

Self-Adjustment Profile of Guidance and Counseling Study Program Students, PGRI University, West Sumatra

Fadilla Faizal Yunan¹, Rahma Rila Mulyani², Besti Nora Dwi Putri³

^{1,2,3}Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Sumatera Barat, Indonesia

Email: dilafaiza0402@gmail.com; rila.psikologi@gmail.com; bestinora2187@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan adanya mahasiswa yang mengalami masalah dalam penyesuaian dirinya sehingga mengalami kendala dan hambatan dan memasuki sebuah lingkungan dan situasi baru. Penelitian ini bertujuan untuk melihat: 1). Penyesuaian diri mahasiswa dilihat dari *Aspek Knowledge* dan *Self Insight*, 2). Penyesuaian diri mahasiswa dilihat dari *Self Objectivity* dan *Self Acceptance*, 3). Penyesuaian diri mahasiswa dilihat dari *Self Development* dan *Self Control* dan 4). Penyesuaian diri mahasiswa dilihat dari *Aspek Satisfaction*. Profil Penyesuaian Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun 2023 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Dengan jumlah populasi mahasiswa bimbingan dan konseling tahun 2023 sebanyak 90 orang responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *random sampling* yang mana sampel diambil secara acak dengan jumlah setengah dari populasi yang ditetapkan. Sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 45 orang. Menggunakan angket sebagai alat pengumpulan data dengan menggunakan teknik analisis statistik deskriptif dalam menganalisis data. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan diungkap bahwa: 1). Penyesuaian diri mahasiswa bimbingan dan konseling tahun 2023 secara umum berada pada kriteria baik (56%). 2) Indikator *Self Knowledge* dan *selfinsight* memiliki kriteria baik (51%), Indikator *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* berada pada kriteria baik (56%), Indikator *Self Development* dan *Self Control* berada pada kriteria baik (53%) dan *Satisfaction* berada pada kriteria baik (40%). Hasil ini direkomendasikan untuk Mahasiswa Bimbingan dan Konseling sebagai bahan masukan dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan baru kedepannya serta menjadi lebih baik atas semua kekurangan yang telah dilakukan.

Keyword: Penyesuaian Diri Mahasiswa; Bimbingan dan Konseling; Self Insight; Self Acceptance; Deskriptif Kuantitatif

ABSTRACT

This research is motivated by the existence of students who experience problems in adjusting themselves so that they experience obstacles and barriers and enter a new environment and situation. This study aims to see: 1). Student adjustment seen from the Knowledge and Self Insight Aspects, 2). Student adjustment seen from Self Objectivity and Self Acceptance, 3). Student adjustment seen from Self Development and Self Control and 4). Student adjustment seen from the Satisfaction Aspect. Profile of Guidance and Counseling Student Adjustment in 2023, Guidance and Counseling Study Program, West Sumatra PGRI University. This type of research is quantitative descriptive. With a population of guidance and counseling students in 2023 of 90 respondents. The sampling technique used is the random sampling technique where the sample is taken randomly with half of the specified population. So that the sample in this study amounted to 45 people. Using a questionnaire as a data collection tool using descriptive statistical analysis techniques in analyzing data. Based on the results of the research and data analysis that have been carried out, it was revealed that: 1). The adjustment of guidance and counseling students in 2023 is generally in the good criteria (56%). 2) Self-Knowledge and self-insight indicators have good criteria (51%), Self-Objectivity and Self-Acceptance indicators are in the good criteria (56%), Self-Development and Self-Control indicators are in the good criteria (53%) and Satisfaction is in the good criteria (40%). These results are recommended for Guidance

and Counseling Students as input in making adjustments to the new environment in the future and becoming better for all the shortcomings that have been made.

