

## HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA TINGKAT PERTAMA (STUDI PANDEMI COVID-19)

Nawangwulan Intan Widyaswari<sup>1</sup> & Pamela Hendra Heng<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta

Email: [nawangwulan.705180288@stu.untar.ac.id](mailto:nawangwulan.705180288@stu.untar.ac.id)

<sup>2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

Email: [pamelah@fpsi.untar.ac.id](mailto:pamelah@fpsi.untar.ac.id)

Masuk : 31-05-2022, revisi: 15-11-2022, diterima untuk diterbitkan : 15-11-2022

### ABSTRACT

*Adjustment is something that needs to be done when an individual is meeting new situations, circumstances, and things. This is also done by first-year students in entering higher education from their previous education level. This study aims to determine whether there is a relationship between social support and adjustment at the first level during lecture activities that are carried out boldly during the COVID-19 pandemic. The existence of assistance or social support provided by the people closest to them can make students better able to resolve conflicts, lighten the burden, and get help in various forms. This includes helping students to better mingle with the new environment, as well as tackling problems that arise when students start entering the world of lectures. This study involved 104 first-year student participants aged 18-22 years and taking online learning, and were measured using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) measuring instruments. Based on the results of the research conducted, it is known that  $r(104) = 0.264$  and  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ). This makes the research hypothesis accepted, in other words it can be concluded that there is a significant correlation relationship with a positive direction between social support and adjustment of first-year students, which the higher the social support obtained, the higher the student's adjustment.*

**Keywords:** Social support, adjustment, distance learning, online lectures, first year students

### ABSTRAK

Penyesuaian diri merupakan hal yang perlu dilakukan ketika seorang individu sedang bertemu dengan situasi, keadaan, dan hal baru. Hal ini juga dilakukan oleh mahasiswa tingkat pertama dalam memasuki perguruan tinggi dari tingkat pendidikan sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa tingkat pertama selama melakukan kegiatan perkuliahan yang dilaksanakan secara daring selama pandemi COVID-19. Adanya bantuan atau dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang terdekat dapat membuat mahasiswa lebih mampu menyelesaikan konflik, meringankan beban, dan mendapatkan pertolongan dalam berbagai bentuk. Hal itu termasuk dalam membantu mahasiswa untuk lebih berbaaur dengan lingkungan baru, serta menanggulangi masalah yang timbul ketika mahasiswa mulai masuk ke dalam dunia perkuliahan. Penelitian ini melibatkan 104 orang partisipan mahasiswa tingkat pertama yang berusia 18-22 tahun dan mengikuti pembelajaran daring, dan diukur menggunakan alat ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) serta *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa  $r(104) = 0.264$  dan  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ). Hal ini membuat hipotesis penelitian diterima, dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif yang memiliki arti bahwa semakin tinggi dukungan sosial seorang mahasiswa, maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian dirinya.

**Kata kunci:** Dukungan sosial, penyesuaian diri, pembelajaran jarak jauh, perkuliahan daring, mahasiswa tingkat pertama.

## 1. PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu usaha yang dibangun guna membentuk dan menyiapkan jiwa peserta didik secara lahir atau batin demi menciptakan masa depan yang lebih baik (Sujana, 2019). Pendidikan juga berperan penting, seperti yang dinyatakan oleh Julaeha (2019) bahwa pendidikan adalah tiang kemajuan bangsa, demi mencapai prestasi serta budi pekerti yang gemilang di waktu yang mendatang. Dengan kata lain, untuk dapat menuju bangsa yang lebih maju, diperlukan

penyelenggaraan pendidikan yang baik. Salah satu hal yang menjadi tolok ukur keberhasilan penyelenggaraan pendidikan adalah performa peserta didiknya karena akan memberikan dampak langsung ketika keluar atau lulus dari institusi atau sekolah yang dijadikan tempat untuk menggali ilmu (Kuh et al., 2006).

