

HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN AMAN TERHADAP IBU DAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO

Melyza Syarifa, Endang Sri Indrawati

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedharto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

msyarief@yahoo.com

Abstrak

Mahasiswa tahun pertama seringkali mengalami permasalahan penyesuaian diri pada masa awal kuliah. Penyesuaian diri dipengaruhi salah satunya yaitu faktor lingkungan yang didalamnya terdapat keluarga. Interaksi yang terjalin dalam sebuah keluarga dalam kurun waktu yang lama akan menimbulkan sebuah ikatan emosional didalamnya termasuk anak dengan ibu. Ikatan emosional antara anak dengan ibu yang dianggap paling berhasil adalah kelekatan aman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan aman terhadap ibu dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini berupa Skala Penyesuaian Diri yang terdiri atas 34 aitem valid, $\alpha = .92$ dan skala kelekatan aman terhadap Ibu terdiri atas 23 aitem valid, $\alpha = .90$. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Sampel penelitian berjumlah 114 mahasiswa Teknik pengambilan sampel dengan *teknik convenience sampling*. Analisis data dilakukan dengan analisis regresi sederhana. Berdasarkan analisis data yang dilakukan diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{xy} = .56$ ($p < .001$), yang menyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Sumbangan efektif kelekatan aman ibu terhadap penyesuaian diri sebesar 31%.

Kata kunci : penyesuaian diri; kelekatan aman terhadap ibu; mahasiswa tahun pertama

Abstract

First-year students often have problems of adjustment in the early days of college. Adjustment influenced one of which is the environmental factors in which there are families. Interaction that exists within a family in a long period of time will cause an emotional bond with the child in it, including the mother. The emotional bond between children whose mothers were considered the most successful is secure attachment. This study aims to determine the relationship between secure attachment to the mother with the adjustment in the first year student of the Faculty of Psychology, University of Diponegoro in Semarang. Measuring instrument used in this study of the scale adjustment which consisted of 34 item valid, $\alpha = .92$ and secure attachment to the mother scale consisted of 23 item valid, $\alpha = .90$. The study population was a first year student of the Faculty of Psychology, University of Diponegoro in Semarang. These samples included 114 students of Mechanical sampling by convenience sampling technique. Data was analyzed using simple regression analysis. Based on the data analysis obtained by the correlation coefficient $r_{xy} = .56$ ($p < .001$), which states that the hypothesis proposed in this study received. Secure attachment mom effective contribution to the adjustment of 31%.

Keywords: adjustment; secure attachment to the mother; first-year students

PENDAHULUAN

Mahasiswa tahun pertama adalah masa dimana seseorang akan mengalami banyak kesulitan diantaranya adalah kesulitan penyesuaian diri. Hal ini dialami oleh sebagian besar mahasiswa terutama yang berasal dari luar kota tempat perkuliahan. Universitas diponegoro saat ini menjadi kampus terfavorit untuk wilayah Jawa Tengah dan Nasional, terlebih lagi mendapat peringkat ke-10 di Indonesia berdasarkan penilaian DIKTI. Semakin dikenalnya Universitas Diponegoro di

kancah nasional membuat masyarakat memilih kampus tersebut untuk menempuh perkuliahan. Mahasiswa yang berasal dari luar kota Semarang memutuskan untuk berpindah atau merantau dari kota asal dan tinggal di rumah sewa atau kos. Tinggal di kota yang jauh dari tempat asalnya akan membuat mahasiswa membutuhkan adanya kemampuan penyesuaian diri dengan tempat baru. penyesuaian diri yang harus dilakukan mulai dari hal dasar seperti penyesuaian air, cuaca, tata karma, adat istiadat, makanan, pola hidup, dan juga lingkungan baru. Penyesuaian diri adalah proses yang berlangsung seumur hidup guna menghadapi lingkungan yang selalu berubah sehingga individu juga harus melakukan perubahan dalam rencana, tujuan, dan strategi untuk menghadapi perubahan tersebut (Haber dan Runyon, 2006).

