

**KONTRIBUSI ASERTIVITAS TERHADAP *COLLEGE ADJUSTMENT* PADA
MAHASISWA BARU DI KOTA MAKASSAR**

SKRIPSI

Pembimbing:

**Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si
Susi Susanti, S.Psi., MA**

Disusun Oleh:

**NUR ERSAYANI
C021181019**



**UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
MAKASSAR
2023**

**KONTRIBUSI ASERTIVITAS TERHADAP *COLLEGE ADJUSTMENT* PADA
MAHASISWA BARU DI KOTA MAKASSAR**

SKRIPSI

Diajukan untuk Menempuh Ujian Sarjana
Pada Fakultas Kedokteran
Program Studi Psikologi
Universitas Hasanuddin

Pembimbing:

**Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si
Susni Susanti, S.Psi., MA**

Disusun Oleh:

**NUR ERSAYANI
C021181019**



**UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
MAKASSAR
2023**

PERSETUJUAN


HALAMAN PERSETUJUAN
KONTRIBUSI ASERTIVITAS TERHADAP COLLEGE ADJUSTMENT PADA
MAHASISWA BARU DI KOTA MAKASSAR

Disusun dan Diajukan Oleh:

Nur Ersayani
C021181019

Telah disetujui dan diajukan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Program Studi
Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin:

Pembimbing I




Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si
NIP.19870218 201903 1 005

Pembimbing II



Susi Susanti S.Psi., M.A
NIDK.8962900020

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA
NIP.49810725 201012 1 004

PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

KONTRIBUSI ASERTIVITAS TERHADAP COLLEGE ADJUSTMENT PADA MAHASISWA BARU DI KOTA MAKASSAR

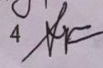
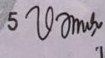
Disusun dan diajukan oleh:

Nur Ersayani
C021181019

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi



Pada tanggal, 13 Juni 2023

Menyetujui,
Panitia Penguji

No	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA	Ketua	1 
2.	Rizky Amalia Jamil, S.Psi., M.A	Sekretaris	2 
3.	Yassir Arafat Usman, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	3 
4.	Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si	Anggota	4 
5.	Umniyah Saleh., S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	5 
6.	Susi Susanti S.Psi., M.A	Anggota	6 

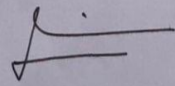
Mengetahui,

Wakil dekan bidang akademik dan kemahasiswaan
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin

Dr. Agus Salim Bukhari, M.Clin. Med., Ph.D., Sp.GK(K)
NIP. 19700821 199903 1 001

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A
NIP. 19810725 201012 1 004

PERNYATAAN

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister dan atau doktor), baik di Universitas Hasanuddin maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Pembahas/Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini telah saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Makassar, 7 Juni 2023

Yang Membuat Pernyataan



Nur Ersayani

NIM: C021181019

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Karena atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kontribusi Asertivitas Terhadap *College Adjustment* Pada Mahasiswa Baru Di Kota Makassar” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Penulis sangat menyadari bahwa penyusunan penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis sangat terbuka dengan masukan, ktirik, dan saran yang dapat membantu dalam meningkatkan penelitian ini.

Proses penyusunan skripsi ini dilakukan dengan tahapan dan waktu yang cukup panjang yang dimulai dari penyusunan proposal, melakukan penelitian dan melaksanakan seminar hasil penelitian hingga pada sidang skripsi yang tentunya tidak terlepas dari doa, dukungan, arahan, bantuan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu melalui kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terimakasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Nur Ersayani yang telah berproses dalam pembuatan skripsi ini. Penulis mengetahui ada banyak dinamika yang terjadi selama proses penyusunan skripsi ini sehingga sangat mengapresiasi Ersa karena dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Kepada orang tua peneliti bapak Ashar dan ibu Hj. Erna yang selalu memberikan dukungan, baik secara finansial, wejangan dan doa-doa tulus yang terus dipanjatkan. Penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya terlepas dari tekanan yang diberikan keluarga besar dan lingkungan sekitar.

3. Kepada dosen pembimbing yakni Bapak Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si dan ibu Susi Susanti, S.Psi., MA yang senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi sesuai yang diharapkan. Penulis sangat bersyukur atas saran-saran dan umpan balik yang diberikan dengan tutur kata yang baik dan selalu memberikan semangat kepada penulis disaat penulis mengalami kesulitan dan hilang arah dalam pengerjaan skripsi.
4. Dosen pembahas yakni bapak Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA dan Bapak Yassir Arafat Usman, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang senantiasa meluangkan waktu menghadiri setiap proses seminar dan memberikan kritik, saran, dan masukan terkait penelitian skripsi penulis sehingga penulis dapan memperbaiki dan menyelesaikan skripsi dengan baik.
5. Dosen pembimbing akademik, yakni Ibu Dra. Dyah Kusmarini, Psych dan bapak Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, masukan, motivasi, serta *insight* selama proses perkuliahan sehingga penulis dapat berkuliah dengan baik dan menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak/ ibu dosen Prodi Psikologi FK Unhas yang juga telah membersamai penulis selama proses perkuliahan. Penulis sangat bersyukur dan berterimakasih atas segala ilmu yang diberikan, banyaknya *insight* yang penulis dapatkan, serta umpan balik yang membangun sehingga penulis dapat menimba ilmu dengan baik selama berkuliah.
7. Staf Akademik Prodi Psikologi FK Unhas, penulis sangat berterimakasih atas bantuan yang diberikan dalam mengurus proses akademik dan administrasi

selama perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan lancar.

8. Teman-teman seperjuangan yang selalu kebersamai penulis dalam proses perkuliahan baik dalam suka dan duka yakni Aliya, Jihan, dan Hadrah. Terimakasih atas segala bentuk dukungan yang senantiasa diberikan sehingga penulis memiliki wadah untuk mengekspresikan diri selama perkuliahan dan proses pengerjaan skripsi yang tentunya sangat membantu mengurangi beban selama berproses di Psikologi Unhas.
9. Teman-teman mahasiswa Psikologi FK Unhas yang telah kebersamai dalam proses perkuliahan. Terimakasih atas kerjasamanya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, semoga selalu diberikan kelancaran dan segala cita-cita segera terwujud.
10. Serta seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini. Terimakasih banyak penulis ucapkan atas segala bantuan baik secara langsung dan tidak langsung. Semoga kebaikan yang diberikan menjadi berkah dan dilancarkan segala urusannya.

Makassar. 30 Mei 2023

Yang membuat pernyataan

Nur Ersayani

ABSTRAK

Nur Ersayani, C021181019, Kontribusi Asertivitas Terhadap *College Adjustment* Pada Mahasiswa Baru di Kota Makassar, Skripsi, Fakultas Kedokteran, Program Studi Psikologi, 2023.

xvi + 74 halaman, 9 lampiran

Mahasiswa tahun pertama sebagai individu yang berada pada tahap remaja akhir mengalami transisi yang memberikan kesempatan untuk bereksplorasi, menjalin hubungan interpersonal dan bereksperimen. Pada masa transisi ini penuh dengan tantangan, perubahan, dan tuntutan yang baru khususnya dilingkungan akademik, seperti gaya belajar yang mandiri dan tugas-tugas yang menumpuk serta dituntut untuk berinteraksi dengan lingkungan baru. Dalam menghadapi tuntutan dan perubahan tersebut, diperlukan keterampilan penyesuaian diri di perguruan tinggi atau dikenal sebagai (*college adjustment*). Peneliti sebelumnya telah menunjukkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *college adjustment* adalah asertivitas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi asertivitas terhadap *college adjustment* pada mahasiswa baru di Kota Makassar. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 600 mahasiswa baru di Kota Makassar. Adapun instrumen penelitian yang digunakan, yakni skala *college adjustment* dan skala asertivitas. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi sederhana. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa asertivitas memberikan kontribusi positif secara signifikan sebesar 38,4% terhadap *college adjustment* pada mahasiswa baru di Kota Makassar.

