

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dukungan Sosial Orang Tua dalam Penyesuaian Diri Mahasiswa

Mahasiswa merupakan sebutan bagi seorang yang sedang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa dapat diartikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Seorang yang telah menjadi mahasiswa tentunya berbeda dengan pada saat mereka masih menjadi seorang siswa. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa sebagai prinsip yang saling melengkapi (Nurapiani, 2020).

Seorang mahasiswa dalam tahun pertamanya berkuliah pastinya akan mengalami masa transisi dan adaptasi atau proses penyesuaian diri. Schneiders (dalam Vidyanindita, 2017) menyatakan penyesuaian diri merupakan suatu proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk dapat menyesuaikan diri dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri hingga terwujud keselarasan antara keinginan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan. Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang melibatkan tingkah laku dan respon mental untuk memenuhi kebutuhan yang tidak melawan norma masyarakat. Baker, McNeil & Siryk pada konsep teorinya menyatakan bahwa penyesuaian diri di perguruan tinggi merupakan proses psikologis yang multifacet dan melibatkan tuntutan yang mempunyai berbagai jenis dan tingkatannya serta membutuhkan respon untuk mengatasi tuntutan yang akan berbeda efektivitasnya pada diri masing-masing individu. Multifacet yang dimaksud dalam konsep ini yaitu dimensi-dimensi yang menentukan atau mempengaruhi proses penyesuaian diri individu (Al-Karimah, 2017).

Baker dan Siryk (dalam Al-Karimah, 2017) menyatakan penyesuaian diri di perguruan tinggi memiliki empat dimensi, yaitu: penyesuaian akademik (*Academic Adjustment*), penyesuaian sosial (*Social Adjustment*), penyesuaian personal-emosional (*Personal-Emotional Adjustment*), kelekatan terhadap universitas (*Goal-Communitment Institutional Attachment*). Penyesuaian akademik (*Academic Adjustment*), yang dapat diartikan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan. Penyesuaian akademis sebagai keberhasilan mahasiswa dalam melakukan taktik terhadap berbagai tuntutan yang ada dibidang akademik perguruan tinggi. Penyesuaian akademik diantaranya meliputi kinerja (efektivitas dan keberhasilan dalam fungsi akademik), motivasi (memiliki motivasi untuk melakukan kegiatan akademik di perguruan tinggi), aplikasi (mengukur seberapa baik motivasi diterapkan mahasiswa untuk menghasilkan karya di perguruan tinggi), dan lingkungan akademik (kepuasan dengan lingkungan akademik).

Penyesuaian sosial (*Social Adjustment*) merupakan penyesuaian yang berkaitan dengan aspek sosial dari lingkungan perguruan tinggi terjadi dalam lingkup hubungan sosial antara individu dengan lingkungannya, meliputi hubungan dengan anggota keluarga, masyarakat, sekolah, maupun teman sebaya dan interaksi dengan pengalaman di perguruan tinggi, aspek ini mengukur keberhasilan seorang mahasiswa dalam melakukan coping terhadap interaksi sosial yang berhubungan dengan pengalaman yang ada di perguruan tinggi. Penyesuaian personal-emosional (*Personal-Emotional Adjustment*), dimana dimensi ini terfokus pada kondisi dalam psikis mahasiswa selama proses penyesuaian di perguruan tinggi dan juga sejauh mana seorang mahasiswa mengalami tekanan psikologis secara umum. Kelekatan terhadap universitas (*Goal-Communitment Institutional Attachment*), pada dimensi ini seberapa baik mahasiswa berpegang teguh untuk dapat mencapai tujuan akademiknya, aspek ini melihat kepuasan mahasiswa secara keseluruhan mengenai keberadaan mahasiswa di perguruan tinggi.

Penyesuaian diri di perguruan tinggi adalah proses psikososial pada diri mahasiswa yang menjadi sumber stres bagi mereka dan memerlukan serangkaian keterampilan, sehingga hasilnya ialah mampu atau tidak mampu menyesuaikan diri di perguruan tinggi dalam bidang-bidang meliputi akademik, sosial, pribadi-emosi, dan keterikatan kepada institusi (Saniskoro, 2017). Penyesuaian di perguruan tinggi meliputi menghargai dan bersedia menerima otoritas perguruan tinggi, tertarik dan berprestasi dalam kegiatan di perguruan tinggi, menjalin relasi sosial yang sehat dan bersahabat dengan teman, kakak tingkat, dosen dan unsur-unsur yang ada di perguruan tinggi lainnya, mampu menerima batasan dan tanggung jawab sebagai mahasiswa di perguruan tinggi, serta membantu merealisasikan atau mewujudkan tujuan dari perguruan tinggi tersebut. Penyesuaian sosial di perguruan tinggi merupakan suatu proses yang harus dilakukan oleh semua mahasiswa. Apabila seorang remaja memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi dapat menghambat perkembangan sosial di lingkungannya bahkan mahasiswa tersebut menjadi putus sekolah karena ketidakmampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dan beradaptasi di perguruan tinggi (Nurfitriana, 2016).

