

BAB I

PENDAHULUAN

A.Latar Belakang

Dalam era globalisasi saat ini, mengenyam pendidikan minimal sampai ke jenjang pendidikan tinggi menjadi suatu tuntutan bagi setiap individu. Hal ini menjadi penting karena kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan sangat pesat sehingga untuk dapat bersaing dengan individu lain dibutuhkan modal keterampilan dan wawasan pengetahuan yang besar.

Selain itu, meskipun pendidikan bukan satu-satunya faktor yang menentukan kesuksesan seseorang, namun pengalaman yang didapatkan oleh seorang individu ketika duduk di bangku kuliah sedikit banyak dapat membantu individu tersebut mengembangkan dirinya, baik dalam hal akademik / keilmuan maupun dalam hal keterampilan interpersonal dan intrapersonal seperti bagaimana membangun relasi atau cara pandang individu dalam menyelesaikan setiap permasalahan atau kendala yang dihadapinya.

Salah satu sarana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia tersebut adalah melalui pendidikan. Pendidikan mempunyai peran yang sangat strategis dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan upaya mewujudkan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Perguruan tinggi atau yang sering disebut juga Universitas merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (dalam Hasan, 1951) Perguruan Tinggi atau Universitas merupakan suatu penyelenggara pendidikan tertinggi yang

merupakan lanjutan pendidikan menengah dijalur pendidikan sekolah, sedangkan orang yang belajar di Universitas adalah mahasiswa. Seseorang belajar di Perguruan Tinggi dengan beragam alasan, antara lain untuk mempersiapkan diri untuk karir khusus atau pencapaian kualifikasi professional yang akan membantu dalam karir yang telah ditempuh.

Setiap mahasiswa baru mengalami masa transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi. Salah satu bentuk perubahannya adalah perubahan dalam penyesuaian diri. Penyesuaian diri di Perguruan Tinggi merupakan proses yang harus dilakukan oleh mahasiswa baru dengan rata-rata usia 18 tahun, yang dalam tahap perkembangannya merupakan masa remaja lanjutan atau remaja akhir dengan tugas perkembangannya yaitu menerima keadaan fisiknya, memperoleh kebebasan emosional, mampu bergaul, menemukan model untuk identifikasi, mengetahui dan menerima kemampuan diri, memperkuat penguasaan diri atas dasar nilai dan norma, meninggalkan reaksi dan cara dan cara penyesuaian ke kanak-kanakan (Gunarsa, 2001)

Tuntutan-tuntutan itu yang menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama benar-benar mengalami perubahan yang jauh berbeda saat menjalani perkuliahan di Perguruan tinggi, dan dibutuhkan kesiapan untuk menyesuaikan diri. Upaya penyesuaian diri yang dilakukan adalah menerima kekurangan dan meningkatkan potensi dirinya untuk mengatasi kekurangan, serta berusaha memandang realitas secara objektif sehingga individu mampu menyelesaikan tugas-tugas belajar serta harapan dari keluarga akan masa depan yang lebih baik..

Menurut Scheneider (1964) terdapat 3 kriteria penyesuaian sosial yang berkaitan satu sama lain, salah satunya terdapat di Lingkungan Lembaga Pendidikan (Sekolah/ Perguruan tinggi). Penyesuaian diri menuntut kemampuan remaja untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya (Willis, 2005). Penyesuaian diri menjadi permasalahan umum yang ditemui pada mahasiswa baru.

Penyesuaian diri dapat didefinisikan juga sebagai adalah interaksi individu yang terus-menerus dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan dengan lingkungan sekitar tempat individu hidup (Calhoun and Acocella, 1990). Sedangkan menurut Fatimah (2006) penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya. Penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses psikologi sepanjang hayat (*life long process*) dan manusia terus-menerus akan berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan guna mencapai pribadi yang sehat.

Penyesuaian ke Perguruan Tinggi terdiri dari berbagai tuntutan yang berbeda dalam bentuk dan tingkatan, serta membutuhkan banyak respon *coping* atau penyesuaian (Sharma, 2012). Dalam menghadapi permasalahan-permasalahan ini, terdapat mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan mudah namun ada pula mahasiswa yang mengalami kesulitan. Kemampuan dalam mengembangkan hubungan yang baru dan efektif dengan lingkungan, dapat menjadi elemen penting dari penyesuaian diri.

Penyesuaian diri menurut Schneiders (1964) adalah kemampuan individu untuk bereaksi secara sehat dan efektif terhadap hubungan, situasi dan kenyataan sosial yang ada sehingga dapat mencapai kehidupan sosial yang menyenangkan dan memuaskan. Nur (2013) menyatakan bahwa Penyesuaian di Perguruan Tinggi meliputi menghargai dan bersedia menerima otoritas Perguruan Tinggi, tertarik dan berprestasi dalam kegiatan di perguruan tinggi, menjalin relasi sosial yang sehat dan bersahabat dengan teman, kaka tingkat, dosen dan unsur-unsur yang ada di Perguruan Tinggi lainnya, mampu menerima batasan dan tanggung jawab sebagai mahasiswa di Perguruan Tinggi, serta mermbantu merealisasikan atau mewujudkan tujuan dari Perguruan Tinggi tersebut.

Arkoff (dalam Sharma, 2002) menyatakan bahwa penyesuaian diri di Perguruan Tinggi mencerminkan tentang bagaimana seorang individu mencapai tuntutan -tuntutan yang ada dan memberi dampak terhadap pertumbuhan pribadinya. Dalam masa transisi sebagai mahasiswa baru, seseorang secara tidak langsung melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai hal baru yang dihadapi di dalam perguruan tinggi. Selaras dengan pernyataan di atas Tinto (dalam Estinae, 2015) mengungkapkan, kemampuan dalam mengatur dan menyeimbangkan antara kehidupan sosial dan akademik dapat membantu proses penyesuaian diri pada mahasiswa di lingkungan Perguruan Tinggi.

Penelitian Morgan (dalam Mudvokoji, 2012) menyebutkan bahwa apabila mahasiswa mampu menyesuaikan diri secara akademik dengan baik, maka baiklah seluruh kemampuan penyesuaian dirinya terhadap lingkungan perguruan tinggi. Sebuah tinjauan artikel oleh Creedon dan Pantages(dalam Estinae, 2015)

menyebutkan, apabila berbicara tentang penyesuaian diri terhadap lingkungan perguruan tinggi, sangatlah penting untuk tidak hanya melihatnya dari satu aspek saja, namun ke lebih banyak aspek. Berdasarkan hasil tinjauan tersebut, penyesuaian sosial di perguruan tinggi memiliki porsi yang sama pentingnya dengan penyesuaian di perguruan tinggi secara akademik.

