

# Penyesuaian Diri Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung Terhadap Lingkungan Baru (Pembelajaran Tatap Muka)

Bunga Alodia Isfara

Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Bandung  
Email : [alodiaisfara@gmail.com](mailto:alodiaisfara@gmail.com)

## Informasi Artikel

### Linimasa Penerbitan Artikel:

Diterima: 05-06-2024  
Direvisi: 17-07-2024  
Disetujui: 07-08-2024  
Tersedia secara online:

### Kata Kunci:

*Penyesuaian diri, mahasiswa, pembelajaran tatap muka*

### Keyword:

*Self adjustment, student, face to face learning*



*This is an open access article under the CC BY-SA license.  
Copyright ©2024 by Author.  
Published by Universitas Indonesia Membangun*

## Abstrak

Setelah hampir dua tahun kegiatan belajar mengajar dilakukan secara daring atau online akibat pandemi covid-19, akhirnya pada pertengahan tahun 2021 pemerintah sudah memperbolehkan kembali kegiatan belajar mengajar dilakukan secara langsung atau tatap muka. Para mahasiswa yang sudah terbiasa dengan pembelajaran jarak jauh atau online yang dinilai lebih fleksibel akhirnya harus mulai bisa menyesuaikan diri dengan kegiatan belajar mengajar secara tatap muka di kampus. Dalam hal itu penelitian ini ingin melihat bagaimana skala yang dibuat dapat mengukur penyesuaian diri pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung terhadap pembelajaran tatap muka. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data *self-report measurement* berbentuk kuesioner yang telah disusun ke dalam google form, disebarakan melalui media sosial. Penelitian ini melibatkan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung sebanyak 203 orang. Penelitian ini diperoleh 38 item yang menjadi item final. Dari kategori analisa menunjukkan bahwa Penyesuaian Diri Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung terhadap Pembelajaran Tatap Muka masuk ke dalam kategori sedang pada skor 143, dengan persentase 69,8%. Hasil yang diperoleh berdasarkan validitas outer loading dinyatakan semua item atau indikator telah valid secara validitas butir.

## Abstract

*After almost two years of teaching and learning activities being carried out online due to the Covid-19 pandemic, finally in mid-2021 the government has allowed teaching and learning activities to be carried out again in person or face to face. Students who are used to distance or online learning are considered to be more flexible. Finally, they must begin to be able to adjust to face-to-face teaching and learning activities on campus. In this case, this research wants to see how the scale created can measure the adjustment of students at the Muhammadiyah University of Bandung to face-to-face learning. This study uses a quantitative method with self-report measurement data collection techniques in the form of a questionnaire that has been compiled into Google Foam, distributed via social media. This research involved 203 students of Muhammadiyah University of Bandung. This research obtained 38 items which became the final items. From the analysis category, it shows that Muhammadiyah University Bandung Students' Self-Adjustment to Face-to-Face Learning is included in the moderate category at a score of 143, with a percentage of 69.8%. The results obtained based on outer loading validity stated that all items or indicators were valid in terms of item validity.*