Keyword: Student Adjustment; Guidance and Counseling; Self Insight; Self Acceptance; Descriptive Quantitative

Corresponding Author:

Fadilla Faizal Yunan,

Universitas PGRI Sumatera Barat,

Jl. Gn. Pangilun, Gn. Pangilun, Kec. Padang Utara, Kota Padang, Sumatera

Barat 25111, Indonesia

Email: dilafaiza0402@gmail.com



1. INTRODUCTION

Keluarga adalah kelompok sosial dari banyak individu dengan hubungan dan ikatan serta tanggung jawab, di mana dua individu memiliki ikatan darah atau interaksi secara psikologis dalam menciptakan dan mempertahankan peran keluarga. Dari sudut pandang masyarakat mengarah pada keluarga, sebagai lambang bagi individu karena memiliki pasangan yang diciptakan oleh pernikahan yang sah dan hidup normal. Keluarga merupakan sistem sosial terkecil dalam masyarakat, yang tersusun dari ayah dan ibu, serta anak. Keluarga juga sebagai peletak dasar-dasar pendidikan dalam pembentukan karakter anak. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan sangat penting dan mendapatkan perhatian dari anggota keluarga. Horton (Fathonah, 2020:130) menjelaskan bahwa fungsi keluarga itu sendiri terdiri dari; fungsi pengaturan gender, fungsi reproduksi, fungsi sosialisasi, fungsi penentuan status, dan fungsi ekonomi. Dengan adanya fungsi-fungsi tersebut dapat menjadikan anak dalam keluarga merasakan kenyamanan dengan setiap anggota keluarga. Keluarga merupakan lingkungan yang terdekat bagi anak dalam masa pertumbuhan, pendewasaan, dan tempat individu menerima pendidikan pertamanya.

Karena itu, keluarga memegang peranan penting dalam perkembangan anak, karena keluarga yang baik memberikan pengaruh yang positif bagi perkembangan individu. Karena tumbuh kembang pada anak sangatlah pesat, maka dari itu anak perlu distimulasi untuk meningkatkan potensi-potensi yang dimiliki anak, selain itu sikap-sikap positif pada anak juga perlu dikembangkan sehingga anak mampu menyesuaikan diri dan berperilaku sesuai aturan yang ada, serta keberadaan anak dapat diterima di lingkungannya. Disamping itu individu juga memiliki kebutuhan, harapan, dan tuntutan di dalam dirinya, yang harus diselaraskan dengan tuntutan dari lingkungan.

Bila individu mampu menyelaraskan kedua hal tersebut, maka dikatakan bahwa individu tersebut mampu menyesuaikan diri. Wulandari (2022:16) menyatakan penyesuaian diri merupakan suatu proses kecakapan mental dan tingkah laku seseorang pada saat menghadapi tuntutan-tuntutan dari dalam dirinya sendiri maupun dari lingkungan juga termasuk dalam masyarakat, penyesuaian diri juga berarti mengubah dengan cara yang tepat untuk memenuhi syarat tertentu melalui proses penyesuaian diri mereka maupun beradaptasi dengan budaya lingkungan. Penyesuaian diri di lingkungan mahasiswa merupakan suatu proses yang harus dilakukan oleh seluruh mahasiswa. Selama proses penyesuaian diri dijumpai masalah-masalah psikologis dari mahasiswa yang bersumber dari akademik maupun non akademik.

Kumalasari & Ahyani (2012:21-22) mendefinisikan bahwa penyesuaian diri akan menjadi salah satu bekal penting dalam membantu individu pada saat masuk dalam lingkungan masyarakat. Penyesuaian diri juga salah satu syarat penting dalam menciptakan kesehatan jiwa dan mental individu. Banyak individu yang belum dapat mencapai kebahagiaan dalam hidup karena ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri secara baik. Individu yang tidak menyesuaikan diri tidak sehat cenderung menjadi individu rendah diri, tertutup, suka menyendiri, kurang adanya percaya diri serta malu jika berada di antara individu lain atau situasi yang terasa asing baginya. Jadi penyesuaian diri berarti mengubah dengan cara yang tepat untuk memenuhi syarat tertentu, melalui proses penyesuaian diri individu mampu beradaptasi dengan budaya di dalam lingkungan dan mampu menanggulangi permasalahan semacam culture shock.