Kata kunci: *College Adjustment*, Asertivitas, Mahasiswa Baru.
Daftar Pustaka, 76 (1964-2022)

ABSTRACT

Nur Ersayani, C021181019, *Contribution of Assertiveness to College Adjustment in New Students in Makassar City*, Thesis, Faculty of Medicine, Psychology Study Program, 2023.

xvi + 74 pages, 9 attachments

First-year students as individuals who are in the late adolescent stage experience a transition that provides opportunities for exploration, interpersonal relationships and experiment. This transition period is full of challenges, changes, and new demands, especially in the academic environment, such as independent learning styles and tasks that accumulate and are required to interact with new environments. In facing these demands and changes, college adjustment skills are needed. Previous researchers have shown that one of the factors that influence college adjustment is assertiveness.

This study aims to determine whether there is a contribution of assertiveness to college adjustment in new students in Makassar City. The research method used is quantitative with a correlational research design. The number of samples in this study were 600 new students in Makassar City. The research instruments used, namely the college adjustment scale and assertiveness scale. The data analysis technique used is simple regression analysis technique. The results of this study indicate that assertiveness makes a significant positive contribution of 38.4% to college adjustment in new students in Makassar City.

Keywords: *College Adjustment, Assertiveness, New Students. Bibliography, 76 (1964-2022)*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	10
1.3 Maksud, Tujuan, dan Manfaat Penelitian	11
1.3.1 Maksud Penelitian	11
1.3.2 Tujuan Penelitian	11
1.3.3 Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Asertivitas.....	12
2.1.1 Definisi Asertivitas	12
2.1.2 Aspek-Aspek Asertivitas	13
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Asertivitas	16
2.2 <i>College Adjustment</i>.....	17
2.2.1 Definisi <i>College Adjustment</i>	17
2.2.2 Aspek-Aspek <i>College Adjustment</i>	19
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>College Adjustment</i>	20
2.3 Mahasiswa Baru	23
2.4 Keterkaitan Asertivitas Dengan <i>College Adjustment</i> Pada Mahasiswa Baru	24
2.5 Kerangka Konseptual.....	27

2.6 Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Jenis Penelitian	30
3.2 Desain Penelitian	30
3.3 Variabel Penelitian	31
3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian	31
3.4.1 Asertivitas	31
3.4.2 <i>College Adjustment</i>	32
3.5 Populasi dan Sampel Penelitian	33
3.5.1 Populasi Penelitian	33
3.5.2 Sampel Penelitian.....	33
3.6 Teknik Pengumpulan Data	34
3.6.1 Skala Asertivitas	34
3.6.2 Skala <i>College Adjustment</i>	34
3.7 Validitas dan Reliabilitas	35
3.7.1 Validitas	35
3.7.2 Reliabilitas	37
3.8 Teknik Analisis Data	38
3.8.1 Analisis Deskriptif	38
3.8.2 Uji Asumsi.....	38
3.8.3 Uji Hipotesis.....	39
3.9 Prosedur Penelitian	39
3.9.1 Tahap Penyusunan Proposal Penelitian	39
3.9.2 Tahap Persiapan Penelitian	40
3.9.3 Tahap Pengumpulan Data	40
3.9.4 Tahap Estimasi Pelaksanaan.....	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	42
4.1 Hasil Penelitian	42
4.1.1 Profil Responden Secara Keseluruhan	42
4.2 Analisis Deskriptif Variabel	45
4.2.1 Profil Responden Berdasarkan Variabel Asertivitas	45

4.2.2 Profil Responden Berdasarkan Tiap Aspek Asertivitas	46
4.2.3 Karakteristik Asertivitas Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	49
4.2.4 Karakteristik Asertivitas Responden Berdasarkan Usia.....	50
4.2.5 Profil Responden Berdasarkan Variabel <i>College Adjustment</i>	51
4.2.6 Profil Responden Berdasarkan Tiap Aspek Variabel <i>College Adjustment</i>	53
4.2.7 Karakteristik <i>College Adjustment</i> Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	55
4.3 Hasil Uji Hipotesis Penelitian	56
4.3.1 Uji Asumsi.....	56
4.3.2 Uji Hipotesis.....	57
4.3.3 Pembahasan	58
4.4 Limitasi Penelitian.....	66
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	67
5.1 Kesimpulan.....	67
5.2 Saran	67
5.2.1 Penelitian Selanjutnya	67
5.2.2 Mahasiswa Baru	68
5.2.3 Universitas	68
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue-print</i> Skala Asertivitas	34
Tabel 3.2 <i>Blue-print</i> Skala <i>College Adjustment</i>	35
Tabel 3.3 <i>Blue-print</i> Skala Asertivitas Setelah Uji Validitas	36
Tabel 3.4 <i>Blue-print</i> Skala <i>College Adjustment</i> Setelah Uji Validitas.....	37
Tabel 3.5 Timeline Prosedur Penelitian	41
Tabel 4.1 Deskriptif Statistik Variabel Asertivitas	45
Tabel 4.2 Penormaan Variabel Asertivitas	45
Tabel 4.3 Deskriptif Tiap Aspek Variabel Asertivitas	46
Tabel 4.4 Penormaan Tiap Aspek Variabel Asertivitas.....	47
Tabel 4.5 Deskriptif Statistik Variabel <i>College Adjustment</i>	51
Tabel 4.6 Penormaan Variabel <i>College Adjustment</i>	52
Tabel 4.7 Deskriptif Tiap Aspek Variabel <i>College Adjustment</i>	53
Tabel 4.8 Penormaan Tiap Aspek Variabel <i>College Adjustment</i>	53
Tabel 4.9 Uji Asumsi Normalitas	56
Tabel 4.10 Uji Asumsi Linearitas.....	56
Tabel 4.11 Uji Regresi Linear Sederhana	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	27
Gambar 3.1 Variabel Penelitian	31
Gambar 4.1 Profil responden Berdasarkan Jenis Kelamin	42
Gambar 4.2 Profil Responden Berdasarkan Usia.....	43
Gambar 4.3 Profil Responden Berdasarkan Universitas	43
Gambar 4.4 Profil Responden Berdasarkan Suku.....	44
Gambar 4.5 Profil Responden Berdasarkan Variabel Asertivitas	46
Gambar 4.6 Profil Responden Berdasarkan Tiap Aspek Variabel Asertivitas.	48
Gambar 4.7 Profil Asertivitas Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	49
Gambar 4.8 Profil Asertivitas Responden Berdasarkan Usia	50
Gambar 4.9 Profil Responden Berdasarkan <i>College Adjustment</i>	52
Gambar 4.10 Profil Responden Berdasarkan Tiap Aspek <i>College Adjustment</i>	54
Gambar 4.11 Profil <i>College Adjustment</i> Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Asertivitas dan College Adjustment

Lampiran 2 Uji Reliabilitas Skala Asertivitas dan *College Adjustment*

Lampiran 3 Uji Asumsi

Lampiran 4 Uji Hipotesis

Lampiran 5 *Screenshot Chat* Persetujuan Menggunakan Alat Ukur

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk sosial sering kali dihadapkan pada kebutuhan untuk menyesuaikan diri dalam situasi apapun yang mereka temui dalam kehidupan sehari-hari, terutama pada saat menghadapi perubahan. Demikian pula dengan mahasiswa, mereka menghadapi perubahan dari masa sekolah menengah menuju perguruan tinggi. Mahasiswa yang telah memasuki masa perkuliahan biasanya berusia 18-22 tahun yang merupakan tahap remaja akhir (Santrock, 2003). Remaja pada saat ini mengalami transisi yang meliputi berbagai perubahan baik kognitif, fisik, maupun emosional serta memenuhi harapan orang tua, sekolah, dan teman sebaya. Santrock (2003) mengemukakan bahwa transisi yang dialami individu dari Sekolah Menengah atas menuju perguruan tinggi disebut sebagai fenomena "*Top Dog*" atau memutar ulang, dimana sebelumnya seorang siswa termasuk ke dalam kelompok siswa tertua dan paling berkuasa kini menjadi sekelompok siswa yang paling muda dan tidak berkuasa lagi.

Transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi juga melibatkan suatu perpindahan menuju struktur sekolah yang lebih besar dan lebih impersonal yang interaksinya adalah interaksi dengan teman sebaya yang tentunya memiliki latar belakang yang beragam, dimana pada saat ini bertambahnya tekanan untuk mencapai prestasi, untuk kerja, dan mencapai nilai-nilai ujian yang baik. Adanya transisi ini memiliki sisi positif, seperti remaja menjadi merasa lebih dewasa, mendapatkan lebih banyak mata pelajaran yang bisa dipilih, memiliki lebih banyak waktu untuk bersama dengan teman sebaya,

memperoleh lebih banyak kesempatan untuk mengeksplorasi gaya hidup dan nilai-nilai yang berbeda-beda, menikmati kebebasan dari pengawasan orang tua, dan menjadi lebih tertantang secara intelektual dengan adanya tugas-tugas akademik (Santrock, 2003).

Pada kenyataannya mahasiswa merasa bahwa memasuki Perguruan Tinggi (PT) setelah lulus sekolah menengah merupakan proses yang kompleks dan merupakan masa transisi yang sulit. Hal tersebut dikarenakan memasuki lingkungan baru, khususnya lingkungan kampus merupakan salah satu perubahan besar dalam hidup seseorang. Perubahan tersebut dimulai dari sistem belajar mengajar dan tuntutan yang sulit semenjak masuk dibangku perkuliahan dibandingkan dengan masa SMA (Sekolah Menengah Atas). Irawan, Putri, Lestari, dan Farich (2021) menjelaskan bahwa memasuki perguruan tinggi berarti melibatkan diri di dalam situasi hidup dan situasi akademis tentunya sangat berbeda dengan apa yang pernah dialami dalam lingkungan sekolah menengah dan tentunya memiliki beberapa konsekuensi. Konsekuensi dari adanya transisi ini yaitu, individu dituntut untuk beradaptasi dengan dunia baru yang penuh lika-liku dan resiko, khususnya adaptasi dalam pola berpikir, belajar, berkreasi, dan bertindak dalam menjalani kehidupan di kampus.

Mahasiswa baik di tingkat sarjana maupun pasca sarjana, domestik maupun asing, pasti menghadapi sejumlah persoalan dalam transisi memasuki PT. Permasalahan yang timbul biasanya berupa tekanan akademik, permasalahan finansial, rasa kesepian, konflik antar pribadi, kesulitan menghadapi perubahan dan permasalahan dalam mengembangkan otonomi pribadi (Gajdzik, 2005; Nadlyfah & Kustanti, 2018). Salah satu survei yang dilakukan UCLA menemukan bahwa mahasiswa baru tampaknya lebih banyak

mengalami stress dan depresi, hal tersebut disebabkan karena rasa takut akan kegagalan di dunia yang berorientasi keberhasilan (Santrock, 2003).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, mahasiswa baru seyogyanya merasa bahwa memasuki PT menjadi hal yang lebih menyenangkan karena bisa memilih mata pelajaran, memiliki lebih banyak waktu dengan teman sebaya, mengeksplorasi gaya hidup dan menikmati kebebasan dari pengawasan orang tua. Namun, beberapa mahasiswa baru merasa bahwa memasuki PT merupakan perubahan yang sulit karena lebih banyak tuntutan yang harus dihadapi sehingga menyebabkan banyak yang mengalami stress dan depresi. Maka dari itu, dengan adanya transisi ini mahasiswa perlu melakukan penyesuaian diri yang baik di PT (Rohmah, 2017).

Penyesuaian diri di PT mencerminkan tentang bagaimana individu mencapai tuntutan-tuntutan yang ada dan memberi dampak terhadap pertumbuhan pribadinya (Arkoff 2013; Irawan, dkk., 2021). Schneiders (1964) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku individu untuk mampu mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi. Usaha ini bertujuan untuk membentuk keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan. Schneiders melanjutkan bahwa terdapat 7 aspek penyesuaian diri yaitu, mengontrol emosi yang berlebihan, meminimalkan mekanisme pertahanan diri, mengurangi rasa frustrasi, berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar, serta sikap realistis dan objektif.

Penyesuaian diri di PT biasa disebut dengan *college adjustment*. Baker dan Syirk (1986) mengemukakan bahwa *college adjustment* adalah bagaimana menanggapi tuntutan akademik, melakukan interaksi sosial dengan staff fakultas,

mengambil bagian dari kehidupan kampus, dan terikat serta berkomitmen untuk universitas. Baker dan Syirk kemudian melanjutkan bahwa *college adjustment* terdiri dari empat subskala, yaitu penyesuaian akademik (*academic adjustment*), penyesuaian sosial (*social adjustment*), penyesuaian personal-emosional (*personal-emotional adjustment*), dan *institutional attachment* berdasarkan cara mahasiswa mengatasi tantangan dan masalah. Individu satu dengan yang lainnya memiliki kemampuan *college adjustment* yang berbeda-beda, hal tersebut dikarenakan individu adalah makhluk yang unik, dimana setiap orang memiliki pengalaman yang berbeda sehingga menyebabkan perbedaan kemampuan, sikap dan nilai, termasuk dalam proses penyesuaian diri (Goethals & Worchel; Nadlyfah & Kustanti, 2018). Mahasiswa yang memiliki kemampuan *college adjustment* yang baik, dapat mengurangi tekanan yang dirasakan di dalam dunia perkuliahan, sedangkan mahasiswa yang memiliki kemampuan *college adjustment* yang buruk akan merasa tertekan dan cenderung berdampak pada perilaku defensif (Hurlock, 1980; Sasmita & Rustika, 2015). *College adjustment* merupakan salah satu usaha mahasiswa untuk mengurangi rasa frustrasi, tekanan yang meliputi respon mental serta perilaku yang memiliki tujuan untuk mendapatkan kesinambungan antara apa yang menjadi harapan dan tuntutan lingkungan (Schneiders, 1964).

Pada kenyataannya, beberapa mahasiswa mengalami kesulitan dalam melakukan *college adjustment*. Survey yang dilakukan oleh *American Health Association* menemukan bahwa beberapa mahasiswa yang tidak sanggup untuk menyesuaikan diri, merasa tidak memiliki harapan, mengalami tekanan mental, merasa sedih, serta tidak sanggup dengan seluruh apa yang dicobanya (Santrock, 2011; Nuraini, Rini, & Pratitis, 2021). Didukung oleh penelitian

Rahmadani dan Rahmawati (2020) bahwa tingkat *college adjustment* mahasiswa tahun pertama di salah satu universitas di Indonesia sebesar 44,7% berada di kategori rendah. Sisanya, hanya sebesar 13,6% mahasiswa berada dalam kategori tinggi. Mahasiswa tingkat pertama masih mengalami kesulitan melakukan adaptasi dengan lingkungan dan tuntutan perguruan tinggi, terutama beradaptasi dengan tuntutan akademis, sosial, pribadi-emosional dan tuntutan institusi. Kesulitan mahasiswa menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik dan berintegrasi ke dalam sistem sosial di perkuliahan dapat menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan rendahnya komitmen ke perkuliahan dan meningkatkan kemungkinan putus pendidikan (*drop out*) (Tinto 1973; Tionardi & Gunatirin, 2019). Adapun prevalensi global menunjukkan bahwa sekitar 40% mahasiswa *drop out* saat menempuh jenjang perguruan tinggi, dengan 75% diantaranya merupakan mahasiswa tingkat pertama dan tingkat kedua (Olivas 2017; Rahmadani & Rahmawati, 2020). Di Indonesia, Jumlah mahasiswa yang *drop out* pada tahun pertama termasuk dalam kategori yang cukup tinggi di seluruh dunia (Rooji, Jansen, & Griff, 2018), salah satu penyebabnya adalah ketidakmampuan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri (Balmer; Syukron, 2017). Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDikti) melaporkan bahwa pada tahun 2019 angka putus kuliah di setiap provinsinya berkisar antara 2%-24%, sedangkan secara nasional mencapai 602.208 mahasiswa (7%) dari total 8.483.213 mahasiswa terdaftar. *Drop out* ini mengacu pada definisi dikeluarkan oleh kampus tempatnya belajar, putus kuliah, dan mengundurkan diri (PDDikti, 2020).

