

Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru IAIN Surakarta Dalam Menempuh Pembelajaran *Online* di Tahun Pertama Perkuliahan Selama Pandemi Covid-19

Enis Prastiwi^{1*}, Vera Imanti²

^{1,2}UIN Raden Mas Said Surakarta, Indonesia

Abstract

The transition from school to college during a pandemic has become more challenging. So that more self-adjustment skills are needed in order to adapt well to various demands in higher education. The research method used is qualitative with a descriptive analysis approach. Methods of data collection using interviews and documentation. Subjects were determined by purposive sampling technique. The results of research regarding the adjustment of new students personally show that they are responsible for their assignments. They try to manage their emotions well. In social adjustment they are able to establish social relationships, actively participate in organizations and engage in various activities. New students persist in attending online lectures, because there is support from their families.

Keywords: transition period; adjustment; online lecture

Abstrak

Masa transisi dari sekolah ke perguruan tinggi di masa pandemi menjadi lebih menantang. Sehingga dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih agar dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai tuntutan di perguruan tinggi. Metode Penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan analisis deskriptif. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara dan dokumentasi. Subjek ditentukan dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian mengenai penyesuaian diri mahasiswa baru secara pribadi menunjukkan bahwa mereka bertanggung jawab terhadap tugasnya. Mereka berusaha mengelola emosinya dengan baik. Dalam penyesuaian sosial mereka mampu menjalin hubungan sosial, aktif mengikuti organisasi dan terlibat berbagai kegiatan. Mahasiswa baru bertahan mengikuti perkuliahan daring, karena ada dukungan dari keluarga.

Kata Kunci: masa transisi; penyesuaian diri; perkuliahan daring

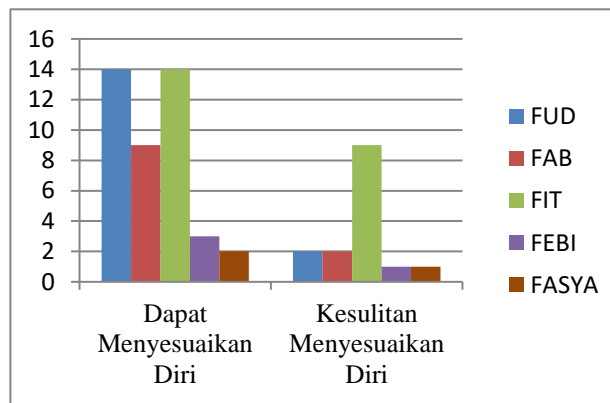
Pendahuluan

Saat ini seluruh mahasiswa di tanah air mengikuti perkuliahan secara daring, akibat adanya pandemi covid-19. Banyak kampus yang telah menetapkan kebijakan kuliah daring bagi seluruh mahasiswa, baik itu mahasiswa lama maupun mahasiswa baru dengan berbagai macam aplikasi yang digunakan untuk menunjang keberlangsungan pembelajaran melalui sistem daring. Berkenaan dengan masa transisi mahasiswa baru, masa transisi dari siswa menjadi mahasiswa memang membutuhkan waktu yang tidak singkat, karena masa transisi merupakan masa yang penting bagi mahasiswa baru dan pada masa transisi ini waktunya untuk mengenal dunia kampus. Penyesuaian merupakan suatu proses yang tidak dapat lepas dari kehidupan manusia, semua orang akan dihadapkan dengan permasalahan yang berkenaan dengan penyesuaian diri. Penyesuaian diri disamakan dengan adaptasi, yaitu suatu proses untuk mengetahui sejauh mana individu berinteraksi dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain dan menyelaraskan dirinya dengan lingkungan dimana ia tinggal. Kemudian dari berbagai ketegangan, frustrasi, dan konflik internal yang melibatkan reaksi mental dan perilaku, akhirnya membuat individu mencoba mengoordinasikan kebutuhan yang ada dengan melakukan penyesuaian (Semiun, 2006).

