

**EFEKTIVITAS STRATEGI PENYESUAIAN
MAHASISWA BARU PADA PROSES PEMBELAJARAN DI
PERGURUAN TINGGI.**

(STUDI PADA UPN "VETERAN" JAWA TIMUR)

Oleh :

Mei Retno Adiwaty

Zumrotul Fitriyah

Jl. Raya Rungkut Madya Gunung Anyar Surabaya

Email : zfitriyah.up@gmail.com

ABSTRAK

Dunia pendidikan yang semakin kompetitif, menuntut setiap universitas untuk memiliki keunggulan daya saing, agar dapat bertahan maka setiap universitas harus bisa menyediakan fasilitas yang bisa mendukung kelangsungan proses belajar mengajar, sehingga mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa efektivitas strategi penyesuaian mahasiswa baru pada proses pembelajaran diperguruan tinggi. Penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh dari jawaban responden sebanyak 146 mahasiswa UPN "Veteran" Jawa Timur. Teknik pengumpulan data melalui kuesioner. Pengolahan data yang diperoleh dengan menggunakan PLS (*parsial Least Square*) yang digunakan untuk menguji hipotesis yaitu semakin tepat pemilihan strategi maka semakin baik penyesuaian diri mahasiswa dalam proses pembelajaran diperguruan tinggi. Dari uji kausalitas diketahui bahwa *strategi coping* mempunyai pengaruh positif terhadap penyesuaian diri dan dapat diterima, berdasarkan hasil tersebut, menunjukkan bahwa indikator pada dimensi *emosional focus coping* yang mempunyai faktor loading yang paling besar hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa lebih dominan memilih *emosional focus coping* untuk mengatasi masalah penyesuaian diri mereka.

Kata kunci : Problem Focused Coping, Emotional Focused coping, strategi coping, penyesuaian diri.

ABSTRACT

The more competitive of education world, will make an university to have competitive advantage. In order to survive an university should be able to provide facilities that can support learning process. So that student can adjust to the environment.

The aims of this study was to analyse the effectiveness of adjustment strategies for new student in the learning process. This study used primory data, collected from questionnaire, whith is distributed to 146 students UPN "Veteran" Jawa Timur. Technique analysis used PLS (parsial Least Square) which used to test the hypothesis : the more appropriate adjustment strategy, will make the better students learning process in higher education.

The causality test showed that copying strategies has positive effect on adjustment process (accepted). This result showed indicator of emotional focus copying has the biggest loading factor. It means that students more dominant focused on emotional focus copying to solve their self adjustment.

Kata kunci : copying strategy, Problem Focused Coping, Emotional Focused coping adjustment

PENDAHULUAN

Setiap manusia yang memasuki lingkungan yang baru akan selalu merasakan hal yang baru pula sehingga mereka perlu adanya tahapan untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang baru tersebut. Waktu yang diperlukan untuk menyesuaikan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengalaman, kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru sehingga mereka mampu menyesuaikan diri. Ini juga berlaku pada dunia akademik, seorang mahasiswa yang baru masuk perlu adanya penyesuaian diri dengan lingkungannya agar mereka dapat terbiasa dan dapat membaaur dengan lingkungan yang nantinya dapat mempengaruhi prestasi akademiknya.

Mahasiswa merupakan kelompok cendekiawan, dalam hal akademik diharapkan dengan ilmu yang diperolehnya, mereka dapat mengaplikasikan ke dalam kehidupan bermasyarakat sehingga terjalin hubungan yang positif antara mahasiswa dengan bekal ilmunya yang diperoleh dibangku universitas dengan masyarakat umum.

Norin (2004) dalam Fatchiah Kertamuda dan Haris Herdiansyah (2009) menyatakan bahwa sistem yang diterapkan dalam sekolah di Indonesia baik sekolah dasar sampai dengan sekolah menengah atas masih sangat kaku dan tidak memberikan kebebasan kepada siswa untuk menentukan sendiri hal-hal yang berkaitan dengan studinya sesuai dengan minat dan bakatnya masing-masing. Hal ini dapat disimpulkan bahwa anak-anak usia sekolah dari SD sampai dengan SMU mempunyai tingkat ketergantungan yang sangat tinggi, sehingga mereka tidak bisa mengembangkan diri yang berkaitan dengan studinya sehingga mereka perlu usaha yang cukup untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Perbedaan yang mencolok antara kultur

sekolah dengan perguruan tinggi menuntut individu yang bersangkutan untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik.

