

PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA RANTAU FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS SYIAH KUALA

SELF-ADJUSTMENT OF REGIONAL STUDENT IN NURSING FACULTY UNIVERSITAS SYIAH KUALA

Nanda Riska ¹, Martina ², Farah Dineva R³

¹Program Studi Keperawatan, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

²Bagian Keilmuan Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Abstrak

Perubahan yang dialami oleh mahasiswa rantau ketika memasuki dunia perkuliahan menuntut mereka untuk dapat melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri dipengaruhi oleh kemampuan seorang individu mengatasi dan mengendalikan stres, konflik dan frustrasi yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi kesehatan mental. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. Jenis penelitian ini adalah *descriptive* dengan desain *cross sectional study*. Sampel pada penelitian ini ialah mahasiswa rantau sejumlah 362 responden. Sebanyak 24 responden di *drop out* dalam penelitian sehingga sampel yang digunakan sebanyak 341 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan berupa Kuesioner Penyesuaian Diri dari Anggraini berdasarkan konsep Haber dan Runyon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa rantau di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi yaitu sebanyak 67,8% responden. Diharapkan bagi mahasiswa rantau dengan tingkat penyesuaian diri tinggi untuk dapat mempertahankannya dan bagi mahasiswa yang tingkat penyesuaian diri berada pada kategori sedang maupun rendah untuk dapat melakukan beberapa tindakan dalam meningkatkan penyesuaian diri misalnya dengan meningkatkan kemampuan bersosialisasi dengan baik.

Kata Kunci: Penyesuaian Diri, Mahasiswa Rantau

Abstract

The changes experienced by regional students when they enter the world of lectures require them to be able to make adjustments. Adjustment is influenced by an individual's ability to overcome and control stress, conflict and frustration which cannot directly affect mental health. The purpose of this study was to determine the level of adjustment of regional students at the Faculty of Nursing at Syiah Kuala University. This type of research is descriptive with a cross sectional study. The sample were regional students with a total of 362 respondents. As many as 24 respondents dropped out in the study so that the sample used was 341 respondents. The sampling technique used purposive sampling technique. The data collection tool used was the Self-Adjustment Questionnaire from Anggraini based on the concept of Haber and Runyon. The results showed that the majority of regional students at the Faculty of Nursing at Syiah Kuala University had a high level of self-adjustment, namely 67.8% of respondents. It is expected that regional students with a high level of self-adjustment will be able to maintain it and for students whose self-adjustment level is in the medium or low category to be able to take several actions to improve their self-adjustment, for example by increasing their ability to socialize well.

Keyword: Self-adjustment, Regional Students

Korespondensi:

Martina, Dosen Program Studi Keperawatan-USK Banda Aceh

Email: martina@usk.ac.id

LATAR BELAKANG

Salah satu masalah terberat yang harus dihadapi ketika memasuki dunia kuliah adalah proses penyesuaian diri (Mauliana & Sari, 2018). Penyesuaian diri mempengaruhi bagaimana seorang individu mengatasi dan mengendalikan stres, konflik dan frustrasi sehingga tercapai keharmonisan antara tuntutan diri sendiri dan lingkungan (Fajar & Aviani, 2022).

Penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor psikologis, fisiologis, perkembangan dan kematangan, lingkungan dan budaya. Lingkungan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi proses penyesuaian diri suatu individu (Rufaida dan Kustanti, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aziz (2017) terkait dengan aspek penyesuaian diri diketahui bahwa salah satu hal yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah kepercayaan diri dari individu. Semakin rendah kepercayaan diri maka akan semakin buruk tingkat penyesuaian diri dari individu.

Kegagalan penyesuaian diri, baik dalam lingkungan keluarga, pendidikan maupun pekerjaan, dapat berdampak terhadap ketidakmampuan individu untuk mencapai kebahagiaan secara mental. Individu yang mengalami stres dan depresi juga dapat disebabkan oleh kegagalan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan

dengan kondisi yang penuh tekanan (Shobah, Rahmawati, & Sandri, 2021).

Gangguan penyesuaian merupakan gejala emosional yang dapat menimbulkan reaksi terhadap *stressor* berupa gangguan dalam fungsi sosial, akademik, dan kegiatan sehari-hari (Fitri & Kustanti, 2018).