Berdasarkan penelitian dari FIKKes Universitas Muhammadiyah Semarang yang bekerjasama dengan PPNI Jawa Tengah, menginformasikan bahwa hasil penelitian menunjukkan dari 190 mahasiswa responden, mayoritas masalah psikologis yang dialami mahasiswa dalam proses pembelajaran daring yaitu kecemasan. Sebanyak 79 mahasiswa mengalami kecemasan ringan, 23 mahasiswa mengalami stres ringan dan 7 mahasiswa mengalami depresi ringan. Cemas yang berkepanjangan dan terjadi terus-menerus dapat

menyebabkan stres yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Stres merupakan salah satu reaksi atau respon psikologis manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi (Hasanah, Ludiana, Immawati, & PH, 2020).

Peneliti melakukan survei awal menggunakan *gooleforms* yang disebar secara random kepada mahasiswa baru angkatan 2020 untuk mengetahui penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa baru, berikut ini adalah hasil survei nya:



Grafik 1. Hasil Survei Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru

Dari survei awal yang sudah dilakukan peneliti, maka didapatkan data sebanyak 57 responden yaitu para mahasiswa baru angkatan 2020 yang ikut serta atau berpartisipasi mengisi *google forms*. Dari 57 responden tersebut, sebanyak 42 mahasiswa memberikan tanggapan bahwa mereka berusaha semaksimal mungkin untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai tuntutan yang harus dipenuhi di perguruan tinggi. Selanjutnya sebanyak 15 mahasiswa memberikan tanggapan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka fokus permasalahannya adalah bagaimana penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri baik bidang akademik maupun non akademik di tahun pertama perkuliahan yang dilaksanakan secara daring selama masa pandemi covid-19.

Penyesuaian Diri

Menurut Ghufron & Risnawita (2010) penyesuaian diri adalah salah satu aspek penting yang harus dimiliki manusia untuk menguasai perasaan yang tidak menyenangkan atau tekanan dari dalam maupun luar lingkungan, upaya untuk menyeimbangkan antara kebutuhan dan tuntutan lingkungan, serta menyelaraskan hubungan individu dengan lingkungan secara lebih luas. Menurut Sunarto & Hartono (2013) penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Purwaningsih (2019) penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, sehingga tercipta keselarasan antara individu dengan realitas.

Menurut (Ali & Asrori, 2015) penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan baik akan bereaksi terhadap dirinya dan lingkungan dengan cara yang efisien, matang, dan sehat, serta dapat mengatasi konflik mental dan frustrasi. Mustofa (2020) menjelaskan bahwa seorang individu dituntut bisa menyesuaikan diri terutama pada masa remaja, karena pada masa ini individu mulai berinteraksi dengan lingkup yang lebih luas. Menurut Desmita (2016) penyesuaian diri merupakan suatu proses yang

mencakup proses mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan dalam dirinya, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang dialami oleh dirinya sendiri. Sehingga dapat terwujudlah keselarasan antara tuntutan dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal.

Secara garis besar dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu usaha yang dilakukan oleh individu yang melibatkan proses mental dan perilaku dalam mengatasi berbagai tuntutan, ketegangan maupun konflik yang dialami kemudian menyelaraskannya untuk dapat memenuhi kebutuhan dirinya terhadap lingkungannya.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Sunarto & Hartono (2013) faktor-faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri sebagai berikut: (1). Kondisi-kondisi fisik seperti keturunan, konstitusi fisik, susunan saraf kelenjar, sistem otot, kesehatan, penyakit dan lain sebagainya. (2). Perkembangan dan kematangan khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional. (3). Penentu psikologis seperti pengalaman, belajar, pengkondisian, penentu diri, frustrasi, dan konflik. (4). Kondisi lingkungan khususnya keluarga dan lingkungan sosial. (5). Penentu budaya, termasuk agama.