Penyataan tersebut juga didukung oleh Alamsyah (2006) dalam Fatchiah Kertamuda dan Haris Herdiansyah (2009), yang menyatakan bahwa budaya dan sistem pada sekolah menengah atas masih seperti budaya sekolah dasar.

Permasalahan yang ada terlihat bahwa tidak mudah bagi seseorang untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru sehingga perlu waktu bagi mereka untuk menyesuaikan diri, dan hal tersebut tergantung dari mahasiswa tersebut.

Masa transisi dari sekolah menengah ke tingkat yang lebih tinggi sangatlah penting untuk diteliti, karena disana mereka akan menghadapi beberapa perubahan dan tantangan baru, diantaranya lingkungan yang baru, pengajar, teman baru, aturan serta perubahan lainnya. Bila dilihat tidak sedikit mahasiswa UPN berasal dari luar pulau, sehingga besar kemungkinan untuk kos atau kontrak rumah. Sementara itu tuntutan yang harus dihadapi mahasiswa bukan hanya dari segi akademiknya saja tetapi kemandirian serta tanggung jawab. Oleh karena itu perubahan-perubahan inilah yang dapat menimbulkan stress pada masa awal perkuliahan. Hal tersebut terbukti dari hasil interview terhadap beberapa mahasiswa, dimana rata-rata mengakui bahwa tuntutan yang berat itulah yang menimbulkan stress pada awal kuliah. Hal juga dapat dibuktikan bahwasannya sebagian mahasiswa terlihat kurang semangat pada awal perkuliahan.

Dasar teori yang digunakan dalam penelitian ini, Menurut Heynigren (dalam Kerr et al,2004) di kutip dari Fatchiah Kertamuda dan Haris Herdiansyah (2009) bahwa keberhasilan dalam beradaptasi pada tahun pertama dapat memprediksikan keberhasilan akademik. Sebaliknya menurut Kenny & Rice (dalam Kalsner & Pistole) di kutip dari Fatchiah Kertamuda dan Haris Herdiansyah (2009), kegagalan dalam hal beradaptasi dengan lingkungan baru dapat menyebabkan gangguan psikologi dan perasaan rendah diri pada individu yang bersangkutan karena adanya perbedaan latar belakang yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut.

Melalui penelitian ini, penulis berkeinginan mengungkap dari beberapa fakta yang berkaitan dengan penggunaan strategi coping yang dipilih dengan tingkat stress pada mahasiswa UPN "Veteran" Jawa Timur, sehingga pada akhirnya dapat diketahui bahwa strategi penyesuaian mana yang lebih efektif dalam menangani masalah stress pada mahasiswa baru.

Berdasarkan uraian diatas maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi mana yang tepat dilakukan mahasiswa dalam menyesuaikan diri di perguruan (UPN "Veteran" Jatim).

KAJIAN TEORI

Strategi coping didefinisikan sebagai suatu proses tertentu yang disertai dengan suatu usaha dalam rangka merubah domain kognitif dan atau perilaku secara konstan untuk mengatur dan mengendalikan tuntutan dan tekanan eksternal maupun internal yang diprediksi akan dapat membebani dan melampaui kemampuan dan ketahanan individu yang bersangkutan (Lazarus dan Folkman dalam Bowman dan Stern, 1995 yang dikutip dari Fatchiah dan Haris, 2009).

Aldwin dan Revenson (1997) Fatchiah dan Haris (2009) dalam, menyatakan bahwa pengertian strategi coping merupakan suatu cara atau metode yang dilakukan oleh tiap individu untuk mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang menyakitkan, serta merupakan ancaman yang bersifat merugikan.

Selanjutnya Taylor (2003) dalam Fatchiah dan Haris (2009), menambahkan mengenai tuntutan eksternal yang dihadapi individu. Taylor berpendapat bahwa pengaturan terhadap tuntutan eksternal dan internal pada individu tersebut meliputi usaha untuk menguasai kondisi yang ada, menerima kondisi yang dihadapi, melemahkan atau memperkecil masalah yang dihadapi.

Teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman dalam Bowman dan Sistrin (1995) dikutip dari Fatchiah dan Haris (2009), secara umum strategi coping dibagi kedalam dua katagori utama yaitu :

1. *Problem-focused coping*

Merupakan salah satu bentuk coping yang lebih berorientasi pada pemecahan masalah (*problem solving*), meliputi usaha-usaha untuk mengatur atau merubah kondisi objektif yang merupakan hambatan dalam penyesuaian diri atau melakukan sesuatu untuk merubah hambatan tersebut. *Problem-focused coping* orientasi utamanya adalah mencari dan menghadapi pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan-keterampilan baru dalam rangka mengurangi stressor yang dihadapi atau dirasakan.

