

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang

Mahasiswa adalah individu yang menempuh pendidikan pada taraf Perguruan Tinggi. Umumnya individu yang memasuki dunia perkuliahan adalah mereka yang mengalami masa transisi dari remaja menuju dewasa.

Arnett (2000), menyebutkan konsep perkembangan yang berfokus pada usia 18-25 tahun atau usia antara berakhirnya masa remaja menuju masa dewasa yang disebut dengan *emerging adulthood*. Arnett (2000), merumuskan *emerging adulthood* sebagai sebuah konsep tahap perkembangan yang jelas, yang memiliki karakteristik perubahan dan eksplorasi tujuan hidup seorang individu (dalam Santoso, Utario, Wahyuningsih, & Setyaningrum, 2009).

Menurut Chisholm & Hurrelmann (1995), peralihan antara usia belasan akhir ke usia dua puluhan adalah suatu masa yang sangat penting. Akhir-akhir ini cukup banyak pemuda yang berusaha meningkatkan terus tingkat pendidikannya dan berlatih berbagai macam keterampilan untuk menjadi dasar di dunia kerja kelak (dalam Santoso, Utario, Wahyuningsih, & Setyaningrum, 2009).

Montgomery & Cote (2003 dalam Papalia, Old, & Feldman, 2009), melaporkan bahwa “Perguruan Tinggi merupakan jalur penting menuju kedewasaan, walaupun hanya merupakan salah satu jalur dan baru belakangan ini menjadi pilihan yang paling umum” (h.153). Menurut Monks (2002), di Indonesia sebagian besar remaja yang lulus dari sekolah menengah, melanjutkan pendidikannya hingga ke Perguruan Tinggi (Estine, 2015).

Menjadi Mahasiswa di suatu Perguruan Tinggi merupakan hal yang baru bagi seorang individu, mengingat karakteristik Perguruan Tinggi berbeda dengan Sekolah Menengah Atas yang ditempuh sebelumnya. Proses penyesuaian diri Mahasiswa kepada tingkat pendidikan yang lebih tinggi sangatlah kompleks. Penyesuaian diri Mahasiswa terhadap Perguruan Tinggi

terjadi dalam konteks yang bermacam-macam dan dapat didefinisikan tergantung dengan istilah yang dipakai seperti akademik, personal, sosial dan bagaimana individu merasa bagian dari sebuah institusi (Stoklosa, 2015).

Stoklosa (2015), menyatakan bahwasanya dalam transisi ke Perguruan Tinggi, individu akan berhadapan dengan banyak tantangan dan kesulitan selama proses penyesuaian. Selanjutnya Arnett (2000); Dixon Rayley & Chung, (2007); Lamborn & Grosh, (2009); Skowron, Wester, & Azen (2004), dalam Stoklosa (2015), menyebutkan bahwa proses transisi melibatkan banyak penyesuaian dan mengharuskan pengambilan keputusan yang akan mengubah hidup individu, termasuk diantaranya adalah jauh dari keluarga (rumah), depresi, peningkatan kemandirian, membangun jaringan sosial yang baru, dan mengatasi tingkatan stres akademik yang berbeda-beda.

Selain itu di awal memasuki Perguruan Tinggi seorang individu akan dihadapkan pada tantangan dan tuntutan yang tidak mereka antisipasi sebelumnya. Tentu saja, semua hal itu bagi kebanyakan orang merupakan hal yang baru dan memungkinkan dapat menyebabkan berbagai emosi termasuk kekhawatiran dan kecemasan. “Ini merupakan perasaan khas individu dan merupakan bagian dari transisi perkembangan yang normal bagi individu yang memasuki Perguruan Tinggi” (Al-qaisy, 2010).

