

HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA

Elizabeth Yun Yun Vinsur*, Anang Nurwiyono

Panti Waluya Malang, School of Health Sciences
Yulius Usman 62, Malang, Indonesia

Informasi Artikel

Submit:
15/01/2022
Revisi:
19/05/2022
Accepted:
27/06/2022

Kata kunci:
pembelajaran
jarak jauh/daring,
penyesuaian diri,
mahasiswa

Abstrak

Proses pembelajaran secara daring memberikan tantangan untuk mahasiswa dalam beradaptasi. Mahasiswa rentan mengalami ketegangan (stress) untuk dapat bertahan dengan kehidupan kampus secara daring. Tekanan psikologis tersebut dapat berakibat negatif pada kesehatan mahasiswa maupun prestasi belajarnya. Penelitian ini bermaksud untuk mencari hubungan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dengan prestasi belajarnya di STIKes Panti Waluya Malang. Desain yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode studi deksriptif korelatif. Berdasarkan waktu penelitian, menggunakan cross sectional study. Teknik pengambilan data dilakukan dengan melakukan pengisian kuisioner penyesuaian diri melalui link google form sedangkan untuk prestasi belajar dilihat dari IP semester genap yang diperoleh dari BAAK. Data penelitian diolah menggunakan software SPSS 21 for Windows menggunakan uji Kendall's tau. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dengan prestasi belajar dengan $p=0.05$.

PENDAHULUAN

Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah untuk Mencegah Penyebaran Covid-19 yang dikeluarkan pada tanggal 17 Maret 2020 membuat seluruh pimpinan di instansi dan institusi pendidikan segera merapatkan barisan untuk melakukan koordinasi terkait bekerja dari rumah dan belajar dari rumah. Penanganan pandemi diantaranya melakukan pembatasan sosial sehingga menjadikan proses pembelajaran tidak lagi dapat dilakukan secara tatap muka melainkan lewat daring (Kemendikbud, 2020). Kebijakan tersebut menjadikan institusi pendidikan tak terkecuali STIKes Panti Waluya Malang melakukan sistem pembelajaran jarak jauh secara total. Proses pembelajaran 100% secara daring memberikan tantangan untuk mahasiswa dan Dosen dalam beradaptasi. Pembelajaran secara daring membawa banyak perubahan dan konsekuensi (Grubic, Badovinac, & Johri, 2020). Baik dosen maupun mahasiswa dituntut untuk mau tidak

mau memanfaatkan dan memaksimalkan teknologi internet dan media pembelajaran daring seperti *Learning Management System (LMS)* (Irawan, Dwisona, & Lestari, 2020).

Mahasiswa dihadapkan dengan situasi tantangan akademis yang berbeda dengan sebelumnya. Mahasiswa beradaptasi dengan situasi emosional dan sosial yang baru, dimana mahasiswa juga memiliki tugas perkembangan untuk mengembangkan kompetensi, mengontrol emosi, mengembangkan diri dari pengambil keputusan mandiri menjadi saling bergantung satu sama lain, mengembangkan hubungan antarpribadi yang lebih dewasa, menentukan identitas diri, mengembangkan tujuan hidup, dan mengembangkan konsistensi perilaku. Tugas perkembangan mahasiswa sendiri sudah menjadi tekanan psikologis tersendiri bagi sebagian mahasiswa, ditambah dengan keharusan beradaptasi dengan situasi baru yaitu pembelajaran dengan daring (Cao et al., 2020; Irawan et al., 2020)

Mahasiswa menjadi rentan mengalami ketegangan (*stress*) untuk dapat bertahan dengan kehidupan kampus. Sebagian mahasiswa mengalami tekanan psikologis karena perubahan drastis yang dialami seperti:

* Corresponding Author.
E-mail: lizavinsur.LV@gmail.com

harus berkompentensi dengan standar yang baru, meningkatnya beban tugas untuk belajar mandiri, perubahan interaksi dengan keluarga dan perubahan kehidupan sosial, perubahan jadwal tidur, perubahan kebiasaan belajar dikampus menjadi belajar dirumah, godaan untuk tidak belajar karena tidak berada dikelas. Perubahan-perubahan tersebut dapat menjadi pengalaman yang positif tetapi juga menjadi ancaman terutama jika mahasiswa tidak mampu melakukan penyesuaian diri.