Berdasarkan hasil observasi dan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti terkait dengan penyesuaian diri pada beberapa mahasiswa Tingkat I di Universitas HKBP Nommensen Medan bahwa banyak mahasiswa belum dapat melakukan penyesuaian di dalam akademik dan juga terhadap Lingkungan sosialnya yaitu mahasiswa belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya, merasa minder, takut memulai perkenalan dengan teman-temannya, susah bergaul dengan lingkungan barunya karena melihat teman-teman yang mengejek satu sama lain, sehingga banyak mahasiswa sering sendirian dan pendiam.

sejalan dengan wawancara awal dengan mahasiswa semester 1 dengan inisial D yang menyatakan bahwa:

'pertama kali masuk ke perguruan tinggi, saya merasa bahwa saya seperti sendirian dan ada rasa takut kak (takutnya gini kak, ada ngak teman ku nanti ya, mau nggak orang itu berteman sama aku ya, itu yan selalu saya pikirkan kak, dan itu karena saya menjumpai orang-orang yang berbeda kak, saya juga melihat bahwa teman-teman saya di kampus langsung punya teman,saya melihat juga kan teman-teman yang lain mereka langsung cepat berteman kak, kalau aku enggan kali kak untuk memulai perbicaraan,karena merasa minder kak, malu kak kalau ngomong juga nampak bahasa daerah ,takutnya langsung diketawaan kak, makanya sulit kak untuk memulai perkenalan Dan untuk belajarnya kak masih sulit kali kurasa kak, karena aku kan dari jurusan ipa sekarang masuk ekonomi, harus memulai dari awal lah kak, dosennya juga cepat kali mengajar kak, ditambah lagi teman-teman aku kalau ditanya langsung dibilang ngk tau aku, sudah itu dijelaskan dikit langsung dikasih banyak tugas hitung-hitungan kak.
(wawancara personal, 25 November 2017).

Berdasarkan wawancara diatas menunjukkan terdapat ada masalah permasalahan penyesuaian diri terhadap lingkungan perguruan tinggi pada Mahasiswa baru. Morgan (Estinae, 2012) menyatakan Perbedaan-perbedaan yang mereka rasakan, transisi dari dunia sekolah menuju dunia perkuliahan ini, menjadi pemicu utama munculnya berbagai permasalahan mahasiswa baru. Hal ini didukung dengan wawancara dengan mahasiswa baru yang berisial "R" yang menyatakan:

" saat saya memasuki perkuliahan kan kak, yang saya langsung pikirkan, bisa ngak ya saya mengikuti perkuliahan ini? (itulah dipikiran saya pertama kali kak), karena kak aku dari jurusan yang berbeda kak, dari Jurusan Ipa masuk ke jurusan hukum kak, pembelajarannya sudah beda kak, ditambah lagi cara mengajar dosen yang berdeda-beda , dan untuk menjalin hubungan dengan teman-teman kuliah susah sih kak, Enggan untk memulai pembicaraan kak, karena ini pertama kalinya saya ke kota kak, takutnya kalau saya cakapi ngak disahutin kak, jadi cara saya supaya punya teman kan kak, kalau teman saya ajak jalan-jalan atau makan ,saya mau aja kak, tapi bukan berarti saya terus mengikuti mereka,hanya saja sebatas saya punya teman di kampus aja kak. itulah salah satu cara saya mendekati diri kepada teman saya

(wawancara personal, 10 januari 2018)

Berdasarkan wawancara diatas bahwa mahasiswa memiliki masalah dalam hal penyesuaian baik dalam hal akademik dan juga sosial , sehingga menyebabkan mahasiswa tersebut tidak dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Dan juga tentang kesulitan mahasiswa dalam menyesuaikan diri. Didukung oleh penelitian Rosiana (2011) mengenai penyesuaian akademis mahasiswa tingkat pertama, bahwa masih banyak mahasiswa yang belum mampu menyesuaikan pola belajarnya dengan tuntutan kondisi perkuliahan yang ada, terkejut dengan rentang waktu belajar yang berbeda dan panjang, tidak bisa mengatur waktu antara belajar, berorganisasi dan kuliah.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syabanawati (dalam Yusuf, 2011) mengenai penyesuaian diri pada mahasiswa baru, ditemukan bahwa mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri dengan baik pada awal memasuki Universitas akan terus mengembangkan kemampuannya di Semester selanjutnya. Sebaliknya, Mahasiswa yang mengalami kesulitan menyesuaikan diri dan tidak bisa teratasi akan terus merasa kesulitan di semester-semester selanjutnya .

Prawira (2016) menyatakan mahasiswa yang cepat menyesuaikan diri dengan lingkungan dapat dengan mudah beraktivitas dengan baik, hal ini dikarenakan siswa merasa betah dan nyaman tinggal di lingkungan Kampus, selain itu Mahasiswa yang lambat melakukan penyesuaian diri akan mengalami kesulitan dalam aktivitas belajar di Kampus.

Remaja yang mampu melakukan penyesuaian diri, kehidupannya baik di sekolah, pekerjaannya, maupun masyarakat akan lebih sukses dibandingkan dengan yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri. Kemampuan remaja dalam menyesuaikan diri dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain dipengaruhi oleh konsep diri (Mutammimah, 2014). Menurut Calhoun & Acocella (1990) konsep diri adalah pandangan seseorang terhadap dirinya yang terdiri dari pengetahuan tentang diri kita, pengharapan bagi diri kita, dan penilaian terhadap diri kita.

Sedangkan menurut Gunarsa (2010) konsep diri merupakan sesuatu yang ada dalam diri itu sendiri, pandangan dari dalam yang terbentuk berdasarkan penggabungan tingkah laku yang mencerminkan keadaan emosi tertentu,

pemikiran tertentu, ide tertentu ataupun bawaan-bawaan tertentu dan setiap dari tingkah laku itu dapat berubah.

Menurut Calhoun & Acocella (1990), dalam perkembangannya konsep diri terbagi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif lebih kepada penerimaan diri bukan sebagai sesuatu kebanggaan besar tentang dirinya. Individu tersebut tahu betul siapa dirinya sehingga dirinya menerima segala kelebihan dan kekurangan, evaluasi terhadap dirinya menjadi lebih positif serta mampu merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas. Sedangkan konsep diri negatif terbagi menjadi 2 tipe yaitu a) pandangan terhadap dirinya benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri serta tidak mengetahui kekuatan dan kelemahan dirinya, b) pandangan tentang dirinya sendiri terlalu teratur.

