

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan di dunia saat ini terkhusus di Indonesia dihebohkan dengan munculnya sebuah virus yang dinamakan dengan *Covid-19 (Coronavirus Disease-19)* yang telah mempengaruhi sistem Pendidikan yang berakibat terhadap pembelajaran tatap muka ditiadakan. *Covid-19 (Coronavirus Disease-19)* ini pertama kali muncul di Wuhan, China pada akhir tahun 2019 yang lalu. Dilansir dari The New York Times, pada 31 Desember 2019 pemerintah di Wuhan, China membenarkan bahwa otoritas kesehatan mereka tengah merawat puluhan kasus *pneumonia* yang dikenal dengan istilah paru-paru basah dengan penyebab yang tidak diketahui.

Pandemi *Covid-19* yang melanda ini memberikan efek pada seluruh aspek kehidupan, termasuk pendidikan. Individu dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan pola kehidupan yang baru dengan tatanan yang berbeda dari sebelumnya. Di dunia pendidikan, pendidik dan peserta didik harus menyiapkan diri untuk memasuki sistem pembelajaran yang baru di tengah pandemi yang masih belum reda (dalam Fajriani et al 2020)

Nizam menekankan bahwa kegiatan belajar di rumah merupakan wewenang masing-masing rektor di Perguruan Tinggi. Namun hal itu mengacu pada surat edaran (SE) yang dikeluarkan Kemendikbud untuk mengantisipasi

penyebaran virus *Covid-19*. Data Aliansi Penyelenggara Perguruan Tinggi Indonesia (Apperti)

menyebutkan semua kampus saat ini di Indonesia telah melaksanakan pembelajaran secara daring atau dalam jaringan tidak terkecuali Universitas Putra Indonesia (UPI) YPTK Padang.

Menyikapi tantangan pola kehidupan baru di tengah pandemi Covid-19, pemerintah melalui Menteri Pendidikan dan Kebudayaan menerapkan kebijakan belajar dari rumah. Kebijakan tersebut tentu menimbulkan efek positif dan negatif, dimana pendidik dan peserta didik dituntut untuk berinteraksi dengan menggunakan teknologi. Berbagai media pembelajaran berbasis online pun mulai diterapkan. Namun, tidak semua pihak mampu menjangkau kebijakan pemerintah untuk menggunakan teknologi dalam proses pembelajaran.

Mahasiswa baru saat ini sedang berada pada fase perkembangan dewasa awal. Masing-masing tahap perkembangan memiliki karakteristik, tugas serta tuntutan yang harus dipenuhi oleh individu, selain itu terdapat kendala sarana, tatanan kehidupan baru di era *new normal* ini pun memberikan banyak efek pada diri peserta didik. Mahasiswa dituntut untuk mampu beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang baru yaitu sistem pembelajaran daring (online). Berbeda dengan pembelajaran tatap muka, pembelajaran daring tentu membutuhkan kesiapan belajar yang lebih matang pada mahasiswa sehingga mereka bisa benar-benar mengikuti proses pembelajaran (dalam Chafsoh 2020)

Dunia baru perkuliahan daring ini, membuat interaksi menjadi serba terbatas, hanya mengandalkan *room chat online* sebagai interaksi antar sesama

mahasiswa baru untuk saling mengenal dan berdiskusi. Peran interaksi sosial secara langsung yang saling menghubungkan manusia, kinidunia telah memberi batas

dalam berinteraksi sosial khususnya mahasiswa baru UPI YPTK Padang tahun 2020 dalam dunia perkuliahannya. Mahasiswa yang baru memasuki dunia perkuliahan mau tak mau harus beradaptasi selama perkuliahannya di tengah pandemi *Covid-19* yang masih terasa asing. Tak sedikit mahasiswa baru banyak yang cemas dan bingung tentang apa yang harus dilakukannya dan bertanya kepada siapa tentang apa yang tidak diketahuinya. Parcela dan Terenzi dalam (Gustia 2020) mendeskripsikan masa transisi sebagai sebuah “*culture shock*” yang melibatkan pembelajaran kembali terhadap masalah sosial dan psikologi dalam menghadapi hal baru, pengajaran dan teman baru dengan nilai dan berbagai keyakinan, kebebasan dan peluang baru, dan tuntutan akademik, personal, dan sosial yang baru.