Data Unit Bimbingan Konseling Mahasiswa (UBKM) di salah satu universitas negeri Makassar tahun 2001-2003 mengungkapkan bahwa sebagian

besar mahasiswa menghadapi berbagai macam masalah penyesuaian diri, diantaranya adalah sulit bergaul di dalam maupun di luar kampus, sulit menyesuaikan diri dengan dosen, merasa rendah diri saat menghadapi situasi baru, atau kurang percaya diri ketika di depan kelas (Ahkam, 2010). Hasil tersebut diperjelas oleh penelitian Eurika (2022) bahwa sebanyak 22,3% mahasiswa di kota Makassar memiliki skor *college adjustment* dalam kategori rendah dan 8,4% dengan skor sangat rendah dari total 200 mahasiswa tingkat pertama. Begitupun dengan wawancara sebagai data awal yang dilakukan oleh Eurika (2022) menyatakan mahasiswa tahun pertama merasakan emosi negatif seperti khawatir, sedih, stress, dan tertekan selama berkuliah yang menuntut mereka untuk belajar mandiri, beban tugas yang berat, serta tugas yang menumpuk. Mahasiswa merasa khawatir dan takut tidak dapat menyelesaikan studi karena tugas yang diberikan lebih kompleks dibandingkan saat SMA, serta beberapa merasa kurang yakin dengan pilihan yang di ambil. Berdasarkan penjelasan dan data yang telah dipaparkan di atas, *college adjustment* menjadi masalah penting yang terjadi di kota Makassar.

Adapun dampak yang terjadi apabila mahasiswa tidak berhasil melakukan *college adjustment*, yaitu menjadi kurang mampu menanggung kewajibannya dan tidak memedulikan pelajaran, melakukan perilaku menyerang seperti mudah bertengkar dan lebih percaya pada diri sendiri pada statusnya di dalam kelompok, perasaan tidak nyaman, merasa malu bila berada di lingkungan yang tidak dikenal serta memiliki rasa mudah menyerah, tidak bisa fokus pada perkuliahan, merasa sendiri serta tidak memiliki sahabat. Selain itu, mahasiswa juga sering merasa tidak bahagia, menurun ketinggian sikap sebelumnya serta

memakai mekanisme pertahanan semacam rasionalisasi, proyeksi, berangan-angan dan pemindahan (Hurlock, 1997; Nuraini dkk., 2021).

Berdasarkan penjelasan di atas, mahasiswa baru seyogyanya dapat melakukan *college adjustment* sehingga dapat mengurangi tekanan yang dirasakan dan mencapai kesinambungan antara apa yang menjadi harapan dan tuntutan lingkungan. Kenyataannya masih ada beberapa mahasiswa baru merasa kesulitan dan tidak sanggup melakukan *college adjustment* sehingga menyebabkan perasaan khawatir, sedih, stress, kurang mampu menanggung kewajibannya, malu-malu dan merasa sendiri serta tidak memiliki sahabat. Tidak hanya itu, ketidakmampuan *college adjustment* juga berdampak pada banyaknya mahasiswa yang *drop out* pada tahun pertama dan tahun kedua.

Ketidakmampuan *college adjustment* disebabkan oleh ketidakmampuan komunikasi interpersonal yang dimiliki oleh mahasiswa, yaitu asertivitas (Nurfitriana, 2016). Hal ini didukung oleh Gavinta & Hartati (2015) mengemukakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri. Begitupun dengan Rohmah (2019) menemukan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa, semakin tinggi asertivitas maka semakin tinggi pula penyesuaian diri. Hal tersebut diperkuat lagi oleh Anggraini (2020) yang mengemukakan bahwa ada hubungan antara asertivitas dengan penyesuaian diri individu. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa asertivitas dapat membantu mahasiswa mengomunikasikan apa yang dirasakannya sehingga ketika seseorang dapat mengomunikasikan apa yang dirasakan maka individu tersebut lebih mudah menyesuaikan diri di lingkungannya (Simarmata & Rahayu, 2017).

Asertivitas adalah kemampuan seseorang untuk mengkomunikasikan keinginan, perasaan, dan pikiran serta batasan mereka kepada orang lain secara tegas, jujur, dan terbuka dengan menghormati hak diri sendiri dan hak orang lain. Perilaku ini tidak muncul dengan sendirinya, melainkan berkembang dalam proses belajar yang panjang sebagai hasil pengalaman selama rentang kehidupan individu (Burley-Allen, 1983; Alexander & Patria, 2019). Adapun Pipas dan Jaradat (2010) mengemukakan bahwa asertivitas adalah bagaimana individu bisa mengungkapkan hal-hal yang tidak disetujui secara bebas tanpa agresif secara verbal atau tidak merusak dan mengganggu. Individu yang asertivitas adalah individu yang mengemukakan pendapat dengan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut serta dapat berkomunikasi dengan orang lain secara lancar. Sebaliknya individu yang kurang asertivitas adalah individu yang mempunyai ciri-ciri terlalu mudah mengalah (lemah), mudah tersinggung, cemas, kurang yakin pada diri sendiri, sulit mengadakan komunikasi dengan orang lain dan tidak merasa bebas untuk mengemukakan masalah dan hak-hak yang diinginkan (Fensterheim dan Baer, 1995; Tarigan, 2016). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa asertivitas adalah kemampuan untuk mengomunikasikan apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh individu terhadap orang lain tanpa rasa takut dengan cara yang tidak agresif ataupun merugikan orang lain.

Perilaku asertif lebih adaptif daripada submitif atau agresif. Asertif menimbulkan harga diri yang tinggi dan hubungan interpersonal yang memuaskan. Kemampuan asertif memungkinkan orang untuk mengemukakan apa yang diinginkan secara langsung dan jelas sehingga menimbulkan rasa senang dalam diri dan orang lain menilai baik. Individu yang asertivitasnya tinggi

akan menggunakan mekanisme pertahanan diri yang efektif dan adaptif, hal ini dikarenakan asertivitas dapat mengefektifkan pemecahan masalah yang dihadapi individu serta memahami kekurangan diri dan berusaha memperbaikinya (Sikone, 2007; Anfanjaya & Indrawati, 2016). Sedangkan bagi individu yang asertivitasnya rendah akan cenderung mengalami gangguan mental karena kesulitan dalam mengungkapkan apa yang di rasakan dan dipikirkan (Widjaja & Wulan, 1998). Ada beberapa aspek-aspek asertivitas menurut Alberti dan Emmons (2017) diantaranya adalah bertindak menurut kepentingan sendiri, membela diri sendiri, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, mampu menyatakan pendapat, dan tidak menyangkal hak-hak orang lain. Asertivitas dapat menjadi salah satu solusi terbaik bagi mahasiswa untuk dapat mempertahankan dirinya dalam dunia baru dalam bentuk yang rileks, lebih menyenangkan, dan lebih sehat bagi perkembangan psikologisnya, karena dengan perilaku tersebut, mahasiswa dapat menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan teman-teman barunya, begitupun dengan dosen yang mengajar (Indriani, 2018).

Faktanya, tidak semua mahasiswa dapat berkomunikasi dengan asertif. Penelitian yang dilakukan oleh Khaerunnisa, Marjo, & Setiawan (2016) mengungkapkan bahwa beberapa mahasiswa memiliki asertivitas yang berada pada kategori rendah, sehingga memiliki kesulitan untuk mengungkapkan perilaku asertif baik secara verbal maupun nonverbal dan sulit mengungkapkan sesuatu secara jujur dan tegas mengenai apa yang mereka rasakan serta inginkan. Hal tersebut dikarenakan mereka merasa bahwa tidak memiliki hak untuk berpendapat, merasa cemas dalam mengungkapkan sesuatu, atau kesulitan saat mengekspresikan apa yang mereka rasakan (Alberti & Emmons,

2017). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi asertivitas yaitu jenis kelamin, harga diri, pola asuh orangtua, kebudayaan dan tingkat pendidikan (Rathus & Nevid, 1993).

