

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Menurut Prastiwi dan Imanti (2022), mahasiswa adalah individu yang berproses menuju kematangan pribadi melalui kegiatan belajar di lembaga pendidikan tinggi, baik negeri maupun swasta, seperti universitas, sekolah tinggi, akademi, maupun politeknik. Senada dengan hal tersebut, Hulukati dan Djibrani (2018) menyebutkan bahwa mahasiswa merupakan peserta didik berusia antara 18 hingga 25 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikan di perguruan tinggi, baik akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, maupun universitas. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dan menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta, dengan rentang usia sekitar 18–25 tahun. Adapun mahasiswa yang baru memasuki dunia perkuliahan disebut sebagai mahasiswa baru.

Mahasiswa baru merupakan individu yang berada pada tahun pertama perkuliahan. Lutfianawati, dkk (2023), menjelaskan bahwa mahasiswa baru adalah mahasiswa yang sedang menempuh tahun pertama pendidikan di perguruan tinggi. Sementara itu, Muhammad dalam (Prastiwi & Imanti,

2022), mengemukakan bahwa mahasiswa baru merupakan individu yang sedang menjalani proses menuju kematangan pribadi melalui pendidikan tinggi. Umumnya, mahasiswa baru termasuk dalam kategori remaja akhir dengan rentang usia 18–22 tahun. Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock (2003) yang menyatakan bahwa masa remaja berakhir pada usia sekitar 18–22 tahun, yang merupakan masa transisi menuju dewasa awal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa baru merupakan mahasiswa tahun pertama yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dengan rentang usia sekitar 18–22 tahun dan berada pada masa transisi menuju dewasa awal.

Sebagai mahasiswa baru, individu dihadapkan pada proses transisi dari lingkungan sekolah menengah atas menuju lingkungan perguruan tinggi. Pada fase ini, mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan sistem perkuliahan yang lebih kompleks, model pembelajaran yang menekankan kemandirian, serta dinamika sosial yang berbeda dari lingkungan sebelumnya. Penelitian studi kasus yang dilakukan oleh Nasir (2022), menunjukkan bahwa mahasiswa baru sering mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial, seperti merasa kurang nyaman di lingkungan baru, cenderung pasif dalam pergaulan, enggan memulai percakapan, lebih memilih menyendiri dan menggunakan ponsel, serta kurang berani mengemukakan pendapat. Temuan ini menunjukkan bahwa masa awal perkuliahan merupakan periode yang penuh tantangan dan

membutuhkan dukungan lingkungan kampus serta pengembangan keterampilan sosial agar mahasiswa mampu menyesuaikan diri secara optimal.

Meskipun seluruh mahasiswa baru menghadapi proses transisi tersebut, karakteristik tantangan yang dialami mahasiswa baru perantau dan mahasiswa baru nonperantau menunjukkan perbedaan yang signifikan. Orah dan Purnawinadi (2025) menjelaskan bahwa mahasiswa baru perantau merupakan individu yang meninggalkan daerah asalnya untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi, sehingga harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang memiliki norma, budaya, dan kebiasaan yang berbeda. Lingga dan Tuapattinaja (dalam Pramitha, 2019) menambahkan bahwa mahasiswa baru perantau adalah mahasiswa yang tinggal di luar daerah asalnya untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi guna mempersiapkan diri mencapai keahlian pada jenjang pendidikan tinggi. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa baru perantau merupakan individu yang meninggalkan daerah asalnya untuk menempuh pendidikan tinggi di daerah lain sehingga dituntut mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru secara efektif.

Berbeda dengan mahasiswa perantau, mahasiswa baru nonperantau umumnya masih berada dalam lingkungan sosial dan budaya yang familiar serta memiliki akses dukungan keluarga secara langsung. Kondisi tersebut membuat proses penyesuaian mereka cenderung lebih stabil secara emosional. Sebaliknya, mahasiswa baru perantau tidak hanya menghadapi tuntutan

akademik dan sosial di lingkungan kampus, tetapi juga harus beradaptasi dengan tempat tinggal baru, perbedaan budaya, pola interaksi sosial, serta keterpisahan dari keluarga. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa perantau memiliki tingkat *homesickness* dan stres penyesuaian yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga. Thurber dan Walton (2012) menjelaskan bahwa individu yang tinggal jauh dari keluarga lebih rentan mengalami *homesickness* yang berdampak pada kesejahteraan psikologis dan penyesuaian sosial. Studi terkait penyesuaian diri mahasiswa perantau di Indonesia juga menunjukkan bahwa jarak geografis dari keluarga berkorelasi dengan meningkatnya stres akademik dan kesulitan adaptasi sosial pada tahun pertama perkuliahan. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau menghadapi lapisan tuntutan penyesuaian diri yang lebih kompleks dibandingkan mahasiswa nonperantau

Selain mengalami *homesickness*, mahasiswa baru perantau juga rentan mengalami kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Saputri (2012) di Bandung menunjukkan bahwa dari 30 mahasiswa perantau asal Bangka Belitung, sebanyak 18 orang (60%) memiliki tingkat kesepian di atas rata-rata, sedangkan 12 orang (40%) berada pada kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa kesepian merupakan salah satu masalah psikologis yang umum dialami mahasiswa perantau pada masa awal perkuliahan.