Memasuki Perguruan Tinggi mengharuskan individu untuk menghadapi banyak transisi, termasuk perubahan dalam pengaturan tempat tinggal, lingkungan akademis, dan jaringan pertemanan, yang harus disertai dengan beradaptasi terhadap kemandirian dan tanggung jawab yang lebih besar dalam kehidupan pribadi dan akademis individu. Meski banyak dari Mahasiswa yang berhasil melakukan transisi ke Perguruan Tinggi, ada beberapa Mahasiswa yang mengalami *maladjustment* emosional jangka panjang dan depresi (Wintre & Yaffe, 2000). Sehingga dalam hal ini Mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan dengan

baik kepada kehidupan Perguruan Tinggi. Namun dalam menghadapi permasalahan-permasalahan ini, terdapat Mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan mudah namun ada pula Mahasiswa yang kesulitan menghadapinya. “Tidak semua individu pada masa *emerging adulthood* mampu menguasai tugas perkembangan dan menikmati pengalaman yang memuaskan di Perguruan Tinggi. Sebagai hasilnya banyak Mahasiswa yang mengalami masalah dalam transisi ke Perguruan Tinggi, termasuk depresi, kesepian, kesulitan akademik, penyalahgunaan obat-obatan yang dapat mengarahkan pada ketidakpuasan, putusya hubungan dengan orang lain, dan rendahnya prestasi” (Caamaño-Isorna, Corral, Parada, & Cadaveira, 2008; Friedlander, Reid, Shupak, & Cribbie, 2007 dalam Fernanda et al., 2017).

Barker dan Syrik (1986), mendokumentasikan berbagai macam aspek penyesuaian diri Mahasiswa di Perguruan Tinggi yang mencakup *academic adjustment, social adjustment, personal-emotional adjustment, and institutional adjustment*. Mahasiswa dalam menyesuaikan dirinya di Perguruan Tinggi meliputi penyesuaian pada sistem akademik dan mampu mencari bantuan saat mereka merasa mendapatkan kesulitan dalam tugas perkuliahan. Serta mampu membangun jaringan sosial dan pertemanan di lingkungan Perguruan Tinggi, dengan tetap menjaga motivasi dan menjaga kesehatan fisiknya. Selain itu Mahasiswa dapat menyesuaikan dengan visi dan misi Perguruan Tinggi, dimana Mahasiswa merasa sebagai bagian dari lingkup Perguruan Tinggi dan/atau jurusan yang diambilnya.

Crede dan Nichorster (2012), mendefinisikan penyesuaian kepada lingkungan perguruan tinggi sebagai sejauh mana Mahasiswa dapat dengan cepat dan efektif menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan yang dihadapi di lingkungan Perguruan Tinggi, yang mengacu pada karakteristik pribadi Mahasiswa yang telah ada dan bukan merupakan proses dari transisi ke Perguruan Tinggi dan umumnya sudah ada sebelum masuk Perguruan Tinggi. Hal tersebut dapat termasuk emosi dan kekuatan perilaku, seperti *coping strategies, self-esteem, mental health*, dan lain sebagainya (dalam Stoklosa, 2015).

Selanjutnya Stoklosa (2015), menyatakan bahwa Mahasiswa yang dengan baik menyesuaikan dirinya kepada kehidupan Perguruan Tinggi akan dapat menghadapi kesulitan dalam bidang akademik, dan sosial dimana biasanya mereka mendapatkan nilai yang baik. Kemudian Julian & Veni (2012), menyebutkan bahwa penyesuaian kepada lingkungan universitas yang baik dapat dilihat dari keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas intitusional, kesejahteraan psikologis dan performa akademik yang baik (dalam Arjanggih & Kusumaningsih, 2016)

Akan tetapi kesulitan dalam menyesuaikan diri di Perguruan Tinggi bukan hanya berdampak pada pencapaian akademik Mahasiswa yang buruk, melainkan Mahasiswa akan merasa tertekan, cemas dan rentan menimbulkan stres psikologis. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Fuad & Zarfiel (2013), yang menemukan adanya hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri Mahasiswa baru dengan stres psikologi Mahasiswa baru Universitas Indonesia.