2. *Emotion-focused coping*

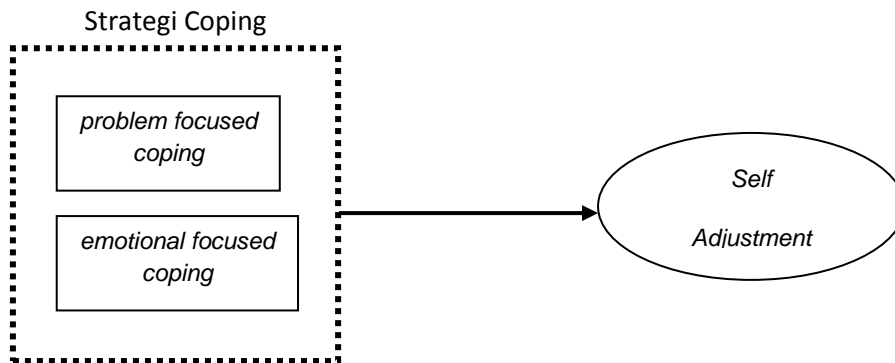
Merupakan usaha-usaha yang mengurangi atau mengatur emosi dengan cara menghindari untuk berhadapan langsung dengan stressor. *Emotional focused coping*, merupakan strategi yang bersifat internal. Dalam *Emotional focused coping*, terdapat kecenderungan untuk lebih memfokuskan diri dan melepaskan emosi yang berfokus pada kekecewaan ataupun distress yang dialami dalam rangka untuk melepaskan emosi atau perasaan tersebut (*focusing on and venting of emotion*).

Faktor-faktor yang menyebabkan adanya permasalahan dalam penyesuaian diri tidak hanya berasal dari dalam diri individu (faktor internal), melainkan dapat pula berasal dari luar individu (faktor eksternal). Agar dapat menyeimbangkan tuntutan dari dalam diri dengan tekanan yang berasal dari luar, maka seseorang perlu memiliki strategi coping (Ajeng Ayu Widiastuti, 2011).

Adapun bentuk strategi coping yang didasarkan pada teman dilapangan dapat dianalisis menggunakan teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Nevid dkk, 2005) dikutip dari Ajeng Ayu Widiastuti (2011), yang terbagi menjadi dua yaitu strategi coping yang berfokus pada emosi dan strategi coping yang berfokus pada masalah.

Penyesuaian diri didefinisikan sebagai interaksi seseorang yang kontinyu dengan dirinya sendiri, dengan orang lain, dan dengan dunianya. Ketiga factor ini secara konstan mempengaruhi seseorang (Calhoun dan Acocella,1995) dalam Fatchiah dan Haris (2009). Selanjutnya Gunarsa dan Gunarsa (dalam Rmaisha,2007) dikutip dari Fatchiah dan Haris (2009), mengemukakan bahwa penyesuaian diri dalam hidup dilakukan supaya terjadi keadaan seimbang dan tiadanya tekanan yang dapat mengganggu suatu dimensi kehidupan. Hurlock (1998) dalam Fatchiah dan Haris (2009), menambahkan bahwa adanya hubungan yang erat antara penyesuaian diri seseorang dengan keberhasilan dan kebahagiaan pada masa depannya menyebabkan setiap individu dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar.

KERANGKA KONSEPTUAL



Gambar 1 : KERANGKA KONSEPTUAL

HIPOTESIS

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah semakin tepat pemilihan strategi maka semakin baik penyesuaian diri mahasiswa dalam proses pembelajaran di perguruan tinggi.

METODE PENELITIAN

Populasi Dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa di UPN “Veteran” Jawa Timur berjumlah 2148 mahasiswa, sebanyak 146 mahasiswa terpilih sebagai sampel. Sampel penelitian dihitung dengan menggunakan formula Slovin (1960) diacu dalam dalam Guilford, J.P and B. Fruchter (1973), di kutip dalam Neti (2006) sebagai berikut :

Rumus Penentuan Sampel :

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

$$= \frac{2148}{1 + (2148) + (0,08)^2} = 146 \text{ mahasiswa}$$

Dimana :

N = Populasi penelitian

n = Sampel penelitian

e = Margin error (0,08)

Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional

Definisi operasional variabel penelitian adalah untuk memberikan petunjuk tentang bagaimana suatu variabel-variabel penelitian diukur.