Dalam memulai perkuliahan, seorang mahasiswa perlu mengenali seluk beluk mengenai lingkungan perguruan tingginya dan melibatkan diri secara fisik maupun psikososial untuk mendukung terciptanya dampak yang baik selama perkuliahan (Yang et al., 2020; Abdullah et al., 2014). Proses tersebut disebut sebagai proses penyesuaian diri, yang merupakan proses bagi seorang individu untuk dapat memenuhi kebutuhan, menyelesaikan konflik serta masalah baru dengan beberapa cara (Suharsono & Anwar, 2020). Penyesuaian diri penting untuk dilakukan oleh mahasiswa untuk terbiasa dengan berbagai tuntutan, dan lingkungannya agar dapat menjalankan perkuliahannya dengan baik. Penyesuaian diri pada perkuliahan juga didefinisikan oleh Baker et al. (1985) sebagai bentuk integrasi seseorang pada lingkungan sosial, pembentukan sistem dukungan, dan tuntutan sosial yang ada di perkuliahan.

Clark et al. (2018) menyatakan bahwa terdapat hal-hal yang menjadi faktor penyesuaian diri mahasiswa, antara lain; (a) *institutional engagement*, yaitu bagaimana komitmen pihak perguruan tinggi dalam membantu mahasiswa dalam proses perkuliahan; (b) *social and personal-emotional adjustment*, yaitu cara mahasiswa untuk menyatu dengan lingkungan barunya secara psikis dan emosional; serta faktor (c) *noncognitive academic* yang meliputi bagaimana mahasiswa dapat menumbuhkan kemampuan akademis maupun personal dalam perkuliahan. Proses penyesuaian tersebut biasa dilakukan oleh mahasiswa yang baru bergabung ke perguruan tinggi lewat interaksi langsung dengan orang yang berada di lingkungan perguruan tinggi.

Namun, sejak terjadinya pandemi *Coronavirus Disease 19* (COVID-19) pada akhir tahun 2019, terdapat pemberlakuan yang mengharuskan semua orang untuk berada di rumah dan mengurangi interaksi sosial secara langsung. Hal ini berpengaruh kepada sistem perkuliahan yang disesuaikan dengan situasi pandemi COVID-19 dimana sistem pembelajaran yang semula dilaksanakan secara tatap muka, harus mengalami penyesuaian dengan menerapkan sistem pembelajaran jarak jauh atau dalam jaringan (daring). Hal ini menyebabkan proses penyesuaian diri mahasiswa yang baru bergabung di perguruan tinggi menjadi terhambat, mengingat interaksi yang seharusnya membantu mereka untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan menjadi sangat terbatas. Lingkungan sosial menjadi hal penting dalam penyesuaian diri mahasiswa di perkuliahan, sebab dapat menjadi sumber pembentukan sistem dukungan bagi seorang individu (Widihapsari & Susilawati, 2018).

Dukungan sosial dibutuhkan oleh seorang individu untuk dapat mencegah rasa kesepian, perasaan terisolasi, dan pengabaian emosional, serta dapat berfungsi untuk membangun kesejahteraan (*well-being*) seseorang (Pearson, 1986). Dukungan sosial yang didapatkan mahasiswa dari keluarga, teman, dan orang-orang terdekat juga mampu membantu mahasiswa dalam membentuk strategi *coping* yang baik, sehingga hal tersebut juga mampu meningkatkan *psychological well-being* mahasiswa (Langford et al., 2008). Di dalam melakukan penyesuaian diri, mahasiswa yang didukung oleh sekitarnya berupa dukungan emosional, yang meliputi perasaan diterima; dukungan instrumental, yang dapat berupa barang fisik yang konkret; dukungan informasi, yang meliputi pemberian masukan, ilmu, berita dalam mengatasi masalah; dan dukungan afirmasi berupa pernyataan berarti yang diberikan seseorang.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lau et al. (2018) mengenai hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa tingkat pertama di Hong Kong dengan *self-esteem* sebagai mediator, dukungan sosial yang didapatkan mahasiswa tingkat pertama menjadi dorongan untuk penyesuaian diri di perkuliahan dan berkorelasi negatif. Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rasyid dan Chusairi (2021) mengenai hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada mahasiswa Universitas Airlangga yang menunjukkan korelasi positif, di mana semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang didapatkan mahasiswa. Dari dua hasil penelitian tersebut, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa tingkat pertama pada masa pandemi COVID-19 secara langsung, sebab pada penelitian sebelumnya belum pernah dilakukan kepada mahasiswa tingkat pertama yang berkuliah di Jakarta.

### **Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa tingkat pertama?

## **2. METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *non-experimental* korelatif dengan teknik *non-probability purposive sampling*.

