



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 3 Tahun 2023 Page 502-510

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Hubungan antara Tipe Kepribadian dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa di Jakarta

Untung Subroto<sup>1✉</sup>, Angelica Valencia<sup>2</sup>, Muhammad Dimas Aji Jati Ramadhan<sup>3</sup>

Universtas Tarumanegara

Email: [untungs@fpsi.untar.ac.id](mailto:untungs@fpsi.untar.ac.id)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena perubahan yang signifikan di dunia pendidikan dikarenakan pandemi. Banyak mahasiswa mengalami culture shock dikarenakan beberapa hal yang terjadi termasuk dari segi metode pembelajaran, sosial ekonomi serta situasi yang tidak menentu. Hal ini membuat mahasiswa mengalami kecemasan. Untuk mengatasi kecemasan dan perubahan yang serba cepat, maka dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang baik pada mahasiswa. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri pada mahasiswa, salah satunya faktor internal seperti tipe kepribadian. Beberapa penelitian sebelumnya berhasil melihat adanya korelasi antara tipe kepribadian seseorang dengan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di masa perkuliahan. Oleh karena itu melalui penelitian ini, peneliti ingin melihat apakah tipe kepribadian mahasiswa berhubungan dengan penyesuaian diri atau tidak. Penelitian ini menggunakan metode korelasional. Subjek penelitian ini terdiri dari 21 laki-laki dan 89 Perempuan. Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi Pearson. Dari hasil korelasi. Pearson, diketahui bahwa skor penyesuaian diri berkorelasi positif dan signifikan dengan tipe kepribadian conscientiousness ( $r = 0.268$   $p = 0.005$ ) dan agreeableness ( $r = 0.325$ ,  $p = 0.001$ ), namun tidak dengan tipe kepribadian lain. Hal ini berarti bahwa mahasiswa dengan kepribadian conscientiousness atau agreeableness yang tinggi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri. Dengan demikian terdapat hubungan antara tipe kepribadian dengan penyesuaian diri pada mahasiswa di Jakarta.

Kata Kunci : *Kepribadian, Penyesuaian diri, Mahasiswa*

## Abstract

This research is motivated by the phenomenon of significant changes in the world of education due to the pandemic. Many students experienced culture shock due to several things that happened including in terms of learning methods, socio-economics and uncertain situations. This makes students experience anxiety. To overcome anxiety and fast-paced change, it is necessary to have good self-adjustment abilities in students. There are several factors that affect the ability to adjust to students, one of which is internal factors such as personality type. Several previous studies have succeeded in seeing a correlation between a person's personality type and students' self-adjustment abilities during the lecture period. Therefore, through this study, the researcher wanted to see whether the student's personality type was related to self-adjustment or not. This study uses the correlational method. The subjects of this study consisted of 21 men and 89 women. Measurements in this study used the Pearson correlation test. From the results of the Pearson correlation, it is known that the adjustment score is positively and significantly correlated with conscientiousness personality types ( $r = 0.268$   $p = 0.005$ ) and agreeableness ( $r = 0.325$ ,  $p = 0.001$ ), but not with other personality types. This means that students with high conscientiousness or agreeable personality tend to be more able to adjust. Thus, there is a relationship between personality type and adjustment to students in Jakarta.

Keywords: *Personality, Self-adjustment, Student*

## PENDAHULUAN

Transisi memasuki dunia perkuliahan dari Sekolah Menengah Atas atau SMA memang hal yang cukup umum terjadi pada masyarakat. Namun, transisi tersebut dapat memicu stress pada mahasiswa baru karena transisi tersebut terjadi secara bersamaan dengan perubahan lain, baik dalam diri individu, maupun adanya faktor eksternal. Mahasiswa baru yang mengikuti perkuliahan saat ini sedang berada pada fase perkembangan dewasa awal. Masing-masing tahap perkembangan memiliki karakteristik, tugas serta tuntutan yang harus dipenuhi oleh individu. Pada masa dewasa awal ini individu berada di tahap pencarian yang penuh dengan masalah, ketegangan emosional, periode isolasi sosial, serta perubahan nilai-nilai dan penyesuaian diri pada pola hidup Hurlock Ward (2001). Selain tantangan dari segi perubahan pola belajar yang dihadapi oleh mahasiswa, pandemi Covid-19 juga menjadi tantangan yang luar biasa bagi mahasiswa. Ada banyak hal yang membuat mahasiswa merasa khawatir di tengah-tengah perkuliahan yang berlangsung di saat pandemi terjadi. Diana Setiawati (Mahardika, Detikhealth 2020) salah seorang peneliti dari Center for Public Mental Health Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada (UGM) mengatakan bahwa ada beberapa hal yang membuat mahasiswa mengalami cemas selama pandemi diantaranya adalah faktor ekonomi, dimana banyak orang tua mahasiswa yang kesulitan ekonomi akibat diberlakukannya PSBB sehingga berdampak pada