Tabel I. Variabel-variabel dan indikator dalam penelitian

Variabel	Dimensi	Indikator	Skala
Strategi Coping	<i>problem focused coping</i>	1. <i>Instrumental action</i> (tindakan secara langsung) 2. <i>Cautiousness</i> (kehati-hatian)	Likert
	<i>emotional focused coping</i>	1. <i>Escapism</i> (pelarian diri dari masalah) 2. <i>Minimization</i> (meringankan beban masalah)	
Penyesuaian diri		1. Keadaan Fisik 2. Emosional 3. tingkah laku 4. Ketidakmampuan individu untuk berinteraksi dengan lingkungan	Likert

Skala Pengukuran

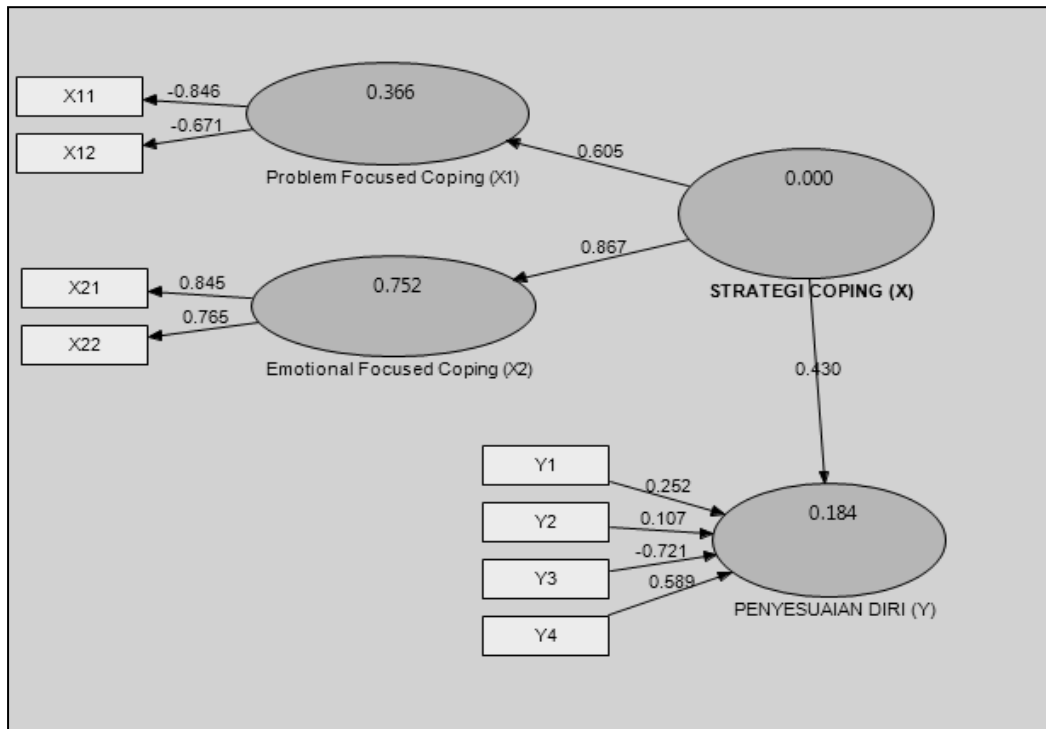
Penelitian ini menggunakan skala pengukuran likert, maka variabel yang ukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai tolak ukur untuk menyusun item-item instrument yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan (Sugiono (2009:86) dalam web <http://digilib.unpas.ac.id/download.php?id=674>).

Teknik Analisis

Teknik Analisis yang dipergunakan adalah PLS (Parsial Least Square) yaitu merupakan metode analisis yang powerful oleh karena tidak didasarkan banyak asumsi. Metode PLS mempunyai keunggulan tersendiri diantaranya : data tidak harus berdistribusi normal multivariate (indikator dengan skala kategori, ordinal, interval sampai rasio dapat digunakan pada model yang sama) dan ukuran sampel tidak harus besar. PLS mempunyai dua model indikator dalam penggambarannya, yaitu model indikator refleksif dan model indikator formatif.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN :

Analisis Model PLS



Model Pengukuran berikutnya adalah nilai *Average Variance Extracted (AVE)* , yaitu nilai menunjukkan besarnya varian indikator yang dikandung oleh variabel latennya. Konvergen Nilai AVE lebih besar 0,5 juga menunjukkan kecukupan validitas yang baik bagi variabel laten. Pada variabel indikator reflektif dapat dilihat dari nilai *Average variance extracted (AVE)* untuk setiap konstruk(variabel). Dipersyaratkan model yang baik apabila nilai AVE masing-masing konstruk lebih besar dari 0,5.