Berdasarkan penjelasan di atas, diketahui bahwa untuk bisa melakukan *college adjustment* mahasiswa baru seyogyanya memiliki kemampuan asertivitas agar bisa menjalin hubungan Interpersonal yang baik sehingga dengan mudah mengomunikasikan apa yang dibutuhkan dalam proses perkuliahan dan mengefektifkan pemecahan masalah yang dihadapi mahasiswa. Namun pada kenyataannya, beberapa mahasiswa belum bisa melakukan komunikasi dengan asertif dan seringkali merasa cemas mengungkapkan sesuatu. Meskipun variabel asertivitas dengan *college adjustment* sudah pernah diteliti, tapi terdapat perbedaan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian ini. Perbedaan yang dimaksud yaitu, penelitian ini merupakan yang pertama dilakukan di Makassar, metode yang digunakan juga berbeda dengan penelitian terdahulu. Hal ini dikarenakan penelitian ini dilakukan untuk meninjau lebih lanjut kontribusi asertivitas tersebut terhadap *college adjustment*. Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk meneliti dan melihat kontribusi asertivitas terhadap *college adjustment* pada mahasiswa baru di kota Makassar.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan beserta kajian teoretik yang telah di paparkan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah apakah ada kontribusi asertivitas terhadap *college adjustment* pada mahasiswa baru di kota Makassar.

1.3 Maksud, Tujuan, dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Mengetahui dan mendeskripsikan kontribusi asertivitas terhadap *college adjustment* mahasiswa baru di kota Makassar, mengetahui dan mendeskripsikan gambaran asertivitas mahasiswa baru di Kota Makassar, serta mengetahui dan mendeskripsikan gambaran *college adjustment* mahasiswa baru di Kota Makassar.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi asertivitas terhadap *college adjustment* pada mahasiswa baru di kota Makassar.

1.3.3 Manfaat Penelitian

1.3.3.1 Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan terhadap pengembangan ilmu Psikologi khususnya di bidang Psikologi Perkembangan dan menjadi referensi maupun data tambahan bagi penelitian terkait di masa mendatang.

1.3.3.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan secara praktis akan bermanfaat dalam memberikan informasi dan pemahaman kepada remaja mengenai pentingnya *college adjustment* atau penyesuaian diri di perguruan tinggi untuk kesehatan mental mahasiswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Asertivitas

2.1.1 Definisi Asertivitas

Alberti dan Emmons (2017) mengemukakan bahwa asertivitas adalah suatu kemampuan untuk mengekspresikan diri secara tegas, jujur, dan nyaman tentang apa yang dirasakan dan dipikirkan kepada orang lain, namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pihak lain. Khan (2012) juga mengemukakan bahwa perilaku asertif adalah suatu kemampuan untuk menyampaikan apa yang diinginkan, dipikirkan dan dirasakannya kepada orang lain serta mampu menjaga haknya dan hak orang lain. Sedangkan Pipas dan Jaradat (2010) mengemukakan bahwa asertivitas adalah bagaimana individu bisa mengungkapkan hal-hal yang tidak bisa disetujui secara bebas tanpa agresif secara verbal atau tidak merusak dan mengganggu. Perilaku ini tidak muncul dengan sendirinya, melainkan berkembang dalam proses belajar yang panjang sebagai hasil pengalaman selama rentang kehidupan individu.

Dari beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa asertivitas adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan apa yang dirasakan dan dipikirkan kepada orang lain tanpa rasa takut dan cemas dengan cara yang tidak menyinggung atau merugikan pihak lain. Untuk menjalin hubungan interpersonal yang baik, seseorang membutuhkan kemampuan berperilaku asertif. Individu yang sering berperilaku asertif akan merasa tidak nyaman apabila hal ini terjadi terus-menerus akan menimbulkan konflik (Sari, Istiana, & Wahyuni, 2021).

Individu yang asertivitas adalah individu yang mengemukakan pendapat dengan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut serta dapat berkomunikasi dengan orang lain secara lancar. Begitupun sebaliknya, individu yang kurang asertivitas adalah individu yang memiliki ciri-ciri terlalu mudah mengalah (lemah), mudah tersinggung, merasa cemas, kurang yakin terhadap diri sendiri, sulit melakukan komunikasi dengan orang lain dan tidak merasa bebas untuk mengemukakan masalah dan hak-hak yang diinginkan (Fensterheim & Baer; Tarigan, 2016). Individu yang sudah mampu berkomunikasi secara asertif akan mampu mengurangi tingkat konflik yang dirasakan sehingga dapat menghindari stress (Friedberg; Perceka dkk., 2019). Begitupun dengan yang dikemukakan oleh Misnani (2016) bahwa ketika individu mampu berperilaku asertif, maka akan berdampak pada penurunan kecemasan sosial individu tersebut.

2.1.2 Aspek-Aspek Asertivitas

Terdapat beberapa aspek asertivitas yang dikemukakan oleh Alberty dan Emmons (2017) baik secara verbal maupun non verbal, aspek-aspek asertivitas secara verbal yaitu sebagai berikut:

a. Menyampaikan Sesuatu Secara Langsung, Tegas, Positif, dan Gigih

Kemampuan seseorang untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan secara langsung ke orang yang terlibat, cukup tegas dan gigih dalam menjelaskan tujuan sehingga lawan bicara mengerti dengan apa yang dimaksud.

b. Mengutamakan kesetaraan dalam hubungan manusia

Individu yang dapat mengutamakan kesetaraan dalam hubungan manusia, berarti menempatkan orang lain secara setara, serta mengusahakan agar setiap individu diuntungkan dan tidak ada yang dirugikan dalam setiap interaksi sosial.

c. Bertindak Menurut Kepentingan Sendiri

Individu yang dapat membuat keputusan sendiri, memiliki hubungan dengan orang lain dan berinisiatif untuk mengawali pembicaraan akan lebih mampu mempercayai penilaian diri sendiri, menetapkan tujuan dan berusaha meraih tujuan tersebut, berani meminta bantuan kepada orang lain, serta ikut berpartisipasi dalam pergaulan di lingkungannya.

d. Mampu Membela Diri Sendiri

Individu mampu berkata “tidak”, menentukan batas-batas yang dimiliki meliputi waktu dan energi, menanggapi kritik atau hinaan, serta mampu membela sebuah pendapat.

e. Menjalankan hak-hak pribadi

Berkaitan dengan kemampuan individu dalam mempertahankan hak-hak pribadi, baik sebagai warga negara, sebagai konsumen, sebagai anggota organisasi atau sekolah dan kelompok kerja, dan sebagai peserta dalam sebuah kegiatan publik untuk mengemukakan pendapat, melakukan perubahan, dan menanggapi pelanggaran atas hak diri sendiri atau orang lain.

f. Tidak Menyangkal Hak-hak Orang Lain

Individu mampu mengekspresikan dirinya tanpa melakukan kritik tidak adil terhadap orang lain, tanpa perilaku yang dapat menyakiti orang lain, tanpa menjuluki, tanpa intimidasi, tanpa manipulasi, dan mengendalikan orang lain.

g. Mengekspresikan Perasaan Dengan Jujur dan Nyaman

Individu mampu menyatakan bahwa ia kurang setuju, menunjukkan amarah, memperlihatkan kasih sayang atau persahabatan, mengakui rasa takut atau cemas, mengekspresikan persetujuan atau dukungan, bersikap spontan tanpa adanya rasa cemas yang menyakitkan.

Adapun aspek-aspek non verbal yang dapat dilihat pada individu yang asertif menurut Alberti dan Emmons (2017) yaitu sebagai berikut:

a. Kontak mata (*Eye Contact*)

Saat berbicara dengan lawannya, orang yang asertif akan menatap langsung lawannya sehingga akan membantu dalam mengkomunikasikan ketulusan, menunjukkan perhatian dan rasa hormat kepada orang lain.

b. Sikap Tubuh (*Body Posture*)

Orang yang asertif menunjukkan sikap tubuh yang aktif dan tegak. Sikap berdiri yang membungkuk dan pasif akan menandakan kurangnya asertivitas yang dimiliki orang tersebut.

c. Jarak atau Kontak Fisik (*Distance* atau *Physical Contact*)

Individu yang asertif mempunyai kemampuan menjaga jarak ketika berinteraksi dengan orang lain. Duduk atau berdiri sewajarnya, tidak terlalu dekat dan tidak terlalu jauh. Terlalu dekat terlihat menantang dan terlalu jauh sulit untuk menangkap pesan yang diberikan.

d. Isyarat Tubuh (*Gesture*)

Individu yang asertif dapat menunjukkan ketegasan, keterbukaan, kehangatan, rasa percaya diri dan spontanitas dalam berkomunikasi dengan orang lain. Sikap badan yang tegak ketika berhadapan dengan orang lain akan membuat pesan yang disampaikan lebih asertif.

e. Ekspresi Wajah (*Facial Expression*)

Individu yang asertif mampu mengekspresikan wajah sesuai dengan pesan atau hal yang akan disampaikan sehingga lawan bicara dapat memahami apa yang hendak disampaikan.

f. Penetapan Waktu (*Timing*)

Individu yang asertif mampu menyatakan sesuatu kepada orang lain secara tepat sesuai dengan waktu dan tempat.

g. Mendengarkan (*Listening*)

Individu yang asertif memiliki kemampuan untuk mendengarkan dengan seksama ketika lawan bicaranya sedang berbicara, sehingga mampu menahan diri untuk tidak mengekspresikan diri sesaat.

