Pertanyaan Penelitian

“Apakah ada hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan dukungan sosial pada mahasiswa tahun akademik pertama di salah satu universitas swasta di Tangerang ?”

1.4.2 Hipotesis

H1: Ada hubungan yang signifikan antara tingkat *self-efficacy* dan dukungan sosial dengan tingkat penyesuaian diri mahasiswa tahun akademik pertama di salah satu universitas swasta di Tangerang.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam *self-efficacy* dan dukungan sosial mahasiswa fakultas keperawatan. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi

acuan bagi penelitian selanjutnya serta memperkaya literatur yang ada mengenai *self-efficacy* dan dukungan sosial.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini menunjukkan pentingnya dukungan sosial bagi mahasiswa baru. Dukungan sosial dapat menumbuhkan dan mempertahankan keyakinan diri, memotivasi diri dalam membangun relasi di lingkungan kampus dan sekitarnya, serta meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi berbagai tantangan. Bagi universitas, penelitian ini diharapkan dapat memberikan landasan untuk merancang program-program yang memperkuat jaringan dukungan sosial mahasiswa seperti kelompok belajar, mentoring, dan kegiatan sosial. Program-program tersebut juga dapat meningkatkan efikasi diri dan kesejahteraan mahasiswa. Manfaat penelitian ini bagi peneliti selanjutnya yaitu dapat membuka peluang untuk eksplorasi lebih mendalam mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri, jenis dukungan yang paling efektif, peran faktor mediasi, serta pengujian intervensi untuk meningkatkan dukungan sosial dalam rangka memperkuat efikasi diri mahasiswa.