

Self-esteem dan resiliensi sebagai prediktor penyesuaian diri mahasiswa baru di Indonesia

Faizah

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran, Malang

Farica Veronica Marmer

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran, Malang

Nadhirah Nurul Aulia

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran, Malang

Ulifa Rahma

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran, Malang

Yuliezar Perwira Dara

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran, Malang

E-mail: faizah_hermawan@ub.ac.id

Abstract

Students who continue their education to higher education will find a variety of changes, new challenges, demands, and greater responsibilities. This transition can put pressure on new students and negative results if they cannot pass it. The purpose of this study was to determine the role of self-esteem and resilience towards the adjustment of new students. Determination of the sample using accidental sampling technique with a sample of new students in the first semester who are actively enrolled in state or private universities (N = 673). Measuring instruments used are the Rosenberg Self-esteem Scale-Revised with reliability 0,836, Brief Resilience Scale with reliability 0,747, and Inventory of New College Student Adjustments with reliability 0,701 that have been through the process of trans adaptation. Based on the results of multiple regression tests, self-esteem and resilience are significant predictors of the adjustment of new students in a positive direction. Self-esteem is an evaluation of core self and resilience in difficult times can be a factor that increases the adjustment of new college students.

Keywords: Adjustment; New College Student; Resilience; Self-esteem

Abstrak

Siswa yang melanjutkan pendidikannya ke perguruan tinggi akan menemukan berbagai perubahan, tantangan baru, tuntutan, dan tanggung jawab yang lebih besar. Transisi ini dapat memberikan tekanan bagi mahasiswa baru dan hasil yang negatif apabila tidak dapat melewatinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran self-esteem dan resiliensi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Penentuan sampel menggunakan teknik accidental sampling dengan sampel mahasiswa baru di semester pertama yang terdaftar aktif di perguruan tinggi negeri ataupun swasta (N = 673). Alat ukur yang digunakan adalah skala Rosenberg Self-esteem Scale-Revised dengan reliabilitas 0,836, Brief Resilience Scale dengan reliabilitas 0,747, dan Inventory of New College Student Adjustment dengan reliabilitas 0,701 yang telah melalui proses transadaptasi. Berdasarkan hasil uji regresi berganda, self-esteem dan resiliensi merupakan prediktor yang signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru dengan arah yang positif. Self-esteem sebagai evaluasi inti diri dan resiliensi sebagai ketahanan dalam masa sulit dapat menjadi faktor yang meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa baru.

Kata kunci: Mahasiswa baru; Penyesuaian diri; Resiliensi; Self-esteem

Pendahuluan

Siswa yang telah menyelesaikan tingkatan pendidikan di sekolah menengah atas dapat melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi yaitu ke tingkat perguruan tinggi. Berdasarkan hasil penelitian Badan Pusat Statistik (2018), partisipasi siswa sekolah menengah yang melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi terus mengalami peningkatan dan pada tahun 2018 angka partisipasi mencapai 18,59%. Siswa yang melanjutkan pendidikannya ke perguruan tinggi akan merasakan transisi yang dapat memberikan pengalaman menegangkan bagi mahasiswa di tahun pertamanya (Olivas, 2017). Transisi dari tingkatan sekolah menengah menuju perguruan tinggi seringkali menimbulkan banyak tekanan bagi mahasiswa tahun pertama (Ishak & Jdaitawi, 2011). Mahasiswa yang baru memasuki perguruan tinggi akan merasakan perubahan karena adanya berbagai tantangan baru, tanggung jawab yang lebih besar, dan tuntutan untuk menjadi lebih mandiri dalam mengambil keputusan (Credé & Niehorster, 2012).

Salah satu tantangan baru yang dialami oleh mahasiswa baru adalah tuntutan akademik yang lebih tinggi seperti waktu, jumlah tugas, struktur, dan beban kerja yang lebih kompleks dari sekolah menengah (Esmael & Ebrahim, 2018; Harper & Newman, 2016). Menurut Santrock dan Halonen (2010), kondisi kelas di perguruan tinggi berbeda dari sekolah menengah karena suasananya yang lebih impersonal, tuntutan untuk lebih banyak membaca, lebih mandiri dalam mencari informasi dari literatur terkait, dan bertanggung jawab sendiri atas absensinya di kelas. Mahasiswa baru harus mengeksplorasi lingkungan sosial yang baru, membangun interaksi dengan teman sebaya dari berbagai latar belakang, dan menjalin hubungan yang baik dengan akademisi di perguruan tinggi (Credé & Niehorster, 2012; Teodora & Lavinia, 2014). Selain itu, mahasiswa baru akan merasakan adanya perubahan tempat tinggal, susunan aktivitas, dan juga perannya sebagai seorang mahasiswa baru (Hernandez, 2017). Perubahan peran yang dialami mahasiswa baru adalah perubahan dari yang sebelumnya menjadi sosok paling tua dan memiliki kekuasaan besar di sekolah menengah dan kembali menjadi sosok yang paling muda di perguruan tinggi (Hernandez, 2017).