Dukungan sosial dalam kamus istilah psikologi (2020) diartikan sebagai kenyamanan yang diberikan orang terdekat baik secara fisik maupun psikologis. Dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan kepada seseorang dari orang lain atau dari grup (Sarafino dan Smith dalam Khasanah, 2018). Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten untuk menghadapi suatu masalah dalam diri

seseorang yang bisa didapatkan dari keluarga, orang tua, teman maupun orang terdekat lainnya (Fadillah, 2022).

Dukungan sosial dapat bersumber dari berbagai macam, dari individu ataupun dari kelompok, baik yang bersifat formal maupun non formal, atau ada ikatan keluarga atau pun tidak ada ikatan keluarga. Dukungan sosial yang berasal dari orang lain yang memiliki ikatan keluarga, misalnya dari pasangan, saudara, atau dukungan sosial yang berasal dari orang lain yang tidak memiliki ikatan keluarga, misalnya dari teman. Dukungan sosial dapat juga diperoleh dari orang lain yang tidak memiliki ikatan keluarga dan bersifat formal atau dari profesional, misalnya, dokter, psikolog, atau psikiater. Dukungan sosial juga dapat diperoleh dari suatu organisasi atau perkumpulan (Khasanah, 2018).

Dukungan sosial orang tua merupakan persepsi individu mengenai sikap orang tua terhadap dirinya yang membuatnya merasa diterima, dicintai, diperhatikan, dihargai dan menjadi bagian dari keluarga. Aspek dukungan sosial orang tua yaitu: dukungan emosional, dukungan penghargaan atau penilaian, dukungan informatif, dan dukungan instrumental (Fadillah, 2022). Dukungan sosial orang tua terdiri dari nasihat atau informasi verbal dan non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh orang tua atau didapat karena kehadiran orang tua yang mempunyai manfaat emosional atau efek terhadap perilaku anak (Gottlieb dalam Dhitaningrum, 2016).

Sarafino menyatakan bahwa dukungan sosial dapat bersumber dari berbagai pihak, seperti orang tua, pasangan (suami atau istri), teman sebaya, rekan kerja, masyarakat atau komunitas. Hubungan dukungan sosial tergolong menjadi dua macam, yaitu hubungan profesional dan hubungan non profesional. Hubungan dukungan sosial profesional merupakan hubungan dukungan sosial yang bersumber dari profesional ahli seperti konselor, psikiater, psikolog maupun dokter. Hubungan

dukungan sosial non profesional bersumber dari orang-orang terdekat individu seperti orang tua, pasangan (suami atau istri), maupun teman (Fadillah, 2022). Dukungan sosial orang tua berpengaruh dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak. Anak dalam prosesnya transisinya menjadi mahasiswa sangat membutuhkan peran orang tua dalam memberikan dukungan. Dukungan sosial pada mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu: tingkat pendidikan orang tua, kondisi ekonomi orang tua, jumlah saudara dalam keluarga, dan keterlibatan orang tua (Sari, 2018).

Orang tua dalam keterlibatannya pada proses perkuliahan mahasiswa, dapat memberikan berbagai bentuk dukungan. Sarafino & Smith (dalam Khasanah, 2018) menyebutkan jenis dukungan sosial terdiri dari: *emotional or esteem support* meliputi empati, kepedulian, perhatian, memberikan hal yang positif dan memberikan dorongan terhadap seseorang. Dukungan emosional, merupakan bentuk dukungan yang melibatkan orang tua dalam rasa empati dan perhatian terhadap anak sehingga anak merasa nyaman, dicintai, serta diperhatikan. Orang tua dalam sebuah keluarga memiliki peranan sebagai tempat yang aman dan nyaman untuk seorang anak menenangkan pikiran. Setiap anak pasti membutuhkan dukungan dari keluarga terkhususnya dari Ayah dan Ibu, anak akan merasa terbantu ketika keluarga mendengarkan dan memberikan perhatian ketika anak sedang menghadapi masalah yang sedang dihadapi.