Transisi memasuki dunia perkuliahan dari Sekolah Menengah Atas atau SMA meskipun adalah hal yang normatif yang dialami semua mahasiswa baru. Namun, transisi tersebut juga dapat menimbulkan hambatan karena transisi terjadi secara bersamaan dengan perubahan lain, baik dalam diri individu, didalam keluarga, maupun di perkuliahan. Salah satu bentuk adaptasi terkait dengan perubahan-perubahan yang dialami mahasiswa baru adalah penyesuaian diri. Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam memenuhi dorongan atau kebutuhan dan mencapai ketentraman bathin dalam hubungannya dengan lingkungan sekitar. Ciri-ciri seseorang mampu

menyesuaikan diri dengan baik adalah memiliki persepsi yang baik yaitu mampu memahami atau menyamakan persepsi dengan orang lain, memiliki gambaran positif tentang dirinya dengan kata lain kepercayaan diri sangat diperlukan untuk proses penyesuaian diri, kemampuan untuk mengekspresikan perasaan, mampu mengendalikan emosi sesuai dengan situasi yang dihadapi, relasi *interpersonal* yang baik, mampu melakukan penyesuaian diri di dalam masyarakat dengan baik sehingga kehadirannya dapat diterima oleh masyarakat (dalam Mahmudi & Suroso 2014)

Sobur (dalam Rahmawati 2015) mengartikan secara luas bahwa proses penyesuaian diri itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka. mengatakan penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya.

Pada kenyataannya tidak semua mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan mudah, bagi beberapa mahasiswa tingkat pertama masa transisi menjadi penyebab munculnya berbagai masalah karena dituntut untuk bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Peran yang baru sangat dibutuhkan ketika individu berada dalam lingkungan yang baru, bertemu dengan orang baru, belajar hak baru dan karena itulah mereka akan memiliki tuntutan yang baru. Individu

harus mengembangkan identitas dalam berbagai bidang untuk mencapai keberhasilan.

Dalam perikehidupan, penyesuaian diri yang sempurna tidak akan pernah tercapai. Penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses psikologis sepanjang hayat (*life long process*) dan manusia terus menerus akan berupaya menemukan dan mengatasi tekanan atau tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat. Respon penyesuaian diri, baik atau buruk, merupakan upaya individu untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang wajar (dalam Mahmudi dan Suroso 2014)

Kemampuan menyesuaikan diri individu yang sehat terhadap lingkungannya, merupakan salah satu prasyarat yang penting bagi terciptanya kesehatan mental individu. Kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan pelajaran dan lingkungannya yang baru terutama siswa baru, cenderung terkait dengan keyakinan dan kesanggupan diri siswa untuk mengikuti proses pembelajaran yang berorientasi pada hasil belajar. Keterkaitan antara kemampuan penyesuaian diri dengan keyakinan diri siswa diperkuat oleh pendapat Klassen (dalam Mahmudi & Suroso 2014) penyesuaian diri dengan lingkungan akademik dipengaruhi oleh seberapa besar kesanggupan dan keyakinan dirinya untuk mengerjakan tugas dan peran barunya sebagai seorang pelajar atau disebut sebagai efikasi diri akademik.

Kemampuan mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri dengan cara belajar daring dan lingkungannya yang juga baru, cenderung terkait dengan keyakinan dan kesanggupan diri mahasiswa untuk mengikuti proses pembelajaran

yang berorientasi pada hasil belajar. Penyesuaian diri dengan lingkungan akademik dipengaruhi oleh seberapa besar kesanggupan dan keyakinan dirinya untuk mengerjakan tugas dan peran barunya sebagai seorang pelajar atau disebut sebagai efikasi diri akademik. Namun dapat dilihat fenomena kelalaian mahasiswa terhadap tugas-tugas dan absensi di berbagai media perkuliahan daring serta keraguan mahasiswa baru dalam tata cara bergabung di kelas masing-masing membuat mahasiswa memperoleh hasil belajar yang tidak maksimal bahkan ada beberapa mahasiswa yang tidak mengikuti perkuliahan daring, persoalan ini merupakan gambaran dari kurangnya keyakinan diri mahasiswa baru terhadap kemampuannya dalam menghadapi persoalan di masa pandemi Covid-19.