Mahasiswa di tahun pertama yang mampu menyesuaikan diri dengan perubahan dari masa sekolah menengah memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk meraih performa akademik yang lebih baik, keadaan psikologis yang lebih sejahtera, lebih aktif dalam kegiatan di perguruan tinggi, dan bertahan hingga meraih kelulusan (Julia & Veni, 2012; Watson & Lenz, 2018). Penyesuaian yang dilakukan oleh mahasiswa baru di tahun pertama dapat mempengaruhi performanya selama menjalani masa perkuliahan (Abdullah, 2010). Mahasiswa baru yang berhasil menyesuaikan dirinya dalam masa transisi ini memiliki peluang yang lebih besar untuk meraih keberhasilan dalam hal prestasi ataupun capaian akademiknya (Rienties, Beausaert, Grohnert, & Niemantsverdriet, 2012; Rooij, Jansen, & Grift, 2018).

Mahasiswa yang tidak dapat melewati masa transisi ini dapat merasakan berbagai permasalahan seperti waktu yang lebih lama untuk lulus, tidak dapat menyelesaikan studi mereka, ataupun putus kuliah (Medina, 2018). Jumlah mahasiswa yang drop out pada



tahun pertama termasuk dalam kategori yang cukup tinggi di seluruh dunia (Rooij dkk., 2018). Pusat Data dan Informasi Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi (Pusdatin Kemenristekdikti) melaporkan pada tahun 2018 angka putus kuliah di setiap provinsinya berkisar antara 0% - 11%. Berdasarkan data statistik dari Pusdatin Kemenristekdikti (2018), jumlah mahasiswa yang putus kuliah secara nasional mencapai 245.810 mahasiswa (3%) dari total 8.043.480 mahasiswa terdaftar. Berdasarkan hasil wawancara dalam penelitian Nur (2014), terdapat 60% mahasiswa baru yang belum mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan perguruan tinggi. Di informasikan dalam penelitian Faizah dan Oktawiranto (2020) bahwa *academic stress* terlihat dalam kategori tinggi dengan prosentase 43.1 % pada mahasiswa, kondisi ini diketahui bahwa seberapapun beban kerja yang diberikan kepada mahasiswa akan memberikan dampak stres dalam kehidupan akademiknya. Mahasiswa baru yang menjadi responden dalam penelitian Nur (2014) menjelaskan masih kesulitan dalam menyesuaikan dirinya karena masih merasa asing dengan sistem perkuliahan, sulit menyelesaikan tuntutan akademik, belum mampu menjalin relasi dengan orang baru serta mengembangkan potensinya.

Permasalahan lain yang dapat muncul dalam masa transisi ini adalah tingkat stres yang cenderung lebih tinggi pada mahasiswa baru karena harus menyesuaikan dirinya dengan berbagai perubahan baru di tingkat perguruan tinggi (Olivas, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Maulana, Soleha, Saftarina, dan Siagian (2014), terdapat 71,7% mahasiswa tahun pertama yang mengalami stres sedang dan 23,9% mengalami stres berat selama masa transisi ini. Stres yang muncul selama proses transisi di perguruan tinggi dapat meningkatkan kemungkinan munculnya permasalahan psikologis pada mahasiswa baru seperti depresi dan kebingungan (Hurst, Baranik, & Daniel, 2011). Mahasiswa yang kurang mampu mengontrol dan menyesuaikan emosinya memiliki pencapaian yang lebih rendah di perguruan tinggi serta dapat menjadi awal dari munculnya berbagai permasalahan psikologis lainnya (Julia & Veni, 2012).

