

PENYESUAIAN DIRI DAN SOSIAL MAHASISWA KERJASAMA ASAL MENTAWAI DI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA TAHUN 2012

ADJUSTMENT AND SOCIAL OF COOPERATION STUDENTS FROM MENTAWAI AT YOGYAKARTA STATE UNIVERSITY IN 2012

Oleh : Arsenius Sukri Sapeai, program studi bimbingan dan konseling, universitas negeri yogyakarta
: arseniussukrisapeai@yahoo.co.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan penyesuaian diri mahasiswa Mentawai di UNY. Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus. Penelitian dilaksanakan November dan Desember 2016. Penelitian dilakukan di kampus dan di tempat tinggal subjek penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta pada aspek personal dan sosial baik. Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa Mentawai yaitu budaya, bahasa, kultur, agama, masyarakat dan perguruan tinggi.

Kata kunci: *penyesuaian diri dan sosial mahasiswa Mentawai*

ABSTRACT

This study aims to describe the adjustment of Mentawai students at YSU. This research is a case study research. The study was conducted in November and December 2016. The study was conducted on campus and in residence of research subjects. The results showed that the adjustment of self Mentawai student cooperation at Yogyakarta State University on the personal and social aspects is good. Factors that affect the adjustment of Mentawai students are culture, language, culture, religion, society and college.

Keywords: *Adjustment and social of Mentawai student*

PENDAHULUAN

Setiap individu mempunyai keinginan untuk mengubah diri menjadi lebih baik. Hal ini bisa disebabkan lingkungan tempat tinggalnya kurang baik, ingin mencari pengalaman hidup serta ingin menuntut ilmu yang lebih tinggi di perguruan tinggi. Berbagai cara yang dapat dilakukan oleh individu untuk mewujudkan tersebut salah satunya adalah pergi ke daerah lain atau yang biasa disebut merantau. Para perantau yang pergi ke daerah lain dengan alasan pendidikan dan mencari keterampilan pada umumnya adalah mahasiswa. Fenomena mahasiswa perantau umumnya bertujuan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik pada bidang

yang diinginkan. Mahasiswa perantau dihadapkan pada berbagai perubahan dan perbedaan di berbagai aspek kehidupan, seperti pola hidup, interaksi sosial, serta tanggung jawab terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan sehingga dituntut untuk menyesuaikan diri.

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu. Banyak individu yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan dan dalam masyarakat pada umumnya. Tidak jarang pula ditemui bahwa orang-orang mengalami stres dan depresi

disebabkan oleh kegagalan mereka untuk melakukan penyesuaian diri dengan kondisi penuh tekanan. Sesuai dengan pengertiannya, maka tingkah laku manusia dapat dipandang sebagai reaksi terhadap berbagai tuntutan dan tekanan lingkungan tempat individu hidup.

Semua makhluk hidup secara alami dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan, agar dapat bertahan hidup. Namun pada kenyataannya, banyak individu yang gagal dalam menyesuaikan diri karena individu belum tentu tahu apa yang dinamakan dengan proses penyesuaian diri, selain itu individu tidak memiliki konsep penyesuaian diri dan tidak melakukan penyesuaian diri dengan baik. Hal ini sangat berpengaruh terhadap kehidupan individu dalam menghadapi segala tantangan dan perubahan-perubahan yang akan terjadi nanti. Dalam perkembangan hidupnya, manusia dihadapkan pada dua peran yaitu sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial, manusia selalu membutuhkan kehadiran orang lain untuk melakukan interaksi. Oleh karena itu, manusia harus dapat melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan di sekitarnya. Penyesuaian diri merupakan kebutuhan untuk mempertahankan hidup sebagai manusia (Gerungan, 2004:59).