Efikasi diri berasal dari teori sosial kognitif yang dikemukakan oleh Bandura. Efikasi diri merujuk pada faktor individu dalam teori tersebut. Bandura (dalam Permatasari 2017) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuannya dalam melaksanakan suatu tugas atau melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.

Keyakinan dapat mempengaruhi individu untuk mencapai hasil yang diinginkan dengan maksimal. Individu dengan *Self-Efficacy* yang tinggi akan memilih tugas yang lebih menantang dan mereka akan mendapatkan tujuan mereka sendiri yang lebih tinggi. Efikasi diri merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri yang paling berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini disebabkan efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan, termasuk di dalamnya perkiraan berbagai kejadian yang akan dihadapi. Orang yang memiliki

efikasi diri yang baik akan membantu penyesuaian diri dalam belajar dan menyelesaikan tugas serta tuntutan untuk mendapatkan hasil yang memuaskan dalam segala bentuk dan tingkat kesulitannya (Permatasari2017)

Mukti & Tentama (2019) mengatakan bahwa efikasi diri akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu: Minat, Kesabaran, Resiliensi, Karakter, Motivasi belajar. sedangkan, faktor eksternal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu Gaya kelekatan, Rasa hangat, Goal orientasi, Enactive mastery experiences, Persuasi verbal.

Pamardi dan Widayat (dalam Rahmawati 2015) menyatakan peranan efikasi diri dapat mempengaruhi cara pandang individu terhadap beban, tuntutan, dan kewajiban yang harus dijalankan oleh individu. Efikasi diri yang tinggi diharapkan dapat membantu mahasiswa baru melakukan penyesuaian diri di masa pandemi Covid-19 dengan baik. Maka, untuk dapat melakukan penyesuaian diri yang baik, tentu saja dibutuhkan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam melakukan aktivitas dengan baik yang disebut dengan efikasi diri. Pamardi dan Widayat (dalam Rahmawati 2015) menyatakan peranan efikasi diri dapat mempengaruhi cara pandang individu terhadap beban, tuntutan, dan kewajiban yang harus dijalankan oleh individu. Efikasi diri yang tinggi diharapkan dapat membantu mahasiswa baru UPI YPTK Padang dalam melakukan penyesuaian diri pada masa pandemi *Covid-19* dengan baik.

Pada tanggal 11 Desember 2020, peneliti telah melakukan wawancara secara *online* terhadap beberapa mahasiswa baru tingkat pertama Universitas

Putra Indonesia YPTK Padang yang terbagi kedalam beberapa jurusan seperti teknik informatika, psikologi, manajemen dan sistem informasi. Dalam wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dalam belajar selama masa pandemi *Covid-19*. Mahasiswa tersebut mengatakan dengan adanya pandemi *Covid-19* mengalami kesulitan dalam mengikuti proses perkuliahan secara daring. Terlebih bahwa ini merupakan pertama kali menjadi mahasiswa dan ditambah lagi dengan perkuliahan yang dilakukan secara *online*. Hal ini sesuai dengan jawaban responden yang secara keseluruhan mengatakan, selama masa pandemi *Covid-19* perubahan sistem belajar ini tentu berdampak pada emosional yang tidak stabil, misalnya merasa bahwa pandemi ini sebagai suatu tantangan besar yang mengkhawatirkan, mahasiswa merasa bahwa proses pembelajaran yang dialami saat ini tidak masuk akal dan membebankan. Pemikiran-pemikiran seperti itu menunjukkan bahwa responden mengalami masalah penyesuaian diri. Berbagai masalah yang dijabarkan tersebut merupakan masalah-masalah terkait dengan kegagalan penyesuaian diri mahasiswa baru di masa pandemi *Covid-19*.