Kemungkinan munculnya berbagai tantangan dan kesulitan di universitas ini membuat penyesuaian diri menjadi hal yang penting bagi mahasiswa baru khususnya di semester pertama perkuliahan (Cliniciu & Cazan, 2014). Oleh karena itu, upaya perguruan tinggi sebagai institusi pendidikan sangat diperlukan untuk mempertahankan dan memfasilitasi mahasiswanya dalam melewati masa transisi tersebut (Watson & Lenz, 2018). Menurut Baker dan Siryk (dalam Credé & Niehorster, 2012), secara umum penyesuaian mahasiswa (*college adjustment*) merupakan kemampuan individu dalam mengatasi tuntutan akademik, lingkungan sosial, personal-emosional, dan sejauh mana ikatan dirinya dengan perguruan tinggi. Watson dan Lenz (2018) menjelaskan secara khusus terkait penyesuaian yang dilakukan mahasiswa baru yang disebut dengan *new college student adjustment*. Menurut Watson dan Lenz (2018), mahasiswa baru yang mampu menyesuaikan dirinya dengan baik adalah mahasiswa yang memiliki *belief in self* dan *supportive network*. *Belief in self* adalah kepercayaan mahasiswa baru akan dirinya, kemampuan, dan potensi diri yang dimiliki untuk meraih kesuksesan. *Supportive network*

adalah jaringan dukungan yang mahasiswa baru dapatkan selama menjalani perkuliahan dari teman serta keluarganya.

Salah satu evaluasi diri yang menjadi prediktor terhadap kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan dirinya di perguruan tinggi adalah *self-esteem* (Credé & Niehorster, 2012). Menurut Rosenberg (dalam Guindon, 2010), *self-esteem* mencerminkan sikap positif atau negatif individu akan dirinya sendiri. Menurut Coopersmith (dalam Guindon, 2010), individu dengan *self-esteem* yang tinggi lebih mampu menghadapi berbagai permasalahan internal serta menyesuaikan diri dengan cara yang lebih menyenangkan dibandingkan dengan individu yang memiliki *self-esteem* lebih rendah. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Aspelmeier, Love, McGill, Elliott, dan Pierce (2012) dan Hernandez (2017) yang menemukan bahwa mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi akan memiliki kemampuan penyesuaian yang lebih tinggi di perguruan tinggi dan sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian, peran *self-esteem* terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa di tahun pertama lebih signifikan dibandingkan dengan mahasiswa pada tahun selanjutnya (Aspelmeier dkk., 2012). Mahasiswa baru yang memiliki pandangan positif terhadap dirinya memiliki lebih banyak strategi yang efektif untuk menghadapi permasalahan akademik ataupun sosial di perguruan tinggi (Friedlander, Reid, Shupak, & Cribbie, 2007). Mahasiswa baru dengan *self-esteem* yang tinggi memiliki pandangan positif akan dirinya sehingga ia dapat memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi stressor dan tantangan yang akan dihadapi sebagai mahasiswa baru di perguruan tinggi (Friedlander dkk., 2007; Salami, 2011). Sebaliknya, individu dapat mengalami kesulitan untuk melewati masa transisinya ketika memiliki perasaan negatif akan dirinya. Perasaan negatif ini dapat timbul karena mendapatkan prestasi yang buruk ataupun gagal dalam membangun hubungan yang baik dengan teman sebayanya (Friedlander dkk., 2007). Hasil yang mendukung penelitian tersebut juga ditemukan dalam penelitian Permatasari dan Savira (2017) yang menunjukkan adanya hubungan positif yang cukup kuat antara *self-esteem* dan penyesuaian pada mahasiswa di tahun pertama perkuliahannya.

Mahasiswa yang berhasil menyesuaikan diri di bidang akademik biasanya ditandai oleh prestasi akademik yang meningkat setiap semester dan dapat menyelesaikan studi secara tepat waktu (Warsito, 2009). Permasalahan mahasiswa untuk menyesuaikan diri di perguruan tinggi dan masa transisinya dapat diatasi dengan baik apabila mahasiswa dapat memiliki kemampuan bertahan untuk menghadapi kesulitan dan bangkit dari kesulitan yang dihadapi (Bonanno & Diminich, 2013). Kemampuan ini lebih dikenal dengan istilah resiliensi (Septiani & Fitria, 2016). Resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit kembali atau pulih dari tekanan, untuk beradaptasi dengan keadaan stres, tidak menjadi sakit meskipun mengalami kesulitan yang signifikan dan berfungsi agar terlepas dari stres atau kesulitan (Smith, Dalen, Wiggins, Tooley, Christopher, & Bernard, 2008).