berkurangnya uang untuk membeli paket internet bahkan adanya kekhawatiran apabila orang tua tidak dapat lanjut membayar biaya kuliah mereka. Faktor lainnya adalah kondisi fisik lingkungan tempat mahasiswa melakukan kegiatan belajar online serta tekanan psikis akibat konflik yang dialami mahasiswa sebagai dampak belajar online di rumah misalnya dengan orang tua atau keluarga.

Tantangan lain yang juga menghambat mahasiswa dalam proses belajar daring adalah kurangnya fasilitas yang memadai seperti jaringan internet yang kurang stabil serta kemampuan mahasiswa yang kurang dapat memahami materi akibat kurangnya interaksi dengan dosen pengajar. Situasi ini serupa dengan konsep VUCA Budiharto et al (2019) yaitu volatility (perubahan cepat); uncertainty (tidak menentu); complexity (beragam) dan ambiguity (tidak jelas). Situasi semacam inilah yang selanjutnya akan meningkatkan kekhawatiran dan kecemasan pada mahasiswa. Bahkan survei terbaru yang diadakan oleh New America dan Third Way yang bekerja sama dengan Global Strategy Group kepada mahasiswa dari berbagai negara (Forbes, 2021) menemukan bahwa 85 % mahasiswa mengindikasikan akan mendaftar ulang di perguruan tinggi mereka saat ini di semester yang akan datang namun 18 % mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka akan membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikan pendidikan di bangku kuliah karena pandemi ini.

Perubahan yang sangat drastis membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri sehingga akan menimbulkan culture shock bagi mahasiswa. Culture Shock menggambarkan perasaan yang muncul ketika seseorang tengah dihadapkan oleh kondisi lingkungan sosial baru yang berbeda dari diri lamanya. Perasaan yang muncul meliputi perasaan tidak berdaya, rasa takut, gelisah, menarik diri dari lingkungan sosial maupun keluarga, merendahkan diri, merasa diri tak berharga dan ketidakmampuan mengatasi tuntutan lingkungan, sehingga hal tersebut bisa mempengaruhi pola kehidupan individu Ward (2001). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ababu et al (2018) menemukan bahwa beberapa mahasiswa baru mampu menghadapi tantangan transisi ini dan berhasil menyesuaikan diri dengan kehidupan universitas, sementara yang lain merasa kewalahan dan mengalami berbagai penyesuaian masalah yang menyebabkan mereka drop out dari universitas. Penyesuaian diri mahasiswa terhadap lingkungan di perguruan tinggi telah dianggap sebagai faktor penting dalam memprediksi hasil di universitas yang menyangkut nilai, retensi, drop out, atau keberhasilan mahasiswa Raza et al (2020).

Penyesuaian diri adalah upaya individu untuk menghadapi keinginan internal, frustrasi dan konflik agar selaras dengan tuntutan pribadi dan lingkungan Schneider (2021). Menurut Semium (2006) Penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan mental

individu dan proses respon untuk menyeimbangkan tuntutan batin yang dipaksakan oleh lingkungan pada individu. Aspek Penyesuaian diri menurut Semiun (2006) dan Schneider (dalam Harahap, 2021) adalah penyesuaian terhadap diri sendiri, penghargaan terhadap orang lain, dan penghargaan terhadap minat dan pertumbuhan individu. Schneider (dalam Harahap, 2021) menjelaskan bahwa ada lima faktor yang mempengaruhi penyesuaian individu, yaitu kondisi fisik, perkembangan dan kedewasaan intelektual, faktor psikologis, kondisi lingkungan individu meliputi keluarga, rumah dan sekolah, serta budaya. Penyesuaian diri yang baik akan membuat individu memiliki hubungan yang lebih sesuai antara individu dengan lingkungan (Yusra & Daharnis, 2019). Selain itu, penyesuaian diri yang baik dapat memberikan manfaat bagi individu seperti peningkatan apresiasi terhadap daerah asalnya, berkurangnya etnosentrisme, intoleransi, stereotip, peningkatan kompleksitas kognitif, kesadaran diri, harga diri, kepercayaan diri dan kreativitas (Church, 2021).