Berdasarkan fenomena yang ditemukan peneliti melalui wawancara yang dilakukan pada beberapa mahasiswa tingkat I di universitas HKBP Nommensen Medan yang berisial 'K' menyatakan bahwa:

Hal ini juga didukung dengan hasil wawancara dengan siswa 'K'

“ saya orangnya minder kak, kalau aku bandingkan dengan teman-temanku,aku merasa nggak mungkin mereka mau berteman sama ku,makanya malas kali datang ke kampus,toh juga nggak ada teman aku,makanya nggak pala betah kali aku di kampus kak, aku lebih nyaman sendiri kak,kalau ada tugas aku kerjakan sendiri kak.lebih nyaman sendiri kurasa kak, ada tugas kelompok aku minta aja langung bagian ku kak, nggak nyambung kurasa sama teman-teman yang lain. Kalau ada kuliah baru ke kampus kak, lebih nyaman di kost

(wawancara personal, 3 maret 2018)

Dari hasil wawancara diatas bahwa mahasiswa tersebut menunjukkan dia tidak betah berada diantara teman-temannya, dia mengetahui dirinyai lebih

nyaman sendiri mengerjakan sesuatu, penilaian dirinya negatif yaitu merasa minder dengan teman-teman dan dia tidak punya pengharapan supaya lebih dekat dengan teman-temannya. Hal ini sudah menunjukkan bahwa telah terbentuknya konsep diri diri yang negatif.

Tetapi ada juga beberapa mahasiswa yang memiliki sikap positif terhadap dirinya. Didukung oleh wawancara dengan mahasiswa Tingkat I yang menyatakan:

'saya orang kan kak oke-oke aja kak, kalau ngak ada teman di kampus ya gak papa kak, kalau ada ya syukur kan kak, karena saya datang ke kampus punya tujuan kak belajar. Mau apa kata orang tentang aku aku nggk pada peduli kali kak, yang penting kita kan sebagai mahasiswa sudah tau lah apa yang menjadi tujuan-tujuan kita kak, ya fokus kesitu aja kak.

Berdasarkan hasil wawancara diatas terbentuk konsep diri yang positif yaitu mahasiswa tersebut mengetahui tentang dirinya, harapan tentang dirinya positif dan penilaian tentang dirinya juga positif.

Dengan melihat pandangan tentang konsep diri yang negatif dan positif dapat kita pahami bagaimana cara seseorang mengetahui tentang dirinya baik atau buruk, harapan yang baik atau buruk, dan memiliki penilaian yang baik atau yang buruk terhadap dirinya. Apabila seorang mahasiswa memandang dirinya negatif terhadap penilaian dirinya maka mahasiswa tersebut merasa dirinya akan buruk, sehingga akan menjadikan mahasiswa tersebut tidak dapat melakukan penyesuaian diri, Begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fuentes D. dkk (dalam Naharindya, 2009) pada remaja ditemukan bahwa konsep diri yang baik

berhubungan dengan penyesuaian psikologis dan keterampilan pribadi yang lebih baik, serta masalah perilaku lebih sedikit pada individu.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Doobay, Nicpon, Shepard (2009) mengenai perbandingan konsep diri pada mahasiswa di tahun pertama dan tahun sesudahnya, menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa di tahun pertama memiliki konsep diri yang positif yang mendukung performansi akademik mereka dan relatif menetap pada tahun sesudahnya.

Dengan demikian Rakhmat (2005) menyatakan dengan adanya konsep diri yang positif seseorang akan mampu berhubungan dengan orang lain secara akurat dan hal ini akan mengarah pada penyesuaian diri yang baik di lingkungan sosial. Orang yang mempunyai konsep diri negatif sebaliknya akan merasa rendah diri, kurang percaya diri, diprediksi bahwa orang yang mempunyai konsep diri negatif akan mengalami hambatan dalam proses penyesuaian dirinya di lingkungan baru.

Senada dengan pernyataan diatas Konsep diri akan berperan dalam setiap hubungan sosial yang dilakukan oleh seseorang, begitu juga ketika seseorang dituntut untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungannya konsep diri akan menjadi petunjuk bagaimana seseorang berperilaku. Tim musyawarah guru pembimbing MTs DKI Jakarta (2007) menjelaskan “orang yang memiliki konsep diri positif akan dapat dengan mudah bergaul dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, karena orang seperti ini dapat bersikap wajar sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat, sebaliknya orang yang memiliki konsep diri negatif akan merasa rendah diri dan kurang bisa menyesuaikan diri dalam

lingkungan masyarakat sehingga kurang bisa diterima dalam lingkungan sosialnya.”

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Hubungan antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Tingkat I di Universitas HKBP Nommensen Medan”**.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah supaya peneliti dapat mengetahui apakah ada Hubungan antara Konsep diri dengan Penyesuaian diri pada Mahasiswa Tingkat I di Universitas HKBP Nommensen Medan.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada Hubungan antara Konsep Diri dengan Penyesuaian diri Pada Mahasiswa Tingkat I di Universitas HKBP Nommensen Medan.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah dalam penelitian ini dibagi menjadi 2 bagian:

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang psikologi pendidikan serta

melihat hubungan antara Konsep diri dengan Penyesuaian diri pada Mahasiswa Tingkat I di Universitas HKBP Nommensen Medan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat tentang Hubungan antara Konsep diri dengan Penyesuaian diri Pada Mahasiswa Tingkat I di Universitas HKBP Nommensen Medan.

BAB II

LANDASAN TEORI

1. Penyesuaian Diri

1.A. Pengertian Penyesuaian Diri

Manusia senantiasa berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Hal ini disebabkan karena manusia bukanlah semata-mata makhluk tunggal yang mapu berdiri sendiri. Kemudian manusia menggunakan bahasa sebagai alat komunikasi yang berfungsi sebagai alat penyampaian pikiran atau perasaan seseorang kepada orang lain.

Penyesuaian dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. Menurut Schneiders (1964), *adjustment* adalah : “ *A process, involving both mental and behavioral responses, by which an individual strives to cope succesfully with inner needs, frustations, and conflic, and to effest a degree of harmony between these inner demans and these imposed on him bt the objective word in which he lives*”. Penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, mengatasi ketegangan, frustasi dan konflik untuk meningkatkan keseimbangan antara kebutuhan dari dalam diri individu dan lingkungan individu berada.