Mahasiswa kerjasama asal Mentawai yang menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta pada tahun 2012 yang dibiayai oleh pemerintah daerah Mentawai sebanyak 56 orang. Dari 56 orang tersebut tersebar diberbagai fakultas yang ada di Universitas Negeri Yogyakarta diantaranya sebanyak 39 mahasiswa di Fakultas

Ilmu Pendidikan (FIP), 3 mahasiswa di Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA), 3 mahasiswa di Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), 3 mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial (FIS), 1 mahasiswa di Fakultas Ekonomi (FE), 3 mahasiswa di Fakultas Teknik (FT), dan 4 mahasiswa di Fakultas Bahasa dan Seni (FBS). Dari 56 mahasiswa, hingga tahun 2016 sebanyak 5 mahasiswa gagal menyelesaikan studinya. Hal tersebut sangat disayangkan, karena menyia-nyiaakan kesempatan mengenyam pendidikan tinggi di Universitas Negeri Yogyakarta dengan biaya dari pemerintah daerah kabupaten kepulauan Mentawai.

Penyebab beberapa mahasiswa kerjasama asal Mentawai gagal menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta ialah sebagai berikut. Dari program studi PGSD, satu mahasiswa gagal, karena hamil diluar nikah. Dari program studi pendidikan bahasa inggris, dua mahasiswa gagal, karena merasa tidak mampu mengikuti proses perkuliahan. Dari program studi teknik sipil, satu mahasiswa dinyatakan gagal karena tidak mengikuti beberapa ujian akhir semester, dan tidak melakukan registrasi (KRS) untuk semester berikutnya. Dari program studi PJKR, satu mahasiswa tidak bisa menyelesaikan pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta karena sering sakit, sehingga melakukan transfer ke Universitas Negeri Padang dengan maksud supaya dekat dengan tempat tinggal orangtua mahasiswa tersebut.

Dari penyebab beberapa mahasiswa kerjasama asal Mentawai gagal menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri terhadap lingkungan yang

baru sangat penting. Perbedaan budaya dan bahasa menjadi penyebab sulitnya dalam menyesuaikan diri. Ketidakmampuan beberapa mahasiswa kerjasama asal Mentawai dalam menyesuaikan diri menjadi penyebab kegagalan mahasiswa tersebut dalam menyelesaikan pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. Dari hasil observasi dan diskusi beberapa mahasiswa yang berasal dari Mentawai. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai kurang terlibat dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), tidak terbuka terhadap orang lain, serta sulit menjalin komunikasi/berinteraksi dengan orang lain; baik di kampus, kos, maupun di lingkungan masyarakat.

Mahasiswa asal Mentawai angkatan tahun 2012 merupakan mahasiswa angkatan pertama yang kuliah di Universitas Negeri Yogyakarta yang berasal dari Mentawai. Hal ini sangat menyulitkan mahasiswa kerjasama asal Mentawai untuk menyesuaikan diri. Keberhasilan mahasiswa asal Mentawai untuk menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta akan menjadi bahan pertimbangan pemerintah daerah kabupaten kepulauan Mentawai untuk meneruskan kerjasama dengan Universitas Negeri Yogyakarta dalam bidang pendidikan. Sulitnya penyesuaian diri terhadap lingkungan yang baru dapat berdampak buruk terhadap kehidupan sosial dan prestasi belajar individu itu sendiri. Hal tersebut membuat individu merasa minder dengan yang lainnya. Dalam bidang akademik, individu tidak bisa menyelesaikan studinya atau gagal karena tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungan yang baru. Masih banyak hal buruk yang terjadi bila individu tidak mampu menyesuaikan diri di lingkungan yang baru.

Penelitian ini sangat penting dilakukan karena bila tidak diteliti maka akan berdampak banyaknya mahasiswa kerjasama asal Mentawai yang gagal menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta.

Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan November dan Desember 2016. Penelitian dilaksanakan di kampus dan di rumah kos. Penelitian itu dilakukan sesuai dengan tempat tinggal (kos) mahasiswa kerjasama asal Mentawai yang menjadi subjek penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini berupa triangulasi teknik dan sumber.

Hasil Penelitian

Analisis data diperoleh dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan terhadap 8 orang mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan subjek penelitian atau narasumber, dapat dianalisis tentang penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2012.

1. Penyesuaian Personal

Merupakan penyesuaian yang diarahkan kepada diri sendiri. Penyesuaian diri personal meliputi penyesuaian diri fisik dan emosi;

penyesuaian diri seksual; dan penyesuaian diri moral dan realitas.

Dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan dapat diketahui bagaimana penyesuaian diri personal mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta.

a. Penyesuaian diri fisik dan emosi

Penyesuaian diri ini melibatkan respon-respon fisik dan emosi. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta tidak semuanya punya kesehatan yang baik dan bisa mengontrol emosi. Dari hasil wawancara diketahui bahwa semua subjek penelitian merasa senang dan bangga berada di Yogyakarta dan menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. Dan hal itu dibuktikan dengan pernyataan J (W.1.S.1).

“Senang dan dan bersyukur, karena tidak semua orang yang punya keinginan masuk PTN itu terwujud.”

Hal tersebut diperjelas dengan pernyataan Hd (W.1.S.4) yang mengatakan:

“Pertama-tama saya sangat senang bisa kuliah disalah satu kota pelajar yang ada di Yogyakarta, tepatnya di Universitas Negeri Yogyakarta. Saya sangat bangga menjadi bagian dari Universitas Negeri Yogyakarta yang termasuk kampus yang pendidikannya lumayan baguslah di Yogyakarta, apalagi dibidang pendidikan. Jadi saya sangat bangga.”

Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2012 sangat bersyukur bisa melanjutkan pendidikannya di Yogyakarta. Sementara dalam hal mengontrol emosi, masih ada mahasiswa

kerjasama asal Mentawai yang belum bisa mengontrol dan mengedalikan emosinya. Seperti yang dikatakan Ar (W.1.S.3) :

“Hubungan saya dengan teman sekelas baik-baik saja. Tapi ada satu atau dua kali pernah ada perbedaan pendapat dan salah paham akhirnya bertengkar juga. Sering bertengkar, berantam juga, jadi agak renggang sampai saat ini belum ada kata maaf dan memaafkan.”

Hal itu membuktikan kalau subjek Ar belum bisa mengontrol emosinya yang mengakibatkan pertengkaran dengan salah seorang teman di kelasnya. Sementara subjek lain yang ditanyai dengan perasaan dia selama di Yogyakarta (W.2.S.2) yang mengatakan:

“Sangat nyaman walaupun rasa kangen kepada orangtua dan keluarga tidak pernah hilang.”

Apa yang dirasakan oleh Md adalah sesuatu yang wajar karena jarang bertemu dengan keluarganya di kampung (Mentawai) sementara dia sendiri di Yogyakarta. Sedangkan Wn (W.2.S.7) mengatakan:

“Senang dan nyaman maunya gak pergi-pergi dari Yogya”.

Hal tidak jauh berbeda diungkapkan oleh Hd (W.2.S.4) yang mengatakan:

“Kalau perasaan saya sangat-sangat senang, apalagi Yogyakarta ini boleh dikatakan aman. Terus kalau pergaulannya tergantung pribadi, kalau mau kearah positif atau negatif tergantung kegiatannya.”

Dari hasil pengamatan atau observasi yang dilakukan, masih ada mahasiswa Mentawai yang terlibat pertengkaran, salahpahaman, dan beda pendapat antar sesama mahasiswa dari Mentawai di Yogyakarta. Hal tersebut

menyebabkan adanya jarak diantara mereka (yang terlibat pertengkaran).

Penerimaan diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta yang diungkapkan oleh subjek penelitian sebagai berikut:

J (W.1.S.1) : “Ya. Dengan kondisi saya saat ini, saya menjalani kehidupan ini dengan senang hati.”

Rr (W.1.S.5): “Ya, saya bersyukur dengan apa yang diberikan Tuhan kepada saya.”

Sn (W.1.S.6): “Apapun keadaan saya, saya menerima kelebihan maupun kekurangan yang saya miliki.”

Sementara mahasiswa kerjasama asal Mentawai juga mengungkapkan kemampuan mereka dalam mengendalikan diri.

Ar (W.1.S.3) : “Ya. Tapi terkadang lupa waktu kalau sudah main kartu dam PS dengan teman.”