Tempat tinggal dan lingkungan baru pun mempengaruhi bagaimana seorang Mahasiswa beradaptasi dengan kehidupan kampusnya. Terlebih bagi Mahasiswa yang meninggalkan rumah orang tua mereka dan mulai hidup mandiri di lingkungan kampus (Al-qaisy, 2010). Dari banyak pilihan tempat tinggal yang tersedia di sekitar kampus beberapa Mahasiswa memilih tinggal di Pondok Pesantren. Tentu saja hal ini berpengaruh pada penyesuaian diri Mahasiswa pada kehidupan perkuliahannya, di mana pesantren sendiri merupakan lembaga yang memiliki sistem dan kegiatan yang berbasis keagamaan. Sehingga Mahasiswa baru yang tinggal di Pondok Pesantren harus dapat belajar membagi waktu antara aktivitas kampus dengan aktivitas Pesantren.

Salah satu pesantren Mahasiswa di lingkungan kampus UIN Sunan Gunung Djati Bandung adalah Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hillir. Yang menyediakan tempat tinggal untuk

Mahasiswa dengan menerapkan sistem pendidikan berbasis keagamaan. Dimana santrinya terdiri dari 96% Mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah dan menempuh pendidikan dalam prodi yang bermacam-macam dengan tingkat semester yang berbeda. Tanpa melihat asal daerah, prodi, dan tingkat semester, Mahasiswa tinggal bersama di masing-masing kamar yang telah disediakan, dimana setiap kamar terdiri dari 3-20 orang sesuai dengan kapasitas kamar yang tersedia. Pondok Pesantren Al-ihsan terdiri dari 12 asrama untuk putri dan empat asrama untuk putra.

Adapun kegiatan dan aktivitas yang harus diikuti oleh Mahasiswa yang menetap di Pondok Pesantren Al-ihsan adalah shalat berjama'ah, kegiatan mengaji empat kali sehari yaitu pengajian ba'da subuh, pengajian ba'da asar, pengajian ba'da magrib dan pengajian ba'da isya yang berakhir sekitar jam sembilan malam. Sedangkan aktivitas dan kegiatan lain yang harus diikuti selain pengajian adalah kegiatan muhadlarah yang diselenggarakan satu minggu sekali, serta kegiatan organisasi kesantrian yang bermacam-macam. Seperti organisasi pengurus Pondok Pesantren, organisasi pengurus asrama dan organisasi yang mengembangkan minat dan bakat Mahasiswa serta aktivitas kepanitiaan saat diselenggarakannya hari besar Islam atau hari penting di pesantren. Bagi Mahasiswa baru yang menghadapi tuntutan dan tantangan baru saat memasuki dunia perkuliahan tentu saja hal ini bukanlah hal yang mudah. Karena Mahasiswa baru yang tinggal di Pondok Pesantren diharuskan pula membagi waktunya dengan baik antara aktivitas dan tugas-tugas kampus yang merupakan kewajibannya dan aktivitas pesantren yang padat.

Data awal yang didapatkan pada bulan Desember 2017 dari 20 orang Mahasiswa tingkat pertama yang tinggal di Pondok Pesantren Al-Ihsan menyatakan bahwa mereka menghadapi kesulitan ketika memasuki dunia perkuliahan. Kesulitan tersebut dapat berupa tugas perkuliahan, menerima perbedaan antara teman, hubungan pertemanan, kesulitan dalam menyesuaikan dengan jurusan yang diambil serta kesulitan dalam mengatur waktu perkuliahan

dengan aktivitas di luar perkuliahan. Dari data yang didapatkan beberapa Mahasiswa di Pondok Pesantren Al-ihsan menghadapi kesulitan dalam mengatur waktu antara kegiatan yang diselenggarakan pesantren dengan kegiatan/tugas yang didapatkan dari kampus. Namun terlepas dengan lebih padatnya jadwal kegiatan Mahasiswa yang tinggal di Pondok Pesantren, beberapa Mahasiswa menganggap tinggal di Pondok Pesantren lebih aman dan membahagiakan karena selain mendapatkan ilmu di Perguruan Tinggi mereka pun mendapatkan ilmu keagamaan dengan tinggal di Pesantren.