Di samping kesepian, mahasiswa baru perantau juga berpotensi mengalami *culture shock*, yaitu kondisi ketika individu merasa bingung, canggung, atau terasing akibat perbedaan budaya dan lingkungan sosial di tempat baru. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Setyanto (2025) di Universitas Tarumanagara menunjukkan bahwa *culture shock* muncul dalam bentuk perbedaan bahasa, gaya komunikasi, pola interaksi sosial, serta kebiasaan hidup sehari-hari. Perbedaan tersebut menyebabkan sebagian mahasiswa merasa terisolasi dan kesulitan membangun hubungan sosial yang harmonis.

Lebih lanjut, penelitian oleh Orah dan Purnawinadi (2025) terhadap mahasiswa tingkat pertama di asrama Universitas Klabat menunjukkan bahwa dari 90 responden, sebanyak 64 mahasiswa (71,12%) mengalami tingkat *homesickness* tinggi, 22 mahasiswa (24,44%) mengalami *homesickness* sangat tinggi, dan hanya 4 mahasiswa (4,44%) yang berada pada kategori rendah. Temuan ini memperkuat bahwa mayoritas mahasiswa perantau mengalami kerinduan terhadap rumah dan keluarga, sehingga membutuhkan dukungan emosional dan sosial yang memadai agar dapat menyesuaikan diri secara optimal di lingkungan kampus.

Berbagai tantangan yang dihadapi mahasiswa baru perantau tersebut menuntut kemampuan penyesuaian diri yang baik agar mereka dapat bertahan dan mencapai tujuan akademik. Chaplin (2014) menyatakan bahwa

penyesuaian diri merupakan variasi dalam kegiatan organisme untuk mengatasi hambatan serta mempertahankan keseimbangan kebutuhan. Dalam proses ini, individu berusaha memecahkan masalah yang muncul ketika kebutuhan tidak dapat dipenuhi dengan cara-cara biasa sehingga perilaku akan berubah hingga ditemukan respons yang dapat memberikan kepuasan. Selanjutnya, Schneiders (1964) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses yang melibatkan respons mental dan perilaku, di mana individu berupaya mengatasi berbagai kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustrasi agar tercapai keseimbangan antara tuntutan internal dan harapan lingkungan.

Sejalan dengan hal tersebut, Islam memberikan landasan spiritual yang memperkuat kemampuan penyesuaian diri melalui penanaman sikap optimisme, kesabaran, dan keyakinan terhadap pertolongan Allah SWT. Al-Qur'an secara eksplisit menegaskan bahwa kesulitan merupakan bagian dari kehidupan manusia yang selalu disertai dengan kemudahan sebagai bentuk kasih sayang dan keadilan Allah SWT. Prinsip ini sebagaimana ditegaskan dalam: Q.S. *Al-Insyirah* (5–6):

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Artinya: Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan Al-Hufaz (2019)

Berdasarkan *Tafsir Al-Misbah* karya Quraish Shihab (Jilid 15), dijelaskan bahwa apabila seseorang menyadari betapa besar anugerah Allah

SWT, maka ia akan memahami bahwa setiap kesulitan selalu disertai dengan kemudahan. Dalam Surah Al-Insyirah ayat 5–6, Allah menegaskan salah satu *sunnatullah* yang bersifat tetap, yaitu bahwa setiap kesulitan pasti disertai atau diikuti oleh kemudahan bagi orang yang bertekad untuk mengatasinya. Hal tersebut dibuktikan melalui pengalaman hidup Nabi Muhammad SAW, yang menghadapi berbagai ujian berat, seperti tantangan, penolakan, hingga boikot dari kaum musyrikin Mekah. Selama beberapa tahun, beliau dan keluarganya tidak diperbolehkan berjual beli, menikah, maupun berinteraksi dengan masyarakat. Namun, setelah melewati masa-masa sulit tersebut, Allah memberikan kelapangan dan jalan keluar yang selama ini didambakan.

Schneiders (1964), menyatakan bahwa penyesuaian diri terdiri atas enam karakteristik, yaitu: (1) kemampuan mengendalikan emosi yang berlebihan, (2) penggunaan mekanisme pertahanan diri yang minimal, (3) tingkat frustrasi pribadi yang rendah, (4) kemampuan berpikir rasional dan mengarahkan diri, (5) kemampuan belajar serta memanfaatkan pengalaman masa lalu, dan (6) sikap yang realistis serta objektif terhadap diri dan lingkungan. Lebih lanjut, Schneiders menjelaskan bahwa proses penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan emosi, budaya dan agama, lingkungan sosial, serta kepribadian individu. Beberapa karakteristik kepribadian tertentu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri, di antaranya adalah konsep diri dan regulasi diri.