## 1. Pendahuluan

Adanya fenomena pandemi covid 19 membuat banyak perubahan dan penyesuaian di seluruh dunia. Salah satunya adalah di bidang pendidikan. Kegiatan belajar-mengajar beralih ke media online sebagai upaya pencegahan kasus baru. Setelah mereda, barulah dimulai sosialisasi pembelajaran tatap muka kembali. Mahasiswa menjadi salah satu bagian yang perlu menyesuaikan diri kembali pada kegiatan pembelajarannya. Dengan demikian, terdapat fase penyesuaian yang dihadapi mahasiswa dan menghadirkan rasa ingin tahu untuk mengukurnya dengan alat ukur psikologi yang sesuai. Schneiders (1964) mengatakan bahwa penyesuaian diri (*self adjustment*) adalah suatu proses di mana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, perasaan frustrasi, dan konflik secara mandiri dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan di mana individu tersebut itu tinggal dengan tuntutan yang ada di dalam dirinya. Kemudian Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri meliputi beberapa aspek, yakni, (1) Pengakuan (*Recognition*) Pengakuan adalah menghormati dan menerima hak-hak orang lain. Dalam hal ini menurut Schneiders individu harus mampu menerima hak-hak orang lain yang berbeda dengan dirinya untuk menghindari terjadinya konflik sosial, lalu (2) Partisipasi (*Participation*) Partisipasi adalah melibatkan diri dalam berelasi. Setiap individu harus dapat mengembangkan dan memelihara sebuah hubungan persahabatan. Individu yang tidak mampu membangun relasi dengan orang lain dan lebih menutup diri akan menghasilkan penyesuaian diri yang buruk. Kemudian (3) Persetujuan Sosial (*Social Approval*) Persetujuan Sosial adalah minat dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain. Di mana individu dapat peka dengan masalah dan kesulitan orang lain di sekelilingnya serta bersedia memberikan bantuan untuk meringankan masalah, (4) Altruisme (*Altruism*) Altruisme adalah memiliki sifat rendah hati dan tidak egois. Individu harus mengembangkan rasa saling membantu dan mementingkan orang lain yang merupakan nilai dari penyesuaian moral yang baik, dan (5) Kesesuaian (*Conformity*) Kesesuaian adalah menghormati dan menaati nilai-nilai integritas hukum, tradisi, dan kebiasaan. Individu harus memiliki kesadaran penuh untuk mematuhi dan menghormati peraturan dan tradisi yang berlaku di lingkungan tempat tinggalnya agar dapat diterima dengan baik oleh lingkungannya. Fokus yang diambil pada penelitian ini adalah bagaimana penyesuaian diri Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung terhadap perubahan lingkungan belajar baru, yakni pembelajaran tatap muka. Tujuannya, untuk mengukur tingkat penyesuaian diri tersebut sebagai jawaban atas urgensi peralihan pembelajaran, guna memberikan gambaran yang jelas untuk nantinya dijadikan acuan lembaga terkait dalam mempertimbangkan kebijakan dalam fase penyesuaian lingkungan pembelajaran baru secara tatap muka ini.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data *self-report measurement* berbentuk kuesioner yang telah disusun ke dalam google form, disebarluaskan melalui media sosial. Penelitian ini melibatkan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung sebanyak 203 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur yang dikembangkan secara mandiri oleh peneliti sesuai dengan teori penyesuaian diri (*self adjustment*) Schneiders (1964) dengan 5 aspek yakni Pengakuan (*Recognition*), Partisipasi (*Participation*), Persetujuan Sosial (*Social Approval*), Altruisme (*Altruism*) dan Kesesuaian (*Conformity*). Peneliti membuat total 53 item dengan jenis pertanyaan *favorable* dan *unfavorable*. Menggunakan skala likert dengan 4 jawaban Sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai. Dari 53 item yang telah dibuat setiap item melalui beberapa tahap yang pertama melalui tahap uji ahli yakni kepada 12 orang ahli lalu melakukan uji validitas didapatkan hasil rata-rata nilai 0,8 dan 0,9. Dengan menggunakan standar validitas table aiken yakni 0,75 gugur satu item tersisa 52 item. Kedua diujikan pada 30 responden hasil dihitung menggunakan SPSS dengan nilai alpha > 0,3 maka item dinyatakan lolos. Pada pengujian 15 item pertanyaan kurang dari 0,3 sehingga item pertanyaan dibuang tetapi setiap aspek masih memiliki perwakilan item. Total 37 item pertanyaan diajukan kepada 203 orang dengan hasil dilakukan pengujian kategorisasi dengan bantuan SPSS dan uji analisis dengan menggunakan SMARTPLS

## 3. Hasil Penelitian

Schneiders, A. W. (1960) Menyiratkan pengurangan tekanan kebutuhan yang sehat, keterampilan yang masuk akal dalam menghadapi frustrasi, pengembangan mekanisme psikologis di mana kesulitan dapat dielakkan atau diatasi, pembentukan gejala, penerapan pola perilaku yang diperlukan oleh situasi yang berbeda-beda, ketenangan pikiran atau ketentraman, resolusi konflik yang efisien, dan sukses belajar bergaul dengan orang lain.

Tabel 1 : Blueprint Hasil dari Expert Judgment

Variabel	Aspek	No Item
<i>Self Adjustment</i> Schneiders, A. W. (1960)	1. Mengakui dan menghormati hak-hak orang lain	1,2
	2. Melibatkan diri dalam berelasi	3,4,5,6,7,8
	3. Penyesuaian sosial	9,10,11,12,13,14,15,16,17,18
	4. Kebaikan amal dan altruisme	19,20,21,23
	5. Menghormati nilai dan integritas hukum, tradisi, dan kebiasaan lingkungan baru di kampus	24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38

Tabel di atas merupakan keterangan dari item *favorable* dan *unfavorable* yang sudah dilakukan uji coba

**DATA DEMOGRAFI**

Tabel 1. Demografi Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Gender					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid					
	Laki-laki	48	23.4	23.4	24.4
	Perempuan	155	75.6	75.6	100.0
	Total	203	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 1 jumlah responden yang terlihat sebanyak 203 orang, responden laki-laki sebanyak 48 orang dengan persentase 23,4% lalu responden perempuan sebanyak 155 orang dengan persentase 75,6%.