Mahasiswa yang tinggal di Pondok Pesantren tentu saja akan berada dalam lingkungan yang membuat Mahasiswa lebih sering dalam melaksanakan praktik keagamaan. Dimana salah satunya adalah kegiatan pengajian yang merupakan kegiatan pesantren yang harus diikuti Mahasiswa yang tinggal di Pondok Pesantren. Pengajian di pesantren Al-ihsan merupakan pengajian kitab-kitab klasik dan kontemporer. Selain itu kegiatan organisasi yang ada di Pondok Pesantren Al-Ihsan merupakan organisasi yang mengembangkan minat dan bakat Mahasiswa yang terdiri dari Hifdzil Qur'an, Forum Dakwah Santri, Bahstul Kutub, serta Nasyid Shalawat dan Qashidah. Dimana biasanya para Mahasiswa memilih minimal satu dari kegiatan tersebut pada awal masuk Pesantren.

Banyaknya kegiatan Mahasiswa di Pondok Pesantren, menyebabkan Mahasiswa merasa kesulitan dalam membagi waktunya antara tugas-tugas perkuliahan dan aktivitas Pesantren. Saat merasakan kesulitan, berdasarkan data awal yang didapatkan dari beberapa Mahasiswa yang tinggal di Pondok Pesantren, Mahasiswa akan melakukan beberapa cara seperti berdo'a dan meminta bantuan kepada orang lain atau teman yang dianggapnya lebih mampu.

Doa merupakan salah satu ritual keagamaan yang merupakan salah satu aspek dari religiusitas, orang yang berdo'a secara tidak langsung percaya akan adanya Tuhan yaitu Allah

bagi umat Islam. Hal ini sebagaimana menurut Ruthven (2000), isi pokok dalam kepercayaan keagamaan adalah dengan kepercayaan adanya kehadiran Allah (dalam El-menouar, 2014). Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan Nader (2006), mengenai *coping strategy* terhadap stres pada 284 Mahasiswa di Universitas Qatar, menunjukkan hasil bahwa *coping strategy* yang umum digunakan oleh Mahasiswa adalah dengan berpikir positif dan pertolongan Allah (dalam Iruloh & Ukaebu, 2017).

Religiusitas atau keberagamaan menurut Glock and Stark dalam Robertson (1988), “ada lima macam dimensi religiusitas yaitu aspek keyakinan (ideologis), dimensi peribadatan atau praktek keagamaan (ritualistik), dimensi pengalaman/penghayatan (eksperensial), dimensi pengamalan (konsekuensi), dimensi pengetahuan agama (intelektual)” (Ancok & Suroso, 2011, h.76).

Menurut Crawford, Wright, & Masten (2006), religiusitas dan spiritualitas telah dikenal sebagai aset perkembangan yang digunakan para pemuda khususnya dalam menghadapi kesulitan (dalam Hall & Flanagan, 2013). Penelitian Merrill (2009), menemukan bahwa kepercayaan pada agama telah terbukti bermanfaat bagi orang-orang dalam mengatasi stres di kehidupan mereka. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa agama memiliki pengaruh yang menguntungkan baik terhadap hasil positif maupun negatif yang berkaitan dengan stres Mahasiswa (dalam Waithaka & Gough, 2017).

Ketika orang-orang yang religius mengalami kesulitan atau transisi dalam hidup, mereka sering melaporkan bahwa mereka bergantung pada agama atau kepercayaan spiritual yang mereka percayai untuk mendapatkan bimbingan atau dukungan dalam penyesuaian mereka (Bounds, 2008). Schafer dan King (1990), menyebutkan bahwa agama juga telah berperan sebagai sarana individu untuk mengatasi stres (*coping stress*), kemudian dalam

Markstrom (1999), agama berhubungan dengan meningkatnya *self-esteem* (dalam Good & Willoughby, 2006).

Mahasiswa yang menghadapi kesulitan atau permasalahan-permasalahan penyesuaian dalam transisi ke Perguruan Tinggi akan membutuhkan *coping*, dan agama adalah salah satu *coping* yang digunakan oleh beberapa Mahasiswa. Pondok pesantren banyak menyelenggarakan kegiatan keagamaan akan memperkuat keyakinan, menambah wawasan, seringnya melaksanakan ritual keagamaan serta seringnya mendapatkan pengalaman-pengalaman spritualitas bagi mereka yang mengikuti kegiatan yang diselenggarakan di Pesantren. Selain itu agama dan keyakinan tentang adanya Tuhan yang memiliki kekuasaan atas segala apa yang terjadi akan membantu Mahasiswa untuk berpikiran lebih positif.