Perubahan yang terjadi dapat memberikan tekanan psikologis tersendiri yang berakibat negatif pada kesehatan mahasiswa maupun prestasi belajarnya. Menurut hasil penelitian (Cao et al., 2020) didapatkan bahwa 24.9% mahasiswa mengalami kecemasan dan memiliki kerabat atau kenalan yang terinfeksi COVID-19 adalah faktor risiko meningkatkan kecemasan mahasiswa (OR = 3.007). Cao juga mengungkapkan bahwa keterlambatan dalam kegiatan akademik secara positif terkait dengan gejala kecemasan. (Irawan et al., 2020) dalam penelitiannya mendapati bahwa: mahasiswa mulai merasakan kebosanan belajar secara daring di minggu kedua, mahasiswa dengan latar belakang ekonomi yang kurang juga mulai mencemaskan daya beli orang tua membelikan kuota internet untuk proses pembelajaran secara daring, dan mahasiswa mengalami gangguan emosi karena merasa terbebani dengan penugasan kuliah dari tiap mata kuliah tiap dosen yang menurut mereka tidak terpola dengan jelas. Menurut (Huang & Zhao, 2020) ada hubungan kecemasan, depresi dengan kualitas tidur yang buruk selama pandemi Covid-19 pada populasi dewasa muda dan tenaga kesehatan. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan (Sankhi & Nirmal Raj Marasine, 2020) yang mana menunjukkan bahwa gejala kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi adalah reaksi psikologis selama pandemi COVID-19 pada populasi umum, mahasiswa dan tenaga kesehatan.

Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini bermaksud untuk mencari hubungan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dengan prestasi belajarnya di STIKes Panti Waluya Malang.

METODE

Desain penelitian adalah kuantitatif deksriptif korelatif. Berdasarkan waktu penelitian, menggunakan *cross sectional study* untuk mengetahui hubungan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dengan prestasi belajarnya. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang aktif terdaftar pada Program Studi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang pada semester ganjil tahun akademik 2020/2021. Adapun sampel sejumlah 96 mahasiswa yang diperoleh dari perhitungan jumlah sampel menggunakan Rumus *Slovin*. Sampel dalam penelitian ini didapatkan dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengambilan responden pada penelitian ini menggunakan presensi mahasiswa dan pengundian dilakukan dengan Ms Excel. Kemudian mahasiswa yang terpilih dihubungi untuk pemberian *informed consent*. Calon responden yang bersedia kemudian diberikan *link google form* kuisisioner.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah prestasi belajar (Indeks Prestasi) yang diklasifikasikan menjadi: Dengan Pujian, Sangat Memuaskan, Memuaskan, Lulus. Variabel independen dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri mahasiswa menggunakan kuisisioner persepsi mahasiswa terhadap kemampuan penyesuaian dirinya. Kuisisioner yang disusun peneliti mengacu pada prinsip-prinsip skala Likert. Angket yang digunakan adalah instrumen penelitian yang dikembangkan oleh Nangkut (Nangkut, 2017) dengan 88 item pertanyaan kuisisioner yang kemudian dimodifikasi oleh peneliti menjadi 28 item pertanyaan menyesuaikan dengan tujuan penelitian. Dari 28 item pertanyaan tersebut, seluruh pertanyaan dinyatakan valid karena nilai *Rhitung (Corrected Item-Total Correlation) < Rtabel* sebesar 0,361. Setelah dilakukan uji validitas, selanjutnya peneliti melakukan uji reliabilitas. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,962 > 0,60, sehingga 28 pertanyaan tersebut dinyatakan reliabel dan layak untuk digunakan. Uji validitas pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Product Moment*. Selain uji validitas, suatu kuisisioner juga perlu dilakukan uji reliabilitas untuk menunjukkan sejauh mana

suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan. Uji reliabilitas pada penelitian menggunakan metode *Cronbach's Alpha*. Kuesioner dikatakan reliabel, jika nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,60.