Mahasiswa baru cenderung gelisah terhadap penampilan serta memiliki kesulitan untuk menjalin hubungan dengan mahasiswa yang memiliki latar belakang etnik yang berbeda (Irfan & Suprpti, 2014).

Memilih pendidikan yang jauh dari tempat tinggal merupakan salah satu pilihan yang mungkin dilakukan oleh mahasiswa untuk mendapatkan pendidikan sesuai dengan keinginannya. Hal tersebut menjadi faktor yang menyebabkan banyak mahasiswa di perguruan tinggi yang tinggal merantau atau berasal dari luar daerah (Istanto & Engry, 2019). Hidup merantau dapat menimbulkan *homesickness* dan ini menjadi salah satu masalah yang sering terjadi pada tahun pertama perkuliahan. Hal tersebut dapat menjadi salah satu penyebab tingginya gejala depresi pada awal perkuliahan (Karin, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Universitas Airlangga terkait dengan kemampuan adaptasi mahasiswa baru, terdapat 49% mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi yang rendah. Berdasarkan hasil penelitian tersebut,

mahasiswa yang tinggal di kos lebih banyak mengalami depresi berat dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal dengan orang tua. Artinya, penyesuaian diri masih menjadi masalah bagi mahasiswa khususnya mahasiswa baru yang merantau (Rahayu, Aidi, Rizki, & Mandangi, 2021).

Hasil wawancara pada 6 mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala, didapatkan hasil bahwa seluruh mahasiswa mengatakan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri, khususnya pada semester pertama perkuliahan mulai dari penyesuaian makanan, mengatur keuangan, budaya dan tempat tinggal yang berbeda, bahasa, jadwal kuliah yang padat, serta merasa sedih dan rindu dengan keluarga yang jauh di kampung halaman.

METODE

Penelitian berbentuk kuantitatif dengan deskriptif. Populasi penelitian adalah mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel berupa mahasiswa yang tinggal di luar Aceh Besar dan Banda Aceh sebanyak 338 orang. Penelitian dilakukan dari tanggal 7 Januari 2023 - 17 Januari 2023. Penelitian menggunakan analisis univariat dengan menggunakan kuesioner yang berisi 14 *item* pernyataan menggunakan 5 indikator

penyesuaian diri menurut Haber dan Runyon. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Kuesioner Penyesuaian Diri dari Anggraini (2014). Kuesioner telah diuji dengan menggunakan uji validitas maupun reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan dengan menghasilkan nilai r tabel lebih besar dari $\geq 0,411$. Uji reliabilitas dengan nilai skor *cronbach alpha* 0,841.

HASIL

Hasil pengumpulan data yang telah dilakukan pada 338 orang di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Data Demografi

No	Data Demografi	f	%
1.	Angkatan		
	2019	83	24,6
	2020	87	25,7
	2021	78	23,1
	2022	90	26,6
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	24	7,1
	Perempuan	314	92,1
3.	Tempat tinggal di rantau		
	Asrama	33	9,8
	Kost	241	71,3
	Tinggal dengan saudara	37	10,9
	Lainnya	27	8,0
4.	Fasilitas yang dimiliki		
	Laptop	75	22,2
	Kendaraan Pribadi	28	8,3
	Laptop dan Kendaraan Pribadi	229	67,8
	Lainnya	6	1,8

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa rantau berada pada angkatan 2022 yaitu sebanyak 90 (26,6%) responden.

Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 314 (92,1%) responden. Tempat tinggal mahasiswa rantau didominasi oleh mahasiswa yang tinggal di kos yaitu sebanyak 241 (71,3%) responden. Sebanyak 229 (67,8%) mahasiswa rantau memiliki fasilitas berupa laptop dan kendaraan pribadi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau

No	Pengetahuan	f	%
1.	Tinggi	229	67,8
2.	Sedang	107	31,7
3.	Rendah	2	0,6

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa mayoritas tingkat penyesuaian diri mahasiswa rantau yaitu tinggi berjumlah 229 (67,8%) responden.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri paling banyak dialami oleh mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala berada pada tingkat penyesuaian diri tinggi yaitu sebanyak 67,8 % responden. Hal yang sama juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Nadlyfah dan Kustanti (2018) terkait dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau di Semarang yang didapatkan hasil bahwa 61% mahasiswa memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi.