Yusuf (2011:211) mengatakan terdapat empat aspek dalam penyesuaian diri, yaitu: (1) Aspek *Self Knowledge* dan *Self Insight*, yaitu kemampuan mengenal kelebihan dan kekurangan diri. Kemampuan ini harus ditunjukkan dengan emosional insight, yaitu kesadaran diri akan kelemahan yang didukung oleh sikap yang sehat terhadap kelemahan tersebut. (2) Aspek *Self Objectivity* dan *Self Acceptance*, yaitu apabila individu telah mengenal dirinya, ia bersikap realistis yang kemudian mengarah pada penerimaan diri. (3) Aspek *Self Development* dan *Self Control*, yaitu kendali diri berarti mengarahkan diri, regulasi pada impuls-impuls, pemikiran-pemikiran, kebiasaan, emosi, sikap, dan tingkah laku yang sesuai. Kendali diri bisa mengembangkan kepribadian kearah kematangan, sehingga kegagalan dapat diatasi dengan matang. (4) Aspek *satisfaction*, yaitu adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan, menganggap segala sesuatu merupakan suatu

pengalaman dan bila keinginannya terpenuhi maka ia akan merasakan suatu kepuasan dalam dirinya. Penyesuaian diri pada individu ditandai dengan muncul dinamika perkembangan dalam keluarga yang sangat tinggi, maka pentingnya intervensi secara bersungguh-sungguh agar individu dapat berkembang lebih baik, termasuk mahasiswa.

Menurut Yusuf (2012:33) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup.

2. RESEARCH METHOD

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2024. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas PGRI Sumatera Barat pada Prodi Bimbingan dan Konseling. Alasan peneliti memilih Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat karena permasalahan yang peneliti temukan didasarkan pada hasil observasi 6 Januari 2024 dan wawancara pada 9 Januari 2024 yang hasilnya terdapat fenomena mengenai rendahnya Penyesuaian Diri Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling.

3. RESULTS AND DISCUSSION

Analisis hasil penelitian mengenai profil penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat. Data hasil penelitian ini yang mana dari 49 item pernyataan yang disebarkan kepada mahasiswa. Ditemukan hasil penelitian penyesuaian diri mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Sumatera Barat. Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa gambaran secara umum profil penyesuaian diri mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Sumatera Barat ditemukan bahwa ada 3 mahasiswa (7%) yang memiliki penyesuaian diri dengan kriteria sangat tinggi, 25 mahasiswa (56%) sudah memiliki penyesuaian diri pada kriteria baik, sedangkan ada 17 mahasiswa (38%) yang memiliki penyesuaian diri pada kriteria cukup baik, dan tidak ada mahasiswa (0%) memiliki penyesuaian diri pada kriteria kurang baik serta sangat kurang baik.

Hasil yang didapat, ditemukan bahwa profil penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat berada pada kriteria baik (56%). Hal ini berarti sebagian besar mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat sudah memiliki penyesuaian diri yang baik. Deskripsi Hasil Penelitian Secara Khusus *Self Knowledge* dan *Self Insight* Sesuai dengan variabel penelitian, dalam deskripsi data hasil penelitian ini dideskripsikan data tentang *Self Knowledge* dan *Self Insight*. Penyesuaian Diri Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat. Yang mana setiap jawaban item pertanyaan responden akan diberi skor 5 sampai 1.

Berdasarkan hasil analisis, dapat diketahui bahwa gambaran profil penyesuaian diri mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Sumatera Barat pada aspek *Self Knowledge* dan *Self Insight* ditemukan bahwa ada 4 mahasiswa (9%) yang berada pada kriteria sangat baik pada penyesuaian dirinya, 23 mahasiswa (51%) dengan kriteria penyesuaian diri yang baik, sedangkan ada 17 mahasiswa (38%) yang memiliki *Self Knowledge* dan *Self Insight* yang cukup baik, sementara itu, 1 mahasiswa (2%) yang memiliki *Self Knowledge* dan *Self Insight* yang kurang baik dan tidak ada mahasiswa (0%) yang *Self Knowledge* dan *Self Insight* sangat kurang baik.