Wn (W.1.S.7) : “Ya. Walaupun saya banyak bergaul dengan orang lain, namun saya tidak mau terpengaruh ke arah negatif.”

b. Penyesuaian diri seksual

Merupakan kapasitas bereaksi terhadap realitas seksual. Sepanjang pengetahuan dan dari hasil pengamatan terhadap subjek penelitian, semua subjek yang diteliti normal. Hal tersebut dapat dipastikan karena seluruh subjek yang diteliti sudah memiliki pacar.

c. Penyesuaian diri moral dan religi

Merupakan kapasitas untuk memenuhi moral kehidupan secara efektif dan bermanfaat yang dapat memberikan kontribusi ke dalam kehidupan yang baik dari individu. Hasil

observasi membuktikan masih ada sebagian mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta yang jarang beribadah maupun sholat. Tapi sejauh ini tindakan yang dilakukan terhadap orang lain masih bersifat positif.

Md (W.1.S.2) : “Jujur, saya jarang pergi untuk ibadah.”

Hd (W.1.S.4) : “Saya melaksanakan ibadah tiap minggu.”

Mm (W.1.S.8) : “Saya melaksanakan ibadah, walaupun tidak rutin tiap minggu.”

Secara keseluruhan penyesuaian diri personal mahasiswa asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta sehat secara jasmani dan rohani, bisa menerima diri dengan baik, bisa mengarahkan diri, dan bisa mengontrol diri dengan baik. Walaupun ada beberapa orang yang belum baik dalam mengontrol emosinya.

2. Penyesuaian Sosial

a. Penyesuaian diri terhadap rumah dan keluarga

Penyesuaian diri ini menekankan hubungan yang sehat antar keluarga, otoritas orangtua, kapasitas tanggung jawab berupa pembatasan dan larangan. Rumah yang dimaksudkan ialah tempat tinggal (kos) subjek yang diteliti. Ini jawaban beberapa subjek ketika ditanya mengenai hubungan dan interaksi subjek dengan pemilik kos.

W.2.S.1 : “Kurang baik, bisa terjadi karena pembayara kos terlambat, pemilik kos imagenya cepat berubah.”

W.2.S.2 : “Baik, tapi kalau uang kos sudah telat pasti saya agak menjaga jarak. Itu karena uang kos belum bisa

dilunasi karena uang dari pemda Mentawai telat.”

W.2.S.6 : “Terkadang hubungan saya dengan pemilik kos baik, akan tetapi tergantung pemilik kosnya. Saya kurang berinteraksi dengan pemilik kos.”

Jawaban subjek di atas memperlihatkan bagaimana hubungan dan interaksi mereka dengan pemilik kos yang mereka tempati. Sementara subjek yang lain menjawab hubungan dan interaksi mereka dengan pemilik kos baik walaupun jarang berkomunikasi. Sementara hubungan dan interaksi mereka dengan teman satu kos baik. Seperti jawaban beberapa subjek mengatakan:

W.2.S.1 : “Terjadi miss komunikasi, mungkin perbedaan regional, bahasa, kultur dan agama.”

W.2.S.4 : “Biasa-biasa saja, karena mereka punya kesibukan masing-masing”.

W.2.S.6 : “Hubungan saya dengan teman satu kos baik, karena teman kos saya berasal dari daerah yang sama dengan saya. Interaksi dengan teman kos baik, sering bermain *game* bersama.”

Sementara sebagian besar peraturan atau tata tertib yang berlaku di kos ditaati dan peraturan kos yang diterapkan pemilik kos hampir sama, misalnya tamu tidak boleh menginap, cowok yang bertamu di kos cewek tidak boleh masuk kamar, begitu pula sebaliknya, dan sebagainya.

b. Penyesuaian diri terhadap sekolah (perguruan tinggi)

Mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta mempunyai hubungan dan interaksi yang berbeda-beda terhadap dosen maupun teman-teman mereka di

kampus, namun relasi diantara mereka baik-baik saja. Namun ketika ditanya mengenai hubungan mereka dengan teman di kampus, jawaban mereka bermacam-macam.