Runyon dan Haber (Winata, 2014) menjelaskan bahwa seseorang perlu memiliki kemampuan menjadi fleksibel dalam masyarakat agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan tantangan sosial. Masyarakat dan lingkungan cenderung berubah dari waktu ke waktu, dan individu dalam masyarakat perlu menyesuaikan diri sesuai dengan lingkungan yang berubah. Oleh karena itu, dalam konteks pendidikan, prestasi akademisi tidak hanya dipengaruhi oleh aspek intelektual tetapi juga kepribadian. Aspek seperti kematangan emosional, atau kemampuan alami seseorang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan (Wijaya dalam Winata, 2014).

Kepribadian adalah karakteristik unik dari seorang individu, yang cenderung konsisten (Feist & Feist, 2009). Mereka yang tidak dapat menyesuaikan diri atau mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial dengan lingkungan mungkin cenderung memiliki aspek kepribadian tertentu yang menghambat proses penyesuaian; sama, mereka yang mudah disesuaikan mungkin memiliki aspek kepribadian tertentu yang mendukung proses penyesuaian diri. Aspek ini dapat memberikan kontribusi terhadap prestasi akademik siswa dengan proporsi yang lebih besar dari aspek kecerdasan itu sendiri. Berdasarkan kondisi tersebut penelitian ini bertujuan untuk menemukan aspek kepribadian yang berkontribusi terhadap penyesuaian diri mahasiswa pada mahasiswa di Jakarta.

## METODE PENELITIAN

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki dan perempuan di Jakarta yang berusia 18 sampai 20 tahun. Pemilihan subjek penelitian di kalangan mahasiswa ini didasari pernyataan Hurlock (dalam Ward 2001) yang menyatakan bahwa pada usia remaja

akhir dan memasuki usia dewasa muda (18-22 tahun) individu berada di tahap pencarian yang penuh dengan masalah, ketegangan emosional, periode isolasi sosial, serta perubahan nilai-nilai dan penyesuaian diri pada pola hidup.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan 2 instrumen penelitian berupa angket. Pertama untuk mengukur tipe kepribadian, peneliti menggunakan NEO-FFI yang dikembangkan oleh Case and John (1992). Alat ukur OCEAN terdiri atas 60 item yang terbagi rata untuk mengukur kepribadian Openness to experience, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, and Neuroticism. Respons diperoleh melalui skala Likert yang berentang antara 1 (Sangat Tidak Setuju) hingga 6 (Sangat Setuju). Hasil uji validitas pada tiap subskala menunjukkan ada beberapa item yang memiliki skor corrected item-total correlation kurang dari 0.200, sehingga dieliminasi dalam pengolahan data. Setelah eliminasi, jumlah item tersisa pada tiap subskala secara berurutan adalah 8, 10, 12, 12, dan 10 item dari 12 item yang mengukur masing-masing dimensi. Cronbach Alpha pada alat ukur ini berentang antara 0.664 sampai 0.842. Hasil ini menunjukkan bahwa item-item tersisa dalam alat ukur OCEAN valid dan cukup reliabel untuk mengukur masing-masing tipe kepribadian.

Kedua, alat ukur Weinberger Adjustment Inventory Self-Restraint Scale (WAI-SR) digunakan mengukur penyesuaian diri. Alat ukur ini terdiri atas 30 item yang terbagi ke dalam empat subskala, yaitu Impulse control, Suppression of aggression, Consideration of others, dan Responsibility. Respons diperoleh melalui skala Likert yang berentang antara 1 (Sangat Tidak Sesuai) hingga 6 (Sangat Sesuai). Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas, diketahui bahwa 17 dari 30 item WAI-SR valid untuk mengukur penyesuaian diri mahasiswa dengan skor corrected item-total correlation (sebagai standar validitas) berentang antara 0.210 sampai 0.493, dan skor Cronbach Alpha sebesar 0.781. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa item-item yang tersisa valid untuk mengukur masing-masing subskala dengan tingkat reliabilitas yang cukup tinggi.

