

# **HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWI RANTAU DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG**

**Rachmadi Khalid<sup>1</sup>, Endang Sri Indrawati<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>*Fakultas Psikologi, Univeristas Diponegoro  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

Email: [rachmadi.khalid@gmail.com](mailto:rachmadi.khalid@gmail.com)

## **Abstrak**

Mahasiswa rantau memiliki tantangan penyesuaian diri yang tinggi saat menjalankan pendidikan di perguruan tinggi, terlebih pada mahasiswa rantau perempuan. Mahasiswa rantau seharusnya dapat dengan mudah dalam menyesuaikan diri. Namun mereka kesulitan dalam menyesuaikan diri yang dapat mempengaruhi mereka dalam mengerjakan tugas dan mencari teman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiric mengenai hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Populasi penelitian yaitu mahasiswi angkatan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang berasal dari luar Jawa Tengah dan Yogyakarta. Teknik sampling yang digunakan yaitu *simple random sampling* dan didapatkan sebanyak 101 mahasiswi sebagai subjek penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan skala psikologi likert yang terdiri dari dua skala, yaitu skala harga diri (35 aitem,  $\alpha=0,928$ ) dan skala penyesuaian diri (38 aitem  $\alpha=0,924$ ). Analisis data menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan bantuan SPSS versi 22. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi 0,765 dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Harga diri memiliki sumbangan efektif sebesar 58,4,% terhadap penyesuaian diri dan sisanya sebesar 41,6% dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini

**Kata kunci:** penyesuaian diri, harga diri, mahasiswi rantau

## **Abstract**

Overseas students have a high adjustment challenge when they study in college, especially overseas female students. Overseas female students should be able to adapt easily. However, they have difficulty adjusting, which can affect them in doing assignments and finding friends. This study aims to determine the relationship between self-esteem and self-adjustment among overseas female students of the Faculty of Psychology, Diponegoro University. The research population is overseas female students from class of 2019 in Faculty of Psychology, Diponegoro University from outside Central Java and Yogyakarta. The sampling technique on this research used simple random sampling and obtained as many as 101 female students. The measuring instruments used in this study were the Self-Esteem Scale (35 items  $\alpha = 0,928$ ) and the Self-Adjustment Scale (38 items  $\alpha = 0,924$ ). Regression analysis were used in this study with the help of SPSS version 22. The results showed that the correlation coefficient was 0,765 with  $p= 0.000$  ( $p <0.05$ ). The results indicate that there is a significant positive relationship between self-esteem and adjustment in overseas students at the Faculty of Psychology, Diponegoro University. Self-esteem has an effective contribution of 58.4% to self-adjustment and the remaining 41.6% is explained by other factors

**Keywords:** self- adjustment, self-esteem, overseas female students

## **PENDAHULUAN**

Mahasiswa adalah seseorang yang mengenyam pendidikan pada tingkat setelah jenjang SMA atau SMK. Menurut Siswoyo (2007), seseorang dapat dikatakan sebagai seorang mahasiswa ketika seseorang sedang melakukan program pendidikan jangka panjang atau menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik perguruan tinggi negeri, perguruan tinggi negeri swasta atau lembaga sekolah tinggi lainnya yang setingkat dengan perguruan tinggi.

Pulau Jawa menjadi salah satu tempat tujuan utama para siswa yang berasal dari daerah untuk melanjutkan pendidikannya diperguruan tinggi. Hal ini disebabkan karena perguruan tinggi unggulan berada di Pulau Jawa dan jurusan yang tersedia di Pulau Jawa lebih banyak pilihannya. Mahasiswa yang kuliah jauh dari tempat tinggalnya atau bahkan berasal dari luar provinsi harus melakukan adaptasi, baik dari segi kehidupan sehari-hari maupun kehidupannya dengan teman-teman kampusnya yang tentu saja berbeda dengan teman-temannya saat SMA. Haber dan Runyon (Rufaida dan Kustanti, 2017) menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses, bukan merupakan keadaan yang statis. Penyesuaian diri dapat dikatakan efektif bila ditandai dengan seberapa individu mampu menghadapi situasi dan kondisi yang selalu berganti.