### **Instumen Penelitian**

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial yang diciptakan oleh Zimet et al. (1988) yang telah diadaptasi menjadi versi bahasa Indonesia dan disesuaikan dengan kondisi pandemi COVID-19. Alat ukur ini mencakup 12 butir soal dan ditinjau dari tiga dimensi yang terbagi atas (a) keluarga; (b) teman; (c) orang yang berharga, serta terdiri dari 9 butir positif dan 3 butir negatif. Alat ukur ini menggunakan skala *Likert* 1 sampai 7 dengan *Alpha Cronbach* sebesar 0,878.

Untuk mengukur penyesuaian diri mahasiswa, digunakan alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) yang diciptakan oleh Baker dan Siryk (1984) yang telah diadaptasi menjadi versi bahasa Indonesia dan disesuaikan dengan kondisi pandemi COVID-19.

Alat ukur ini terdiri dari 67 butir soal yang mencakup 4 dimensi, antara lain; *social adjustment*, *academic adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *goal commitment-institutional attachment*, serta terdiri dari 36 butir positif dan 31 butir negatif. Pengukuran diukur melalui respon terhadap skala *Likert* 1 sampai 5. Pada penelitian ini, terdapat 11 butir yang tidak diikutsertakan dalam pengolahan data lebih lanjut sebab butir tersebut tidak mencapai nilai reliabilitas 0.200 sehingga hal ini berpengaruh kepada nilai *Alpha Cronbach*. Semula, pada dimensi *social adjustment* didapatkan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,838 yang kemudian menjadi sebesar 0.844 setelah tidak mengikutsertakan 3 butir pada dimensi ini. Pada dimensi *academic adjustment* didapatkan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,861 yang kemudian menjadi sebesar 0.838 setelah tidak mengikutsertakan 3 butir pada dimensi ini. Selanjutnya, pada dimensi *personal-emotional adjustment* didapatkan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,801 yang kemudian menjadi sebesar 0.884 setelah tidak mengikutsertakan 3 butir pada dimensi ini. Terakhir, pada dimensi *goal commitment-institutional attachment* didapatkan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,702 yang kemudian menjadi sebesar 0.766 setelah tidak mengikutsertakan 2 butir pada dimensi ini. Dengan demikian, didapatkan skor *Alpha Cronbach* akhir sebesar 0,923 pada alat ukur ini. Selengkapnya, data disajikan pada tabel 1.

**Tabel 1**

*Hasil Uji Reliabilitas Sebelum dan Sesudah Penghapusan Butir*

<b>Dimensi</b>	<b>Alpha Cronbach Awal</b>	<b>Alpha Cronbach Akhir</b>
<i>Social adjustment</i>	0.838	0.844
<i>Academic adjustment</i>	0.861	0.838
<i>Personal-emotional adjustment</i>	0.801	0.884
<i>Goal commitment-institutional attachment</i>	0.702	0.766

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Data Demografi Partisipan

Penelitian ini dilakukan pada 104 partisipan dengan kriteria (a) mahasiswa tingkat pertama; (b) memiliki rentang usia 18-22 tahun; (c) sedang menjalani perkuliahan daring yang berlokasi di universitas yang berada di Jakarta. Penelitian ini tidak membatasi fakultas partisipan. Secara umum, gambaran partisipan penelitian ini dapat dilihat dari data demografi yang terdiri dari jenis kelamin, usia, dan fakultas partisipan. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan, terdapat gambaran partisipan berdasarkan jenis kelamin yang terdiri dari 16 orang laki-laki dan 88 orang perempuan, seperti pada tabel 2.

**Tabel 2**

*Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin*

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Laki-laki	16	15.4
Perempuan	88	84.6
Total	104	100

Penelitian ini juga melibatkan partisipan dengan rentang usia partisipan yang terdiri dari usia 18 tahun sejumlah 48 orang, 19 tahun sebanyak 41 orang, 20 tahun sebanyak 10 orang, 21 tahun sebanyak 4 orang, dan 22 tahun sejumlah 1 orang. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 3**

*Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia*

<b>Usia (Tahun)</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
18	48	48.2
19	41	39.4
20	10	9.6
21	4	3.8
22	1	1.0

Selain itu, didapatkan juga informasi mengenai fakultas partisipan yang terdiri dari Fakultas Psikologi sebanyak 97 orang, Fakultas Teknologi Informasi sejumlah 1 orang, Fakultas Ilmu Komunikasi sejumlah 3 orang, dan Fakultas Teknik sejumlah 3 orang. Data dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4**

*Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Fakultas*

<b>Fakultas</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Psikologi	97	93.3
Teknologi Informasi	1	1.0
Ilmu Komunikasi	3	2.9
Teknik	3	2.9
Total	104	100

Kemudian, dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji normalitas *One-Sample Kolmogorov Smirnov* yang menunjukkan hasil perhitungan nilai  $p = 0.087 > 0.05$  pada variabel dukungan sosial sehingga distribusi skor dinyatakan normal. Sedangkan pada variabel penyesuaian diri, ditemukan skor  $p = 0.049 < 0.05$  yang dapat diartikan bahwa data tidak terdistribusi dengan normal sebagai yang disajikan pada tabel 5.

**Tabel 5.**

*Hasil Uji Normalitas*

<b>Variabel</b>	<b>Sig. (p)</b>
Dukungan sosial	0.087
Penyesuaian diri	0.049

Berdasarkan hal tersebut, ditarik kesimpulan bahwa data tidak terdistribusi secara normal, maka data diolah menggunakan uji korelasi menggunakan *Spearman Correlation* dan didapatkan hasil uji yang signifikan dengan arah positif. Dalam arti, terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan sosial dan penyesuaian diri, dan semakin tinggi dukungan sosial mahasiswa maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian dirinya, dan sebaliknya. Hasil uji disajikan pada tabel 6.

**Tabel 6.**

*Hasil Uji Korelasi*

<b>Variabel</b>	<b>r</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
Dukungan sosial dan penyesuaian diri	0.264	0.007	Terdapat hubungan yang signifikan

Setelah dilakukan uji korelasi variabel dukungan sosial terhadap dimensi penyesuaian diri, diketahui bahwa dukungan sosial berhubungan dengan dimensi dari penyesuaian diri yaitu *social adjustment* dan *academic adjustment*, seperti yang terdapat pada tabel 7.

**Tabel 7**

*Uji Korelasi antara Dukungan Sosial dengan Dimensi Penyesuaian Diri*

<b>Dimensi</b>	<b>Koefisiensi (r)</b>	<b>Sig (p)</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Social adjustment</i>	0.495	0.000	Terdapat hubungan
<i>Academic adjustment</i>	0.239	0.014	Terdapat hubungan
<i>Personal-emotional adjustment</i>	0.050	0.614	Tidak terdapat hubungan
<i>Goal commitment-Institutional attachment</i>	0.119	0.230	Tidak terdapat hubungan

Pada uji korelasi yang dilakukan pada variabel penyesuaian diri terhadap dimensi yang dimiliki oleh variabel dukungan sosial menunjukkan hasil bahwa ketiga dimensi dukungan sosial memiliki korelasi dengan penyesuaian diri dan dapat dilihat selengkapnya pada tabel 8.

**Tabel 8**

*Uji Korelasi antara Penyesuaian Diri dengan Dimensi Dukungan Sosial*

<b>Dimensi</b>	<b>Koefisiensi (r)</b>	<b>Sig (p)</b>	<b>Keterangan</b>
Orang yang berarti	0.237	0.016	Terdapat hubungan
Keluarga	0.221	0.024	Terdapat hubungan
Teman	0.249	0.011	Terdapat hubungan

Perhitungan uji beda yang dilakukan pada variabel dukungan sosial terhadap jenis kelamin partisipan menggunakan uji beda *Mann-Whitney U Test* dan menunjukkan hasil signifikansi sebesar  $0.857 > 0.05$  yang kemudian disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara dukungan sosial dengan jenis kelamin partisipan. Selanjutnya, pada kelompok usia dan fakultas partisipan yang menggunakan uji beda *Kruskal-Wallis Test*. Uji beda antar kelompok usia partisipan menunjukkan hasil signifikansi sebesar  $0.864 > 0.05$  yang juga disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara dukungan sosial dengan usia partisipan. Terakhir, pada kelompok fakultas partisipan yang menunjukkan hasil signifikansi sebesar  $0.757 > 0.05$  yang dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara dukungan sosial dengan fakultas partisipan. Hasil uji beda dukungan sosial berdasarkan kelompok partisipan digambarkan pada tabel 9.