Seseorang yang memiliki tingkat resiliensi yang rendah akan cenderung membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mampu menerima segala cobaan yang datang, dan sebaliknya jika tingkat resiliensi seseorang itu tinggi maka akan cenderung lebih kuat dan segera bangkit dari keterpurukan serta berusaha mencari solusi untuk



memulihkan keadaannya (Muniroh, 2010). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa resiliensi dapat berkontribusi pada keberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi sehingga dapat mengurangi peluang drop out mahasiswa, dan resiliensi berperan penting bagi mahasiswa baru dalam situasi sulit akibat transisi di universitas (Olivas, 2017). Hasil penelitian oleh Haktanir, Watson, Ermis-Demirtas, Karaman, Freeman, Kumaran, dan Streeter (2018) menunjukkan adanya korelasi positif antara resiliensi dan penyesuaian diri di kehidupan kampus pada mahasiswa baru. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru yang memiliki resiliensi yang tinggi juga memiliki kemampuan penyesuaian mahasiswa diri yang baik. Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian Rahat dan Ilham (2016) menyatakan resiliensi memiliki peran terhadap penyesuaian diri yang dilakukan mahasiswa baru. Penelitian ini menyatakan bahwa mahasiswa tahun pertama di program pasca sarjana dengan resiliensi yang tinggi juga memiliki kemampuan yang tinggi dalam melakukan penyesuaian di perguruan tinggi secara menyeluruh.

Penelitian ini bertujuan untuk melengkapi dari penelitian-penelitian sebelumnya yang memiliki keterbatasan, misal penelitian Aspelmeier dkk. (2012) dan Hernandez (2017) bahwa sampel responden mahasiswa tahun pertama yang diambil saat responden berada di semester kedua sehingga dianggap telah menyesuaikan diri dalam waktu yang cukup lama. Berdasarkan keterbatasan tersebut, rekomendasi untuk responden dalam penelitian selanjutnya adalah mahasiswa baru yang berada di semester pertama sehingga masih mengalami proses transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi. Keterbatasan dalam penelitian Permatasari dan Savira (2018) adalah populasi yang terbatas karena seluruh responden berasal dari jurusan yang sama sehingga direkomendasikan untuk melakukan penelitian dengan populasi dan sampel yang lebih luas. Berdasarkan keterbatasan dalam penelitian terdahulu, peneliti menggunakan responden mahasiswa baru di semester pertama sehingga responden masih dalam proses adaptasi menuju perguruan tinggi dan berasal dari jurusan serta perguruan tinggi yang beragam untuk mendapatkan gambaran data yang lebih luas.

Begitu juga, keterbatasan dalam penelitian Rahat dan Ilham (2016), responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru yang berisiko salah satunya adalah memiliki kemampuan ekonomi dibawah rata-rata dan mahasiswa disabilitas. Dengan demikian, rekomendasi untuk responden selanjutnya dengan menggunakan sampel yang lebih besar termasuk mahasiswa tanpa mempertimbangkan kemampuan ekonomi dibawah rata-rata dan bukan hanya mahasiswa disabilitas. Keterbatasan dalam penelitian Haktanir dkk., (2018) yaitu responden penelitian yang digunakan adalah ras hispanik sehingga tidak dapat digeneralisasikan ke universitas lainnya. Berdasarkan keterbatasan tersebut, rekomendasi untuk responden dalam penelitian selanjutnya adalah mahasiswa baru yang mengalami transisi di universitas. Dengan demikian, rekomendasi untuk responden selanjutnya dengan menggunakan sampel yang lebih besar termasuk mahasiswa tanpa mempertimbangkan kemampuan ekonomi dibawah rata-rata dan bukan hanya mahasiswa disabilitas.

Berdasarkan penjabaran di atas, penyesuaian diri mahasiswa baru dalam menghadapi transisi dari tingkat sekolah menengah ke perguruan tinggi merupakan hal yang penting bagi kesuksesannya selama masa perkuliahan. *Self-esteem* sebagai evaluasi inti diri dan resiliensi sebagai ketahanan dalam keadaan yang sulit dapat menjadi prediktor terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru dalam menghadapi tantangan dan kondisi baru di perguruan tinggi. Oleh sebab itu, sesuai dengan penjabaran dan rekomendasi dari hasil penelitian sebelumnya, tujuan penelitian ini untuk melihat peran *self-esteem* dan resiliensi secara simultan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru, begitu juga melihat peran secara parsial yaitu *self-esteem* terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru dan resiliensi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk meneliti sampel melalui pengumpulan data dengan menggunakan instrumen penelitian. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan analisis regresi linear berganda karena peneliti ingin melihat peran *self-esteem* sebagai variabel independen (X_1) dan resiliensi (X_2) terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru sebagai variabel dependen (Y).