Namun tidak semua mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan baik, terutama dalam proses penyesuaian diri, dengan lingkungan baru. Berdasarkan hasil yang dilakukan oleh Handayani & Yuca (2019) mengenai kontribusi *culture shock* terhadap *self-adjustment* mahasiswa kelas internasional Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa *self-adjustment* mahasiswa kelas internasional rendah. Hal ini dikarenakan mahasiswa internasional menghadapi banyak masalah terkait penyesuaian akademik. Selain itu penyesuaian psikologis juga mempengaruhi bagaimana mahasiswa mengatasi *culture shock*. Mahasiswa mengalami depresi dan kecemasan selama proses penyesuaian di lingkungan yang baru. Beberapa mahasiswa internasional juga mengalami kesepian, budaya syok, dan keluhan somatik seperti sakit kepala (yang merupakan manifestasi gejala psikologis dalam beberapa budaya).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Yeniar, Abidin, Astuti (2005) menunjukkan bahwa apabila individu tidak dapat menyesuaikan diri di lingkungannya, maka hal ini menyebabkan individu tersebut tidak mau tinggal di asrama/kos karena tidak dapat hidup terpisah dari orangtuannya, sulit untuk mengikuti pelajaran dan cenderung melakukan pelanggaran terhadap peraturan asrama/kos. Ali dan Ashori (2012) menjelaskan bahwa karakteristik penyesuaian diri ini sangat penting bagi para mahasiswa terutama yang bertempat tinggal jauh dari orangtuannya, supaya mahasiswa dapat merasa nyaman dan aman di kos tempat tinggalnya. Keinginan dan kapabilitas seseorang untuk berubah termasuk salah satu hal yang penting pada karakteristik penyesuaian diri.

Keberhasilan individu dalam melakukan penyesuaian diri dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal (didalam diri) dan faktor eksternal (dari luar diri). Faktor internal meliputi keadaan fisik, herediter, dan kematangan (emosional, intelektual, sosial). Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan sosial dan budaya (Schneiders dalam Meidiana, 2012). Hal ini juga didukung oleh pernyataan Fatimah (2010) yang menyebutkan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya penyesuaian diri adalah faktor psikologis. Seorang individu yang memiliki kondisi psikologis yang sehat akan lebih mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan daripada individu dengan kondisi psikologis yang tidak sehat. Kondisi

psikologis yang sehat ditandai dengan adanya penghargaan terhadap diri sendiri dan bagaimana individu tersebut menerima dirinya sendiri secara utuh, hal ini disebut sebagai harga diri.

Coopersmith (dalam Desmita, 2011), self-esteem atau harga diri yaitu evaluasi individu terhadap dirinya sendiri, dimana individu melihat sejauh mana mereka percaya akan ke diri mereka. Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi akan menghargai dan menerima diri mereka apa adanya. Utami (2016) dalam penelitiannya juga menyimpulkan bahwa harga diri seseorang dapat memengaruhi perilaku individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Penyesuaian diri dalam hal ini ditunjukkan dengan perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Individu dapat berinteraksi dengan baik dan dapat menjalin hubungan yang positif dengan orang-orang di sekitarnya. Individu juga mampu memahami situasi yang terjadi saat ini dan mampu untuk mencari solusi yang tepat dari permasalahan yang ada.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Semakin tinggi harga diri yang dimiliki mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang maka akan semakin tinggi penyesuaian dirinya, sebaliknya semakin rendah harga diri maka akan semakin rendah penyesuaian diri yang dimiliki mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.

## METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi angkatan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang berasal dari luar Jawa Tengah dan DIY (Daerah Istimewa Yogyakarta). Subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak 101 subjek. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan secara acak terhadap subjek yang berada dalam populasi (Azwar, 2010). Instrumen pengumpulan data menggunakan skala likert. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah Skala Harga Diri (35 aitem,  $\alpha = 0,928$ ) disusun berdasarkan aspek menurut Coopersmith (Mruk 2006) dan Skala Penyesuaian Diri (38 aitem  $\alpha = 0,924$ ). disusun berdasarkan aspek menurut Schneiders (Desmita 2009). Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan meminta kesediaan subjek mengisi skala penelitian secara *online*, yang dilakukan pada tanggal 23 Maret 2021 sampai tanggal 26 Maret 2021. Analisis data penelitian ini selanjutnya dilakukan dengan menggunakan analisis regresi sederhana setelah memenuhi uji asumsi normalitas dan linieritas.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1**  
**Uji Normalitas**

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	<i>p</i>	Keterangan
Harga Diri	0,752	0,624	Normal
Penyesuaian Diri	0,617	0,842	Normal

Berdasarkan uji normalitas yang dipaparkan pada **Tabel 1**, ditemukan bahwa nilai *Kolmogorov-Smirnov* pada variabel harga diri sebesar 0,752 dengan nilai  $p = 0,624$ , sedangkan pada variabel penyesuaian diri ditemukan hasil *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,617 dengan  $p = 0,842$ . Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel harga diri dan variabel penyesuaian diri memiliki sebaran yang **normal**.

**Tabel 2**  
**Uji Linearitas**

Nilai F	Signifikansi	Keterangan
139,265	0,000	Linier

Berdasarkan uji linearitas antara variabel harga diri dan penyesuaian diri mendapatkan F sebesar 139,265 dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,001$ ). Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara kedua variabel tersebut.

**Tabel 3**  
**Koefisien Persamaan Garis Regresi**

Model	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	T	Sig
	B	Stand. Error	Beta		
1 (Constant)	9,695	8,030	0,765	1,207	0,230
Harga Diri (X)	1,004	0,085		11,801	0,000

Berdasarkan **Tabel 3**, dapat dilihat bahwa nilai konstanta variabel prediktor (harga diri) akan mempengaruhi variabel kriterium (penyesuaian diri) melalui persamaan regresi. Hasil dari analisis regresi sederhana juga diperoleh koefisien korelasi antara harga diri terhadap penyesuaian diri sebesar 0,765 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,001$ ). Nilai positif pada koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel, Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi penyesuaian diri pada mahasiswa rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Dan sebaliknya, semakin rendah harga diri maka semakin rendah penyesuaian diri pada mahasiswa rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Hasil yang telah dijelaskan membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan adanya hubungan positif antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang dapat **diterima**.

**Tabel 4**  
**Gambaran Umum Skor Variabel-variabel Penelitian**

Variabel	Statistik	Hipotetik	Empirik
Penyesuaian Diri	Skor minimum	38	63
	Skor maksimum	152	138

	Mean	95	102,59
	Standar deviasi	19	15,133
Harga Diri	Skor minimum	35	58
	Skor maksimum	140	118
	Mean	87,5	92,51
	Standar deviasi	17,5	12,209

Pada penelitian ini, variabel harga diri memiliki nilai mean empirik sebesar 92,51 dan standar deviasi empirik sebesar 12,209. Sedangkan untuk nilai mean hipotetik adalah sebesar 87,5. Dilihat dari perbandingan mean empirik dan mean hipotetik, didapat hasil bahwa mean empirik lebih besar dibandingkan oleh mean hipotetik dengan selisih sebesar 5,01. Sedangkan pada variabel penyesuaian diri memiliki nilai mean empirik sebesar 102,59, mean hipotetik sebesar 95 dan standar deviasi dengan nilai sebesar 15,133. Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa nilai mean empirik lebih besar dari nilai mean hipotetik dengan selisih angka sebesar 7,59.

**Tabel 5**  
**Kategorisasi dan Distribusi Subjek Variabel Harga Diri**

<b>Sangat Rendah</b>	<b>Rendah</b>	<b>Tinggi</b>	<b>Sangat Tinggi</b>
N=3	N=30	N=64	N=4
2,97%	29,7%	63,66%	3,96%
35	61,25	87,5	113,75
			140

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas harga diri mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 64 mahasiswa dengan persentase 63,66%. Selanjutnya pada kategori rendah yaitu sebanyak 30 mahasiswa dengan persentase 29,7%. Pada kategori sangat tinggi terdapat 4 mahasiswa dengan persentase 3,96% dan kategori sangat rendah terdapat 3 mahasiswa dengan persentase 2,97%.