2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Asertivitas

Rathus dan Nevid (1993) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi asertivitas, diantaranya adalah:

a. Jenis kelamin

Laki-laki dan perempuan memiliki kemampuan asertivitas yang berbeda. Perempuan dianggap lebih sulit untuk berperilaku asertif dibandingkan dengan laki-laki, seperti sulit mengungkapkan perasaan dan pikirannya dibandingkan dengan laki-laki.

b. Harga diri

Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi akan memiliki kekhawatiran sosial yang rendah. Begitupun sebaliknya, orang yang memiliki harga diri yang rendah akan memiliki kekhawatiran sosial yang tinggi karena mereka tidak mampu mengungkapkan pendapat pada orang lain dan menyimpan perasaannya untuk dirinya sendiri.

c. Kebudayaan

Budaya yang dianut dalam lingkungan tertentu membatasi seseorang berperilaku dalam masyarakat, seperti batas-batas perilaku, dimana batas-batas perilaku itu sesuai dengan usia, jenis kelamin, dan status sosial seseorang.

d. Tingkat pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka kecenderungan sukses dalam bekerja dan semakin luas wawasan berpikir sehingga memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dengan lebih terbuka.

2.2 College Adjustment

2.2.1 Definisi College Adjustment

Baker dan Syirk (1984) mengemukakan bahwa *college adjustment* adalah kemampuan individu menanggapi tuntutan akademik, melakukan interaksi sosial dengan staf fakultas, mengambil bagian dalam kehidupan kampus, dan terikat serta berkomitmen untuk universitas. Adapun Al-Khatib, Awamleh, dan Samawi (2012) mengemukakan bahwa *college adjustment* merupakan kemampuan mahasiswa dalam memahami materi dengan baik, menjalin hubungan pertemanan dengan rekan mahasiswa lainnya dan juga dosen, serta memecahkan masalah psikologis dan sosial. Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri cenderung tidak menanggapi atau berpartisipasi dalam program yang ditawarkan untuk badan mahasiswa pada umumnya (Baker & Syirk, 1984).

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam beradaptasi, berafeksi, menyeimbangkan kehidupan, kemampuan mengambil keuntungan dari pengalaman, toleransi terhadap frustrasi, humor, sikap yang tidak ekstrem, objektivitas, dan lain-lain (Tyson, 1951; Suharsono & Anwar, 2020). Adapun Schneiders (Desmita, 2009) menjelaskan bahwa penyesuaian diri sebagai bentuk proses yang melingkupi reaksi mental dan tingkah laku, dimana individu sedang berupaya untuk mengambil keberhasilan dalam mengatasi kebutuhan-

kebutuhan di dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga tingkat keselarasan antara tuntutan dalam diri dengan apa yang diinginkan oleh lingkungan di mana ia berada dapat terwujud dengan baik.

Menurut Baker, McNeil, & Siryk (1985) terdapat beberapa kriteria perilaku yang menunjukkan berhasilnya *college adjustment* pada mahasiswa. Kriteria-kriteria tersebut adalah tercapainya performa akademik yang wajar bahkan baik, dapat memanfaatkan sarana bantuan psikologis dan konseling yang ada di universitas saat diperlukan, dan menyelesaikan masa studi dalam rentang waktu yang ditentukan oleh fakultas. Penelitian yang dilakukan oleh Chong, Elias, Mahyuddin, dan Uli, (2009) menemukan bahwa penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama memiliki pengaruh yang kuat terhadap pencapaian akademis dan pertumbuhan yang baik di luar kelas.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *college adjustment* merupakan penyesuaian diri dalam konteks perguruan tinggi, meliputi kemampuan dalam penyesuaian akademik, sosial, personal emosional, dan insiatif mengambil bagian dari lingkungan universitas dimana mahasiswa tersebut berada. Mahasiswa yang memiliki *college adjustment* yang baik berusaha agar dirinya fit dengan lingkungan kampus. Mereka akan aktif berusaha menjadikan pengalaman di perguruan tinggi menjadi pengalaman yang menyenangkan dan akan merasa sehat secara baik secara fisik, mental dan psikososial. Individu membutuhkan *college adjustment* yang baik agar kehidupan di kampus menjadi pengalaman baik untuk mahasiswa. Berdasarkan hal tersebut *college adjustment* atau penyesuaian diri di perguruan tinggi adalah suatu proses dimana mahasiswa baru beradaptasi dan menyelaraskan tuntutan dan kebutuhan

internal dan lingkungan perguruan tinggi sehingga mengalami keseimbangan dan kesejahteraan.

2.2.2 Aspek-aspek *College Adjustment*

College adjustment terdiri dari beberapa aspek, adapun aspek-aspek *college adjustment* yang dikemukakan oleh Baker dan Stryk (Otlu, 2010) yaitu:

a. Penyesuaian akademik (*Academic adjustment*)

Penyesuaian akademik meliputi motivasi individu dalam akademik seperti; memiliki sikap terhadap tujuan akademik, melakukan pekerjaan akademik dan apa saja yang ada di perguruan tinggi. Mengaplikasikan dalam karya dan memenuhi tuntutan akademik, melakukan kinerja untuk keberhasilan dan efektivitas dalam fungsi akademik, dan bagaimana kepuasan dalam lingkungan akademik.

b. Penyesuaian Sosial (*Social adjustment*)

Penyesuaian sosial ini meliputi kemampuan menjangkau dan berpartisipasi dengan kegiatan sosial, mampu berhubungan dengan mahasiswa lain, mampu berurusan dengan relokasi sosial dan kepuasan pada aspek-aspek sosial dalam lingkungan di perguruan tinggi.

c. Penyesuaian Personal Emosional (*Personal-Emotional Adjustment*)

Penyesuaian personal emosional dibagi menjadi dua bagian, yakni secara psikologis dan fisik. Secara psikologis berarti bagaimana individu mampu merasakan kesejahteraan psikologis, begitupun dengan fisik berarti mampu merasakan kesejahteraan fisik.

d. Kelekatan Terhadap Universitas (*Institutional Attachment*)

Kelekatan terhadap universitas meliputi dua bagian, yaitu secara umum dan perguruan tinggi. Secara umum berarti memiliki perasaan dan kepuasan berada

di perguruan tinggi, begitupun di perguruan tinggi berarti merasakan kepuasan dengan perguruan tinggi di mana mahasiswa belajar. Mahasiswa yang memiliki skor rendah dalam hal ini memiliki kemungkinan besar untuk keluar dari perguruan tinggi tempat ia berkuliah dan kurang puas dengan pengalamannya di perguruan tinggi.