Menurut Ali & Asrori (2015) penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik internal maupun eksternal. Faktor-faktor tersebut meliputi: (1). Faktor fisiologis meliputi kondisi-kondisi fisik. (2). Faktor psikologis meliputi pengalaman, hasil belajar, kebutuhan-kebutuhan, aktualisasi diri, rasa ketergantungan, perasaan ingin dikasihani, dan lain sebagainya. (3). Faktor perkembangan dan kematangan meliputi kematangan emosional,

sosial, moral, keagamaan, dan intelektual. (4). Faktor lingkungan meliputi lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, kebudayaan, dan agama. (5). Faktor budaya dan agama meliputi sumber nilai, norma, kepercayaan dan pola-pola tingkah laku.

Berdasarkan pendapat dari para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri berasal dari internal dan eksternal individu. Dari faktor-faktor tersebut akan memunculkan kesadaran untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami.

Mahasiswa

Menurut Santoso (2012) mahasiswa adalah orang yang terdaftar dan sedang belajar di perguruan tinggi, baik universitas, institut dan akademi. Mahasiswa adalah seorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2009).

Menurut Apriani (2017) mahasiswa baru merupakan peralihan dari masa remaja pertengahan (madya) ke masa remaja akhir atau status baru yang di sandang oleh remaja akhir, yang sedang duduk di bangku tahun pertama perkuliahan. Mahasiswa baru juga diartikan sebagai individu atau seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dan menuju kematangan pribadi (Mahmudah, 2013).

Mahasiswa termasuk dalam golongan remaja akhir dan mulai memasuki fase dewasa awal. Dewasa awal diartikan sebagai periode atau masa penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira berumur 40 tahun. Secara umum orang yang

memasuki fase dewasa awal akan disibukkan dengan masalah-masalah yang berhubungan dengan penyesuaian diri dalam berbagai aspek kehidupan. Pada masa dewasa awal dinilai sebagai masa terjadinya ketegangan emosional, masa keterasingan sosial, masa ketergantungan, masa untuk melakukan perubahan, masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru, dan masa untuk kreatif (Hurlock, 2010).

Berdasarkan pendapat dari para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah orang yang berproses menuju kematangan pribadi dan sedang menempuh pendidikan di lembaga perguruan tinggi negeri negeri maupun swasta seperti institut, universitas, sekolah tinggi, akademik, politeknik dan lain sebagainya.

Pembelajaran *Online*

Pembelajaran *online* merupakan suatu sistem yang dapat memfasilitasi siswa belajar lebih luas, lebih banyak, dan bervariasi. Melalui fasilitas yang disediakan oleh sistem tersebut dapat belajar kapan dan dimana saja tanpa terbatas oleh jarak, ruang, dan waktu (Riyana, 2015). Pembelajaran *online* atau daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran (Sadikin & Hamidah, 2020).

Pembelajaran *online* atau daring diartikan sebagai pembelajaran yang dilakukan dengan jarak jauh dengan bantuan internet (Handarini & Wulandari, 2020). Pembelajaran daring adalah sebuah proses pembelajaran yang berbasis elektronik. Salah satu media yang digunakan adalah jaringan *smartphone* dan komputer. Sistem pembelajaran daring ini tidak memiliki batasan akses dan

memungkinkan pembelajaran bisa dilakukan lebih banyak waktu (Suhery, Putra, & Jasmalinda, 2020).

Berdasarkan definisi-definisi diatas, pembelajaran *online* atau daring adalah suatu kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan dengan memanfaatkan jaringan internet dalam proses keberlangsungannya.

Metode

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan analisis deskriptif. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 7 mahasiswa yang ditentukan dengan menggunakan teknik purposive sampling dari hasil survei awal terhadap mahasiswa baru yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri mengikuti perkuliahan daring. Uji keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber data. Tahapan analisis data meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Shidiq & Choiri, 2019).