Adapun dari hasil wawancara yang didapatkan dari 20 Mahasiswa tingkat pertama yang tinggal di Pondok Pesantren, didapatkan bahwa selain berdo'a beberapa Mahasiswa saat menghadapi kesulitan dalam kehidupan Perguruan Tinggi akan meminta bantuan kepada teman atau orang lain yang dianggapnya lebih mampu. Bantuan dan dukungan dari teman merupakan salah satu dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang didapatkan Mahasiswa ketika Mahasiswa merasakan kesulitan dalam menghadapi persoalan dalam perkuliahan.

Dukungan sosial dalam hubungannya dengan transisi ke universitas menurut Tao (2000), merupakan salah satu faktor penting dalam mengurangi emosi negatif seperti depresi, kesepian dan kecemasan (dalam Dreher, 2008). Kemudian menurut Baldwin (2003); Skowron (2004), Mahasiswa yang merasa mereka memiliki dukungan sosial cenderung tidak mengalami tekanan akademis dan lebih mungkin untuk berhasil mengatasi kehidupan kampus, bertahan, dan mencapai tujuan akademis mereka (dalam Zavatkay, 2015).

Menurut Uchino (2004, dalam Sarafino & Smith, 2011, h.81), dukungan sosial didefinisikan sebagai kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia bagi individu yang diberikan oleh orang lain atau kelompok tertentu. Dukungan sosial terdiri dari empat tipe, yaitu 1) *emotional/esteem support*, mencakup ekspresi kepedulian dan perhatian terhadap orang lain; 2) *informational support*, mencakup nasihat atau arahan terhadap orang lain; 3) *tangible support*, berupa bantuan langsung secara materi, misalnya seperti meminjamkan uang kepada teman yang membutuhkan atau menolong orang lain yang mengalami stres; 4) *belonging support*, berupa kehadiran orang lain yang berbagi aktivitas sosial bersama dan membuat seseorang merasa menjadi bagian dari kelompok. Sarafino & Smith (2011, h.81), mengungkapkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai, dihargai, serta dianggap sebagai bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga dan organisasi kemasyarakatan. Jika dikaitkan dengan penyesuaian diri pada Mahasiswa di lingkungan kampus, maka Mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial pada saat awal memasuki Perguruan Tinggi percaya bahwa mereka dicintai, dihargai, serta dianggap sebagai bagian dari kampus. Hal tersebut dapat membantu Mahasiswa dalam proses penyesuaian dirinya di lingkungan Perguruan Tinggi.

Menurut Zimet Dahlem, Zimet, & Farley (1988), dukungan sosial adalah keyakinan individu akan ketersediaan dukungan sosial dari keluarga, teman dan orang-orang terdekat (*significant others*) ketika ia membutuhkan.

Berdasarkan pemaparan di atas penulis tertarik untuk melihat bagaimana hubungan masing-masing variabel antara religiusitas dengan *college adjustment* dan dukungan sosial dengan *college adjustment* Mahasiswa yang tinggal di Pondok Pesantren. Oleh karena itu peneliti mengambil judul “Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *College Adjustment* (Studi pada Mahasiswa Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiruhilir Angkatan 2017).

Rumusan masalah

Bersasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan *college adjustment*?
2. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *college adjustment*?
3. Apakah terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *college adjustment*?

Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan *college adjustment*.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *college adjustment*.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *college adjustment*.

Kegunaan penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Secara teoritis. Penelitian ini diharapkan bisa memberikan atau menambah wawasan dalam ilmu psikologi perkembangan, dan memberi manfaat khususnya mengenai variabel religiusitas, dukungan sosial dan *college adjustment*. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan atau rujukan bagi penelitian yang memusatkan perhatian tentang religiusitas, dukungan sosial dan *collage adjustment*.

Secara praktis. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi penelitian selanjutnya yang tertarik dengan variabel penelitian religiusitas dan *college*

adjustment. Bagi calon Mahasiswa baru, diharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi tentang gambaran kehidupan di Perguruan Tinggi.