2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *College adjustment*

Setiap orang memiliki kemampuan yang berbeda dalam menghadapi tantangan dan masalah yang dihadapi. Begitupun dengan kemampuan penyesuaian diri pada saat memasuki perguruan tinggi. Ada yang biasa saja saat menghadapi dunia barunya, beberapa masih sedikit kaget, dan ada pula yang tidak bisa melakukan penyesuaian. Menurut Suharsono & Anwar (2020) perbedaan tersebut dilatarbelakangi oleh beberapa faktor. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *college adjustment* adalah sebagai berikut:

a. Karakter Individu

Setiap individu memiliki karakter yang berbeda dalam menyikapi suatu hal dan beradaptasi dengan lingkungan. Ada orang mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan dan sistem baru, sehingga tidak mengalami stress dan menikmati semuanya. Tipikal yang seperti inilah yang mudah menyesuaikan diri dengan sistem perkuliahan yang berbeda dengan sekolahnya dahulu. Tipe yang lain adalah tipikal orang yang susah dan membutuhkan beberapa waktu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, sehingga individu yang seperti ini akan mendapatkan sedikit masalah mengenai sistem yang baru dikenalnya.

b. Perbedaan Latar Belakang

Latar belakang yang dimaksud bisa meliputi latar belakang pendidikan, sosial, budaya, dan ekonomi. Dunia perkuliahan tentunya memiliki sistem yang

berbeda dengan sekolah. Untuk mahasiswa yang berasal dari sekolah yang sudah maju, biasanya lebih mudah menyesuaikan diri dengan sistem perkuliahan. Beberapa sekolah saat ini ada yang menerapkan sistem indeks prestasi (IP) untuk mengukur kemampuan siswa, sama seperti sistem perkuliahan, terutama dalam masalah informasi dan teknologi. Begitupun sebaliknya dengan mahasiswa yang berasal dengan sekolah yang belum maju secara informasi dan teknologi akan sulit menyesuaikan diri dengan sistem perkuliahan.

c. Perbedaan Motivasi

Mahasiswa yang memang berkuliah karena berasal dari keinginan sendiri akan benar-benar serius dan tidak main-main dalam menjalani kehidupan kuliahnya, individu yang seperti ini akan berusaha menghadapi kendala dan masalah demi mencapai mimpinya. Namun, tak sedikit juga mahasiswa yang mengambil suatu jurusan tertentu bukan karena keinginan pribadinya, semisal karena tuntutan orang tua atau diterima di jurusan yang bukan pilihan utamanya. Ini akan mejadi masalah besar jika ia belum berdamai dengan pilihannya, maka ia akan menjalani masa-masa kuliah dengan berat hati, merasa tertekan, dan malas.

Crede dan Niehorster (2012) juga menemukan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *college adjustment* mahasiswa, yaitu:

a. Karakteristik demografi

Karakteristik demografi berkaitan dengan keanggotaan mahasiswa dalam kelompok minoritas seperti etnis, gender, sosial ekonomi, dan kewarganegaraan. Mahasiswa yang berasal dari kelompok minoritas memiliki kesulitan lebih besar untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi.

b. *Coping style*

Banyak mahasiswa mengalami stress dan tantangan selama di perguruan tinggi, terutama selama beberapa bulan pertama ketika baru beradaptasi, hal ini menyebabkan cara siswa dalam menghadapi stress tentunya berpengaruh terhadap penyesuaian diri mahasiswa tersebut di perguruan tinggi. *Coping style* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) merupakan upaya untuk mengurangi stress dalam situasi yang dialami, sedangkan yang berfokus pada emosi (*emotion problem focused coping*) merupakan upaya menjauhkan diri dari stressor.

c. *Social Support*

Social support dapat menjadi penyangga mekanisme dan sumber daya yang memungkinkan mahasiswa baru dalam melakukan penyesuaian. Dukungan sosial dari berbagai sumber seperti orang tua, teman, dan staf jurusan dan fakultas tentunya akan memiliki dampak yang besar pada penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi.

d. Hubungan dengan orang tua

Pada saat memasuki perguruan tinggi, banyak mahasiswa yang jauh dari orang tua, hal ini juga mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa karena keadaan, akhirnya dijauhkan dari dukungan langsung dan pengaruh orang tua mereka. Faktor yang dianggap memfasilitasi *college adjustment* yaitu orang yang mengajarkan otonomi, hubungan timbal balik dalam orang tua dan anak, serta kualitas keterikatan antara keduanya, sehingga orang tua dapat menjadi sumber sosial yang mendukung anak.

e. *Trait dan Core Self Evaluation*

Mahasiswa yang memiliki trait ekstraversi tingkat tinggi, keramahan, keterbukaan, dan stabilitas emosional dapat memfasilitasi proses penyesuaian diri sehingga memungkinkan mereka untuk lebih cepat beradaptasi di lingkungan perguruan tinggi. *Core self-evaluation* seperti harga diri, *locus of control*, dan *self-efficacy* berdampak pada cara mahasiswa menangani masalah dan memahami masalah baru di lingkungan baru yang mereka hadapi. Mahasiswa yang memiliki tingkat *core self-evaluation* yang tinggi dapat dilihat dari tingkat kepercayaan diri dan *optimism* yang lebih tinggi sehingga dapat membantu dalam pembentukan hubungan sosial yang baru.

2.3 Mahasiswa Baru

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menjalani pendidikan di suatu perguruan tinggi untuk mendapatkan gelar sarjana. Pada tahun pertama memasuki perguruan tinggi, mahasiswa disebut sebagai mahasiswa baru. Mahasiswa tahun pertama sebagian besar berusia 18-22 tahun yang merupakan tahap remaja akhir. Remaja pada saat ini mengalami transisi yang meliputi berbagai perubahan baik kognitif, fisik, maupun emosional serta memenuhi harapan orang tua, sekolah, dan teman sebaya (Santrock, 2003).

Fase remaja merupakan tahap perkembangan individu yang sangat penting, yang diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga mampu bereproduksi, garis pemisah antara awal dan akhir masa remaja terletak kira-kira di sekitar 17 tahun, dimana pada usia ini rata-rata setiap remaja memasuki sekolah menengah atas dan melanjutkan pendidikan di perguruan

tinggi. Hal ini mendorong sebagian besar remaja untuk berperilaku lebih matang (Jahja, 2011).

Transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi melibatkan suatu perpindahan menuju struktur sekolah yang lebih besar, lebih impersonal, dimana interaksinya adalah interaksi dengan teman sebaya yang lebih beragam latar belakang geografisnya dan beragam etnisnya, serta bertambahnya tekanan untuk mencapai prestasi, untuk kerja, dan nilai-nilai ujian yang baik. Siswa yang berorientasi pada teman sebaya lebih mampu beradaptasi dengan transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi dibandingkan dengan siswa yang didominasi oleh kehidupan keluarga. Mahasiswa baru masih memiliki penyesuaian sosial dan pribadi yang lebih buruk dibandingkan dengan mahasiswa tingkat akhir (Santrock, 2003). Maka dari itu, salah satu kebutuhan pada masa ini adalah kebutuhan akan penyesuaian diri (Jahja, 2011).

2.4 Keterkaitan Asertivitas dengan *College Adjustment* pada Mahasiswa Baru

College adjustment adalah kemampuan individu dalam menyesuaikan diri, yaitu menanggapi atau mengatasi tuntutan akademik, melakukan interaksi sosial dalam lingkungan akademik, kemampuan mengambil bagian dalam kampus dan memiliki komitmen serta terikat dengan universitas. Alwisol (2008) menyatakan bahwa kelompok sosial tempat individu berada mempengaruhi pembentukan kepribadian karena menjadi anggota dalam kelompok individu memasuki lingkungan sosial dan sistem nilai tertentu, sehingga kebutuhan (*needs*) tertentu akan diekspresikan secara berbeda pula tergantung pada lingkungan dimana individu tersebut berada. *Needs* memiliki cara khusus untuk mengekspresikan

cara pemecahannya. Salah satu bentuk individu berekspresi adalah dengan mengomunikasikannya. Asertivitas dapat membantu mahasiswa dalam mengekspresikan kebutuhan mereka dan akan membantu mahasiswa membangun cara yang efektif untuk mengekspresikan diri, menjaga harga diri, dan menunjukkan rasa hormat kepada individu lain (Alberti & Emmons, 2017). Dengan begitu, asertivitas dapat menjadi solusi terbaik bagi mahasiswa untuk dapat mengomunikasikan kebutuhannya, sehingga dapat mempertahankan diri dalam dunia baru dengan rileks, menyenangkan, dan lebih sejahtera secara psikologis.

Haber dan Runyon (1984) juga mengungkapkan bahwa salah satu aspek dalam penyesuaian diri adalah kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik dan hubungan interpersonal yang baik. Manusia pada dasarnya adalah makhluk sosial, sejak berada dalam kandungan individu selalu tergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidup seperti fisik, sosial dan emosi. Individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mampu menciptakan suatu hubungan yang saling menguntungkan satu sama lain. Mengekspresikan emosi dengan baik dan menjalin hubungan interpersonal yang baik dapat dilakukan dengan kemampuan asertivitas. Alberti dan Emmons (2017) menjelaskan bahwa asertivitas membantu individu dalam mengekspresikan kebutuhan mereka dan akan membantu individu dalam membangun cara yang efektif untuk mengekspresikan diri, menjaga harga diri, dan menunjukkan rasa hormat kepada individu lain sehingga dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang lain.