**Tabel 6**  
**Kategorisasi dan Distribusi Subjek Variabel Penyesuaian Diri**

<b>Sangat Rendah</b>	<b>Rendah</b>	<b>Tinggi</b>	<b>Sangat Tinggi</b>
N=1	N=30	N=65	N=5
0,99%	29,7%	64,35%	4,95%
38	66,5	95	123,5
			152

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas penyesuaian diri mahasiswi rantau Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 65 mahasiswi dengan persentas 64,35%. Selanjutnya pada kategori rendah yaitu sebanyak 30 mahasiswi dengan persentase 29,7%. Pada kategori sangat tinggi terdapat 5 mahasiswi dengan persentase 4,95% dan kategori sangat rendah terdapat 1 mahasiswi dengan persentase 0,99%.

**Tabel 7**  
**Koefisien Korelasi antara Harga Diri dengan Penyesuaian Diri**

Koefisien Korelasi (R)	Koefisien Determinasi (R <sup>2</sup> )	Standar kesalahan Estimasi
0,765	0,584	8,985

Harga diri dalam penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 58,4% terhadap penyesuaian diri pada mahasiswi rantau Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya mengenai harga diri dan penyesuaian diri pernah dilakukan oleh Pasha dan Munaf (2013) kepada para mahasiswa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa harga diri yang tinggi akan menyebabkan individu mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang terjadi di lingkungan. Mahasiswa yang mampu untuk menghargai dan menerima diri sendiri lebih cenderung mampu untuk berinteraksi secara positif dengan orang-orang di sekitarnya. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Utami (2016) juga menyimpulkan bahwa harga diri individu dapat memengaruhi perilaku individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Penyesuaian diri dalam hal ini ditunjukkan melalui perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Individu berinteraksi dan menjalin hubungan yang positif dengan orang-orang di sekitarnya.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil dari penelitian ini searah dengan penelitian-penelitian yang sebelumnya pernah dilakukan, dimana terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Semakin tinggi harga diri yang dimiliki mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang maka akan semakin tinggi penyesuaian diri yang dimiliki, sebaliknya semakin rendah harga diri maka akan semakin rendah penyesuaian diri yang dimiliki mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ali, M & Ashori, M. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, S. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bandung: Rosda Karya.
- Fatimah, E. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Sukoharjo: Pustaka Setia

- Handayani, P. G., & Yuca, V. (2019). Kontribusi Culture Shock Terhadap Self Adjustment Mahasiswa Kelas Internasional Universitas Negeri Padang. *Jurnal Neo Konseling, 1*(3). DOI: 10.24036/00190kons2019.
- Meidiana, M. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mruk. C.J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, and Practice*. New York City: Springer Publishing Company.
- Pasha, H.D. & Munaf, S. (2013). Relationship of self-esteem and adjusment in traditional university students. *Procedia*. DOI: 10.1016/j.sbspro.2013.06.688.
- Rufaida, H. & Kustanti E. R. (2017). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari sumatera di universitas diponegoro. *Jurnal Empati, 7*(3), 217-222.
- Siswoyo, D. (2007). Ilmu Pendidikan. Yogyakarta: UNY Pers.
- Utami, M.B. (2016). Hubungan antara harga diri dan penyesuaian diri siswi kelas x sma takaranita 1. *Jurnal Psikoedukasi, 14*. ISSN: 1412-9310.
- Yeniar, M., Abidin, Z. & Astuti, T. P. (2005). Penyesuaian diri santri putri terhadap kehidupan pesantren: studi kasus kualitatif pada madrasah takhasusiah pondok pesantren modern islam assalaam surakarta. *Jurnal Psikologi Undip, 2*(1), 10-17