W.2.S.1 : “Dalam skala pergaulan tidak dapat diidentifikasi dengan jelas, tapi yang jelasnya komunikasi tetap berjalan baik.”

W.2.S.4 : “Kalau hubungan saya dengan teman sekelas lumayan akrablah, apalagi ada tugas.”

W.2.S : “Baik-baik saja.”

Hal itu membuktikan bahwa mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta kesulitan untuk bergaul dengan teman di kampus. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta aktif dalam mengikuti perkuliahan dan ikut serta dalam pengerjaan tugas kelompok yang diberikan dosen di kampus. Namun mereka kurang terlibat dalam organisasi yang ada di kampus. Beberapa mahasiswa hanya mengikuti organisasi keagamaan masing-masing, bahkan ada yang tidak terlibat dalam organisasi sama sekali.

c. Penyesuaian diri terhadap masyarakat

Kehidupan di masyarakat menandakan kapasitas untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai tidak sulit dalam menyesuaikan diri dengan masyarakat di lingkungan tempat tinggal mereka (kos). Namun mereka kurang terlibat dalam kegiatan dan organisasi yang diadakan oleh masyarakat di sekitar tempat tinggal (kos) mereka masing-masing. Hanya Mm (W.2.S.8) yang pernah terlibat dalam kegiatan yang diadakan di lingkungan tempat tinggalnya.

“Ya, kadang ikut kegiatan OMK, terus acara 17 Agustus dan doa bersama yang diadakan di lingkungan kos.”

Secara keseluruhan penyesuaian diri sosial mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kerjasama asal Mentawai mempunyai hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain, baik di kampus, di kos maupun di lingkungan masyarakat. Namun mahasiswa kerjasama asal Mentawai kurang terlibat dalam organisasi atau kegiatan yang diadakan di kampus maupun di lingkungan tempat tinggalnya (kos). Mahasiswa kerjasama asal Mentawai ikut serta dalam pengerjaan tugas kelompok yang diberikan oleh dosen. Sementara hubungan dan interaksi dengan teman di kampus baik, namun di awal semester mahasiswa kerjasama asal Mentawai merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan orang baru dan lingkungan yang baru. Sementara sosialisasi dengan masyarakat baik, namun sulit menjalin komunikasi dengan warga sekitar karena perbedaan budaya dan bahasa.

3. Faktor-faktor yang menentukan penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta.

a. Lingkungan Masyarakat

Bagaimana seorang individu menyesuaikan dirinya dengan masyarakat dan menerima nilai-nilai dan kebiasaan dalam bermasyarakat dan pergaulan dalam bermasyarakat. Beberapa pendapat subjek mengenai pengaruh lingkungan terhadap kehidupan mereka mengatakan:

W.2.S.2 : “Tidak semua baik, dan tidak semua buruk yang saya lihat.Tapi

biasanya saya selalu mengambil yang baik atau positifnya saja.”

W.2.S.3 : “Ya pengaruh positifnya ada. Kerena kita terbentuk karena perbedaan itu. Jadi karena saya cuma sendiri disini orang Mentawai harus menyesuaikan diri dengan mereka.”

W.2.S.8 : “Sejauh ini saya merasa kalau lingkungan yang saya tempati memberikan pengaruh positif terhadap saya.”

b. Perguruan Tinggi (Universitas)

Universitas mempunyai peranan sebagai media untuk mempengaruhi kehidupan intelektual, sosial, dan moral para mahasiswa. Suasana di kampus baik sosial maupun psikologis menentukan proses dan pola penyesuaian diri. Disamping itu, hasil pendidikan yang diterima di universitas merupakan bekal bagi proses penyesuaian diri di masyarakat.

c. Budaya dan bahasa

Tidak dipungkiri perbedaan kebudayaan dan bahasa juga berpengaruh dalam proses penyesuaian diri. Seperti jawaban beberapa subjek penelitian yang mengatakan:

W.1.S.1 : “Budaya dan bahasa, dua sisi ini tentu saja sulit bagi kita untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Budaya yang tertanam pada diri kita lebih jauh dengan budaya baru yang kita hadapi saat ini, sebaliknya dengan bahasa.”