1.B. Jenis- jenis Penyesuaian (*Adjustment*)

Dalam hidupnya, seorang individu akan terus menerus melakukan penyesuaian diri, baik terhadap dirinya sendiri, maupun terhadap lingkungan. Menurut Schneiders, *adjustment* dibagi menjadi empat, yaitu:

1. Penyesuaian diri (*personal adjustment*)

Merupakan penyesuaian yang dilakukan oleh seseorang terhadap dirinya yang mencakup antara lain: penyesuaian nilai-nilai moral dan apa yang dianggap penting, serta bagaimana individu tersebut berhasil menilai dirinya sendiri.

2. Penyesuaian sosial(*sosial adjustment*)

Merupakan penyesuaian yang dilakukan individu dalam rangka memenuhi kebutuhan-kebutuhan sosialnya, sehingga dapat bertindak secara efektif supaya dapat diterima oleh lingkungan sosial.

3. Penyesuaian pernikahan (*marital adjustment*)

Merupakan penyesuaian yang dilakukan individu ketika masuk dalam lingkungan rumah tangga yang mana individu tersebut melakukan penyesuaian nilai moral yang dipegang dirinya dengan nilai moral yang dipegang oleh pasangannya, sehingga individu dapat menjaga dan menyelaraskan kehidupan pernikahannya.

4. Penyesuaian terhadap pekerjaan

Merupakan penyesuaian yang harus dilakukan individu dalam lingkungan pekerjaan berkaitan dengan usaha individu tersebut menyelesaikan pekerjaan dan tanggung jawab yang diberikan padanya

secara optimal, yaitu berupa penyesuaian terhadap nilai perusahaan tempat ia bekerja dan membangun relasi kepada atasan, bawahan maupun rekan kerjanya.

I.C. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneider (1964) ada empat faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu:

1. Kondisi fisik dan yang mempengaruhinya, mencakup *hereditas*, konstitusi fisik, sistem syaraf, kelenjar dan otot, kesehatan, penyakit dan sebagainya.
2. Perkembangan dan kematangan, mencakup kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional.
3. Faktor psikologis, mencakup pengalaman, belajar kebiasaan, *self determination*, frustrasi dan konflik.
4. Kondisi lingkungan, mencakup rumah, keluarga, dan sekolah
5. Faktor kebudayaan dan Agama.

1.D. Aspek- aspek penyesuaian diri

Aspek-aspek Penyesuaian Diri Schneiders (1964) meliputi enam aspek sebagai berikut :

1. Mengontrol emosi yang berlebihan

Penyesuaian diri yang normal ditandai dengan tidak adanya emosi yang relatif berlebihan. Adanya kontrol dan ketenangan emosi pada individu akan memungkinkannya untuk menghadapi permasalahan

secara cermat dan dapat menentukan berbagai kemungkinan pemecahan masalah ketika menemui hambatan.

2. Meminimalkan mekanisme pertahanan diri

Penyesuaian normal ditandai dengan tidak ditemukannya mekanisme psikologis. Individu dengan penyesuaian diri yang normal bersedia mengakui kegagalan yang dialami dan berusaha kembali untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Sebaliknya, individu dikatakan mengalami gangguan penyesuaian jika individu mengalami kegagalan, ia cenderung melakukan mekanisme seperti rasionalisasi, proyeksi, atau kompensasi.

3. Mengurangi rasa frustrasi

Individu yang mengalami frustrasi ditandai dengan perasaan tidak berdaya dan tanpa harapan, maka akan sulit bagi individu untuk mengorganisir kemampuan berpikir, perasaan, motivasi dan tingkah laku dalam menghadapi situasi yang menuntut penyelesaian. Individu harus mampu menghadapi masalah secara wajar, tidak menjadi cemas dan frustrasi.

4. Berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri

Penyesuaian normal ditandai dengan adanya kemampuan individu dalam menghadapi masalah, konflik, dan frustrasi dengan menggunakan kemampuan berpikir secara rasional dan mampu mengarahkan tingkah laku yang sesuai.

5. Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan masa lalu

Kemampuan untuk belajar diperoleh dari proses belajar yang dilakukan secara berkesinambungan sehingga dari proses belajar tersebut individu memperoleh berbagai cara yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi dan memanfaatkan masa lalu merupakan Kemampuan individu untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman merupakan hal yang penting bagi penyesuaian diri yang normal. Dalam menghadapi masalah, individu dapat membandingkan pengalaman diri sendiri dengan pengalaman orang lain sehingga pengalaman-pengalaman yang diperoleh dapat digunakan sebagai acuan yang baik dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi

6. Sikap realistis dan objektif

Penyesuaian yang normal berkaitan dengan sikap yang realistis dan objektif. Sikap realistis dan objektif berkenaan dengan orientasi individu terhadap kenyataan, mampu menerima kenyataan yang dialami tanpa konflik dan melihatnya secara objektif. Sikap realistik dan objektif berdasarkan pada proses belajar, pengalaman masa lalu, pertimbangan rasional, dan dapat menghargai situasi dan masalah.

1.E. Ciri – Ciri Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (1964) terdapat ciri-ciri Penyesuaian diri yang baik yaitu:

1. Pengetahuan tentang kekurangan dan kelebihan dirinya.

2. Objektivitas diri dan penerimaan diri
3. Kontrol dan perkembangan diri
4. Integrasi pribadi yang baik
5. Adanya tujuan dan arah yang jelas dari perbuatannya
6. Adanya perspektif, skala nilai, filsafat hidup yang adekuat
7. Mempunyai rasa humor
8. Mempunyai rasa tanggung jawab
9. Menunjukkan kematangan respon
10. Adanya perkembangan kebiasaan yang baik
11. Adanya adaptabilitas
12. Bebas dari respon-respon yang simtomatis atau cacat
13. Memiliki kemampuan bekerjasama dan menaruh minat terhadap orang lain
14. Memiliki minat yang besar dalam bekerja dan bermain
15. Adanya kepuasan dalam bekerja dan bermain
16. Memiliki orientasi yang adekuat terhadap realitas

2. Konsep Diri

2.A. Pengertian Konsep Diri

Menurut Calhoun & Acocella (1990) konsep diri adalah gambaran mental tentang diri yang terdiri dari pengetahuan tentang kita, pengharapan bagi diri kita, dan penilaian terhadap diri kita.