Penelitian ini menerapkan prinsip etik 1) *nonmaleficence*. Prinsip ini menekankan peneliti untuk tidak memberikan perlakuan yang berbahaya kepada partisipan. 2) otonomi. Peneliti memberi kesempatan yang bebas kepada partisipan untuk turut serta ataupun tidak kedalam penelitian ini dan peneliti menghormati keputusan tersebut. 3) *fidelity*. Peneliti berusaha untuk menjaga hubungan baik serta memenuhi hak dan kewajiban partisipan dalam penelitian ini. 4) *veracity*. Pada penelitian ini, peneliti menyampaikan informasi berupa manfaat serta tujuan penelitian secara menyeluruh kepada calon partisipan dan prosedur yang akan dilakukan selama penelitian sehingga tidak menimbulkan pertanyaan atau keraguan dari calon partisipan. 5) *justice*. Peneliti memperlakukan semua partisipan sama dan adil. 6) *informed consent*. *Informed Consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden dan 7) *anonimity*. Demi menjaga kerahasiaan nama responden, peneliti tidak mencantumkan nama pada lembar observasi dan dalam pelaporan, cukup dengan inisial.

Analisis data dalam penelitian ini meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan SPSS 21 *for Windows*. Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti. Analisis bivariat dilakukan pada 2 variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi.

Analisis dalam penelitian ini menggunakan derajat kepercayaan 95% sehingga bila *p value* <0.05 berarti bermakna. Uji yang digunakan uji *Kendall Tau*.

Untuk memaknai tingkat keeratan atau kekuatan hubungan antar variabel, maka harus diketahui kriteria tingkat keeratan hubungan dalam analisis korelasi. Menurut Sarwono (2015) kriteria tingkat keeratan hubungan (koefisien korelasi) antar variabel dalam analisis korelasi dapat dikategorikan sebagai berikut:

- Nilai koefisien korelasi 0.00 s/d 0.25 artinya hubungan sangat lemah
- Nilai koefisien korelasi sebesar 0.26 s/d 0.50 artinya hubungan cukup
- Nilai koefisien korelasi sebesar 0.51 s/d 0.75 artinya hubungan kuat
- Nilai koefisien korelasi sebesar 0.76 s/d 0.99 artinya hubungan sangat kuat
- Nilai koefisien korelasi sebesar 1 artinya hubungan sempurna

HASIL

Pengambilan data penelitian dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang pada bulan Januari-Februari 2021. Data penelitian diperoleh dengan peneliti menghubungi calon responden lewat media sosial. Calon responden yang bersedia diminta untuk mengisi lembar kuisisioner menggunakan *google form* yang sudah disiapkan oleh peneliti. Berdasarkan penghitungan sampel seharusnya ada 96 responden akan tetapi yang bersedia menjadi responden sejumlah 72 responden. Dari 72 isian *google form* setelah dilakukan tabulasi data dan koreksi data didapatkan 65 sampel yang layak untuk diuji analisis.

1. Analisis Univariat dan Bivariat

Berdasarkan hasil rekapitulasi, didapatkan data gambaran umum mengenai karakteristik responden yang terlibat dalam penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 1 Gambaran Karakteristik Responden

Karakteristik		n	%
Jenis kelamin	- Pria	15	23
	- Wanita	50	77
Usia	- <18	1	1.5
	- 18-22	62	95.
	- >23	2	4
Prodi	- D3 Keperawatan	25	38.
	- Sarj. Terapan	23	5
	- Manaj.Infor.Kes.	11	35.
	- S1 Farmasi	6	4
	- S1 Keperawatan	16.	9
Tahun studi	- Tahun pertama	28	43.
	- Tahun kedua	24	1
	- Tahun ketiga	13	36.
IPS	- Pujian (3.51-4.00)	35	53.
	- Sangat memuaskan (3.01-3.50)	25	8
	- Memuaskan (2.76-3.00)	4	38.
		1	5