Chaplin (2014) mendefinisikan konsep diri sebagai evaluasi individu terhadap dirinya sendiri, yaitu penilaian yang dilakukan seseorang mengenai kemampuan, karakter, dan nilai yang dimilikinya. Sementara itu, Bracken (1992) mengemukakan bahwa konsep diri bersifat multidimensional dan hierarkis, terdiri atas berbagai domain spesifik yang bersifat kontekstual, yang secara bersama-sama membentuk persepsi individu secara menyeluruh atau *global self-concept*.

Selain konsep diri, regulasi diri juga merupakan komponen penting dalam proses penyesuaian diri. Menurut Zimmerman (2000), regulasi diri merupakan upaya individu dalam mengarahkan pikiran, perasaan, dan tindakan guna mencapai tujuan personal yang telah ditetapkan. Regulasi diri memungkinkan seseorang mengatur sebagian besar pola perilakunya secara mandiri tanpa selalu bergantung pada pengawasan eksternal.

Berdasarkan uraian teori tersebut, dapat dipahami bahwa konsep diri dan regulasi diri memiliki peranan penting dalam membantu individu mencapai penyesuaian diri yang optimal. Konsep diri memberikan dasar pemahaman dan penilaian terhadap diri sendiri, sedangkan regulasi diri berperan dalam mengarahkan serta mengendalikan perilaku untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Pada konteks mahasiswa baru perantau, individu yang memiliki konsep diri positif cenderung lebih percaya diri, mampu menerima dirinya, serta memiliki arah tujuan yang jelas. Di sisi lain, regulasi diri memungkinkan

mereka mengontrol emosi, perilaku, dan pengambilan keputusan dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan di perantauan. Dengan demikian, kombinasi antara konsep diri yang positif dan regulasi diri yang baik menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan mahasiswa menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi yang baru.

Sejumlah penelitian terdahulu juga mendukung adanya pengaruh kedua variabel tersebut terhadap penyesuaian diri. Penelitian yang dilakukan oleh Rafika, Sutja, dan Yulianti (2024) berjudul “Pengaruh Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri Siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi” menunjukkan bahwa konsep diri memiliki pengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri siswa dengan nilai pengaruh sebesar 26,9% ($p < 0,05$). Artinya, siswa dengan konsep diri yang lebih baik cenderung menunjukkan penyesuaian diri yang lebih optimal di lingkungan sekolahnya.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Pangesti dan Affandi (2024) dalam studi berjudul “Pengaruh Regulasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo” menunjukkan bahwa regulasi diri memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konsep diri dan regulasi diri merupakan dua faktor utama yang saling melengkapi dalam proses penyesuaian diri mahasiswa baru perantau. Konsep diri membentuk dasar

pemahaman individu tentang dirinya sendiri, sedangkan regulasi diri membantu individu mengarahkan perilaku dan emosi agar selaras dengan tuntutan lingkungan baru. Keduanya secara bersama-sama berkontribusi dalam mendukung tercapainya penyesuaian diri yang optimal pada mahasiswa baru perantau.

Untuk memperkuat hasil kajian teori di atas, penulis melakukan wawancara dengan salah seorang mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang berinisial “SL”. Wawancara ini bertujuan untuk memperoleh gambaran empiris mengenai pengalaman penyesuaian diri mahasiswa baru perantau dalam menghadapi kehidupan di lingkungan kampus dan tempat tinggal baru.

“Yang paling sulit dari menjadi mahasiswa itu kaa tugas ya kaa, banyak disuruh buat makalah, disuruh cari artikel kaa 20. Habis itu teman-temannya ka, mereka ngomongnya pakai bahasa Minang jadi ga ngerti kaa, dan kalau di pesantren dulu kan satu kelas tu perempuan semua isinya, tapi kalau kuliah gabung sama laki-laki, karena ga terbiasa gitu ngomong pun jadi gerogi gitu kaa.” (Wawancara bebas, Kamis 18 September 2025).