Hasil dan Pembahasan

Kelebihan dan Kekurangan Kuliah Daring

Dalam penelitian ini, subjek mengungkapkan bahwa perkuliahan daring ada kelebihan dan kekurangannya. Kelebihan dari kuliah daring yaitu dapat mengasah kreativitas, kemudian menjadi paham IPTEK, dapat mengikuti perkuliahan dari rumah sambil melakukan kegiatan lain. Selain itu dapat terhubung dengan orang lain dari berbagai daerah lewat berbagai platform media sosial. Untuk kekurangan kuliah daring yaitu dalam proses pembelajarannya menjadi kurang maksimal dan

kurang memuaskan karena dalam penyampaian materi perkuliahan dinilai kurang jelas. Kebanyakan hanya diberi tugas terus menerus, tidak ada penjelasan lanjutan mengenai materi perkuliahan, kemudian tidak dapat berinteraksi secara langsung baik dengan teman-teman maupun dengan dosen. Hal ini mengakibatkan subjek terhambat dalam mengikuti proses pembelajaran. Selain itu subjek juga mengalami kesulitan mencari literatur bacaan pendukung kuliah, dan belum bisa mengenal lingkungan kampus secara keseluruhan.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Vani (2016) kebanyakan mahasiswa baru selama menyesuaikan diri di perguruan tinggi banyak mengalami beberapa kendala selama kuliah di satu semester, kurangnya interaksi dengan teman kuliah, sulit menerima materi yang dipelajari, yang mengakibatkan subjek terhambat dalam mengikuti proses belajar mengajar di kelas, berinteraksi dengan lingkungan baru. Selain itu, hasil penelitian dari Sadikin & Hamidah (2020) melaporkan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang kesulitan dalam memahami materi perkuliahan yang diberikan secara daring. Bahan ajar biasa disampaikan dalam bentuk bacaan yang tidak mudah dipahami secara menyeluruh oleh mahasiswa. Mereka berasumsi bahwa materi dan tugas tidak cukup karena perlu penjelasan secara langsung oleh dosen.

Menurut Desmita (2016) penyesuaian diri yang baik dapat dilihat dari salah satu aspek kepribadian yaitu tanggung jawab. Berkenaan dengan tanggung jawab dapat terlihat dari sikap produktif individu dalam mengembangkan diri dan kemampuan bertindak independen. Hal ini sejalan dengan yang dilakukan oleh subjek yaitu menyelesaikan tugas perkuliahan dengan semangat dan tidak menghindari tugas yang diberikan oleh dosen, karena ada kesadaran di dalam dirinya untuk

memenuhi kewajibannya sebagai mahasiswa. Namun ada juga beberapa subjek yang berkeinginan untuk menghindar ketika diberi tugas perkuliahan, dikarenakan pemberian tugas selalu ada, dimana terkadang tugas sebelumnya belum selesai dikerjakan tetapi sudah diberi tugas lagi. Hal ini menimbulkan rasa malas untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas perkuliahan. Meskipun demikian, para mahasiswa bertanggung jawab untuk menyelesaikan tugas perkuliahan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Hasil penelitian dari Wirakesuma (2021) juga mengatakan bahwa kuliah daring membuat mahasiswa cenderung menjadi lebih mudah jenuh dan menambah tingkat stress mahasiswa. Ditambah dengan tugas kuliah yang sulit-sulit. Tetapi Individu dituntut untuk mandiri agar dapat melakukan tugas dan tanggung jawab yang diharapkan dan penting adanya komitmen terhadap tugas pada mahasiswa agar dapat menghindari terlambatnya mahasiswa dalam mengumpul tugas dan menghindari mahasiswa mendapat nilai pas-pasan.

Kematangan Emosi

Desmita (2016) mengatakan bahwa kematangan emosional individu meliputi kemandirian suasana kehidupan emosional, suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain, kemampuan untuk santai dan gembira serta menyatakan kejengkelan, sikap dan perasaan terhadap kenyataan diri sendiri. Dalam hal ini sesuai dengan yang dilakukan para subjek yaitu mampu menyatakan ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialami dirinya sendiri. Seperti saat mereka sudah merasakan kejengkelan, kekesalan, maupun hal-hal yang membuatnya tidak senang, maka mereka akan mengambil tindakan dan meluapkan emosinya. Para mahasiswa baru meluapkan emosi mereka