Penelitian ini merupakan penelitian jenis korelasional karena penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan di antara dua variabel. Hubungan yang ingin dilihat dalam penelitian ini adalah " tipe kepribadian" dan "penyesuaian diri". Partisipan diminta untuk mengisi kuesioner survey terkait dengan tipe kepribadian dan partisipan mengisi kuesioner 'self-report' terkait tipe kecemasan yang dirasakan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Setelah melakukan pengambilan data, didapatkan data bahwa partisipan yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 110 mahasiswa (19% laki-laki; 81% perempuan).

Uji Korelasi antara tipe kepribadian dengan kecemasan pada mahasiswa

Dari hasil korelasi Pearson, diketahui bahwa skor penyesuaian diri berkorelasi positif dan signifikan dengan tipe kepribadian *conscientiousness* ( $r = 0.268$   $p = 0.005$ ) dan *agreeableness* ( $r = 0.325$ ,  $p = 0.001$ ), namun tidak dengan tipe kepribadian lain. Hal ini berarti bahwa mahasiswa dengan kepribadian *conscientiousness* atau *agreeableness* yang tinggi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri.

### Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kepribadian *agreeableness* dan *conscientiousness* yang tinggi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Hasil ini konsisten dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tipe kepribadian *conscientiousness* berkorelasi positif dengan kemampuan adaptasi mahasiswa di kampus. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurtz, Puher & Cross (2012) dan Erzen & Ozabaci (2021) yang menyatakan bahwa tipe kepribadian *conscientiousness* memiliki korelasi positif dengan kemampuan adaptasi akademik mahasiswa di kampus. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Tamanna Ipar dan Rezaei (2020) menunjukkan bahwa tipe kepribadian *conscientiousness* memprediksi 13 % kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dalam hal akademik. Selain itu mereka juga menemukan bahwa Tipe Kepribadian *conscientiousness* cenderung mampu beradaptasi dengan aspek umum yang dihadapi oleh mahasiswa (pertemanan dan akademik).

Individu yang teliti cenderung lebih cenderung untuk merencanakan, menjadwalkan, dan mengatur kegiatan, dan tidak menghilangkan kesenangan dan mengikuti sistem, kerangka kerja, dan aturan (Fayard Et al., 2012). Siswa dan pelajar dengan karakteristik, belajar dengan usaha keras, ketekunan, motivasi, dan akuntabilitas; selanjutnya, mereka mencapai perkembangan dan kinerja yang lebih baik dalam pendidikan (Petska, dalam Tamannaefar dan Rezaei, 2020). Akibatnya, penyesuaian akademik yang diinginkan akan tercapai.

Individu yang teliti (*conscientiousness*) juga memiliki ciri-ciri yang mengarahkan dia untuk mendapatkan hasil akademik yang baik seperti tingkat perhatian yang lebih tinggi (Rabiner et al dalam dalam Tamannaefar dan Rezaei, 2020) yang dapat

memastikan penyesuaian dalam hal akademik (Kurtz et al., 2012). Selain itu, mereka memiliki kecenderungan untuk membentuk hubungan non-konfrontatif (Zee et al., 2013), memiliki kecenderungan rendah untuk mengembangkan depresi (Liber et al., 2008) dan keterampilan penyesuaian psikologis yang tinggi (Basow & Gaugler, 2017) yang mungkin menyebabkan mereka mengembangkan persahabatan yang sehat dan disesuaikan.

Terkait dengan tipe kepribadian *agreeableness*, hasil penelitian konsisten dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tipe kepribadian *agreeableness* berkorelasi positif dengan kemampuan adaptasi mahasiswa di kampus. Hasil penelitian dari Wilda (2018) juga menemukan bahwa *agreeableness* berkorelasi signifikan positif dengan penyesuaian diri. Hal tersebut menunjukkan bahwa individu yang termasuk dalam tipe kepribadian *agreeableness* adalah individu yang penyabar, mudah bersimpati, dan mudah memaafkan. Individu dengan karakter tersebut membuat dirinya disenangi banyak orang dan bisa menjaga hubungan baik dengan teman dan lingkungannya.