Selanjutnya Baron (2004) mengatakan bahwa konsep diri merupakan identitas diri seseorang sebagai sebuah skema dasar yang terdiri dari kumpulan keyakinan dan sikap terhadap diri sendiri yang terorganisis.

Hurlock (1999) konsep diri merupakan pandangan individu mengenai dirinya. Konsep diri terdiri dari dua komponen, yaitu konsep diri yang sebenarnya (*real self*) yang merupakan gambaran tentang diri kita, dan konsep diri ideal (*ideal self*) yang merupakan gambaran individu mengenai kepribadian yang diinginkan.

Roger (dalam Feist and Feist, 2011) konsep diri meliputi seluruh aspek dalam keberadaan dan pengalaman seseorang yang disadari oleh individu tersebut. Konsep diri tidak identik dengan organismik. Bagian-bagian dari diri organismik berada diluar kesadaran seseorang atau tidak dimiliki oleh orang tersebut. Saat manusia sudah membentuk konsep dirinya, ia akan menemukan kesulitan dalam menerima perubahan dan pembelajaran yang penting. Pengalama yang tidak konsisten dengan konsep diri mereka, biasanya disangkal atau hanya diterima dengan bentuk yang telah didistorsi atau di ubah. Konsep diri yang telah terbangun tidak mungkin membuat perubahan sama sekali, hanya tetap akan terasa sulit. Perubahan biasanya paling mudah terjadi ketika adanya penerimaan

dari orang lain, yang membantu seseorang untuk mengurangi kecemasan dan ancaman serta mengakui dan menerima pengalaman-pengalaman yang sebelumnya ditolak.

Berdasarkan pendapat yang diungkapkan oleh beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pandangan seseorang terhadap dirinya baik itu penilaian, harapannya, sesuai dengan pengalaman-pengalaman yang diterima secara konkrit.

2.B. Dimensi Konsep diri

Menurut Calhoun & Acocella (1990) dimensi konsep diri terbagi menjadi tiga, yaitu:

1. Pengetahuan

Dimensi pertama dari konsep diri adalah pengetahuan. Pengetahuan yang dimiliki individu merupakan apa yang individu ketahui tentang dirinya. Hal ini menggambarkan tentang diri kita sendiri seperti; usia, jenis kelamin, kebangsaan, pekerjaan dan lain-lain. Sesuatu yang menggambarkan tentang diri kita, seperti individu yang egois, baik hati, tenang dan bertempramen tinggi. Pengetahuan bisa diperoleh dengan membandingkan diri individu dengan kelompok pembanding. Pengetahuan yang dimiliki individu tidaklah menetap sepanjang hidupnya, pengetahuan bisa berubah dengan merubahnya tingkah laku individu tersebut dengan cara mengubah kelompok pembanding.

2. Harapan

Dimensi kedua dari konsep diri adalah harapan. Selain individu memiliki satu set pandangan tentang siapa dirinya, individu juga memiliki satu set pandangan lain, yaitu tentang kemungkinan menjadi apa menjadi dimasa mendatang. Singkatnya, setiap individu mempunyai pengharapan bagi dirinya sendiri. Pengharapan ini merupakan diri ideal, dan pengharapan tersebut berbeda-beda pada setiap individu.

3. Penilaian

Dimensi terakhir dari konsep diri ini adalah penilaian terhadap diri sendiri. Individu berkedudukan sebagai penilai terhadap dirinya sendiri setiap hari. Penilaian terhadap diri sendiri adalah pengukuran individu tentang keadaanya saat ini dengan apa yang menurutnya dapat terjadi pada dirinya.

2.C. Jenis- Jenis Konsep diri

Menurut Calhoun & Acocella (1990), dalam perkembangannya konsep diri terbagi menjadi 2 :

1. Konsep diri positif

Konsep diri positif lebih kepada penerimaan diri bukan sebagai suatu kebanggaan yang berlebihan tentang diri. Konsep diri yang positif bersifat stabil dan bervariasi. Individu yang memiliki konsep diri yang positif adalah individu yang tau betul tentang dirinya, dapat memahami dan

menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri. Evaluasi terhadap dirinya menjadi positif dan dapat menerima keberadaan orang lain. Individu yang memiliki konsep diri positif akan merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas, yaitu tujuan yang memiliki kemungkinan besar untuk dapat dicapai, mampu menghadapi kehidupan didepannya.

2. Konsep Diri Negatif

Pandangan individu tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan kestabilan dan kebutuhan diri. Individu tersebut benar-benar tidak tau siapa dirinya, kekuatan dan kelemahannya atau yang dihargai dalam kehidupannya. Pandangan tentang dirinya terlalu stabil dan teratur. Hal ini bisa terjadi karena individu dididik dengan cara yang sangat keras, sehingga menciptakan citra diri yang tidak mengijinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat.

2.D. Faktor-faktor yang mempengaruhi Konsep diri

Calhoun & Acocella (1990) menyatakan bahwa terdapat 4 faktor yang sangat berkaitan dan berpengaruh terhadap perkembangan konsep diri, yakni:

1. Orang tua

Orang tua kita adalah kontak sosial yang paling awal yang kita alami, dan yang paling kuat. Orang tua kita memberikan kita arus informasi yang konstan tentang diri kita. Mereka yang menolong menetapkan

pengharapan kita dimana seorang anak yang orang tuanya yatim bahwa dia yakin bahwa dia akan sudah beruntung bila ia sekolah lanjutan, kecil kemungkinan ia akan melanjutkan keperguruan tinggi.

2. Kawan sebaya

Kelompok kawan sebaya anak menempati kedudukan kedua setelah orangtuanya dalam mempengaruhi konsep diri. Untuk sementara mereka merasa cukup hanya mendapatkan cinta dari orang tua, tetapi kemudian anak membutuhkan dari harapan –harapan oarang lain terhadap dirinya. Harapan ini penting bagi perkemabngan konsep diri si remaja sendiri.

3. Suku bangsa

Dalam suatu masyarakat, umumnya terdapat suatu kelompok suku bangsa tertentu yang dapat dikatakan tergolong sebagai kaum minoritas. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa keompok berkulit hitam di Amerika biasa dianggap sebagai kelompok yang terkesampingkan atau sebagai kelompok minoritas, yang umumnya memiliki konsep diri yang cenderung negatif dibandingkan dengan kelompok yang buka tergolong minoritas. Hal ini tiadak saja menyangkut suku bangsa tetapi juga menyangkut kelompok-kelomok minoritas lainnya, seperti kelompok anak-anak cacat, kelompok anak-anak yang berekomi rendah ataupun kelompok remaja-remaja yang kurang berhasil dalam bidang tertentu dibandingkan dengan kelompok seusianya.