Enis Prastiwi, Vera Imanti

dengan mengalihkannya ke hal-hal yang positif dan menghindari hal-hal yang mengarah dalam keburukan. Hasil penelitian dari Hasanah (2020) didapatkan 55,8% mahasiswa merasa stres selama pandemi Covid-19 disebabkan proses pembelajaran daring yang membosankan. Kepribadian sangat berpengaruh terhadap bagaimana seseorang mengolah stresor sehingga menimbulkan dampak stres yang berbeda. Dampak negatif dari stres terhadap mahasiswa dapat berupa penurunan konsentrasi dan pemusatan perhatian selama kuliah, penurunan minat, demotivasi diri bahkan dapat menimbulkan perilaku kurang baik seperti sengaja terlambat datang ketika kuliah. Selain itu hasil penelitian dari Muslim (2020) mengatakan bahwa berbincang dan berbagi cerita dengan orang-orang yang dapat dipercaya bisa membantu mengurangi rasa tertekan yang dialami dan mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki untuk mengatur emosi selama masa pandemi ini, sehingga dapat menghadapi stress dengan cara yang sehat.

Penerimaan Diri

Fatimah (2010) Keberhasilan penyesuaian diri pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, tidak ada keinginan untuk lari dari kenyataan. Hal ini sesuai dengan penerimaan diri yang dilakukan oleh subjek terhadap berbagai permasalahan yang dihadapi, dimana mereka cenderung untuk menikmati prosesnya, lebih banyak bersabar, merenung, menjalani semua apa adanya, sesekali juga menyempatkan waktu untuk liburan untuk menenangkan pikiran, menyemangati dan memotivasi diri sendiri, dan mengingat kembali tujuan yang ingin dicapai. Sehingga pada akhirnya secara perlahan mampu menerima segala nasib, keadaan, maupun kenyataan yang sedang dihadapi dan memilih untuk tetap bertahan mengikuti perkuliahan karena

mendapatkan dukungan dari keluarga terutama orang tua. Selain itu, adanya motivasi dari diri sendiri dan adanya harapan-harapan atau cita-cita yang ingin diwujudkan kedepannya, seperti ingin mendapatkan pekerjaan yang layak, menjadi orang yang berguna bagi orang lain, nusa, bangsa, agama, dan yang paling penting dapat mengangkat derajat orang tua serta membahagiakannya.

Seperti hasil penelitian dari Nangkut (2018) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bisa dikatakan sebagai pribadi utuh ialah mahasiswa yang mampu bertahan dalam segala macam perubahan yang terjadi, mahasiswa yang mampu memenuhi tuntutan yang ada dalam setiap tahap kehidupan entah tuntutan sosial ataupun akademik, mahasiswa yang mampu memenuhi segala kebutuhan diri sendiri, mahasiswa yang mampu mengatasi ketegangan, mahasiswa yang mampu mengatasi konflik yang terjadi, dan mahasiswa yang mampu mengelola frustrasi dengan baik. Selain itu, penelitian dari Isdiyah & Ernawati (2021) dapat digambarkan bahwa mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik ditandai dengan mampu memenuhi aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi dengan baik.

Kematangan Sosial

Menurut Fatimah (2010) keberhasilan individu dalam melakukan penyesuaian sosial terlihat dari kemampuan individu untuk membangun hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Seperti yang dilakukan oleh subjek dalam membangun hubungan sosial di masa pandemi ini, mereka memanfaatkan media sosial untuk berkomunikasi, menambah relasi pertemanan. Kemudian aktif

mengikuti organisasi-organisasi dikampus baik organisasi internal maupun eksternal, sehingga bisa saling mengenal antar sesama mahasiswa yang seangkatan maupun kakak tingkat. Tetapi ada juga beberapa mahasiswa yang lebih suka membangun hubungan sosial dengan cara ketemu langsung atau berinteraksi secara langsung. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Jong (2018) bahwa Ketika individu memiliki karakteristik yang mudah beradaptasi maka individu tersebut cenderung dapat lebih mudah memposisikan dirinya dalam bergaul. Sedangkan untuk keaktifan dalam hubungan sosial itu tercermin ketika individu mampu aktif dalam melaksanakan hubungan dengan masyarakat baru dan aktif mengikuti segala kegiatan sesuai dengan apa yang ada di lingkungan barunya.