Hal tersebut menunjukkan responden tidak memiliki penyesuaian diri yang baik dalam belajar dan perlu diberikan arahan bagaimana cara menyesuaikan diri yang baik dalam belajar pada masa *Covid-19* saat ini agar mampu mengendalikan dan menyesuaikannya. Untuk dapat melakukan penyesuaian diri yang baik, tentu saja dibutuhkan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam melakukan aktivitas dengan baik. Efikasi diri yang tinggi diharapkan dapat membantu mahasiswa baru melakukan penyesuaian diri di lingkungan kampus dimasa pandemi covid-19

dengan baik. Dalam proses penyesuaian diri pada mahasiswa/i baru tidak hanya faktor eksternal saja yang dapat mempengaruhi mahasiswa/i baru untuk berhasil dalam mencapai kebutuhan dan keselarasan. Melainkan juga terdapat faktor internal yaitu efikasi diri, berupa keyakinan dalam diri mahasiswa/i baru untuk melakukan penyesuaian diri terhadap kondisi dimasa pandemi covid-19.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut di atas, secara keseluruhan mahasiswa belum memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dimilikinya (*self-efficacy*) dan hal ini berpengaruh terhadap penyesuaian diri dalam belajar menjadi tidak baik. Dalam penyesuaian diri yang tidak baik terdapat hal-hal yang mempengaruhi seperti bagaimana mengontrol perilaku, mengatur strategi belajar, pikiran dan perasaan. Oleh karena itu, peneliti merasa bahwa mahasiswa tingkat pertama tersebut perlu diberikan pemahaman bagaimana cara mengefikasi diri agar mahasiswa baru mampu menyesuaikan diri dalam belajar dimasa pandemi *Covid-19*.

Penelitian tentang efikasi diri dan penyesuaian diri pernah dilakukan oleh mahasiswi psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta Adelina Rahmawati pada tahun 2015 yang berjudul “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru” Subjek dalam penelitian ini berjumlah 114 orang, yaitu santri baru yang sedang menjalani kelas persiapan belajar di pesantren dan berasal dari sekolah luar non pesantren. Peneliti menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki santri baru maka semakin tinggi penyesuaian diri yang dilakukan, begitu juga sebaliknya.

Penelitian sebelumnya mengenai hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri juga pernah diteliti pada tahun 2017 oleh Clara Dewi Permatasari mahasiswi psikologi Universitas Sanata Dharma dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri dan Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Sanata Dharma”

Penelitian tentang penyesuaian diri pernah dilakukan oleh Fajriani dan kawan-kawan pada tahun 2020 dengan judul “Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Pembelajaran Daring di SMA Laboratorium Unsyiah pada Masa Pandemi Covid-19” Sebanyak 200 orang dari 400 siswa SMA Laboratorium Unsyiah diambil untuk dijadikan sampel penelitian dengan teknik random sampling. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif.

Berdasarkan uraian dan gambaran fenomena diatas, peneliti merasa perlu dan tertarik untuk menyelesaikan masalah tersebut dengan melakukan penelitian pada mahasiswa tahun pertama UPI YPTK Padang sebagai bahan penelitian dalam bentuk Skripsi yang berjudul: “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Dalam Belajar Selama Pandemi *Covid-19* Pada Mahasiswa Tahun Pertama UPI YPTK Padang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dalam belajar selama pandemi *Covid-19* pada mahasiswa tahun pertama UPI YPTK Padang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dalam belajar selama pandemi *Covid-19* pada mahasiswa tahun pertama UPI YPTK Padang.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang akan di dapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi atau masukan secara lebih luas dan jelas bagi ilmu psikologi terutama psikologi pendidikan yang berkaitan dengan hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dalam belajar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Melalui hasil penelitian ini diharapkan mahasiswatahun pertama UPI YPTK Padang dapat mengetahui dan memahami bahwa hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri dalam belajarsangat positif keterkaitannya sehingga mahasiswa tahun pertama dapat mengaplikasikan teori tersebut di dalam kehidupan sehari-hari dan bermasyarakat

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melalui hasil penelitian ini diharapkan para pembaca dan peneliti selanjutnya dapat menambah referensi dan menambah ilmu pengetahuan serta wawasan mengenai hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri

dalam belajar serta sebagai referensi penelitian yang lebih kompleks untuk selanjutnya

c. Bagi akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan yang lebih mendalam mengenai hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dalam belajar selama pandemi *covid-19*. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menambah wawasan atas pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu psikologi.