4. Nama dan Pakaian

Kedua hal ini umumnya dianggap sebagai kurang penting dibandingkan dengan faktor-faktor lainnya, tetapi nyatanya mempunyai pengaruh yang cukup penting bagi perkembangan konsep diri seorang remaja. Nama-nama tertentu yang akhirnya menjadi bahan tertawaan dari teman-teman, akan membuat seorang remaja kepembentukan konsep diri yang semakin negatif. Segala nama atau panggilan membesarkan-besarkan kelemahan dalam diri seseorang dapat mempunyai pengaruh yang negatif terhadap perkembangan konsep diri seorang remaja. Demikian juga halnya dengan cara berpakaian. Melalui caranya berpakaian kita dapat menilai atau mempunyai gambaran mengenai bagaimana si remaja melihat dirinya.

3. Hubungan Antara Konsep diri dan Penyesuaian Diri mahasiswa baru

Menjadi mahasiswa bukanlah merupakan hal yang mudah bagi sebagian remaja yang lulus dari Sekolah Menengah Atas, dan melanjutkan perguruan tinggi. Mahasiswa dituntut untuk mampu melakukan penyesuaian-penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang baru. Apabila penyesuaian yang dilakukan mahasiswa buruk dengan kehidupan di Universitas mungkin memaksa mahasiswa untuk meninggalkan lembaga (Mudhovozi, 2012).

Menurut Schneider (1964) bahwa Penyesuaian diri sebagai salah satu aspek dari penyesuaian diri individu yang menuju kepada kesesuaian antara kebutuhan dirinya dengan keadaan lingkungan tempat individu berada dan berinteraksi secara efektif dan efisien.

Penyesuaian diri sendiri bertujuan untuk mencapai keseimbangan antara diri sendiri dan lingkungan. Penyesuaian diri terhadap orang lain dan lingkungan sangat diperlukan oleh setiap orang terutama dalam usia remaja, karena pada usia ini remaja remaja mengalami kegoncangan dan perubahan dalam dirinya untuk mencari identitas diri. Penyesuaian diri bukan merupakan sesuatu yang bersifat absolut atau mutlak. Tidak ada individu yang dapat melakukan penyesuaian diri dengan sempurna. Penyesuaian diri bersifat relatif, artinya harus dinilai dan dievaluasi sesuai dengan kapasitas individu untuk memenuhi tuntutan dalam dirinya. Kapasitas itu berbeda-beda tergantung pada kepribadian dan tahap perkembangan individu. Penyesuaian yang dianggap baik pada tahapan usia mungkin saja dianggap baik pada suatu tahapan usia mungkin saja kurang baik pada tahapan usia lainnya.

Remaja yang mampu melakukan penyesuaian diri, kehidupannya baik di sekolah, pekerjaannya, maupun masyarakat akan lebih sukses dibandingkan dengan yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri. Kemampuan remaja dalam menyesuaikan diri dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain dipengaruhi oleh konsep diri (Mutammimah, 2014).

Calhoun & Acocela (1990) menyatakan bahwa konsep diri adalah gambaran mental diri kita yang terdiri pengetahuan tentang diri kita, pengharapan bagi diri kita, dan penilaian terhadap diri kita. Gambaran mental ini terdiri dari tiga dimensi pengetahuan tentang diri sendiri, pengharapan mengenai diri anda sendiri, dan penilaian tentang diri sendiri. Hal ini yang menentukan bagaimana seseorang memandang dirinya negatif atau positif.

Konsep diri positif adalah individu yang tahu betul siapa dirinya sehingga dirinya menerima segala kelebihan dan kekurangan, evaluasi terhadap dirinya menjadi lebih positif serta mampu merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas. Dengan demikian individu sudah punya tujuan-tujuan hidupnya sesuai dengan realitas, sehingga dalam bertindak pun cenderung sesuai dengan realitas karena lebih mengenal dirinya.

Sedangkan individu yang memiliki konsep diri yang negatif adalah individu yang tidak tahu siapa dirinya dan tidak mengetahui kekurangan dan kelebihannya (Calhoun & Acocella, 1990) sehingga individu tersebut tidak begitu paham tujuan-tujuan dirinya, karena ia tidak mengenal dirinya maka dari itu individu tersebut cenderung mengalami kesulitan dalam melakukan hubungan sosial.

Hubungan konsep diri dengan penyesuaian diri dapat dilihat berdasarkan hasil penelitian dari Amelia (2013) berpendapat bahwa hubungan signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Jika konsep diri seseorang positif maka penyesuaian diri akan baik. Jika konsep diri seseorang negatif maka penyesuaian diri akan buruk. Dalam artian, jika seseorang atau individu mempunyai konsep diri yang positif maka individu tersebut mempunyai kemampuan penyesuaian diri yang baik. Begitu juga sebaliknya, jika individu mempunyai konsep diri yang negatif maka individu tersebut mempunyai kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik atau bisa dikatakan sulit dalam menyesuaikan diri.

Hal ini senada dengan Surakmat (1999), yang menyatakan bahwa konsep diri itu membawa pengaruh pada tingkah laku manusia, berfungsi sebagai “*guiding principles*”, paling sedikit sebagai sebab timbulnya bentuk mekanisme penyesuaian tertentu. Individu yang mempunyai konsep diri yang positif diduga lebih mampu melakukan penyesuaian diri dibandingkan dengan yang mempunyai konsep diri yang negatif. dengan kata lain semakin positif atau tinggi konsep diri seseorang, semakin baik kemampuan penyesuaian dirinya. Sebaliknya semakin rendah atau negatif konsep diri seseorang, maka semakin rendah kemampuan penyesuaian dirinya.

Berdasarkan uraian diatas terlihat bahwa konsep diri seseorang yaitu cara pandang dan penilaian individu terhadap dirinya akan berpengaruh terhadap kehidupan sosial seseorang, terutama dalam penyesuaian diri. Konsep diri yang positif cenderung menimbulkan perasaan yakin terhadap kemampuan diri, percaya diri dan harga diri, sehingga akan membuat individu bersifat terbuka mudah melakukan relasi sosial. Konsep diri yang negatif cenderung akan menimbulkan perasaan tidak mampu dan penolakan terhadap diri sendiri, sehingga akan menyulitkan individu dalam menyesuaikan diri.