Menurut Desmita (2016) menyatakan bahwa kematangan sosial individu meliputi keterlibatan dalam partisipasi sosial, kesediaan kerja sama, kemampuan kepemimpinan, sikap toleransi, dan keakraban dalam pergaulan. Di masa pandemi ini subjek mengatakan bahwa untuk kualitas hubungan sosial yang sudah terjalin sesama anggota organisasi maupun teman dekat sudah menunjukkan respon yang baik seperti saling membantu, saling mendukung, saling menyemangati dan saling menjaga komunikasi untuk menjaga keakraban dalam pergaulan. Kemudian hasil penelitian dari Astrini (2011) mengatakan bahwa dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa baru juga memberikan pengaruh terhadap kemampuannya menyesuaikan diri. Nasehat dan dukungan dari lingkungan menyebabkan seorang mahasiswa baru aktif mencari pemecahan masalah dan aktif dalam mencari informasi. Hal ini membuat mahasiswa baru dapat menghadapi berbagai macam stresor yang ada dari lingkungan sekitarnya dan memfasilitasi proses penyesuaian diri yang positif. Namun ada beberapa subjek yang

mengeluhkan mendapatkan respon yang kurang baik terutama teman-teman sekelasnya dikarenakan belum pernah ketemu maupun komunikasi secara langsung, hanya mengenal lewat media sosial itupun sebatas kenal nama dan tidak akrab. Sehingga rasa kebersamaannya belum bisa terbentuk dan yang paling mendominasi rasa individualnya. Selain itu, untuk kematangan sosialnya sebagian mahasiswa sudah baik tercerminkan dalam keterlibatan partisipasi sosial seperti aktif dengan berbagai kegiatan sosial yang diadakan di dalam organisasi tersebut. Tetapi sebagian yang lain belum bisa mengikuti organisasi kampus dikarenakan situasi dan kondisinya tidak mendukung. Dari hasil penelitian Rahayu & Arianti (2020) dalam penelitiannya mengatakan bahwa masih terdapat sebagian kecil mahasiswa yang melaporkan skor penyesuaian sosial yang rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa dibandingkan dengan teman-teman seangkatannya, mereka merasa kesulitan untuk terlibat dengan lingkungan sosialnya, lebih sulit menjalin relasi yang hangat dan akrab dengan orang lain di lingkungan kampus.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, penyesuaian diri mahasiswa baru secara pribadi sudah menunjukkan bahwa mereka bertanggung jawab terhadap tugasnya, mereka tetap berusaha menyelesaikan tugas perkuliahan meskipun menemui berbagai kendala. Diantaranya minimnya literasi dan banyaknya tugas dari beberapa mata kuliah. Dengan demikian mahasiswa baru perlu melakukan penyesuaian diri dalam hal manajemen waktu, sebagai salah satu bentuk tanggung jawab dan agar tugas tidak menumpuk. Begitu pula dalam mengelola emosi, para mahasiswa baru berusaha untuk mengelola emosinya dengan baik,

seperti menikmati setiap prosesnya dengan lebih banyak bersabar, merenung, dan menjalani semua apa adanya. Dengan demikian mereka tidak akan melakukan hal-hal yang sifatnya merugikan dan membawa dampak buruk bagi diri sendiri maupun orang lain.

Kemudian dalam hal membangun relasi pertemanan di masa pandemi ini, para mahasiswa baru memanfaatkan berbagai platform media sosial yang ada agar tetap terhubung dengan orang lain. Beberapa mahasiswa baru juga sudah aktif mengikuti organisasi-organisasi yang ada di kampus. Selain itu ikut berpartisipasi dalam berbagai kegiatan sosial yang diadakan di organisasi tersebut. Selanjutnya, untuk kualitas hubungan yang sudah terjalin ada beberapa mahasiswa mendapatkan respon baik dari teman maupun kakak tingkatnya. Namun, ada sebagian mahasiswa baru yang mengeluhkan bahwa mereka mendapatkan respon yang kurang baik dari teman-teman sekelasnya.