W.1.S.5 : “Ya, saat pertama masuk kuliah sangat menyulitkan saya dalam menjalin komunikasi dengan teman-teman yang lainnya. Namun lama kelamaan saya mulai bisa menyesuaikan diri dengan orang lain.”

W.1.S.6 : “Pernah. Pada saat berinteraksi dengan orang lain, karena mereka menggunakan bahasa yang tidak saya mengerti.

d. Kultur dan Agama

Lingkungan kultural dimana individu berada dan berinteraksi akan menentukan pola-pola penyesuaian dirinya. Dimana seorang individu akan berusaha menempatkan diri dan bergaul dengan masyarakat sekitarnya. Agama memberikan suasana psikologis tentu dalam mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan lainnya. Beberapa subjek penelitian mengatakan:

W.1.S.1 : “Tidak, alasannya mereka lebih memilih teman yang seiman.”

W.1.S.3 : “Teman sekelas saya tidak semuanya akrab, tapi sudah hampir 4 tahun saya kuliah disini itu ada 5 orang yang akrab, yang paling akrab banget itu ada 5 orang. Kalau kendalanya yang lain itu perbedaannya, diantara mereka itu tidak semuanya mau berteman dengan orang yang tidak seagama. Hanya 5 orang ini yang benar-benar mau berteman dengan orang yang latarnya dari dalam sama latarnya yang berbeda agama, hanya 5 orang.”

W.1.S.5 : “Tidak semua akrab. Paling yang akrab adalah teman-teman yang punya agama yang sama.”

Beberapa hal yang menjadi hambatan dan kesulitan mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta dalam menyesuaikan diri adalah perbedaan budaya, bahasa, kultur, agama, dan lingkungan masyarakat.

Pembahasan Hasil Penelitian

Penyesuaian diri merupakan usaha manusia untuk mengurangi tekanan akibat dorongan kebutuhan dan usaha untuk menyeleraskan hubungan individu dengan realitas. Aspek penyesuaian diri meliputi 4 aspek yaitu penyesuaian personal, penyesuaian

sosial, penyesuaian perkawinan, dan penyesuaian vokasional atau jabatan.

1. Penyesuaian personal

Penyesuaian personal merupakan penyesuaian yang diarahkan kepada diri sendiri. Penyesuaian personal mencakup penyesuaian fisik dan emosi, penyesuaian seksual, dan penyesuaian moral dan religius. Penyesuaian fisik dan emosi adalah penyesuaian yang melibatkan respon-respon fisik dan emosional sehingga dalam penyesuaian diri fisik ini kesehatan fisik merupakan pokok pencapaian penyesuaian diri yang sehat. Beberapa yang penting dalam hal ini berupa adekuasi emosi, kematangan emosi, dan kontrol emosi.

Penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta secara keseluruhan dalam aspek personal baik. Hal tersebut dapat dilihat dari penerimaan diri mereka, secara fisik mereka sehat, cara mereka mengontrol diri, dan mereka mengendalikan diri dengan baik. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai bisa menerima kekurangan maupun kelebihan yang mereka miliki. Hal ini sangat membantu mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai juga bisa mengarahkan diri mereka dengan baik. Hal ini membuat mereka tidak mudah terpengaruh dengan kebiasaan-kebiasaan yang kurang baik. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta bisa mengontrol emosi mereka dengan baik. Walaupun ada yang belum bisa menguasai dan mengendalikan emosi mereka ketika terjadi beda pendapat. Penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri

Yogyakarta pada aspek personal baik. Karena mereka bersikap realistis dan objektif, dan tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai juga berhasil dalam menyesuaikan diri, hal ini sesuai dengan pendapat Winarna Surachmad (dalam Siti Sundari, 2005: 40) yang mengatakan penyesuaian diri yang berhasil ditandai dengan:

- 1) Bilamana dengan sempurna memenuhi kebutuhan, tanpa melebihkan yang satu dan mengurangi yang lain.
- 2) Bilamana tidak mengganggu manusia lain dalam memenuhi kebutuhan yang sejenisnya.
- 3) Bilamana bertanggung jawab terhadap masyarakat dimana ia berada (saling menolong secara positif).