	- Lulus (2.00-2.75)		6.2 1.5
Domisili selama perkuliahan normal	- Tinggal bersama orang tua - Mengontrak rumah/kost - Menumpang saudara - Tinggal sendiri atau bersama teman di rumah milik orang tua atau keluarga - Menumpang dengan orang lain - Tinggal di asrama/biara/pondok pesantren	33 15 5 3 0 9	50. 8 23. 1 7.7 4.6 0 13. 8
Domisili selama masa pandemi	- Tinggal bersama orang tua - Mengontrak rumah/kost - Menumpang saudara - Tinggal sendiri atau bersama teman di rumah milik orang tua atau keluarga - Menumpang dengan orang lain - Tinggal di asrama/biara/pondok pesantren	56 2 0 1 0 6	86. 2 3.1 0 1.5 0 9.2
Kegiatan menyita waktu selama pandemi	- Mengikuti perkuliahan online dan mengerjakan tugas kuliah - Bekerja atau membantu orang tua - Kegiatan-kegiatan lain selain diatas (mis.: nonton drakor, main game, nonton tiktok/youtube,dll)	44 9 12	67. 7 13. 8 18. 5
Kendala mengikuti perkuliahan selama pandemi	- Kesulitan finansial - Kurangnya motivasi - Keterbatasan jaringan internet	21 20 48	32 30 73
Masalah yang paling membebani selama mengikuti perkuliahan selama pandemi	- Tekanan finansial - Tekanan psikologis - Tekanan sosial	22 35 8	33. 8 53. 8 12. 3
Harapan responden terkait era kenormalan baru	- Kuliah tetap online karena sudah terbiasa - Kuliah kembali tatap muka - Bingung	6 48 11	9.2 73. 8 16. 9
Peran yang dipilih dan dilakukan dalam menghadapi era kenormalan baru	- Pelopor dalam mematuhi aturan demi kepentingan bersama - Mematuhi aturan bila diwajibkan - Melihat tingkat kepatuhan masyarakat, bila sebagian besar patuh, saya juga akan patuh - Jalani saja seperti sebelumnya, yang penting jaga stamina agar tidak tertular	44 9 1 11	67. 7 13. 8 1.5 16. 9
Hubungan emosional dengan kampus tempat kuliah di	- Menguat - Biasa saja - Melemah	10 43 12	15. 4 66. 2 18. 5

masa pandemi			
Hubungan emosional dengan Dosen tempat kuliah di masa pandemi	- Menguat - Biasa saja - Melemah	15 36 14	23. 1 55. 4 21. 5
Hubungan emosional dengan teman kuliah di masa pandemi	- Menguat - Biasa saja - Melemah	20 32 13	30. 8 49. 2 20
Hubungan emosional dengan Orang tua di masa pandemi	- Menguat - Biasa saja - Melemah	47 13 5	72. 3 20 7.7

Berdasarkan tabel 1, responden wanita berjumlah 50 responden (76.9%), responden berusia 18-22 berjumlah 61 (93.8%), sebanyak 25 responden (38.5%) berasal dari Prodi D3 Keperawatan, 28 responden (43.1%) berada di tahun pertama, 33 responden (50.8%) tinggal bersama orang tua sebelum pandemi dan jumlahnya meningkat menjadi 56 responden (86.2%) tinggal bersama orang tua.

Kegiatan yang menyita waktu pandemi menurut 44 responden (67.7%) adalah kuliah online & kerja tugas kuliah. Kendala yang dirasakan selama kuliah dimasa pandemi keterbatasan jaringan internet dipilih oleh 48 responden (73.8%). Masalah paling membebani di masa pandemi menurut 35 responden (53.8%) adalah kurangnya motivasi. Harapan responden di era normal baru adalah kembali tatap muka menurut 48 responden (73.8%). Peran yang akan dipilih 44 responden (67.7%) di era normal baru adalah sebagai sebagai pelopor yang mematuhi aturan. Hubungan emosional dengan kampus di masa pandemi dirasakan biasa saja oleh 43 responden (66.2%). Hubungan emosional dengan dosen di masa pandemi dirasakan biasa saja oleh 36 responden (55.4%). Hubungan emosional dengan teman kuliah di masa pandemi dirasakan biasa saja oleh 32 responden (49.2%). Hubungan emosional dengan orang tua di masa pandemi dirasakan menguat oleh 47 responden (72.3%).

Tabel 2 Hasil Analisis Univariat Penyesuaian Diri Mahasiswa

Variabel Independen	n	%
Penyesuaian diri mahasiswa Sangat Tinggi (91-112)	4	6.2
Penyesuaian diri mahasiswa Tinggi (77-90)	40	61.5
Penyesuaian diri mahasiswa Sedang (63-76)	20	30.8
Penyesuaian diri mahasiswa Rendah (49-62)	1	1.5
Penyesuaian diri mahasiswa Sangat Rendah (28-48)	0	0

Berdasarkan tabel 2 diatas, didapatkan sejumlah 40 responden (61.5%) termasuk dalam kategori penyesuaian diri tinggi (77-90).