Partisipan

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang baru lulus dari sekolah menengah dan pertama kali memasuki perguruan tinggi negeri ataupun swasta. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sudah pernah berkuliah dan juga mahasiswa yang pernah mengambil jeda tahun (*gap year*) sebelum memasuki perguruan tinggi. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengambilan data penelitian dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara *online* melalui *link google form* melalui jaringan online yang ada pada kampus-kampus di Indonesia. Seluruh responden penelitian diminta untuk menuliskan nomor induk mahasiswa (NIM) telah mengisi instrumen penelitian sebelumnya. Total partisipan dalam penelitian ini berjumlah 673 mahasiswa baru yang terdiri dari 461 perempuan (68,5%) dan 212 laki-laki (31,5%).

Instrumen

Skala *self esteem*

Self-esteem diukur menggunakan skala adaptasi sesuai ketentuan Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F., dan Ferraz (2000). Skala dari *Rosenberg Self-esteem Scale Revised* (RSES-R) yang awalnya diciptakan oleh Rosenberg pada tahun 1965 dan direvisi oleh Tinakon dan Nahathai (2012). RSES yang awalnya dikembangkan oleh Rosenberg memiliki 5 aitem *favorable* dan 5 aitem *unfavorable*. Tinakon dan Nahathai (2012)



melakukan revisi pada aitem nomor 5 yang sebelumnya aitem *unfavorable* menjadi aitem *favorable*, sehingga RSES-R terdiri dari 6 aitem *favorable* dan 4 aitem *unfavourable*. RSES-R terdiri dari 10 aitem yang menggunakan *4-point likert scale* (1 = sangat tidak setuju; 2 = tidak setuju; 3 = setuju; 4 = sangat setuju). Skor global *self-esteem* diperoleh dari hasil penjumlahan keseluruhan skor yang berkisar dari 10-40. Skor yang lebih tinggi menunjukkan *global self-esteem* yang lebih tinggi dan sebaliknya. RSES-R yang dikembangkan oleh Tinakon dan Nahathai (2012) memiliki reliabilitas yang hampir sama baiknya dengan RSES yakni sebesar 0,84 dengan responden penelitian mahasiswa program sarjana. RSES-R dipilih karena memiliki validitas konstruk dengan model fit yang lebih baik dari RSES. Dengan nilai $\chi^2 = 29.19$ ($df=19$, $n=187$, $p=0,063$), $GFI=0,970$, $TFI=0,969$, $NFI=0,964$, $CFI=0,987$, $SRMR=0,040$ dan $RMSEA=0,054$. RSES-R dipilih dalam penelitian ini karena memiliki validitas konstruk dengan model fit yang lebih baik dari RSES.

Proses adaptasi skala RSES-R melalui tahapan *translation, synthesis, expert comitte review*, dan *test of prefinal version* sesuai ketentuan dari Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F., dan Ferraz (2000). Berikut ini contoh pernyataan soal nomor 3 “*Saya mampu melakukan berbagai hal sebaik yang dilakukan orang lain*”, dan soal nomor 9 “*Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya*”. Tahap uji coba dilakukan dengan menyebarkan instrumen penelitian ke kelas mahasiswa baru dengan total responden berjumlah 179 mahasiswa baru Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya (FISIP UB). Berdasarkan hasil data tahap uji coba dalam penelitian ini, validitas konstruk dengan nilai diskriminasi item dalam RSES-R memiliki rentangan nilai koefisien kisaran 0,379 – 0,667 sehingga dapat digunakan dalam penelitian, keseluruhan aitem RSES-R yang digunakan dalam tahap penelitian ini memiliki nilai reliabilitas konstruk sebesar 0,836.