Dukungan instrumental (*tangible or instrumental support*) berarti memberikan bantuan secara langsung. Dukungan instrumental merupakan dukungan yang diberikan dalam bentuk dukungan langsung seperti dukungan finansial (keuangan) atau keterlibatan orang tua dalam membantu mengerjakan tugas. Orang tua dalam memberikan dukungan instrumental dapat dilakukan dengan mencari solusi agar dapat membantu dalam memenuhi kebutuhan untuk berkegiatan, dukungan instrumental yang diberikan dapat berupa pemberian tempat tinggal, memberikan

fasilitas untuk mendukung pendidikan, dan memenuhi kebutuhan perkuliahan mahasiswa.

Dukungan informasional (*informational support*) meliputi memberikan saran, nasihat, arahan, atau umpan balik mengenai sesuatu hal yang telah dikerjakan oleh seseorang. Dukungan informasional merupakan dukungan yang bersifat memberikan informasi, seperti misalnya orang tua memberikan saran atau nasihat terhadap persoalan yang sedang dialami. Dukungan yang diberikan orang tua dalam bentuk pemberian nasihat, saran, informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengambil keputusan, dan diskusi mengenai masalah atau pencapaian dalam pendidikan.

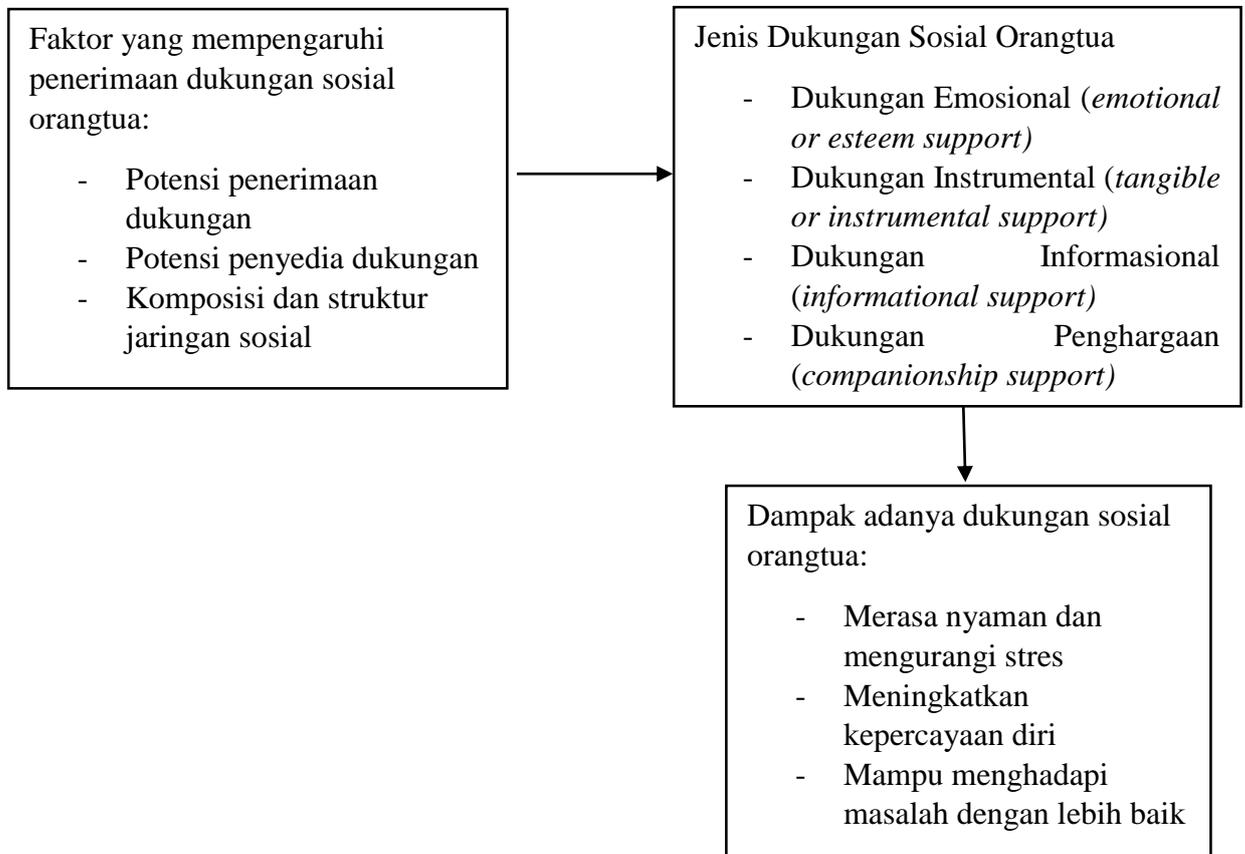
Dukungan penghargaan (*companionship support*) merupakan bentuk apresiasi yang diberikan kepada orang lain. Orang tua dapat memberikan dukungan penghargaan seperti pemberian afirmasi positif terhadap pencapaian mahasiswa, memberikan dukungan terhadap ide-ide, dan pemberian hadiah sebagai bentuk dukungan terhadap pencapaian yang didapat. Dukungan penghargaan dari orang tua terhadap anak, itu amat penting perannya, karena ketika orang tua memberikan apresiasi terhadap hal yang telah dicapai anak, maka anak akan merasa dihargai dan memberikan motivasi pada anak untuk terus berprestasi.