Tabel 2. Demografi Responden berdasarkan Semester Pendidikan

Semester					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	43	21.0	21.2	21.2
	3	60	29.3	29.6	50.7
	5	89	43.4	43.8	94.6
	7	11	5.4	5.4	100.0
	Total	203	99.0	100.0	

Berdasarkan tabel 2 jumlah responden semester 1 terdapat sebanyak 43 orang dengan persentase 21%, lalu semester 3 terdiri dari 60 orang dengan persentase 29,3%, selanjutnya responden pada semester 5 terdapat 89 orang dengan persentase 43,4% dan terakhir responden semester 7 terdapat sebanyak 11 orang dengan persentase 5,4%.

Tabel 3. Demografi Responden Berdasarkan Jurusan

		Jurusan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Administrasi Publik	10	4.9	4.9	5.9
	Agribisnis	2	1.0	1.0	6.8
	Akuntansi	4	2.0	2.0	8.8
	Bioteknologi	6	2.9	2.9	11.7
	Ekonomi Syariah	6	2.9	2.9	14.6
	Farmasi	14	6.8	6.8	21.5
	Hukum Keluarga Islam	2	1.0	1.0	22.4
	Ilmu Komunikasi	15	7.3	7.3	29.8
	Kriya Tekstil dan Fashion	12	5.9	5.9	35.6
	Manajemen	12	5.9	5.9	41.5
	PAI	6	2.9	2.9	44.4
	PIAUD	1	.5	.5	44.9
	Psikologi	101	49.3	49.3	94.1
	Teknik Industri	12	5.9	5.9	100.0
	Total	203	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 3 jumlah jurusan pada responden terlihat sebanyak 14 jurusan. Jurusan administrasi publik sebanyak 10 orang dengan persentase 4,9%, lalu jurusan agribisnis sebanyak 2 orang dengan persentase 1%, akuntansi sebanyak 4 orang dengan persentase 2%, bioteknologi dan ekonomi syariah sebanyak 6 orang dengan persentase 2,9, farmasi sebanyak 14 orang dengan persentase 6,8%, hukum keluarga Islam sebanyak 2 orang dengan persentase 1%, ilmu komunikasi sebanyak 15 orang dengan persentase 7,3%, kriya tekstil dan *fashion* dan manajemen sebanyak 12 orang dengan persentase 5.9%, PAI sebanyak 6 orang dengan persentase 2,9%, PIAUD sebanyak 1 orang dengan persentase 0,5%, Psikologi sebanyak 101 orang dengan persentase 49,3% dan terakhir Teknik Industri sebanyak 12 orang dengan persentase 5,9%.

**DATA KATEGORISASI**

Tabel 1. Kategori *Descriptive Statistics*

Descriptive Statistics					
	N	Mini mum	Maxim um	Mean	Std. Deviat ion
TOTAL	203	73.00	152.00	122.1773	15.18331
Valid N (listwise)	203			773	331

Kategorisasi dibuat dari nilai rata-rata dan Standar Deviational

- Kelompok tinggi = rata-rata + std = 122.1773+ 15.18331= 137.96. Mereka yang mempunyai nilai diatas 137.96

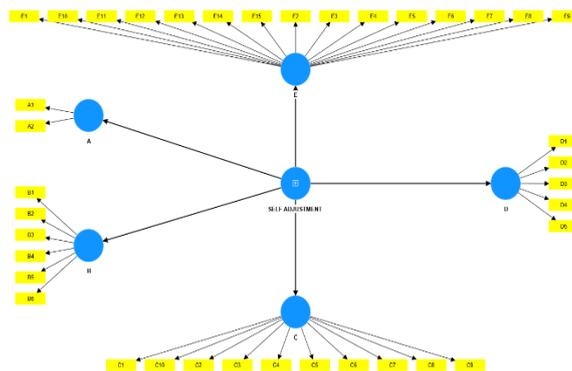
- Kelompok rendah = rata-rata - std = 122.1773-15.18331= 107.59. Mereka yang mempunyai nilai dibawah 107.59
- Kelompok sedang mereka yang berada di antara tinggi dan rendah mereka yang punya nilai mulai dari 137.96 sampai 107.59