Tabel 2. *Average Variance Extracted (AVE)* atau Validitas Variabel

	AVE
PENYESUAIAN DIRI (Y)	
STRATEGI COPING (X)	0.550421

Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai AVE untuk konstruk (variabel) Strategy Coping memiliki nilai lebih besar dari 0,5, sehingga valid. Untuk variabel dengan indikator Formatif yaitu Penyesuaian Diri tidak memerlukan ukuran validitas (maka tidak terdapat nilai AVE).

Uji Reliabilitas

Reliabilitas konstruk yang diukur dengan nilai *composite reliability*, konstruk reliabel jika nilai *composite reliability* di atas 0,70 maka indikator disebut konsisten dalam mengukur variabel latennya.

Tabel 3. Composite Reliability

	Composite Reliability
PENYESUAIAN DIRI (Y)	
STRATEGI COPING (X)	0.781274

Hasil pengujian menunjukkan bahwa konstruk (variabel) Strategi Coping memiliki nilai *composite reliability* lebih besar dari 0,7. Sehingga reliabel. Untuk variabel dengan indikator Formatif yaitu Penyesuaian Diri tidak memerlukan ukuran reliabilitas (maka tidak terdapat nilai *composite reliability*).

Inner Model (Pengujian Model Struktural)

Pengujian terhadap model struktural dilakukan dengan melihat nilai R-Square yang merupakan uji *goodness-fit model*. Pengujian inner model dapat dilihat dari nilai R-square pada persamaan antar variabel latent. Nilai R^2 menjelaskan seberapa besar variabel eksogen (independen/bebas) pada model mampu menerangkan variabel endogen (dependen/terikat).

Tabel 4. R-square

	R Square
PENYESUAIAN DIRI (Y)	0.184478

Nilai $R^2 = 0,1845$. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa model mampu menjelaskan masalah penyesuaian diri sebesar 18,45 %. Sedangkan sisanya (81,55 %) dijelaskan oleh variabel lain (selain Strategi Coping) yang belum masuk ke dalam model dan *error*. Artinya Penyesuaian Diri dipengaruhi oleh Strategi Coping sebesar 18,45% sedang sebesar 81,55% dipengaruhi oleh variabel selain Strategi Coping.

FIRST ORDER (Model Pengukuran Variabel dengan Dimensi)

Tabel 2. Path Coefficients

	Koefisien Path (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	Standard Error (STERR)	T Statistics ((O/STERR))
STRATEGI COPING (X) -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	0.429509	0.457837	0.092954	0.092954	4.620647

Berdasarkan pada tabel outer loading di atas, maka pada model hubungan variabel dengan dimensi adalah reflektif , menunjukkan seluruh dimensi yaitu **Focused Coping (X1) dan Emotional Focused Coping (X2)** tersebut memiliki *factor loading* lebih besar dari 0,50 dan atau signifikan (Nilai T-Statistic lebih besar dari nilai $Z \alpha = 0,10$ (10%) = 1,645), sehingga kedua dimensi tersebut adalah menjadi pengukur/pembentuk variabel Strategi Coping. Secara keseluruhan hasil estimasi telah memenuhi *Convergen vailidity* dan validitas baik

SECOND ORDER (Pengkuran dimensi dengan indikator)

Tabel 3. Second Order (Model Pengukuran Dimensi dengan Indikator)

	Factor Loading (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	Standard Error (STERR)	T Statistics ((O/STERR))
X11 <- Problem Focused Coping (X1)	- 0.845861	- 0.086674	0.822076	0.822076	1.028932
X12 <- Problem Focused Coping (X1)	- 0.671267	0.078682	0.670759	0.670759	1.000757
X21 <- Emotional Focused Coping (X2)	0.844744	0.750111	0.394586	0.394586	2.140837
X22 <- Emotional Focused Coping (X2)	0.765303	0.699489	0.289119	0.289119	2.647022
X22 <- STRATEGI COPING (X)	0.631393	0.577683	0.269630	0.269630	2.341698
Y1 -> PENYESUAIAN	0.243036	0.267604	0.234849	0.234849	1.034862

DIRI (Y)					
Y2 -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	0.016005	0.022863	0.211437	0.211437	0.075699
Y3 -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	- 0.736666	- 0.536245	0.427958	0.427958	1.721349
Y4 -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	0.688929	0.569006	0.346198	0.346198	1.98998