**Tabel 9**

*Hasil Uji Beda Dukungan Sosial Berdasarkan Kelompok Partisipan*

<b>Kelompok</b>	<b>Sig (p)</b>	<b>Keterangan</b>
Jenis kelamin	0.857	Tidak ada perbedaan
Usia	0.864	Tidak ada perbedaan
Fakultas	0.757	Tidak ada perbedaan

Perhitungan uji beda yang dilakukan pada variabel penyesuaian diri terhadap jenis kelamin partisipan menggunakan uji beda *Mann-Whitney U Test* dan menunjukkan hasil signifikansi sebesar  $0.843 > 0.05$  yang kemudian disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara penyesuaian diri dengan jenis kelamin partisipan. Selanjutnya, pada kelompok usia dan fakultas partisipan yang menggunakan uji beda *Kruskal-Wallis Test*. Uji beda pada kelompok usia partisipan menunjukkan hasil signifikansi sebesar  $0.437 > 0.05$  yang juga disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara penyesuaian diri dengan usia partisipan. Terakhir, pada kelompok fakultas partisipan menunjukkan hasil signifikansi sebesar  $0.630 > 0.05$  yang dapat disimpulkan

bahwa tidak terdapat perbedaan antara penyesuaian diri dengan fakultas partisipan. Hasil uji beda dukungan sosial berdasarkan kelompok partisipan digambarkan seperti pada tabel 10.

**Tabel 10**

*Hasil Uji Beda Dukungan Sosial Berdasarkan Kelompok Partisipan*

Kelompok	Sig (p)	Keterangan
Jenis kelamin	0.843	Tidak ada perbedaan
Usia	0.437	Tidak ada perbedaan
Fakultas	0.630	Tidak ada perbedaan

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

##### Kesimpulan

Setelah melakukan pengujian data pada 104 partisipan, peneliti mendapatkan hasil diketahui bahwa  $r(104) = 0.264$  dan  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ). Hal ini membuat hipotesis penelitian diterima, dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian mahasiswa tingkat pertama. Berkaitan dengan hal tersebut, maka dapat disimpulkan pula jika hipotesis penelitian diterima.

Jika dilihat dari data yang lebih spesifik, variabel dukungan sosial memiliki korelasi dengan dua dari empat dimensi penyesuaian diri, yaitu *academic adjustment* ( $\text{sig.} = 0.000 < 0.05$ ) dan *social adjustment* ( $\text{sig.} = 0.014 < 0.05$ ), serta tidak memiliki korelasi dengan dimensi *personal-emotional adjustment* ( $\text{sig.} = 0.614 > 0.05$ ) maupun *goal commitment-institutional attachment* ( $\text{sig.} = 0.230 > 0.05$ ). Sedangkan pada variabel penyesuaian diri, terdapat korelasi dengan ketiga dimensi dukungan sosial, yaitu orang yang berarti ( $\text{sig.} = 0.016 < 0.05$ ), keluarga ( $\text{sig.} = 0.024 < 0.05$ ), dan teman ( $\text{sig.} = 0.011 < 0.05$ ). Selanjutnya, hasil perhitungan berdasarkan uji beda berdasarkan jenis kelamin ( $\text{sig.} = 0.843 > 0.05$ ), usia ( $\text{sig.} = 0.437 > 0.05$ ), maupun fakultas ( $\text{sig.} = 0.630 > 0.05$ ) yang tidak menunjuk adanya perbedaan pada dimensi dukungan sosial maupun penyesuaian diri.

##### Saran

Saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya adalah, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian di luar Pulau Jawa agar topik penelitian ini dapat digeneralisasi ke mahasiswa tingkat pertama yang menjalani perkuliahan daring selain di Pulau Jawa. Kemudian, peneliti juga menyarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat mendapatkan data dari partisipan dari berbagai macam fakultas, karena pada penelitian ini data hanya didapatkan dari empat fakultas yang didominasi oleh satu fakultas, yaitu fakultas psikologi. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengikutsertakan variabel lainnya seperti *well-being*, atau penyesuaian diri berdasarkan kepribadian. Terakhir, peneliti selanjutnya dapat meneliti apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa yang baru menjalani kuliah secara luring setelah berakhirnya pandemi COVID-19.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa hal yang dapat membantu mahasiswa tingkat pertama untuk dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik ketika mengikuti sistem pembelajaran daring. Pertama, hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi kepada keluarga, teman, maupun orang yang berarti bagi mahasiswa tingkat pertama dalam meningkatkan, maupun hal apa saja yang dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri. Mahasiswa juga dapat lebih membuka diri dan meningkatkan hubungan interpersonalnya dengan orang yang berarti, keluarga, dan teman karena hal ini dapat membantu untuk mahasiswa dalam mendapatkan bantuan secara langsung, maupun meringankan beban emosional.