Sejalan dengan itu, Fatimah (2010) mengemukakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *college adjustment* adalah asertivitas. Asertivitas adalah kemampuan individu dalam mengemukakan apa yang dirasakan dan

dipikirkan tanpa rasa cemas dan takut dengan tidak melanggar hak orang lain. Pada saat berada di lingkungan kampus, mahasiswa harus bisa berperilaku asertif agar dapat diterima oleh lingkungannya. Asertivitas dapat membantu mahasiswa mengomunikasikan apa yang dirasakannya, dengan begitu mahasiswa tersebut akan mampu menyesuaikan diri di lingkungannya (Simarmata & Rahayu, 2017).

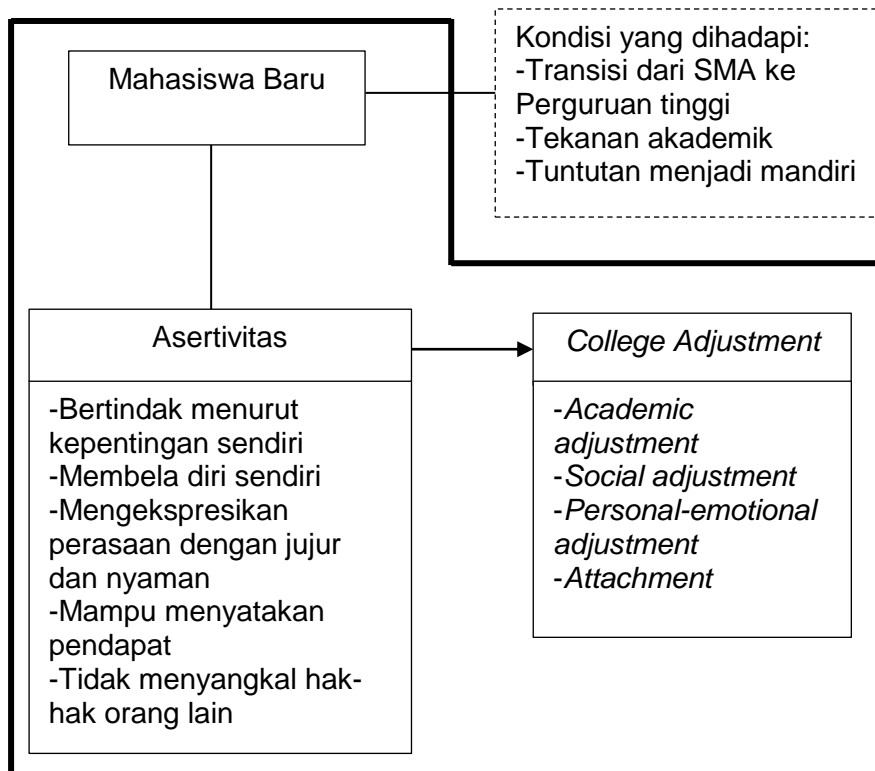
Individu yang seyogyanya memiliki asertivitas adalah mahasiswa baru. Mahasiswa baru adalah mahasiswa tahun pertama yang sedang menjalani pendidikan di suatu perguruan tinggi, dimana pada saat ini mahasiswa baru tuntutannya terasa lebih berat daripada mahasiswa lama karena dihadapkan pada situasi baru yang sangat berbeda pada saat berada di SMA (Santrock, 2003). Mahasiswa baru yang asertif akan memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan teman, dosen, dan orang lain yang berada disekitar kampus. Selain itu, asertivitas dapat membantu mahasiswa baru untuk bernegosiasi dengan orang lain pada saat mengalami kesulitan (Lambertz-Bendt & Blight, 2016).

Dengan adanya asertivitas, mahasiswa baru dapat melakukan mekanisme pertahanan diri yang adaptif dan efektif, mereka akan mampu bertahan dengan bermacam-macam tekanan dan tuntutan yang di alami, serta mampu menempatkan diri dengan baik di lingkungan sekitarnya. Selain itu, salah satu aspek dari *college adjustment* adalah *social adjustment*, yaitu kemampuan berurusan dengan relokasi sosial, seperti berpartisipasi dalam kegiatan sosial, berhubungan yang harmonis dengan mahasiswa lain, dosen dan sebagainya. Aspek ini juga didukung oleh aspek asertivitas yaitu menjaga hak yang dimiliki orang lain dan berkontribusi dalam menjaga kesetaraan santara sesama manusia, mahasiswa baru yang mampu menjaga hak dan menjaga kesetaraan

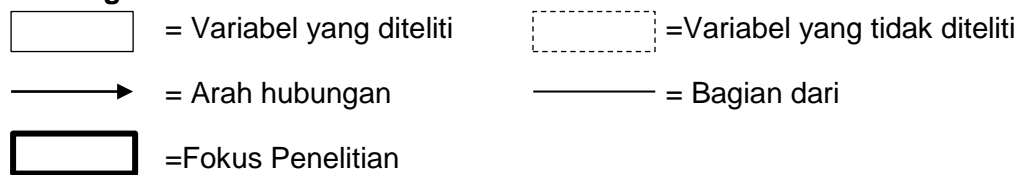
manusia akan mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan lingkungan sosial di perguruan tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gavinta dan Hartati (2015) menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara asertivitas dengan *college adjustment*. Pernyataan tersebut didukung dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nadlyfah dan Kustanti (2018) yang menemukan bahwa asertivitas berpengaruh terhadap penyesuaian diri mahasiswa. Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah (2019) yang menyatakan bahwa semakin tinggi asertivitas maka semakin tinggi pula penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah asertivitas, maka semakin rendah pula penyesuaian diri.

2.5 Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Keterangan:

Kerangka konseptual di atas menggambarkan bahwa variabel yang diteliti yaitu asertivitas sebagai variabel independen dan *college adjustment* sebagai variabel dependen, sedangkan mahasiswa baru sebagai subjek penelitian. Berdasarkan kerangka konseptual di atas, dapat diketahui bahwa mahasiswa baru mengalami transisi dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi, dimana pada saat ini mahasiswa baru mengalami berbagai tuntutan, baik itu tuntutan akademik, tuntutan untuk menjadi lebih mandiri dalam belajar, dan beradaptasi dengan lingkungan yang baru, serta menjalin hubungan interpersonal dengan teman dari berbagai latar belakang, dosen dan staff jurusan. Dengan adanya berbagai tuntutan ini, mahasiswa baru perlu membentuk sikap yang asertif untuk menjalin hubungan yang baik dengan lingkungan barunya sehingga dapat mengomunikasikan kebutuhannya, mengekspresikan apa yang dirasakan dan dipikirkan tanpa rasa cemas dan takut dengan tidak melanggar hak orang lain. Hal ini membantu mahasiswa baru untuk memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain sehingga dapat diterima dan mampu menyesuaikan diri di lingkungan barunya, dalam hal ini di perguruan tinggi.

Variabel asertivitas dibentuk dari beberapa aspek, yaitu bertindak menurut kepentingan diri sendiri, membela diri sendiri, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, mampu menyatakan pendapat, serta tidak menyangkal hak-hak orang lain. Dalam hal ini mahasiswa baru membentuk asertivitas dengan aspek-aspek tersebut. Asertivitas yang dimiliki oleh

mahasiswa baru akan memberikan pengaruh terhadap *college adjustment* pada keempat aspek, yaitu *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *attachment*. Berdasarkan uraian tersebut, dapat dilihat bahwa mahasiswa baru perlu mengembangkan asertivitas agar bisa menjalin hubungan interpersonal yang harmonis dengan lingkungan baru sehingga tidak kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan kampus. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai apakah terdapat kontribusi antara asertivitas terhadap *college adjustment* pada mahasiswa baru.

2.6 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada kontribusi asertivitas terhadap *college adjustment* pada mahasiswa baru di Kota Makassar.