Ada beberapa faktor seseorang mendapatkan dukungan sosial orang tua, dan tidak semua orang mendapatkan dukungan sosial orang tua yang diharapkan. Setidaknya ada beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mendapatkan dukungan sosial orang tua. Menurut Sarafino (dalam Darmansyah, 2017) Setidaknya ada tiga faktor yang menyebabkan seseorang menerima dukungan sosial orang tua: (a) Potensi penerima dukungan, tidak mungkin seseorang memperoleh dukungan sosial orang tua seperti yang diharapkannya jika dia tidak sosial, tidak pernah menolong orang lain, dan tidak membiarkan orang lain mengetahui bahwa dia sebenarnya

memerlukan pertolongan. Beberapa orang tidak perlu asertive untuk meminta bantuan orang lain, atau merasa bahwa mereka seharusnya tidak tergantung dan menyusahkan orang lain; (b) Potensi penyedia dukungan, seseorang yang seharusnya menjadi penyedia dukungan bisa saja tidak mempunyai sesuatu yang dibutuhkan orang lain, atau mungkin mengalami stress sehingga tidak memikirkan orang lain, atau bisa saja tidak sadar akan kebutuhan orang lain; (c) Komposisi dan struktur jaringan sosial, maksud dari jaringan sosial adalah hubungan yang dimiliki individu dengan orang-orang dalam keluarga dan lingkungannya. Hubungan ini dapat bervariasi dalam ukuran (jumlah orang yang sering berhubungan dengan individu), frekuensi hubungan (seberapa sering individu bertemu dengan orang-orang tersebut), komposisi (apakah orang-orang tersebut keluarga, teman, rekan kerja, dan sebagainya), dan kedekatan hubungan.

Manfaat dukungan sosial orang tua, dukungan sosial orang tua dapat memberikan manfaat kepada individu, manfaat yang diperoleh diantaranya adalah individu merasa nyaman dan mengurangi stres yang dirasakan. Kenyamanan yang dirasakan individu akan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan dapat meningkatkan produktivitas kerja. Menurut Utami (dalam Darmansyah, 2017), ada beberapa manfaat dari dukungan sosial orang tua, antara lain yaitu: individu mampu menghadapi masalah dengan lebih baik, membantu meningkatkan kompetensi dan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan dan stres, dan membuat individu lebih berpikir positif dalam menghadapi permasalahan. Dengan dukungan dari orang lain, individu akan terbantu dalam menghadapi masalah sehingga dapat mengurangi tekanan dan stres yang dirasakan. Dubow & Tisak (dalam Darmansyah, 2017) menyatakan bahwa anak yang cukup mendapat dukungan sosial orang tua akan memiliki ketrampilan pemecahan masalah, memiliki penyesuaian diri yang baik. Dukungan sosial yang dirasakan anak akan membuat anak percaya diri dan lebih dapat menyesuaikan diri dengan baik.

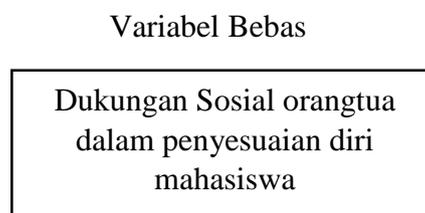
2.2 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber: Sarafino, Utami, Dubow & Tisak

2.3 Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep