

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemampuan manusia untuk melakukan adaptasi dengan lingkungan baru merupakan hal yang sudah dimiliki oleh individu secara alami. Namun kenyataan individu harus melewati proses adaptasi untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pada dasarnya individu melakukan adaptasi dengan kebiasaan yang berbeda dengannya untuk membuat dirinya nyaman. Hal penting dalam melakukan adaptasi yaitu keterbukaan, kemampuan berfikir positif dari pendatang maupun lingkungan setempat. Adaptasi merupakan kolaborasi dari usaha pendatang dan penerimaan lingkungan (Utami, 2015). Manusia dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan berbagai aspek kehidupan secara bersama. Mahasiswa baru menyelesaikan pendidikan SMA dan kemudian memasuki kehidupan perkuliahan seseorang lebih banyak mengalami kesulitan penyesuaian diri (Zubir, 2012).

Adaptasi merupakan proses pembelajaran bagi seorang individu asing dimana individu tersebut tidak hanya mempelajari keadaan lingkungan yang terkait dengan keadaan alam namun juga mempelajari kehidupan masyarakat tersebut disekitar lingkungan baru. Proses adaptasi sering menimbulkan tekanan sehingga tidak semua individu mampu melewati masa adaptasi. Namun sebaliknya seorang yang mampu melewati proses adaptasi dapat melanjutkan kehidupan yang asing (Allo & Santosa, 2018).

Berdasarkan penelitian didapatkan kecerdasan emosional dan dukungan sosial berperan terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang berasal dari luar pulau. Kecerdasan emosional lebih berperan dalam proses penyesuaian diri daripada dukungan sosial. Proses penyesuaian diri

pada kecerdasan emosional memiliki peran yang sangat signifikan dan faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu kecerdasan kecerdasan emosional. Dukungan sosial dan kecerdasan emosional menunjukkan secara bersama-sama berperan dalam penyesuaian diri. Jenis kelamin juga mempengaruhi proses penyesuaian diri. Laki-laki yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan matang secara sosial, outgoing dan ceria, tidak rentan terhadap rasa takut, mampu menunjukkan komitmen kepada individu lainnya, memiliki kapasitas pengambilan tanggung jawab, dan memiliki pandangan mengenai etika dan peduli menjalin hubungan. Perempuan cenderung bersikap tegas dan mengungkapkan perasaan secara langsung untuk menghadapi stres dengan baik (Widihapsari dan Susilawati, 2018)

Penyesuaian diri merupakan salah satu kemampuan yang harus dimiliki oleh setiap orang. Individu dalam melakukan penyesuaian diri biasanya menggunakan cara yang dapat untuk menyesuaikan pada lingkungan yang berujung untuk memenuhi kebutuhan. Mahasiswa baru yang secara keseluruhan yang dinilai dari aspek penyesuaian diri didapat sebanyak 17 responden (56.7%) yang dikategorikan penyesuaian diri baik sedangkan 13 responden (43.3%) penyesuaian dirinya dikategorikan kurang, penyesuaian diri adalah upaya mengubah diri sesuai dengan lingkungan atau sebaliknya mengubah lingkungan sesuai dengan dirinya (Bidjuni, 2016)

Hasil penelitian (Vidyanindita, Agustin, & Setyanto, 2017) yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret didapatkan ada perbedaan penyesuaian diri ditinjau dari daerah asal. Mahasiswa lokal cenderung lebih mudah untuk menyesuaikan diri dibanding dengan mahasiswa perantau. Mahasiswa perantau cenderung memiliki masalah dalam menyesuaikan diri, antara lain kurangnya penerimaan nilai, norma, atau aturan dilingkungan baru serta kurangnya penerimaan antar individu. Konsep diri juga mempengaruhi individu untuk menyesuaikan diri, yaitu

mahasiswa yang memiliki konsep diri tinggi (positif) cenderung lebih mudah untuk menyesuaikan diri daripada mahasiswa yang memiliki konsep diri rendah (negatif). Hasil penelitian ketiga ada perbedaan penyesuaian diri ditinjau dari tipe kepribadian. Tipe kepribadian ekstrovert lebih cenderung mudah untuk menyesuaikan diri dibanding dengan mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada siswa program psikologi islam, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kediri didapatkan hasil bahwa hanya tipe kepribadian *neuroticisme* dan tipe kepribadian *conscientiousness* mempunyai hubungan negatif dengan orientasi religiusitas. Semakin individu mempunyai kedua tipe kepribadian itu maka mempunyai kecenderungan orientasi religiusitas yang eksternal. Sedangkan tipe kepribadian *extrovert*, *agreeableness* dan *open to experience* mempunyai hubungan positif dengan orientasi religiusitas. Semakin individu mempunyai ketiga tipe kepribadian itu maka akan mempunyai orientasi religiusitas yang internal. (Suminta, 2016).

B. Permasalahan

Keberhasilan mahasiswa baru dalam melakukan penyesuaian diri dipengaruhi beberapa faktor-faktor, salah satunya adalah kepribadian. Tipe kepribadian merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi interaksi sosial . Tipologi Jung (dalam Alwisol, 2016) tipe kepribadian dibagi menjadi dua yaitu tipe kepribadian introvert adalah bersifat lebih tertutup dan tipe kepribadian ekstrovert yang lebih cenderung terbuka. Hasil penelitian (Wijaya, 2016) hasil klasifikasi data penyesuaian diri mahasiswa ekstrovert diperoleh sebanyak 56 % penyesuaian diri sedang, 28 % rendah, 16 % mempunyai penyesuaian tinggi. Pada mahasiswa tingkat penyesuaian diri pada tipe kepribadian introvert 52 % sedang, 28 % rendah, 20 % dengan kategori tinggi. Ada perbedaan yang signifikan dari penyesuaian diri mahasiswa berkepribadian ekstrovert dengan mahasiswa berkepribadian introvert.

C. Solusi

Emosi terkadang menguasai masalah pikiran kita yang akan berdampak pada cara berfikir untuk menyelesaikan suatu masalah, dalam hal tersebut ternyata dapat mempengaruhi dengan kepribadian individu. Masing-masing individu memiliki cara tersendiri untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Individu yang memiliki tipe kepribadian introvert menyelesaikan masalah dengan menyendiri ataupun dengan cara bermain musik, membaca, dan melakukan kegiatan yang disukai. Tipe kepribadian ekstrovert biasanya lebih mudah untuk menyesuaikan diri mereka lebih terbuka dan lebih mudah bergaul.

D. Luaran

Target luaran yang ingin dicapai adalah buku saku tentang penyesuaian diri pada mahasiswa baru berdasarkan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert.

E. Manfaat

Target luaran yang ingin dicapai adalah buku saku dapat bermanfaat bagi semua mahasiswa baru dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan baru. Buku saku ini juga dapat menjadi salah satu sumber informasi dan mengetahui tipe kepribadian individu. Sehingga mahasiswa baru dapat melakukan penyesuaian diri dengan mudah.