Untuk lebih jelasnya, dapat diketahui pada Grafik Distribusi Frekuensi dan Kriteria Skor *Self Knowledge* dan *Self Insight* Grafik Distribusi Frekuensi dan Kriteria Skor *Self Knowledge* dan *Self Insight* Hasil yang didapat, ditemukan bahwa profil penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat pada aspek *Self Knowledge* dan *Self Insight* berada pada kriteria baik (51%). Hal ini berarti sebagian besar mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat sudah memiliki *Self Knowledge* dan *Self Insight* yang sudah baik *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* Sesuai dengan variabel penelitian, dalam deskripsi data hasil penelitian ini dideskripsikan data tentang *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* profil penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat.

Distribusi frekuensi dan kriteria skor data hasil penelitian penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat dapat dilihat. Distribusi Frekuensi dan Kriteria Skor *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* Berdasarkan hasil analisis, dapat diketahui bahwa gambaran profil penyesuaian diri mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Sumatera Barat pada aspek *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* ditemukan bahwa ada 5 mahasiswa (11%) yang berada pada kriteria sangat baik dalam hal penyesuaian diri pada aspek *Self Objectivity* dan *Self Acceptance*, ada sebanyak 25 mahasiswa (56%) memiliki *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* yang baik, sedangkan ada 15 mahasiswa (33%) yang memiliki *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* cukup baik, dan tidak ada mahasiswa (0%) memiliki *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* yang kurang baik dan sangat kurang baik. Untuk lebih jelasnya, dapat diketahui

pada berikut dapat diketahui bahwa gambaran profil penyesuaian diri mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Sumatera Barat pada aspek *Self Knowledge* dan *Self Insight* ditemukan bahwa ada 4 mahasiswa (9%) yang berada pada kriteria sangat baik pada penyesuaian dirinya, 23 mahasiswa (51%) dengan kriteria penyesuaian diri yang baik, sedangkan ada 17 mahasiswa (38%) yang memiliki *Self Knowledge* dan *Self Insight* yang cukup baik, sementara itu, 1 mahasiswa (2%) yang memiliki *Self Knowledge* dan *Self Insight* yang kurang baik dan tidak ada mahasiswa (0%) yang *Self Knowledge* dan *Self Insight* sangat kurang berikut Distribusi Frekuensi dan Kriteria Skor *Self Development* dan *Self Control*

Berdasarkan hasil analisis, dapat diketahui bahwa gambaran profil penyesuaian diri mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Sumatera Barat pada aspek *Self Development* dan *Self Control* ada 3 mahasiswa (7%) yang berada pada kriteria sangat baik pada aspek *Self Development* dan *Self Control*, sedangkan ada 24 mahasiswa (53%) yang memiliki aspek *Self Development* dan *Self Control* yang baik, ada 15 mahasiswa (33%) yang memiliki aspek *Self Development* dan *Self Control* yang cukup baik dan ada 3 mahasiswa (7%) yang berada pada kriteria kurang baik serta tidak ada mahasiswa (0%) yang memiliki *Self Development* dan *Self Control* sangat kurang baik.

Distribusi Frekuensi dan Kriteria Skor *Self Development* dan *Self Control* Hasil yang didapat, ditemukan bahwa profil penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat pada aspek *Self Development* dan *Self Control* berada pada kriteria baik (53%). Hal ini berarti sebagian besar mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat memiliki aspek *Self Development* dan *Self Control* yang baik dalam penyesuaian diri Satisfaction Sesuai dengan variable penelitian, dalam deskripsi data hasil penelitian ini dideskripsikan data tentang Satisfaction penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat.