Tabel 3 Hasil Analisis Bivariat

Tabel 5.3 Hasil Analisis Bivariat

Varibel Independen	IPK Pujian		IPK Sangat Memuaskan		IPK Memuaskan		IPK Lulus		P value
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Penyesuaian diri mahasiswa Sangat Tinggi (91-112)	2	5.7%	2	8%	0	0%	0	0%	0.05
Penyesuaian diri mahasiswa Tinggi (77-90)	26	74.3%	12	48%	1	1%	1	100%	
Penyesuaian diri mahasiswa Sedang (63-76)	6	17.1%	11	44%	3	3%	0	0%	
Penyesuaian diri mahasiswa Rendah (49-62)	1	2.9%	0	0%	0	0%	0	0%	
Penyesuaian diri mahasiswa Sangat Rendah (28-48)	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	

Berdasarkan tabel 3 diatas didapatkan bahwa hasil uji *Kendall's Tau_b* menunjukkan tidak terdapat hubungan antara kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun akademik 2020/2021.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri mahasiswa tidak memiliki hubungan dengan prestasi belajar mahasiswa. Adapun interpretasi terhadap hasil penelitian diatas, antara lain:

(1)Melihat hubungan antar variabel berdasarkan nilai signifikansi

Berdasarkan *output* uji korelasi *Kendall's Tau_b* diatas, diketahui nilai signifikansi antara variabel kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun akademik 2020/2021 adalah sebesar 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi

dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun akademik 2020/2021.

(2)Melihat tingkat keeratan hubungan antar variabel

Berdasarkan tabel *output* uji korelasi *Kendall's Tau_b* diatas, diketahui nilai koefisien korelasi (*Correlation Coefficient*) antara variabel kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun akademik 2020/2021 adalah sebesar 0.231*. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan variabel kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun akademik 2020/2021 adalah “sangat lemah.” Sementara tanda bintang (*) menunjukkan hubungan yang terbentuk adalah signifikan pada angka signifikansi sebesar 0.05.

(3)Melihat arah hubungan antar variabel dalam analisis korelasi

Arah hubungan dilihat dari angka koefisien korelasi apakah hasilnya bernilai positif atau negatif. Berdasarkan tabel 5.3 diatas diketahui koefisien korelasi (*Correlation Coefficient*) antara variabel kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun akademik 2020/2021 adalah sebesar 0.231. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang “positif” antara kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun akademik 2020/2021. Hubungan positif atau searah bermakna bahwa jika kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi “sangat tinggi” maka IP yang diperoleh “dengan pujian.”

Mengacu pada ketiga interpretasi dalam uji korelasi *Kendall's Tau_b* diatas, maka dapat disimpulkan bahwa “hubungan antara kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun akademik 2020/2021 adalah tidak signifikan, sangat lemah, dan searah.”

PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil penelitian, mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang cukup tinggi. Hasil tersebut dilihat dari data persentase mahasiswa 98.5% berada dalam kategori sedang, tinggi, hingga sangat tinggi, dan hanya ada 1 mahasiswa (1.5%) berada dalam kategori rendah.

Firman dan Rahayu (Firman & Rahayu, 2020) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dapat dikarenakan karena sudah mendapatkan fasilitas dasar untuk pembelajaran daring sehingga mendorong mahasiswa untuk lebih mandiri dan aktif dalam pembelajaran daring. Hasil dari penelitian ini juga sesuai dengan pendapat Scheiders mengenai penyesuaian diri. Keberhasilan mahasiswa menyesuaikan diri dengan pola kehidupan serta tuntutan sosial di masa pandemi ini merupakan proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku seseorang. Sadikin dan Hamidah (Sadikin & Hamidah, 2020) dalam penelitiannya menyampaikan bahwa mahasiswa merasa lebih mudah dalam menyampaikan ide dan pertanyaan saat pembelajaran daring namun mahasiswa mengalami kesulitan untuk dapat memahami materi.

(Irawan et al., 2020) dalam penelitiannya mendapati bahwa: mahasiswa mulai merasakan kebosanan belajar secara daring di minggu kedua, mahasiswa dengan latar belakang ekonomi yang kurang juga mulai mencemaskan daya beli orang tua membelikan kuota internet untuk proses pembelajaran secara daring, dan mahasiswa mengalami gangguan emosi karena merasa terbebani dengan penugasan kuliah dari tiap mata kuliah tiap dosen yang menurut mereka tidak terpola dengan jelas.