Individu yang cenderung patuh dengan individu lainya dan memiliki kepribadian untuk menghindari konflik (*agreeableness*), selalu mengetahui kebutuhan dan keinginan teman, lebih mudah menyesuaikan diri di dalam lingkungan, karena individu yang menyenangkan fokus untuk menjadi orang yang diinginkan dalam persahabatan (Graziano & Tobin dalam Tamannaefar dan Rezaei, 2020). Shafer dkk. Dengan begitu kepribadian *agreeableness* memiliki lebih banyak teman, yang membantu memudahkan proses beradaptasi.

## SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tipe kepribadian dengan penyesuaian diri pada mahasiswa di Jakarta. mahasiswa yang memiliki kepribadian *agreeableness* dan *conscientiousness* cenderung mampu untuk melakukan penyesuaian diri. Dalam penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan yaitu ukuran sampelnya kecil, belum mengukur perbedaan kecemasan dan tipe kepribadian antara wanita dan pria, hanya metode penelitian kuantitatif yang digunakan, ukuran sampel dibatasi untuk usia tertentu kelompok saja, peneliti belum mengambil domain lain seperti status sosial ekonomi, tipe keluarga, dll, yang juga dapat mempengaruhi tipe kepribadian, dan penyesuaian diri. Selain itu karena penelitian dilakukan melalui survey online bentuk, keaslian dan keseriusan peserta, sedangkan menjawab tidak bisa dipastikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adams, S., & Kisler, T. (2013). *Sleep Quality as a Mediator Between Technology-Related Sleep Quality, Depression, and Anxiety | Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. Retrieved 4 June 2022, from <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/cyber.2012.0157>
- Ababu, G.B, Yigzaw, A.B, Besene, Y.D, Alemu, W.G. (2018). *Prevalence of adjustment problem and its predictors among first-year undergraduate students in Ethiopian University: A cross-sectional institution based study*. Psychiatry J.
- Farrer LM., Gulliver A., Bennett K., Fassnacht DB & Griffiths KM. (2016). Demographic and psychosocial predictors of major depression and generalized anxiety disorder in Australian university students. BMC Psychiatry, 16, 241, DOI 10.1186/s12888-016-0961-z
- Fayard, J. V., Roberts, B. W., Robins, R. W., & Watson, D. (2012). Uncovering the affective core of conscientiousness: The role of self-conscious emotions. *Journal of Personality, 80*(1), 1-32.
- Kaplan, S. C., Levinson, C. A., Rodebaugh, T. L., Menatti, A., & Weeks, J. W. (2015). Social Anxiety and the Big Five Personality Traits: The Interactive Relationship of Trust and Openness. *Cognitive Behavior Therapy, 44*(3), 212–222. doi:10.1080/16506073.2015.1008032
- Lallo, D. A., Kandou, L. J., & Munayang, H. (2013). Hubungan Kecemasan dan Hasil UAS-1 Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado Tahun Ajaran 2012/2013. Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, 1-10.
- Listiyandini, R. A., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara Kekuatan Karakter Dan Resiliensi pada Mahasiswa.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S.H. (1995). The Structure Of Negative Emotional States: Comparison of The Depression Anxiety Stress Scale (DASS) With The Beck Depression And Anxiety Inventories. 335-343.
- Raza, S.A.; Qazi, W.; Yousufi, S.Q. (2020). *The influence of psychological, motivational, and behavioral factors on university students' achievement: The mediating effect of academic adjustment*. J. Appl. Res. High. Educ.
- Saringo, J. (2013). *Studies show depression affects academic progress, causes stress and chemical imbalance*. Daily Sundial. Retrieved 4 June 2022,
- Schultz, D.P. & Schultz, S.E. (2004). *Theories of personality (8th ed.)*. Thomson Wadsworth

- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 1: Pandangan Umum Mengenai Penyesuaian Diri dan Kesehatan Mental Serta Teori - Teori Terkait*. Kanisius.
- Winata, A. (2014). Adaptasi sosial mahasiswa rantau dalam mencapai prestasi akademik. *Skripsi*. Universitas Bengkulu, Bengkulu.
- Yusra, G., & Daharnis. (2019). Students' Adaptation to Pre Puberty in University Negeri Padang's Lab-School and its Implications in Guidance and Counseling. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 1(3).