Yang mana setiap jawaban item pertanyaan responden akan diberi skor 5 sampai 1 dapat diketahui bahwa gambaran profil penyesuaian diri mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Sumatera Barat pada aspek Satisfaction, ada 4 mahasiswa (9%) yang memiliki aspek Satisfaction pada kriteria sangat baik dalam penyesuaian diri, ada 18 mahasiswa (40%) yang memiliki aspek Satisfaction pada kriteria baik, namun 17 mahasiswa (38%) yang aspek Satisfaction pada penyesuaian dirinya cukup baik, dan ada 6 mahasiswa (13%) aspek Satisfaction nya kurang baik dan tidak ada mahasiswa (0%) yang memiliki penyesuaian diri aspek Satisfaction sangat kurang baik. Satisfaction Hasil yang didapat, ditemukan bahwa profil penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat pada aspek Satisfaction berada pada kriteria baik (40%). Hal ini berarti sebagian besar mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat memiliki aspek Satisfaction yang baik dalam penyesuaian diri

4. CONCLUSION

Berdasarkan hasil deskripsi Profil Penyesuaian Diri Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat dapat disimpulkan bahwa secara menyeluruh tingkat penyesuaian diri mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat sudah baik.

REFERENCES

- Adila, F., Yulastri, W., & Putri, B. N. D. (2022). Hubungan self-awareness dengan perencanaan karir peserta didik di kelas XII SMK Semen Padang. *Jurnal Pendidikan MINDA*, 4(1), 20–26.
- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi praktis: Anak, remaja, dan keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Harahap, D. (2019). Konsep pengambilan keputusan karir. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Hidayati, R. (2015). Layanan informasi karir membantu peserta didik dalam meningkatkan pemahaman karir. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(1). <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i1.258>
- Khofifah, A., Sano, A., & Syukur, Y. (2017). Permasalahan yang disampaikan siswa kepada guru BK/konselor. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 3(1), 45–52.
- Mubarok, A. F. (2012). Penyesuaian diri para pendatang di lingkungan baru. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1(1), 21–27.
- Munawir, M., Yusuf, A. M., Effendi, Z. M., & Afdal, A. (2018). Internal locus of control and self-concept as factors affecting the career maturity of high school students. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 2(1), 24–31.
- Nadzir, A. I., & Wulandari, N. W. (2013). Hubungan religiusitas dengan penyesuaian diri siswa pondok pesantren. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 8(2), 698–707.
- Ningrum, P. R. (2013). Perceraian orang tua dan penyesuaian diri remaja. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 69–79.
- Riduwan. (2010). *Belajar mudah penelitian untuk guru-karyawan dan peneliti pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Rohman, F., & Gunawan, R. (2023). Keterlibatan karyawan dalam proses pengambilan keputusan organisasi. *Musytari: Neraca, Manajemen, Ekonomi*, 2(3), 9.
- Silalahi, U. (2012). *Metodologi penelitian sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Subandi. (2011). Sabar: Sebuah konsep psikologi. *Jurnal Psikologi*, 36(2), 219.

- Sugiyono. (2009). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susito, D., & Kurniawan, A. (2017). *Adaptasi manusia, ketahanan pangan, dan jaminan sosial sumber daya*. Malang: UB Press.
- Suyati, N., & Suryadi, S. (2023). Hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa putra kelas VII SMP Al Musyaffa Kendal. *BERSATU: Jurnal Pendidikan Bhinneka Tunggal Ika*, 1(5), 287.
- Sutafti, L., & Al-Rasyid, H. (2022). Pengaruh perilaku overprotective orang tua terhadap kemampuan penyesuaian diri anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 4130.
- Wardhani, P. (2016). *Penyesuaian diri siswa kelas X SMK Santa Maria*. Jakarta: Cinta Media.
- Willis, S. S. (2011). *Konseling keluarga (Family counseling)*. Bandung: Alfabeta.