Penyesuaian diri yang tinggi pada mahasiswa rantau dapat diperoleh salah satunya dari keikutsertaannya dalam berbagai kegiatan, baik kegiatan di organisasi maupun kegiatan sosial lainnya. Keaktifan membuat mahasiswa dapat berinteraksi dengan banyak orang dan menimbulkan hubungan yang akrab. Hal ini membuat mahasiswa lebih mudah mengenal dan berinteraksi dengan teman-teman dari berbagai daerah (Nadlyfah & Kustanti, 2018).

Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala memiliki beberapa organisasi yang dapat diikuti oleh mahasiswa berupa Badan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Keperawatan (BEM), Dewan Perwakilan Mahasiswa Fakultas Keperawatan (DPM) dan Lembaga Dakwah Fakultas Keperawatan (LDF). Keikutsertaan mahasiswa dalam berbagai organisasi yang ada dapat menjadi salah satu faktor yang mendukung mahasiswa rantau untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik.

Penelitian ini menggambarkan karakteristik responden berdasarkan angkatan, jenis kelamin, tempat tinggal di rantau, dan fasilitas yang dimiliki. Penyesuaian diri yang paling tinggi ditemukan pada angkatan 2022 yaitu sebanyak 71,1% responden. Tingginya tingkat penyesuaian diri pada tahun pertama dapat didukung oleh

dukungan sosial teman sebaya yang baik (Sasmita & Rustika, 2015).

Berdasarkan penelitian lain yang dilakukan oleh Oetomo, Yuwanto dan Rahaju (2017) terkait dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama dan kedua diketahui bahwa keterbukaan dan kepercayaan diri juga merupakan faktor yang membantu individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya serta menjadi upaya yang mendukung individu untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Keterbukaan pada mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala dapat dinilai dari hubungan interpersonal yang baik dimiliki oleh mayoritas responden. Mayoritas responden suka berbagi hal dan perasaan yang dirasakan. Responden juga memiliki gambaran diri positif yang dinilai dari adanya kepercayaan diri dan keyakinan bahwa dapat menempatkan diri di lingkungan yang baru.

Tingkat penyesuaian diri mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa jenis kelamin perempuan memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi yaitu sebanyak 68,8% responden. Hal ini dapat dipengaruhi oleh banyaknya jumlah mahasiswa perempuan dibandingkan laki-laki di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala sehingga mahasiswa perempuan

merasa lebih dominan dan mempunyai penyesuaian diri yang baik.

Namun, berdasarkan penelitian yang dilakukan Sitorus dan Warsito (2013) yang menilai penyesuaian diri mahasiswa perantau berdasarkan jenis kelamin ditemukan bahwa tidak adanya perbedaan antara penyesuaian diri mahasiswa rantau ditinjau dari jenis kelamin. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Raula dan Handayani, (2015) juga menyatakan bahwa tidak ada perbedaan antara penyesuaian diri laki-laki dan perempuan yang berasal dari luar Jawa. Artinya, jenis kelamin bukanlah salah satu faktor penghambat penyesuaian diri dari mahasiswa rantau.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa rantau bertempat tinggal di kos. Mahasiswa yang tinggal di kos diketahui sebanyak 71% responden. Tingkat penyesuaian diri mahasiswa yang tinggal di kos berada pada tingkat penyesuaian diri tinggi yaitu 67,6%. Begitu pula dengan tingkat penyesuaian diri mahasiswa yang tinggal dengan saudara, asrama dan lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat penyesuaian diri paling tinggi yaitu sebanyak 67,7% dimiliki oleh mahasiswa rantau yang memiliki fasilitas berupa laptop dan kendaraan pribadi.

Penelitian yang dilakukan oleh Wirawan dan Setiawan (2022) terkait dengan faktor

adaptasi mahasiswa rantau di kota Palu diketahui bahwa salah satu permasalahan pada mahasiswa yang menjadi kendala dalam penyesuaian diri adalah tidak memiliki kendaraan dan fasilitas sehingga kesulitan pada saat bepergian.

Tingginya tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa rantau Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala salah satunya dapat dipengaruhi oleh ketersediaan fasilitas yang memadai untuk mendukung kelancaran perkuliahan. Ketersediaan fasilitas ini dinilai juga dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa rantau.