Kemudian, karena mahasiswa menjalani perkuliahan secara daring yang mengakibatkan terjadi minimnya interaksi sosial dengan teman kuliah, maka mahasiswa juga dapat lebih membuka jaringan baru lewat mengikuti kegiatan maupun organisasi/komunitas yang berada di lingkungan universitas agar mahasiswa juga lebih mampu mengenal lingkungan perkuliahannya di luar kegiatan belajar mengajar. Lalu, pihak perguruan tinggi serta organisasi kemahasiswaan yang menjalani proses pembelajaran daring dapat menyediakan wadah agar mahasiswa dapat mengenal antar sesama mahasiswa, maupun agar mahasiswa lebih mengenal lingkungan kampusnya. Terakhir, mahasiswa dapat membuat *support system* yang dapat memperkuat hubungan antara mahasiswa dengan orang-orang yang dianggap mampu memberikan bantuan dan semangat.

### **Ucapan Terima Kasih (Acknowledgement)**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada partisipan penelitian yang turut ikut serta dalam penelitian ini, dan seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung penelitian ini. Terima kasih dan apresiasi kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

### **REFERENSI**

- Abdullah, M. C., Kong, L. L., & Talib, A. R. (2014). Perceived social support as predictor of university adjustment and academic achievement amongst first year undergraduates in a Malaysian public University. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, *11*, 59-73. doi: 10.32890/mjli.11.2014.7665
- Baker, R. W., McNeil, O. V., & Siryk, B. (1985). Expectation and reality in freshman adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, *32*(1), 94-103. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.32.1.94>
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, *31*(2), 179-189. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- Clark, C., Schwitzer, A., Paredes, T., & Grothaus, T. (2018). Honors college students' adjustment factors and academic success: Advising implications. *NACADA Journal*, *38*(2), 20-30. doi: 10.12930/nacada-17-014
- Julaeha, S. (2019). Problematika kurikulum dan pembelajaran pendidikan karakter. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, *7*(2), 157. doi: 10.36667/jppi.v7i2.367
- Kuh, G. D., Kinzie, J. L., Buckley, J. A., Bridges, B. K., & Hayek, J. C. (2006). *What matters to student success: A review of the literature* (Vol. 8). Washington, DC: National Postsecondary Education Cooperative
- Langford, C. P., Bowsher, J., Maloney, J. P., & Lillis, P. P. (2008). Social support: A conceptual analysis. *Journal of Advanced Nursing*, *25*(1), 95-100. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.1997.1997025095.x>
- Lau, E. Y., Chan, K. K., & Lam, C. B. (2018). Social support and adjustment outcomes of first-year University students in Hong Kong: Self-esteem as a mediator. *Journal of College Student Development*, *59*(1), 129-134. doi: 10.1353/csd.2018.0011
- Pearson, J. E. (1986). The definition and measurement of social support. *Journal of Counseling & Development*, *64*(6), 390-395. doi: 10.1002/j.1556-6676.1986.tb01144.x
- Rasyid, H., & Chusairi, A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada mahasiswa universitas airlangga. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, *1*(2), 1306-1312. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28617>
- Suharsono, Y., & Anwar, Z. (2020). Analisis stress dan penyesuaian diri pada mahasiswa. *Cognicia*, *8*(1), 1-9. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11527>

- Sujana, I. W. C. (2019). Fungsi dan tujuan pendidikan Indonesia. *Adi Widya: Jurnal Pendidikan Dasar*, 4(1), 29-39. <https://doi.org/10.25078/aw.v4i1.927>
- Widihapsari, I., & Susilawati, L. (2018). Peran kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru Universitas Udayana yang berasal dari luar pulau Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 48-62. <https://doi.org/10.24843/JPU.2018.v05.i01.p05>
- Yang, D., Tu, C. C., & Dai, X. (2020). The effect of the 2019 novel coronavirus pandemic on college students in Wuhan. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S6-S14. <https://doi.org/10.1037/tra0000930>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)