Skala resiliensi

Resiliensi diukur menggunakan skala adaptasi *Brief Resilience Scale* (BRS) dari Smith dkk. pada tahun 2008. Smith dkk. mengembangkan BRS berdasarkan teori dasar Carver dengan menjelaskan resiliensi sebagai konstruk unidimensional yang berdiri sendiri. Resiliensi adalah konstruk unidimensi yang terdiri dari 6 item dengan 3 item negatif (*unfavorable*) dan 3 item lainnya adalah positif (*favorable*). Item 1, 3, dan 5 berisi pernyataan *favorable* dan pada item 2, 4, dan 6 adalah *unfavorable*. Terdapat pernyataan yang menunjukkan persetujuan dengan menggunakan 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = netral, 4 = setuju, dan 5 = sangat setuju. Skala BRS yang dikembangkan oleh Smith dkk., memiliki reliabilitas sebesar sebesar 0,80-0,91.

Proses adaptasi skala BRS melewati tahapan *translation, synthesis, expert comitte review*, dan *test of prefinal version* sesuai ketentuan Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F., dan Ferraz (2000). Berikut ini contoh pernyataan yang digunakan yaitu soal nomor 1 “*Saya cenderung untuk pulih dengan cepat setelah masa-masa yang sulit*”, dan soal nomor 5 “*Saya biasanya melewati masa-masa yang sulit tanpa sedikit kendala*”. Tahap uji coba (*try out*) dilakukan dengan menyebarkan instrumen penelitian pada mahasiswa

baru di kelas dengan total responden sebanyak 179 mahasiswa baru FISIP UB. Berdasarkan hasil data tahap uji coba, validitas konstruk dengan nilai diskriminasi seluruh aitem dalam BRS dengan kisaran koefisien dalam rentang 0,390 – 0,534 sehingga dapat digunakan lebih lanjut, keseluruhan aitem BRS yang digunakan dalam penelitian ini memiliki nilai reliabilitas konstruk sebesar 0,747.

Skala Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru

Penyesuaian diri mahasiswa baru diukur menggunakan skala adaptasi dari *Inventory of New College Student Adjustment (INCA)* yang dikembangkan oleh Watson dan Lenz (2018) dengan aspek *belief in self* dan *supportive network*. INCA terdiri dari 14 aitem *favorable* yang terbagi menjadi dua subskala yaitu *supportive network* dan *belief in self*. INCA menggunakan 4-point *likert scale* dengan rentang pilihan jawaban dari 1 untuk pilihan sangat tidak setuju hingga 4 untuk pilihan sangat setuju dengan pernyataan yang diberikan. Total skor yang semakin tinggi menunjukkan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa baru yang semakin tinggi dan sebaliknya.

INCA melalui proses transadaptasi dengan tahapan *translation, synthesis, expert comitte review*, dan *test of prefinal version* sesuai ketentuan Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F., dan Ferraz (2000). Berikut ini contoh pernyataan soal nomor 2 “*Pengalaman masa lalu membantu saya mengatasi tuntutan di Kampus*”, dan soal nomor 8 “*Saya menikmati kehidupan kampus*”. Proses uji coba skala INCA dengan total responden 525 mahasiswa baru FISIP UB menghasilkan nilai reliabilitas konstruk sebesar 0,701. Berdasarkan tahap uji coba, validitas konstruk dengan daya diskriminasi aitem INCA memiliki rentang nilai koefisien dari 0,320 – 0,487.

Analisis Data

Data akan dianalisis menggunakan uji regresi linier berganda untuk melihat peran kedua variabel X secara simultan maupun parsial terhadap Y dengan *SPSS Statistics Version 25,0*.

Hasil

Hasil Statistik Deskriptif

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, skor rata-rata *self-esteem* pada mahasiswa baru sebesar $M = 28.08$ dan $SD = 4.704$. Tingkat *self-esteem* pada responden penelitian paling banyak berada di kategorisasi sedang dengan jumlah sebanyak 403 mahasiswa baru (60%) (lihat Tabel 1).



Tabel 1
Kategorisasi *Self-esteem*

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
<i>Self-esteem</i>	$x < 20$	Rendah	27	4%
	$20 \leq x < 30$	Sedang	403	60%
	$x \geq 30$	Tinggi	243	36%
Jumlah			673	100%

Resiliensi pada mahasiswa baru memiliki skor rata-rata sebesar $M = 18,19$ dan $SD = 3,991$. Tingkat resiliensi pada responden penelitian paling banyak berada di kategorisasi sedang dengan jumlah sebanyak 451 mahasiswa baru (67%) (lihat Tabel 2).