Tabel 2. Kategori Analisa

		Kategorisasi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
V	Tingg	37	18.0	18.2	18.2
al	Seda	143	69.8	70.4	88.7
id	ng				
	Rend	23	11.2	11.3	100.0
	ah				
	Total	203	99.0	100.0	

Berdasarkan tabel 2 nilai kategori tinggi sebanyak 37 dengan persentase 18%, lalu nilai pada kategori sedang 143 dengan persentase 69,8% dan terakhir nilai kategori rendah mempunyai nilai sebanyak 23 dengan persentase 11,2%.

**ANALISIS FAKTOR DENGAN SMARTPLS**



**Gambar 1 : Diagram Analisis Partial Least Square**

Pada gambar diatas merupakan hasil analisis *partial least square* dimana ditampilkan nilai-nilai antara lain *Outer Weight/Loading* sebagai bagian dari analisis outer model.

Tabel 1. Hasil dari Outer Loading

Matrix

	A	B	C	D	E
A					
B					
C					

D					
E					
Self Adjustment	0,341	0,916	1,019	1,013	1,019

Dari tabel nilai *outer loading* di atas dapat dilihat bahwa semua item atau indikator nilai *outer loading*nya ada  $1 < 0,5$  walaupun masih banyak yang  $> 0,7$ . Batasan nilai *Outer Loading*  $< 0,5$  masih tidak dapat diterima, akan tetapi validitas dan reliabilitas konstruksi memenuhi syarat serta model masih baru dikembangkan. Maka berdasarkan validitas *outer loading* dinyatakan semua item atau indikator telah valid secara validitas butir.

## SIMPULAN

Fenomena pandemi Covid-19 yang terjadi di dunia berakibatkan banyak perubahan salah satunya dalam ranah pendidikan menjadi terhambat sehingga dilakukan secara daring. Setelah berlalunya Pandemi, pemerintah mengizinkan untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran secara tatap muka, sehingga masyarakat perlu penyesuaian diri kembali untuk melakukan aktivitas normal. Mahasiswa menjadi salah satu peran yang perlu menyesuaikan diri pada ruang lingkup yang sangat besar. Menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri (Self adjustment) adalah suatu proses di mana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, perasaan frustrasi, dan konflik secara mandiri dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan di mana individu tersebut itu tinggal dengan tuntutan yang ada di dalam dirinya. Oleh karena itu, kami membuat alat ukur penyesuaian diri sebagai pembantu mahasiswa dapat menilai diri saat adanya perubahan besar yang terjadi. Metode yang digunakan adalah pengamatan kuantitatif dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner yang mana target responden adalah mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Bandung. Hasil yang diperoleh berdasarkan validitas *outer loading* dinyatakan semua item atau indikator telah valid secara validitas butir.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, A., & Muntazhimah, M. (2021). Pengembangan Instrumen Kemampuan Berpikir Reflektif Matematis Siswa Madrasah Aliyah. *AKSIOMA: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 10(4), 2465. <https://doi.org/10.24127/ajpm.v10i4.4223>
- Darmayani, S., Rosanty, A., & Rahmayani, D. (2018). Gambaran Kadar Kolesterol Total pada Pecandu Kopi Kecamatan Poasia Kota Kendari. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 10(1), 33–41. <https://doi.org/10.36990/hjip.v10i1.122>
- Erdianto, A. A., & Dewi, D. K. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 32–43. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41668>
- Lutfianawati, D., Perwitaningrum, C. Y., & Kurnia, R. T. R. (2019). Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Retardasi Mental. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(1), 23–29. <https://doi.org/10.33024/jpm.v1i1.1411>
- Martha, F., & Ardi, Z. (2024). Hubungan Strategi Koping dengan Kecemasan Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi. *Masaliq*, 4(5), 1063–1076. <https://doi.org/10.58578/masaliq.v4i5.3765>

Ramdani, Danny, M. (2020). Pengaruh Sistem Informasi Manajemen terhadap Mutu Layanan Pendidikan. *Indonesia Journal Of Education Management & Adminitrasion View*, 1(3), 162–165. <https://kumparan.com/alita-rifa-savira/pengaruh-sistem-informasi-manajemen-terhadap-perusahaan-1uppdD2e0kQ>

Schneiders, A. A. 1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York, Holt: Richard and Winston Inc