BAB III

METODE PENELITIAN

III.A. Jenis Penelitian

Menurut Azwar (2007) jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dimana pendekatan analisis menekankan analisis pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Data-data numerikal yang dimaksud adalah data- data yang berupa angka-angka sebagai alat untuk menemukan keterangan atau informasi mengenai apa yang ingin diketahui dalam penelitian ini, kemudian hasil dari data numerikal tersebut dianalisis dengan menggunakan teknik statistik.

III.B. Identifikasi Variabel- Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik penelitian suatu penelitian (Arikunto, 2006). Variabel juga dapat didefinisikan sebagai konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat pada subjek penelitian yang dapat digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel bebas : Penyesuaian diri

Variabel terikat : Konsep diri

III.C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Defenisi operasional penelitian merupakan batasan dari variabel-variabel yang secara konkrit berhubungan dengan realitas dan merupakan manifestasi yang akan diamati dalam penelitian.

III.C.1. Konsep diri

Konsep diri merupakan pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri baik itu pengetahuan, penilaian, harapannya, sesuai dengan pengalaman yang diterima secara konkrit. Untuk mengungkapkan tingkat skala konsep diri akan digunakan skala menurut Calhoun (1990) berdasarkan 3(tiga) dimensi konsep diri yaitu pengetahuan, harapan, dan penilaian.

III.C.2. Penyesuaian diri

Penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, mengatasi ketegangan, frustasi dan konflik untuk meningkatkan keseimbangan antara kebutuhan dari dalam diri individu dan lingkungannya. (Schneiders, 1964). Untuk mengungkapkan skala penyesuaian diri akan digunakan berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri dari Schneiders 1964 yaitu: mengontrol emosionalitas yang berlebihan, mengatasi mekanisme psikologis, mengatasi perasaan frustrasi pribadi, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, kemampuan belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, sikap realistik dan objektif.

III.D. Populasi dan Sample Penelitian

III.D.1 Populasi

Dalam penelitian, populasi diartikan sebagai kelompok subjek yang akan diketahui generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2007). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi sasaran penelitian adalah Mahasiswa Baru di Universitas HKBP Nommensen Medan yang aktif pada tahun 2017- 2018 (semester genap) yang berjumlah 2290 orang Mahasiswa.(Berdasarkan informasi dari Pusat Sarana Informasi UHN, tanggal 4 juni 2018)

III.D.2 Sampel

Menurut Arikunto (2006) sampel adalah sebagian atas populasi yang diteliti. Adapun jumlah sampel dalam penelitian berdasarkan rumus *Michael & isaac* pada populasi 2290 - 2400 responden, dengan taraf kesalahan 5%, maka didapatkan jumlah sampel penelitian sebanyak 304. jumlah ini diharapkan dapat mewakili karakteristik dan sifat- sifat populasi.

Teknik Pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling incedental* dalam lingkup Fakultas. *Sampling incedental* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel(Sugiyono, 2012)

Tabel 3.1. Tabel populasi dan Sampel

No	Fakultas	Anggota Populasi	Persentasi	Sampel Proportional
1	Ekonomi	597	0.260	78
2	Teknik	188	0.082	25
3	Hukum	315	0.137	42
4	Pertanian	138	0.060	18
5	Budaya & seni	65	0.028	9
6	Peternakan	41	0.017	5
7	Psikologi	65	0.028	9
8	Kedokteran	40	0.017	5
9	Pendidikan	421	0.183	56
10	Fisipol	420	0.183	56
	Jumlah	2290	100	303

(berdasarkan Informasi dari Pusat Sarana Informasi UHN, tanggal 04 juni 2018)

Hasil Perhitungan tersebut diperoleh dengan rumus

$$\text{sampel Proportional} = \frac{\text{anggota populasi}}{\text{total populasi}} \times \text{jumlah populasi}$$

III. E Teknik Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2006) metode yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan dan penelitiannya. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah

wawancara dan metode skala dengan menggunakan skala psikologi sebagai alat ukur untuk menggunakan aspek –aspek psikologis. Skala yang digunakan dalam penelitian adalah Skala Likert. Skala Likert ini terdiri dari 4 alternatif jawaban, yakni Sangat Setuju(SS), Sangat Tidak Setuju (STS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), adapun kriteria penilaiannya bergerak dari 4,3,2,1 untuk jawaban yang *favorable* dan 1,2,3,4 untuk jawaban yang *Unfavorable*.

Tabel 3.1 Tabel Skala Likert

Pilihan jawaban	favorabel	Unfavorabel
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

a. Skala konsep diri

Skala konsep diri dibuat berdasarkan teori dari Calhoun & Acocella (1993) terdiri dari pengetahuan, harapan dan penilaian dengan *blue print* sebagai berikut:

Tabel 3.3 Tabel *Blue Print* Konsep diri Sebelum Uji Coba

No	Skala konsep diri	Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	Pengetahuan	1,7, 13, 19, 24	4,10, 16, 22	9
2	Harapan	2,8, 14, 20, 25	5,11, 17, 23	9
3	Penilaian	3,9,15,21,26	6, 12, 18	8

a. Skala penyesuaian diri

Skala penyesuaian diri dibuat berdasarkan aspek-aspek dari Schneiders (1964) yang terdiri dari: mengontrol emosi yang berlebihan, meminimalkan mekanisme pertahanan diri, mengurangi frustrasi, berfikir rasional dan mampu mengarahkan diri, kemampuan belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, sikap realistik dan objektif.

Tabel 3.4. Tabel *Blue Print* Komitmen Sebelum Uji Coba

No	Skala penyesuaian diri	favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	mengontrol emosi yang berlebihan	1,13,25, 36	7, 19, 31,	7
2	meminimalkan mekanisme pertahanan diri	2,14, 26, 37	8, 20, 32	7
3	mengurangi perasaan frustrasi,	3, 15, 38	9,21, 33	6
4	berfikir rasional dan mampu mengarahkan diri	4, 16, 28	10, 22, 33	6
5	kemampuan belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu	5, 17	11, 23, 35	5
6	Sikap realistik dan objektif	6, 18, 30	12, 24	5

III.F. UJI COBA ALAT UKUR

Uji coba ini dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari skala yang disusun sebagai pengumpul data penelitian. Dalam pelaksanaan uji coba skala untuk variabel konsep diri dan penyesuaian diri pada Mahasiswa semester I di Universitas HKBP Nommensen Medan yang berjumlah 50 Mahasiswa pada 20 Agustus 2018. Dari hasil uji coba yang dilakukan, peneliti mendapat hasil sebagai berikut.

a. Skala konsep diri

Skala konsep diri dibuat berdasarkan teori dari Calhoun & Acocella (1993)

terdiri dari pengetahuan, harapan dan penilaian dengan *blue print* sebagai berikut:

Tabel 3.5. Tabel *Blue Print* Konsep diri Setelah Uji Coba 0,25

No	Skala konsep diri	Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	Pengetahuan	13, 19, 24	4, 16	5
2	Harapan	2, 8, 14, 20,	11,17	6
3	Penilaian	3, 9, 21,26	6	5
	Jumlah	11	6	16

b. Penyesuaian diri

Skala penyesuaian diri dibuat berdasarkan aspek-aspek dari Schneiders (1964) yang terdiri dari: mengontrol emosi yang berlebih, meminimalkan mekanisme pertahanan diri, mengurangi frustrasi, berfikir rasional dan mampu mengarahkan diri, kemampuan belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, sikap realistis dan objektif.

Tabel 3.6 Tabel *Blue Print* penyesuaian diri Setelah Uji Coba 0,25

No	Skala penyesuaian diri	favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	mengontrol emosi yang berlebihan	1,13,25	19, 31,	5
2	meminimalkan mekanisme pertahanan diri	14, 26, 37		3
3	mengurangi perasaan frustrasi,	3, 15,27	9,20	5
4	berfikir rasional dan mampu mengarahkan diri	4, 16, 28	10, 22,34	6
5	kemampuan belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu	5, 17	11, 23, 35	5
6	Sikap realistik dan objektif	6, 18	12, 24	4
	Jumlah	17	12	28

III.G. Validitas dan Reliabilitas

Suatu pengumpulan data (alat ukur) dapat dikatakan baik apabila alat ukur tersebut memiliki validitas dan reabilitas yang baik. Sebelum digunakan dalam peneliti dilakukan uji coba (*try out*) untuk mengetahui validitas dan reabilitasnya. Dalam penelitian ini, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba skala 50 responden. Selanjutnya dilakukan analisis validitas dan reabilitas untuk mendapatkan instrumen yang baik.

III.G.1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahan suatu instrument. Suatu instrument dikatakan valid jika mampu mengukur apa yang diinginkan (Arikunto, 2010).

Dalam penelitian ini validitas yang digunakan adalah validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau *professional judgement* (dalam Azwar, 2003). Peneliti menyusun item-item mengacu pada *blueprint* yang kemudian peneliti meminta pertimbangan pendapat profesional dalam penelitian ini yaitu dosen pembimbing penelitian ini.

Selanjutnya dilakukan uji daya beda item yang bertujuan untuk melihat sejauh mana item mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur. Pengujian daya beda item ini dilakukan dengan komputasi koefisien korelasi antara distribusi skor pada setiap item dengan skor total item itu sendiri yaitu dengan menggunakan koefisien yang dianalisis dengan menggunakan koefisien korelasi *product moment* dengan bantuan program *SPSS version 17.0 for windows*.

III.G.2 Reliabilitas

Menurut Azwar (2003) reliabilitas adalah keterandalan suatu instrument. Uji reliabilitas alat ukur penelitian ini menggunakan pendekatan reliabilitas konsistensi internal yaitu *single trial administration* dimana skala hanya diberikan satu kali saja pada sekelompok individu sebagai subjek. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Alpha Cronbach* dengan menggunakan program *SPSS version 17.0 for windows*.

III.H. Teknik Analisa Data

Analisis data dimulai dengan memahami seluruh data yang telah dikumpulkan yang dilakukan sesuai metode pengumpulan data sebagaimana telah ditentukan sebelumnya. Analisis dilakukan agar peneliti nantinya dapat

memperoleh suatu kesimpulan. Adapun uji asumsi yang digunakan pada teknik analisis data, meliputi (Azwar, 2011). Untuk mengetahui gambaran tingkat konsep diri dan *konformitas* baik secara umum maupun spesifik, maka ditempuh langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mencari skor tertinggi : Jumlah aitem (n) x skor tertinggi (xt)
2. Mencari skor terendah : Jumlah aitem (n) x skor terendah(xr)
3. Mencari Mean Teoritis : Jumlah aitem (n) x 2,5
4. Mencari Standar Deviasi : $\frac{\text{Skor tertinggi } X_t - \text{Skor terendah } (X_r)}{6}$
5. Menentukan kategori

Tujuan kategori ini adalah menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Untuk penelitian ini akan digunakan jenis kategorisasi jenjang dengan tiga jenjang penggolongan

Tabel 3.7. Penggolongan Kriteria Analisis Berdasarkan Mean teoritis

Interval skor	Kriteria
$\mu + 1 \leq X$	Tinggi
$\mu - 1 \leq X < \mu + 1$	Sedang
$X < \mu - 1$	Rendah

Sumber : (Azwar, 2006)

Keterangan:

μ : Mean teoritis

: Standar deviasi

6. Menentukan persentase

Setelah melakukan kriteria dan mengetahui jumlah individu yang ada dalam suatu kelompok, langkah selanjutnya yaitu menentukan persentasinya dengan cara sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

P = Persentase

f = frekuensi

N = Jumlah subjek

Sebelum data-data yang terkumpul dianalisa, terlebih dahulu dilakukan :

1.6.1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian kedua variabel terdistribusi secara normal. Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan *Uji one-sample Kolmogorof-smirnov* dengan bantuan *SPSS for windows versi 17*. Data dikatakan terdistribusi normal jika $p > 0,05$.

1.6.2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian yaitu variable bebas dan variable tergantung memiliki hubungan linear dengan menggunakan bantuan program *SPSS for windows versi 17*. Alasan peneliti menggunakan metode ini karena metode ini karena metode ini efektif dalam hal waktu dan juga tenaga. Data dapat dikatakan linear apabila nilai $p > 0,05$.

III.I. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan uji korelasi *Product Moment* dari *Pearson* dengan menggunakan program komputer *SPSS for Windows Release*. Analisis data bertujuan untuk melihat “ hubungan konsep diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat I”. Data diuji terlebih dahulu memenuhi asumsi Normalitas dan Juga Linieritas. Kemudian peneliti menganalisis data dengan menggunakan Teknik Linier Sederhana. Teknik ini digunakan untuk mengukur sejauh mana hubungan Konsep diri dengan Penyesuaian diri pada Mahasiswa Tingkat I. Untuk melakukan analisis ini, peneliti menggunakan program *SPSS for Windows Release*.