Tabel 2
Kategorisasi Resiliensi

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
Resiliensi	$x < 14$	Rendah	82	12%
	$14 \leq x < 22$	Sedang	451	67%
	$x \geq 22$	Tinggi	140	21%
Jumlah			673	100%

Skor rata-rata penyesuaian diri mahasiswa baru sebesar $M = 43,06$ ($SD = 5,007$). Jumlah responden pada variabel penyesuaian diri mahasiswa baru paling banyak berada pada kategorisasi tinggi dengan jumlah mahasiswa sebanyak 427 mahasiswa baru (63,4%) (lihat Tabel 3).

Tabel 3
Kategorisasi Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru	$x < 28$	Rendah	4	0,6%
	$28 \leq x < 42$	Sedang	242	36%
	$x \geq 42$	Tinggi	427	63,4%
Jumlah			673	100%

Hasil Uji Asumsi Statistik

Uji normalitas untuk melihat persebaran data dianalisis menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan nilai *unstandardized residual* pada variabel *self-esteem*, resiliensi, dan penyesuaian diri mahasiswa baru sebesar 0,200. Nilai signifikansi ini menunjukkan bahwa data pada kedua variabel tersebut terdistribusi dengan normal karena nilai signifikansi $\geq 0,05$.

Tabel 4
Hasil Uji Normalitas

One Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
<i>Unstandardized Residual</i>		Keterangan
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,200	Normal ($P \geq 0,05$)

Uji linearitas untuk mengetahui hubungan linier antar variabel dianalisis menggunakan *test for linearity*. Pada variabel *self-esteem* dan penyesuaian diri mahasiswa baru ditemukan nilai *linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan *deviation for linearity* sebesar 0,649 ($p > 0,05$). Pada variabel resiliensi dan penyesuaian diri mahasiswa baru ditemukan nilai *linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel *self-esteem* (X_1), resiliensi (X_2), dan penyesuaian diri mahasiswa baru (Y) dalam penelitian.

Tabel 5
Hasil Uji Linearitas

Variabel	Linearity	Keterangan
<i>Self-esteem*Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru</i>	0,000	Linear ($P < 0,05$)
<i>Resiliensi*Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru</i>	0,000	Linear ($P < 0,05$)

Hasil uji heteroskedastisitas berdasarkan analisis glejser menunjukkan nilai koefisien sebesar 0,293 (*self-esteem*) dan 0,057 (resiliensi), hal ini menunjukkan bahwa data tidak mengalami gejala heteroskedastisitas karena memiliki nilai koefisien lebih besar dari 0,05 (lihat Tabel 6).

Tabel 6
Hasil Uji Heteroskedastisitas

Variabel	Sig.	Keterangan
<i>Self-esteem</i>	0,293	Data homoskedastisitas ($P > 0,05$)
<i>Resiliensi</i>	0,057	Data homoskedastisitas ($P > 0,05$)

Hasil uji multikolinearitas dilihat berdasarkan nilai *collinearity tolerance* dan *variance inflation factor* (VIF) (lihat Tabel 7). Data penelitian tidak mengalami gejala multikolinearitas karena memiliki nilai *collinearity tolerance* sebesar 0,809 ($p \geq 0,10$) dan nilai VIF sebesar 1,236 ($VIF \leq 10,00$).



Tabel 7
Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF ²	Keterangan
Self-esteem	0,809	1,236	Tidak mengalami gejala multikolinearitas
Resiliensi	0,809	1,236	

Berdasarkan hasil uji asumsi menunjukkan bahwa semua data dalam penelitian ini terlihat normal, linier, tidak mengalami gejala heteroskedastisitas, dan data penelitian tidak mengalami gejala multikolinearitas sehingga dilanjutkan ke uji hipotesis.

Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji regresi berganda dengan memperhatikan nilai matrik korelasi, R square dan Signifikansi (lihat Tabel 8).

Tabel 8
Hasil Uji Regresi berganda: nilai matrik korelasi *Self-esteem*, *Resiliensi*, dan *Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru*

Variabel	Matrik Korelasi	R ²	Sig.
Self-esteem	0,575	0,331	0,000
Resiliensi	0,351	0,010	0,000
Self-esteem*Resiliensi	0,586	0,341	0,000

Ditemukan koefisien *self esteem* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru sebesar 0,575 dan *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat peran yang signifikan antara *self-esteem* (X_1) terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru (Y) dengan arah yang positif. Berdasarkan hasil ini dapat disimpulkan bahwa ketika *self-esteem* mahasiswa baru semakin meningkat, maka penyesuaian diri mahasiswa baru juga akan semakin meningkat dan sebaliknya. Koefisien *R square* (R^2) sebesar 0,331 menunjukkan bahwa sumbangan dari *self-esteem* (X_1) terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru (Y) sebesar 33,1%.