2. Penyesuaian sosial

Penyesuaian sosial merupakan kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan. Penyesuaian sosial mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah (perguruan tinggi), teman, atau masyarakat luas secara umum. Penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta secara keseluruhan dalam aspek sosial baik. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai punya hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain, baik di kampus maupun di lingkungan tempat tinggalnya. Sosialisasi mahasiswa kerjasama asal Mentawai dengan masyarakat di lingkungan tempat tinggal mereka cukup baik, namun mereka tidak terlibat dalam organisasi atau kegiatan yang diadakan disekitar mereka. Hubungan dan interaksi mereka dengan teman di kampus dan dengan teman yang

satu kosan baik. Namun mereka tidak begitu akrab dan komunikasi diantara mereka cukup baik namun jarang komunikasi (diskusi) bersama. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai mempunyai hubungan dan interaksi dengan pemilik kos yang baik, namun komunikasi diantara mereka jarang dan bila ada hal yang penting atau permasalahan dalam kos. Penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai pada aspek sosial baik. Karena mahasiswa kerjasama asal Mentawai tidak menunjukkan penyesuaian diri yang negatif seperti reaksi bertahan, reaksi menyerang dan reaksi melarikan diri. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai juga tidak melakukan penyesuaian diri yang negatif seperti yang dikatakan Siti Sundari (2005: 44) penyesuaian diri yang negatif adalah penyesuaian yang menyimpang dari realita:

- 1) Yang bersangkutan tidak mengendalikan emosinya. Bila menghadapi *problem* menjadi panik, sehingga tindakannya tidak sesuai dengan kenyataan.
- 2) Menggunakan pertahanan diri yang berlebihan, karena berulang kali merupakan kebiasaan yang menyimpang dari kenyataan. Karena yang bersangkutan mengalami kegagalan dalam penyesuaian diri memungkinkan mengalami frustrasi, konflik, maupun kecemasan atau kegoncangan lain.

Seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah seseorang yang mampu merespon secara matang, efisien, memuaskan dan bermanfaat. Efisien maksudnya adalah apa yang dilakukannya memberikan hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkannya tanpa banyak

mengeluarkan energi, tidak membuang waktu, dan melakukan sedikit kesalahan. Pengertian bermanfaat maksudnya adalah apa yang dilakukan ditujukan untuk kemanusiaan, lingkungan sosial, dan didalam berhubungan dengan Tuhan, dengan demikian terdapat kategori individu yang baik dalam penyesuaian diri, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sosialnya.

Menurut Siti Sundari (2005:40-42) ada beberapa penyesuaian diri yang berhubungan dengan penyesuaian sosial sebagai berikut:

a. Penyesuaian diri terhadap keluarga

Keluarga merupakan masyarakat kecil. Keharmonisan keluarga terwujud bila seluruh anggota keluarga mempunyai kesadaran atau kesanggupan memenuhi fungsinya.

b. Penyesuaian diri terhadap sosial

Sosial atau masyarakat merupakan kumpulan individu, keluarga, organisasi dan lain-lainnya. Agar dalam masyarakat harus ada kesadaran bermasyarakat.

c. Penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi

Perguruan tinggi merupakan tempat pendidikan tertinggi. Untuk mencapai gelar, tempat yang menyenangkan penuh kenangan.

3. Faktor-faktor yang menentukan penyesuaian diri

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi dan menentukan penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta. Dari hasil analisis data dapat diketahui beberapa faktor-faktor yang menentukan penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta ialah lingkungan masyarakat; perguruan tinggi

(Universitas); budaya dan bahasa; serta kultur dan agama.

Perbedaan budaya dan bahasa menyulitkan mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta dalam menjalin komunikasi dengan orang lain baik di kampus maupun di lingkungan tempat tinggal (kosan). Sama halnya dengan agama, perbedaan agama (keyakinan) dapat menimbulkan kesenjangan sosial dengan orang lain. Lingkungan yang baru dapat mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta, hal ini membuat mereka harus bisa menyesuaikan dengan lingkungan yang baru, orang baru yang berbeda budaya, bahasa, dan agama dengan mereka.