Berdasarkan pada tabel outer loading di atas, maka pada dimensi dari variabel Strategi Coping , menunjukkan hanya indikator **X21 dan X22 pada dimensi Emotional Focused Coping** tersebut memiliki *factor loading* (original sample estimate) lebih besar dari 0,50 dan atau signifikan (Nilai T-Statistic lebih besar dari nilai $Z \alpha = 0,10$ (10%) = 1,645), sehingga indikator **X21 dan X22** tersebut adalah menjadi pengukur/indikator dimensi **Emotional Focused Coping**. Sedang indikator **X11 dan X12** pada dimensi **Problem Focused Coping seluruhnya** memiliki *factor loading* (original sample estimate) lebih kecil dari 0,50 dan atau Non signifikan (Nilai T-Statistic lebih besar dari nilai $Z \alpha = 0,10$ (10%) = 1,645), sehingga indikator **X11 dan X12** tersebut adalah kurang menjadi pengukur/indikator dimensi **Problem Focused Coping** . Secara keseluruhan hasil estimasi telah memenuhi *Convergen vailidity* dan validitas baik.

OUTER WEIGHT

Variabel dengan indikator formatif tidak dapat dianalisis dengan melihat *convergen validity dan composite reliability*. Oleh karena variabel dengan indikator formatif yaitu Penyesuaian Diri pada dasarnya merupakan hubungan regresi indikator ke variabel , maka cara menilainya adalah dengan melihat nilai koefisien regresi dan signifikansi dari koefisien regresi tersebut. Jadi dilihat nilai outer weight masing-masing indikator dan nilai signifikansinya.

Tabel 4. Outer Weight

	Factor Loading (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	Standard Error (STERR)	T Statistics (O/STERR)
X11 <- Problem Focused Coping (X1)	- 0.752486	- 0.101601	0.741516	0.741516	1.014793
X12 <- Problem Focused Coping (X1)	- 0.541516	0.083175	0.566700	0.566700	0.955561
X21 <- Emotional Focused Coping (X2)	0.675201	0.589266	0.348856	0.348856	1.935474
X22 <- Emotional Focused Coping (X2)	0.561382	0.514989	0.218522	0.218522	2.568992
Y1 -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	0.252491	0.275220	0.224043	0.224043	1.126977
Y2 -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	0.107078	0.059287	0.212787	0.212787	0.503216
Y3 -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	- 0.720657	- 0.516709	0.426892	0.426892	1.688147
Y4 -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	0.589376	0.494076	0.322365	0.322365	1.828290

Hasil pengujian pada tabel outer weight menunjukkan bahwa indikator **Y3 dan Y4** pada variabel Penyesuaian Diri adalah signifikan karena nilai T-Statistiknya lebih besar dari 1,645 (pada $Z \alpha = 0,10$). Jadi dapat disimpulkan bahwa indikator **Y3 dan Y4** tersebut adalah indikator yang dominan sebagai pengukur/indikator variabel Penyesuaian Diri.

Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian Diri

Tabel 5. Path Coefficients

	Koefisien Path (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	Standard Error (STERR)	T Statistics (O/STERR)
STRATEGI COPING (X) -> PENYESUAIAN DIRI (Y)	0.429509	0.45783 7	0.092954	0.092954	4.620647

Berdasarkan hasil data diatas, menunjukkan bahwa strategi coping mempunyai pengaruh positif dan dapat diterima terhadap penyesuaian diri. Dimana nilai T-Statistic = 4,6206 lebih besar dari nilai $z \alpha = 0,10$ (10%) = 1,645 (signifikan positif)

Pembahasan

Berdasarkan pada tabel outer loading diatas, maka pada model hubungan variabel dengan dimensi pada bentuk reflektif, menunjukkan bahwa seluruh dimensi Focused coping (x_1) dan emotional focused coping (x_2) tersebut memiliki faktor loading lebih besar dari 0,50 dan atau signifikan, sehingga kedua dimensi tersebut adalah menjadi pembentuk atau pengukur variabel strategi coping. Dan secara keseluruhan hasil estimasi telah memenuhi convergen validity dan validitas baik.

Hal ini sesuai dengan Teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman dalam Bowman dan Sistern (1995) dikutip dari Fatchiah dan Haris (2009), secara umum strategi coping dibagi kedalam dua katagori utama yaitu :

1. *Problem-focused coping*

Merupakan salah satu bentuk coping yang lebih berorientasi pada pemecahan masalah (*problem solving*), meliputi usaha-usaha untuk mengatur atau merubah kondisi objektif yang merupakan hambatan dalam penyesuaian diri atau melakukan sesuatu untuk merubah hambatan tersebut. *Problem-focused coping* orientasi utamanya adalah mencari dan menghadapi pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan-keterampilan baru dalam rangka mengurangi stressor yang dihadapi atau dirasakan.