Berdasarkan hasil penelitian Ikhsan dan Wali (2014) terkait dengan alasan masyarakat memilih tinggal di kota Banda Aceh, diketahui sebanyak 18,3 % responden mengatakan fasilitas pendidikan di kota Banda Aceh lebih bagus dibandingkan dengan tempat asal mereka. Sebanyak 5% responden mengatakan biaya hidup di Kota Banda Aceh lebih murah. Sebanyak 1,7% responden mengatakan Kota Banda Aceh adalah kota yang aman dan nyaman bagi mereka dan 23% mengatakan bahwa di kota Banda Aceh tersedia lapangan pekerjaan sehingga mahasiswa dapat melanjutkan pendidikan bahkan sambil bekerja. Hal tersebut dapat menjadi faktor pendukung bagi mahasiswa yang merantau ke

Banda Aceh untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar mahasiswa rantau yang berkuliah di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi dengan jumlah 229 (67,8%) responden.

Penelitian ini diharapkan menjadi perhatian bagi mahasiswa rantau yang memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi untuk dapat mempertahankannya dan bagi mahasiswa yang tingkat penyesuaian diri berada pada kategori sedang maupun rendah untuk dapat melakukan beberapa tindakan dalam meningkatkan penyesuaian diri misalnya dengan meningkatkan kemampuan bersosialisasi dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Azis, M. A. (2017). Pengaruh antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian diri pada siswa kelas X di sekolah menengah akhir muhammadiyah 5 karanggeneng. *Psikosains*, 12(2), 92-98.
- Fajar, P. & Aviani, Y. I. (2022). Hubungan Self-efficacy dengan penyesuaian diri: sebuah studi literatur. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 2186 – 2194.
- Fitri, R. & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa rantau dari Indonesia

- bagian timur di Semarang. *Jurnal Empati* 7(2), 66-77.
- Irfan, M. & Suprpti, V. (2014). Hubungan self-efficacy dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* 3(3), 172-178.
- Istanto, T. L., & Engry, A. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan homesickness pada mahasiswa rantau yang berasal dari luar pulau Jawa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 19-30.
- Karin, P. A. E. S. (2017) Gambaran tingkat depresi pada mahasiswa tingkat pertama. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Mauliana, B., & Sari, D. R. (2018). Derajat stres mahasiswa baru fakultas kedokteran ditinjau dari tingkat penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 4(1), 1-5.
- Nadlyfah, A. K., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara pengungkapan diri pada mahasiswa rantau di Semarang. *Jurnal Empati*, 7(1), 136-144.
- Oetomo, P. F. Yuwanto, L. & Rahaju, S. (2017). Faktor penentu penyesuaian diri pada mahasiswa baru emerging adulthood tahun pertama dan tahun kedua. *Mind set*, 8(2), 67-77.
- Rahayu, A. F., Aidi, B., Rizki, M. M., & Mandangi (2021). Hubungan kemampuan adaptasi dan tempat tinggal dengan tingkat depresi pada mahasiswa baru. *Journal Of Community Mental Health and Public Policy*, 3(2), 48 - 58.
- Raula, U. & Handayani, A. (2015). Penyesuaian diri mahasiswa luar Jawa ditinjau dari persepsi lingkungan dan jenis kelamin. *Proyeksi*, 10(1), 10-21.
- Rufaida, H. & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(3), 217-222.
- Sasmita, I. A. G. H. D. & Rustika, I. M. (2015). Peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280-289.
- Shobah, M. N., Rahmawati, A. & Sandri, R. (2021). Hubungan sense of humor dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru dari luar Jawa. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 62 – 64.
- Sitorus, L. I. S. S. & Warsito, H. (2013). Perbedaan tingkat kemandirian dan penyesuaian diri ditinjau dari jenis kelamin. *Character*, 1(2), 1-6.
- Wirawan, A. B. & Setiawan, I. K. (2022). Faktor penghambat adaptasi mahasiswa rantau di kota (studi kasus lima mahasiswa hindu asal Parigi Moutong). *Jurnal Ilmiah Pendidikan, Agama dan Kebudayaan Hindu*. 13(1), 16-28.