Menurut Sunarto dan Agung (2002) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

- a. Kondisi-kondisi fisik, termasuk di dalamnya keturunan, konstitusi, fisik, susunan saraf, kelenjar, dan sistem otot, kesehatan, penyakit, dan sebagainya.
- b. Perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional.
- c. Penentu psikologis, termasuk di dalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentuan diri (*self-determination*), frustrasi, dan konflik.
- d. Kondisi lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah.
- e. Penentu kultural, termasuk agama.

Banyak faktor yang mempengaruhi individu melakukan penyesuaian yaitu seperti kondisi fisik, perkembangan kematangan seperti kematangan emosional dan intelektual, pengaruh psikologis terutama pengalaman dan belajar, kondisi lingkungan, pertemanan, penentu kultural dan agama.

Sementara menurut Gufron dan Risnawita (2014:55-56) secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dibedakan menjadi dua. Pertama, faktor internal yaitu faktor yang berasal dari diri individu yang meliputi kondisi jasmani, psikologis, kebutuhan, kematangan intelektual, emosional, mental, dan motivasi. Kedua, faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari lingkungan yang meliputi lingkungan rumah, keluarga, sekolah (perguruan tinggi), dan masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan mengenai penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2012, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta pada aspek personal dapat diketahui sebagai berikut:
 - a. Sebagian besar mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta telah menerima dirinya dengan baik.
 - b. Sebagian kecil Mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta belum bisa mengontrol emosinya dengan baik.
 - c. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta melaksanakan ibadah dan sholat sesuai waktunya.

2. Penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta pada aspek sosial dapat diketahui sebagai berikut:
 - a. Mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta masih sulit berinteraksi, bergaul dan menjalin komunikasi dengan teman di kampus.
 - b. Sebagian besar mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta tidak mengikuti kegiatan yang diadakan di kampus maupun di lingkungan tempat tinggalnya.
 - c. Masih ada mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta yang tidak peduli terhadap orang di sekitarnya.
 - d. Hubungan dan interaksi mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta dengan pemilik kos kurang harmonis.
 - e. Masih ada sebagian Mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta yang sulit bersosialisasi dengan masyarakat.
3. Faktor-faktor yang menentukan penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta. Beberapa yang menyebabkan sulitnya penyesuaian diri mahasiswa kerjasama asal Mentawai di Universitas Negeri Yogyakarta ialah perbedaan budaya dan bahasa; kultur dan agama; masyarakat dan perguruan tinggi.

Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, maka peneliti memberikan saran kepada:

1. Mahasiswa
 - a. Mahasiswa diharapkan sejak awal memasuki perguruan tinggi hendaknya berinteraksi dengan teman baru dengan cara yang baik dan benar.
 - b. Mempererat hubungan dan menjaga komunikasi dengan teman di kampus.
 - c. Mahasiswa diharapkan terbuka dengan orang lain dan tidak merasa minder dengan keterbatasan dan kekurangan yang dimiliki.
 - d. Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri hendaknya meminta bantuan kepada konselor, dosen, dan teman di kampus mengenai kesulitan yang dialami untuk mencari solusi yang tepat.
 - e. Hendaknya mahasiswa mengambil jurusan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki.
 - f. Mahasiswa hendaknya ikut dan terlibat kegiatan di kampus maupun di lingkungan tempat tinggalnya, agar meningkatkan sosialisasi dengan orang lain.
2. Perguruan Tinggi (Universitas)
 - a. Dosen hendaknya mengontrol perkembangan mahasiswa baru dari berbagai aspek.
 - b. Dosen hendaknya memperhatikan mahasiswa yang minoritas dalam suatu kelas.

Daftar Pustaka

- Gerungan. (2004). *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: AR-RUZZ Media.

Siti Sundari. (2005). *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sunarto & Agung H. (2002). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.