2. *Emotion-focused coping*

Merupakan usaha-usaha yang mengurangi atau mengatur emosi dengan cara menghindari untuk berhadapan langsung dengan stressor. *Emotional focused coping*, merupakan strategi yang bersifat internal. Dalam *Emotional focused coping*, terdapat kecenderungan untuk lebih memfokuskan diri dan melepaskan emosi yang berfokus pada kekecewaan ataupun distress yang dialami dalam rangka untuk melepaskan emosi atau perasaan tersebut (*focusing on and venting of emotion*).

Berdasarkan pada tabel outer loading diatas, maka pada dimensi dari variabel strategi coping, menunjukkan hanya indikator x_{21} (*Escapism*) dan x_{22} (*Minimization*) pada dimensi emotional focused coping tersebut memiliki faktor loading lebih besar dari 0,50 dan atau signifikan (nilai T-statistic lebih besar dari nilai $Z \alpha = 0,10$ (10%) = 1,645), sehingga indikator x_{21} dan x_{22} tersebut adalah menjadi pengukur atau indikator dimensi emotional focused coping. Sedangkan indikator x_{11} (*instrumental action*) dan x_{12} (*cautiousness*). Pada dimensi problem focused coping seluruhnya memiliki faktor loading lebih kecil dari 0,50 dan atau non signifikan signifikan (nilai T-statistic lebih besar dari nilai $Z \alpha = 0,10$ (10%) = 1,645), sehingga indikator x_{11} dan x_{12} tersebut urang menjadi pengukur atau indikator dimensi problem focused coping.

Dari hasil diatas maka dapat disimpulkan bahwa strategi coping yang berorientasi emotional focused coping lebih dominan dipilih dan digunakan mahasiswa dibandingkan strategi coping yang berorientasi pada problem focused coping. Setiap orang masuk pada lingkungan baru akan selalu merasakan hal yang baru pula sehingga perlu adanya

penyesuaian diri, sama halnya dengan mahasiswa baru, mereka akan mengalami banyak hambatan dalam hal menyesuaikan diri dan telah berhasil beradaptasi dengan lingkungan. Hal tersebut dibuktikan dengan kemampuan mereka dalam beradaptasi yang memungkinkan mereka untuk dapat menyesuaikan diri terhadap ketidaknyamanan dan ketidaksesuaian Fatchiah dan Haris (2009).

Mahasiswa, sebagai siswa yang memiliki status pendidikan yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang lain, memiliki tugas kehidupan yang banyak dan beragam dibandingkan ketika mereka masih berada dibangku sekolah. Mereka juga dituntut untuk aktif, baik aktif diorganisasi, maupun kegiatan-kegiatan lain yang mendukung tugas-tugas akademis dan tugas kehidupan mereka sebagai seorang mahasiswa (Siti, Sukami (2006).

Banyaknya dan beragamnya tugas-tugas kehidupan yang dimiliki seorang mahasiswa yang dirasa sulit akan menimbulkan masalah (Siti, Sukami (2006). Masalah-masalah yang dihadapi mahasiswa tersebut dapat berbentuk masalah akademik dan masalah non akademik. Masalah akademik berkaitan dengan perencanaan studi, cara belajar, dan pengenalan peraturan. Sedangkan masalah non akademik berkaitan dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan kampus, kesukaran di dalam mencari teman atau kesukaran didalam pergaulan, pengembangan diri dan masalah pribadi yang antara lain menyangkut masalah pergaulan, konflik dengan teman, keluarga dan pacar (<http://www.urindo.ac.id>, 08/12/05; <http://www.stibanas.ac.id>, 08/12/05 dalam Siti, Sukami, 2006).

Menurut Folkman dan Lazarus, dalam Siti, Sukami (2006), mengemukakan bahwa mahasiswa yang memiliki kecenderungan menggunakan strategi emotional focused coping secara terus menerus dalam menghadapi suatu masalah yang menimbulkan stress tidak menghadapi masalah tersebut secara langsung, tetapi melakukan hal-hal yang dapat membuat afeksi mereka nyaman, seperti mengatur perasaan mereka, berbicara pada orang lain mengenai masalahnya agar mendapatkan support dan kenyamanan emosional dari orang tersebut, mencari makna positif dari masalah yang sedang dihadapi, dan melakukan penghindaran terhadap masalah, baik dengan kognisi maupun perilakunya (Diponogoro & Thalib, 2001, Sarafino, 1998; Taylor, 1995, dalam Siti, Sukarti, 2006).