Wawancara selanjutnya pada mahasiswa baru perantau yang berinisial “S” berikut hasil wawancaranya:

“Kalau tugas ga terlalu banyak sih ka, lebih banyak di pondok menurutku lagi, karena kalau di sini kan ada bukunya. Kalau di pondok bukunya terbatas. Tapi hal yang paling berat yang aku rasain sekarang itu soal ekonomi ka. Kalau uang udah habis jadi ga tau besoknya harus makan apa. Kalau dulu di pondok ada ga ada uang masih tetap bisa makan, tapi kalau kuliah ni kalau ga ada uang ga tau lah ka harus ngapain.” (Wawancara bebas, Jum’at 19 September 2025).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa baru perantau menghadapi berbagai permasalahan dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan barunya. Permasalahan yang paling menonjol meliputi perbedaan budaya dan bahasa yang menyebabkan keterbatasan dalam berinteraksi sosial, serta tantangan dalam mengelola keuangan secara mandiri agar kebutuhan hidup tetap terpenuhi hingga batas waktu yang telah ditentukan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengelola diri, baik secara emosional maupun perilaku, menjadi aspek yang sangat penting bagi mahasiswa baru perantau dalam menghadapi kehidupan di lingkungan baru.

Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang merupakan salah satu perguruan tinggi keagamaan Islam yang berfungsi sebagai wadah bagi mahasiswa untuk belajar dan mengembangkan diri, baik dalam bidang ilmu umum maupun ilmu agama. Kampus ini juga dikenal sebagai salah satu perguruan tinggi Islam dengan jumlah pendaftar terbanyak melalui Sistem Penerimaan Mahasiswa Baru Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (SPAN-PTKIN) di Indonesia.

Berdasarkan laporan dari Infopublik.id (2025), sistem administrasi SPAN-PTKIN UIN Imam Bonjol Padang menempati peringkat keempat secara nasional dengan jumlah pendaftar terbanyak, yaitu sebanyak 16.383 pendaftar untuk 31 program studi. Mahasiswa yang diterima tidak hanya berasal dari wilayah Sumatera Barat, tetapi juga dari luar provinsi, luar Pulau Sumatera,

bahkan dari luar negeri. Kondisi ini menunjukkan adanya keragaman latar belakang budaya, sosial, dan ekonomi mahasiswa. Keragaman tersebut secara tidak langsung menghadirkan tantangan tersendiri dalam proses penyesuaian diri, khususnya bagi mahasiswa baru yang berasal dari luar daerah (perantau).

Berdasarkan uraian teori, hasil wawancara, serta fenomena empiris yang telah dipaparkan, penulis berasumsi bahwa sebagian mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang masih mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru tempat mereka tinggal dan belajar. Kesulitan tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain perbedaan budaya dan bahasa, kondisi sosial, serta kemampuan individu dalam memahami dan mengatur dirinya sendiri. Oleh karena itu, penulis memandang penting untuk meneliti lebih lanjut mengenai “Pengaruh Konsep Diri dan Regulasi Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Perantau di Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu **“Apakah Terdapat Pengaruh Konsep Diri dan Regulasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Perantau di UIN Imam Bonjol Padang.**

C. Batasan Masalah

Agar pembahasan penelitian lebih terarah, maka penulis membatasi kajian penelitian sebagai berikut:

1. Apa kategorisasi konsep diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang?
2. Apa kategorisasi regulasi diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang?
3. Apa kategorisasi penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang?
4. Apakah terdapat pengaruh konsep diri terhadap penyesuaian diri pada Mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang?
5. Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terhadap penyesuaian diri pada Mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang?
6. Apakah terdapat pengaruh konsep diri dan regulasi diri terhadap penyesuaian diri pada Mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kategorisasi konsep diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang.
2. Untuk mengetahui kategorisasi regulasi diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang.

3. Untuk mengetahui kategorisasi penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang.
4. Untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap penyesuaian diri pada Mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang.
5. Untuk mengetahui pengaruh regulasi diri terhadap penyesuaian diri pada Mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang.
6. Untuk mengetahui pengaruh konsep diri dan regulasi diri terhadap penyesuaian diri pada Mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dilakukannya penelitian sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan bacaan bagi para calon psikolog khususnya sarjana psikologi untuk menambah wawasan mereka terkait pengaruh konsep diri dan regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penulis berharap bahwa penelitian ini bisa bermanfaat sebagai bahan rujukan untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengaruh konsep diri dan regulasi

diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau di UIN Imam Bonjol Padang.

F. Sistematikan Penulisan/Pembahasan

- A. **BAB I** : Pendahuluan, berisi latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, batasan masalah, manfaat penelitian, tujuan penelitian, serta sistematika penulisan.
- B. **BAB II** : Landasan teori, berisi teori-teori yang berkaitan dengan variabel penelitian, hubungan antara variabel, penelitian relevan, kerangka konseptual, dan hipotesis.
- C. **BAB III** : Metodologi penelitian, berisi penjelasan mengenai jenis penelitian, definisi operasional, populasi & sampel, dan instrumen penelitian.
- D. **BAB IV** : hasil penelitian dan pembahasan yang terdiri dari pelaksanaan penelitian, hasil penelitian dan pembahasan.
- E. **BAB V** : Kesimpulan dan Saran.