Mahasiswa tahun pertama sangat penting memiliki kemampuan penyesuaian diri agar dapat memenuhi kebutuhan pokok dan kebutuhan pribadinya dengan baik, dapat memiliki keterampilan yang membantu dalam pemenuhan kebetuhan yang mendesak, dapat menerima keadaan, dan lincah dalam menangani permasalahan sehari-hari yang sering kali muncul. Pada kenyataannya, banyak mahasiswa tahun pertama yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik. Berdasarkan penggalian data awal yang telah dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang didapati keterangan bahwa beberapa mahasiswa mengalami kesulitan penyesuaian diri seperti tidak memiliki teman, memutuskan berhenti kuliah dan kembali ke kota asal, tidak mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari, cenderung pendiam, tidak mampu berinteraksi dengan baik. Selain itu didapati mahasiswa tahun pertama yang menjadi ayam kampus (Liputan6.com, 27 Agustus 2016).

Penyesuaian diri sangat penting dimiliki oleh mahasiswa tahun pertama. David dan Nita (2014), mengemukakan bahwa penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama akan berdampak pada kontrol diri, rasa keterasingan, persepsi atas lingkungan sekitar, kepercayaan terhadap orang lain, dan juga kepercayaan pada diri sendiri. Penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor psikologis, fisiologis, perkembangan dan kematangan, lingkungan, budaya dan agama (Fatimah, 2005). Salah satu faktor penyesuaian diri yang telah disebutkan yaitu lingkungan. Lingkungan dimana individu tumbuh dan berkembang dapat menjadi faktor penentu bagi penyesuaian dirinya di masa yang akan datang. Lingkungan terdiri dari lingkungan sekolah, teman sepermainan, lingkungan masyarakat, dan juga keluarga. Keluarga adalah lingkungan primer seorang anak dari ia kecil hingga dewasa, disinilah mulai dilakukan interaksi pertama anak dengan dunia luarnya. Interaksi anak dengan keluarga dapat menimbulkan ikatan-ikatan emosional antara anak dengan keluarga. Ikatan emosional yang dibangun anak dengan keluarganya adalah kelekatan atau *attachment*. *Attachment* merupakan ikatan emosional yang kuat antara dua orang secara signifikan (Santrock, 2011). Dalam sebuah keluarga, kelekatan yang dijalin seorang anak adalah dengan *care giver* nya, pada umumnya anak menjalin kelekatan dengan ibu.

Gaya kelekatan aman adalah suatu gaya yang memiliki karakteristik *self-esteem* yang tinggi dan kepercayaan interpersonal yang tinggi, biasanya digambarkan sebagai gaya kelekatan yang paling berhasil dan yang paling diinginkan (Baron & Byrne, 2005). Kelekatan juga dapat berpengaruh pada kepuasan hidup yang dialami individu. Syahyat, Besharat, Asadi, dkk (2011), menyatakan adanya hubungan yang positif antara kelekatan dan kepuasan terhadap hidup. Aslan dan Sevda (2010) menyatakan adanya hubungan positif yang signifikan antara kelekatan dan penyesuaian pada masa remaja akhir. Remaja dengan kelekatan yang aman akan cenderung mampu menyesuaikan diri di universitas sedangkan remaja dengan kelekatan tidak aman akan mengalami kesulitan penyesuaian diri. Mengingat betapa pentingnya kelekatan aman terhadap ibu untuk diteliti dalam hubungannya dengan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama, peneliti bermaksud mengadakan penelitian mengenai hubungan kedua variabel tersebut.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Menurut Azwar (2016) tujuan dari penelitian kuantitatif korelasional adalah untuk melakukan deteksi terhadap variasi-variasi satu variabel yang berkaitan dengan variasi-variasi satu variabel lain berdasarkan koefisien korelasi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kelekatan aman terhadap ibu, sedangkan variabel tergantung adalah penyesuaian diri.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah: a) Mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, b) Usia remaja akhir (17-20 tahun), c) Berasal dari luar Kota Semarang, d) Tinggal di kos, e) Pernah tinggal bersama ibu. Teknik pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling* dengan subjek uji coba sebanyak 38 subjek, sedangkan subjek untuk penelitian berjumlah 76 mahasiswa. Skala Penyesuaian Diri berjumlah 34 aitem valid dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,923, sedangkan Skala Kelekatan Aman terhadap Ibu berjumlah 23 aitem valid dengan koefisien realibilitas sebesar 0,906. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana yang terdiri dari uji asumsi (uji normalitas dan uji linearitas) dan uji hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas variabel penyesuaian diri menunjukkan nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,815 dengan signifikansi 0,520 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini berarti bahwa variabel penyesuaian diri memiliki data yang berdistribusi normal. Uji normalitas variabel kelekatan aman terhadap ibu menunjukkan nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,601 dengan signifikansi 0,863 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini berarti bahwa variabel kelekatan aman terhadap ibu memiliki data yang berdistribusi normal.