Selain itu ketika mereka dihadapkan pada tugas-tugas akademik yang menjadi masalah utama mereka sebagai seorang mahasiswa, maka mereka juga tidak langsung menghadapi atau mengerjakan tugas tersebut, mereka akan menunda pengerjaannya dan akan melakukan penghindaran terhadap tugas-tugas akademik tersebut (Sudarjo dkk. (Bukit, 2000); Suardiman, 1981; Burka & Yuen, 1983; Ferrari dkk, 1995, dalam Siti, Sukarti, 2006).

SIMPULAN

Dari pembahasan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa strategi coping yang lebih dominan dipilih oleh mahasiswa dalam menyesuaikan diri dilingkungan baru yaitu faktor emotional focused coping.

DAFTAR PUSTAKA :

- Ajeng Ayu Widiastuti (2011), Permasalahan Penyesuaian Diri Dan Strategi Coping (Kasus Tiga Remaja Bermasalah Di Balai Rehabilitasi Sosial), http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian_detail&sub=PenelitianDetail&act=view&typ=html&buku_id=52473&obyek_id=4
- Avin Fadilla Helmi (1999), Beberapa Teori Psikologi Lingkungan. Buletin Psikologi Tahun VII, No. 2 Desember 1999, ISSN : 0854-7108.
- Devrina Rinanti S, Strategi Coping Menghadapi Stress Pada Mahasiswa Kelas Karyawan, Tugas Filsafat Ilmu dan Logika, Universitas Era Unggul.
- Dika Chrisyanti, Dewi Mustami'ah, Wiwik Sulistiani (2010), Hubungan Antara Penyesuaian diri Terhadap Tuntutan Akademik Dengan Kecenderungan Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya, *Insan* Vol.12 No.03, Desember 2010.
- Eukaristia, sabtu 23 Juni 2012, Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian diri Mahasiswa Baru, <http://animenekoi.blogspot.com/2012/06/pengaruh-strategi-coping-terhadap.html>
- Fara Sofah Intani dan Endang R. Syjaningrum (2010), Coping Strategy Pada Mahasiswa Salah Jurusan. *Insan* Vol. 12. No.02, Agustus 2010.
- Fatchiah Kertamuda dan Haris Herdiansyah (2009), Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian diri Mahasiswa Baru. *Jurnal Universitas Paramadina* Vol.6. No.1 April 2009 : 11-23.
- Linda Suyanti (2012), Psikologi STS, <http://lindasusyanti.blog.esaunggul.ac.id/>,
- Muhammad Asep Muharam, Rina Mulyati (2008), Hubungan Antara Kompetensi Interpersonal Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Yang Orang Tuanya Mengalami Mutasi Kedinasan, Naskah Publikasi
- Neti, Hernawati (2006), Tingkat Stres Dan Strategi Koping Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama Tahun Akademik 2005 / 2006, *J.II. Pert.Indo*. Vol. 11(2). 2006.
- Rasman Sastra Wijaya (2011), Perbandingan Penyesuaian Diri Mahasiswa Yang Berkepribadian ekstrovert dan introvert Pada Program Studi Pendidikan Sekolah Dasar Universitas Haluoleo Kendari, <http://rasmansastrawijaya.blogspot.com/2011/07/perbandingan-penyediaan-diri-mahasiswa.html>
- Rhina Meitica Pidiana, Mochamad Nursalim, Penerapan Strategi Modeling Partisipan untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri terhadap Teman Sebaya, http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/bank/jurnal/8_Artikel_Rhina_dan_Nursalim.pdf.
- Siti Hawa, Sukarti, Hubungan antara emotion Focused Coping dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa, Naskah Publikasi, 2006.

Sunahwa, Hadi Warsito, Penggunaan *self-management* untuk meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan pesantren, http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/bank/jurnal/12_Artikel_Sunahwa_dan_Hadi_Warsit.pdf.

Skla pengukuran Likert, <http://digilib.unpas.ac.id/download.php?id=674>.

Turheni Komar (2011), Pengembangan Program Strategi Coping Stress Konselor (Studi deskriptif terhadap konselor di SMP negeri kota Bekasi tahun ajaran 2010/2011), ISSN 1412-565X. Edisi khusus no. 1 Agustus 2011.