Daftar Pustaka

- Ali, & Asrori. (2015). *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Apriani, R. (2017). Keefektifan Teknik Group Exercise Untuk Peningkatan Persistence Pada Remaja Akhir. Universitas Pendidikan Indonesia. <http://repository.upi.edu/32017/>
- Astrini, A. (2011). Masa Orientasi dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru. *Humaniora*, 2(1), 452-458. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v2i1.3055>
- Desmita. (2016). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fatimah. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: CV Pustaka Setia.

- Ghufron, & Risnawita. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503. <https://doi.org/10.26740/jpap.v8n3.p496-503>
- Hartaji, R. D. A. (2009). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orang Tua. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. <https://docplayer.info/34427591-Motivasi-berprestasi-pada-mahasiswa-yang-berkuliah-dengan-jurusan-pilihan-orang-tua.html>
- Hasanah, U., Ludiana, L., Immawati, I., & Livana, P. H. (2020). Psychological description of students in the learning process during pandemic COVID-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 8(3), 299-306. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.3.2020.299-306>
- Hurlock, E. (2010). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Hidup*. In Erlangga.
- Isdiyah, I., & Ernawati, E. (2021). Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir IAIN Surakarta Di Tengah Pandemi Covid-19. *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 2(1), 45–68. <https://doi.org/10.22515/ajpc.v2i1.3478>
- Jong, M. D. (2018). Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Asal Alor NTT Di Kota Malang. Psikologi UIN Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/13710/>
- Mahmudah, W. (2013). Hubungan Antara Gaya Kelekatan Dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. UIN

-
- Maulana Malik Ibrahim Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/1828/>
- Muslim, M. (2020). Manajemen stress pada masa pandemi covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-201. <https://doi.org/10.55886/esensi.v23i2.205>
- Musthofa, M. (2020). Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(2), 242-266. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.242-266>
- Nangkit, Y. R. S. (2018). Tingkat penyesuaian diri mahasiswa (studi deskriptif pada mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Keguruan dan ilmu pendidikan universitas sanata dharma yang berasal dari NTT (Universitas Sanata Dharma). *Universitas Sanata Dharma*. <https://repository.usd.ac.id/31390/2/141114018>
- Purwaningsih, S. (2019). Penyesuaian Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy di Sekolah. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 1-18. <https://doi.org/10.18326/ijip.v1i1.1-18>
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama di Perguruan Tinggi: Studi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73-84. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Riyana, C. (2015). Produksi Bahan Pembelajaran Berbasis Online. *Modul Pembelajaran Universitas Terbuka Tangerang Selatan*, Penerbit Universitas Terbuka.
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19: (*Online Learning in the Middle of the Covid-19*)

Santoso, B. (2012). *Definisi, Peran Dan Fungsi Mahasiswa*. Dikutip dari <http://pamuncar.blogspot.com/2012/06/definisi-peran-dan-fungsi-mahasiswa.html>

Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 1*. Yogyakarta: Kanisius.

Shidiq, U., & Choiri, M. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan*. Cetakan I. Nata Karya, Ponorogo.

Suhery, S., Putra, T. J., & Jasmalinda, J. (2020). Sosialisasi Penggunaan Aplikasi Zoom Meeting dan Google Classroom Pada Guru Di SDN 17 Mata Air Padang Selatan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(3), 129–132. <https://doi.org/10.47492/jip.v1i3.90>

Sunarto., & Hartono. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Vani, E. (2016). Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. <http://eprints.ums.ac.id/48450/>

Wirakesuma, R. A. (2021, January 6). Pengaruh Perkuliahan Dan Tugas Secara Daring Terhadap Mahasiswa. <https://doi.org/10.31234/osf.io/9jfhr>