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai F sebesar 33,221 dengan signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,001. Hal ini berarti bahwa hubungan antara kedua variabel adalah linier. Oleh karena kedua variabel berdistribusi normal dan hubungan antara kedua variabel maka uji hipotesis dapat dilakukan. Koefisien korelasi menunjukkan hasil sebesar 0,557 dengan signifikansi 0,000 yang lebih kecil dari 0,001. Hal ini berarti bahwa ada hubungan positif antara variabel kelekatan aman terhadap ibu dengan variabel penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Hubungan positif yang signifikan menunjukkan makna semakin tinggi kelekatan ayman terhadap ibu maka semakin baik kemampuan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama, sebaliknya semakin rendah kelekatan aman terhadap ibu maka semakin buruk kemampuan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama.

Persamaan garis regresi linier yaitu $Y = 59,419 + 0,541X$. Hal ini berarti bahwa variabel penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama mengalami perubahan berbanding lurus sebesar 0,541 untuk setiap unit perubahan dari variabel kelekatan aman terhadap ibu. Hasil R Square menunjukkan 0,310. Hal ini berarti bahwa variabel kelekatan aman terhadap ibu memberikan sumbangan efektif sebesar 31% kepada variabel penyesuaian diri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kelekatan aman terhadap ibu memberikan sumbangan efektif sebesar 31% pada penyesuaian diri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat konsistensi variabel penyesuaian sosial sebesar 31% dapat dipredikisi oleh kelekatan aman mahasiswa tahun pertama dengan ibunya, sisanya sebanyak 69% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Faktor lain yang memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama antara lain kondisi fisik, perkembangan dan kematangan yang

mencakup kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional, faktor psikologis yang mencakup pengalaman, belajar, kebiasaan, self determination, frustrasi dan konflik, kondisi lingkungan, kebudayaan dan agama (Schneider dalam Ali & Asrori, 2008), Kemampuan penyesuaian diri yang baik ditunjukkan dengan adanya persepsi yang akurat terhadap realita dan keadaan sekitar, kemampuan menghadapi permasalahan dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari, mampu memandang diri sendiri dengan sikap yang positif, dapat mengungkapkan emosi dengan baik dan tidak berlebihan, mampu memiliki hubungan interpersonal dengan orang lain dengan tingkatan yang tepat, dan mampu bersikap berbeda terhadap orang yang berbeda (Haber dan Runyon, 2006).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kelekatan aman terhadap ibu dan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Semakin tinggi kelekatan aman terhadap ibu maka semakin baik kemampuan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama, dan sebaliknya, semakin rendah kelekatan aman terhadap ibu maka kemampuan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama semakin buruk. Kelekatan aman terhadap ibu memberikan sumbangan efektif sebanyak 31% terhadap terbentuknya kemampuan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2004). *Psikologi remaja, perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Aslan, Sevda. (2010). The relation between attachment and personal and social adjustment mediated by separation-individuation. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. Hal: 4048–4053
- Azwar, S. (2006). *Metode penelitian*. Yogyakarta: PustakaPelajar
- Baron, A.R & Bryne, D. (2005). *Psikologi sosial/Edisi kesepuluh*. Jakarta: Erlangga.
- David, L, T., Nita, G, L. (2014). Adjustment to first year of college – relations among selfperception, trust, mastery and alienation. *Procedia -Social and Behavioral Sciences*. No. 127 Hal: 139 – 143
- Fatimah, N. (2005). *Psikologi perkembangan*. Bandung : Pusaka Setia.
- Haber, A., & Runyon, R. P. (2006). *Psychology of adjustment*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Mahasiswi Madiun Jadi Ayam Kampus untuk Bayar Kuliah. Liputan6. 27 Agustus 2016, 13:01 WIB. Diunduh dari <http://regional.liputan6.com/read/2587399/mahasiswi-madiun-jadi-ayam-kampus-untuk-bayar-kuliah>
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development, Perkembangan Masa Hidup* Jilid 1 (edisi kelima). Jakarta: Penerbit Erlangga.

Syahyat, S., Besharat, M, A., Asadi, M. (2011). The Relation of Attachment and perceived social support with Life Satisfaction: Structural Equation Model. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. Vol. 15. Hal: 952–956