Usaha/kemampuan mahasiswa dalam memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan yang dirasakan, mengatasi konflik maupun frustrasi yang dirasakan menjadi faktor yang mendukung keberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri. Hasil penelitian menunjukkan 86.2% mahasiswa di masa pandemi tinggal bersama orang tua, dimana ini memberikan lingkungan yang mampu memenuhi kebutuhan akan makanan,

minuman, pakaian, dan lainnya. (Suharsono & Anwar, 2020) menyampaikan bahwa stressor dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi lingkungannya sehingga memerlukan penyesuaian dan penyelesaian. Stress sendiri merupakan reaksi yang timbul terhadap tekanan fisik ataupun psikologis. Peralihan metode pembelajaran menjadi daring tidak hanya berdampak stres tetapi juga penurunan prestasi akademik, hal ini sesuai dengan pernyataan (Rahardjo, Qomariyah, Mulyani, & Andriani, 2020) mahasiswa yang mengikuti pembelajaran online rentan mengalami penurunan prestasi.

Adaptasi terjadi ketika subsistem cognator dan regulator dirangsang, menghasilkan perubahan perilaku yang diukur dalam fisiologis dan mode psikososial. Modus fisiologis mengukur semua fungsi tubuh dan khusus untuk intervensi ini, fungsi fisik. Kondisi fisik yang baik juga akan membuat lebih mudah proses dalam penyesuaian diri, sebaliknya gangguan kesehatan akan menjadi penghambat proses penyesuaian diri.

Kepribadian mahasiswa juga akan mempengaruhi tingkat keberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri. Mahasiswa yang ramah, murah senyum, dan suka menyapa akan lebih mudah menyesuaikan diri dibandingkan dengan mahasiswa yang suka menyendiri dan tidak peduli dengan mahasiswa yang lain.

Keterbatasan penelitian

Proses pengambilan data tidak dapat dilakukan dengan tatap muka langsung dengan calon responden sehingga peneliti tidak dapat mencapai target responden yang direncanakan dalam proposal.

Jumlah populasi 126 mahasiswa dengan target responden 97 mahasiswa, akan tetapi dalam proses pelaksanaannya hanya 72 responden yang bersedia, dan setelah dilakukan koreksi hanya didapatkan 65 responden yang dapat dilanjutkan untuk proses analisis data.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hubungan antara kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa pandemi dengan IP yang diperoleh di semester ganjil tahun

akademik 2020/2021 adalah tidak signifikan, sangat lemah, dan searah.”

Saran

- 1) Proses pengambilan data dilakukan secara langsung tanpa perantara agar target responden yang direncanakan dapat terpenuhi.
- 2) Perlu dilakukan konstruk instrumen kuisioner menyesuaikan dengan budaya mahasiswa Indonesia
- 3) Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dalam melihat faktor yang paling berpengaruh dalam mendukung maupun tidak mendukung proses penyesuaian diri mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*.
<https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>
- Grubic, N., Badovinac, S., & Johri, A. M. (2020). Student mental health in the midst of the COVID-19 pandemic: A call for further research and immediate solutions. *International Journal of Social Psychiatry*.
<https://doi.org/10.1177/0020764020925108>
- Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Chinese mental health burden during the COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*.
<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102052>
- Irawan, A. W., Dwisona, D., & Lestari, M. (2020). Psychological Impacts of Students on Online Learning During the Pandemic COVID-19. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*.
<https://doi.org/10.24042/kons.v7i1.6389>
- kemendikbud. (2020). Mendikbud Terbitkan SE tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat Covid-19.
- Nangkut, Y. R. S. (2017). TINGKAT PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA (Studi Deskriptif Pada Mahasiswa Angkatan 2016 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dharma yang Berasal dari Nusa Tenggara Timur). *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Rahardjo, W., Qomariyah, N., Mulyani, I., & Andriani, I. (2020). Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin. *Jurnal Psikologi Sosial*.
<https://doi.org/10.7454/jps.2021.16>
- Roy, Callista & Whetsell, Martha & Frederickson, Keville. (2009). The Roy adaptation model and research. *Nursing science quarterly*. 22. 209-11.
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19. *BIODIK*.
<https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>
- Sankhi, S., & Nirmal Raj Marasine. (2020). Impact of COVID-19 Pandemic on Mental Health of the General Population, Students, and Health Care Workers. *Europasian Journal of Medical Sciences*.
<https://doi.org/10.46405/ejms.v2i2.131>
- Suharsono, Y., & Anwar, Z. (2020). Analisis Stres dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa. *Cognicia*.