Koefisien korelasi resiliensi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru sebesar 0,351 dan *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) (lihat Tabel 8). Berdasarkan hasil ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peran yang signifikan antara resiliensi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru dengan arah yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa ketika resiliensi semakin meningkat, maka penyesuaian diri mahasiswa baru juga akan semakin meningkat dan sebaliknya. Koefisien *R square* (R^2) sebesar 0,010 menunjukkan bahwa resiliensi (X_2) memberikan sumbangan sebesar 1% terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru (Y).

Hasil uji regresi berganda (lihat Tabel 9) menunjukkan bahwa terdapat peran yang signifikan antara *self-esteem* dan resiliensi secara simultan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru dengan arah yang positif ($p = 0,000$, $F = 174.878$, $R = 0,586$). Hal ini menunjukkan ketika mahasiswa baru memiliki *self-esteem* dan resiliensi yang semakin

tinggi, maka penyesuaian diri mahasiswa baru juga akan semakin tinggi dan sebaliknya. Koefisien *R square* (R^2) sebesar 0,343 menunjukkan bahwa sumbangan secara simultan dari *self-esteem* (X_1) dan resiliensi (X_2) terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru (Y) adalah sebesar 34,3%.

Tabel 9
Hasil Uji Regresi Berganda

Variabel	R^2	F	Sig.
<i>Self-esteem</i> dan Resiliensi terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru	0,341	174,878	0,000

Berdasarkan output regresi berganda (lihat tabel 10) menunjukkan nilai konstanta (a) sebesar 24,661, skor *Self esteem* (B_1) sebesar 0,554, dan skor Resiliensi (B_2) sebesar 0,155. Dengan nilai persamaan sebagai berikut:

$Y = 24,661 + 0,554 X_1$ (*Self esteem*) + $0,155 X_2$ (Resiliensi), maka:

- Makna $B_1=0,554$ yaitu jika faktor lain dikendalikan atau *Penyesuaian diri mahasiswa baru* dianggap bernilai 0, maka setiap peningkatan 1 unit pada prediktor *Self esteem* maka *Penyesuaian diri mahasiswa baru* meningkat 0,554.
- Makna $B_2=0,155$ adalah jika faktor lain dikendalikan atau *Penyesuaian diri mahasiswa baru* dianggap bernilai 0, maka setiap 1 unit peningkatan pada prediktor Resiliensi maka *Penyesuaian diri mahasiswa baru* akan meningkat sebesar 0,155.
- Makna dari konstanta sebesar 24,661 ialah jika faktor-faktor lain dikendalikan diasumsikan bernilai 0 maka nilai Y adalah sebesar 24,661.

Tabel 10
Persamaan Regresi Berganda

Variabel	B	t_{hitung}	Sig.
Konstanta (a)	24,661		0,000
<i>Self Esteem</i>	0,554	14,960	0,000
Resiliensi	0,155	3,557	0,000

Data table 10, menjelaskan bahwa setiap peningkatan nilai pada *self esteem* akan berdampak pada penyesuaian diri mahasiswa baru sebesar 0,554, sedangkan peningkatan nilai resiliensi dampaknya terhadap penyesuaian diri hanya sebesar 0,155. sehingga dapat disimpulkan bahwa peran *self esteem* lebih dominan sebagai prediktor terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru daripada resiliensi.

Pembahasan

Hasil penelitian yang melibatkan 673 mahasiswa baru menunjukkan bahwa *self-esteem* dan resiliensi dapat menjadi prediktor terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru, yangmana secara simultan *self esteem* dan resiliensi memberikan peran sebesar 34,1% terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Penyesuaian diri mahasiswa baru akan sangat



terbantu jika mahasiswa memiliki *self esteem* dan resiliensi, hasil penelitian Liu, Wang, Zhou dan Li (2014) menyatakan bahwa terdapat peran resiliensi terhadap penyesuaian diri secara psikologis yang diperkuat dengan adanya afeksi dan *self esteem* pada seseorang.

Self esteem dan resiliensi sebagai bagian penting dalam mendukung penyesuaian diri mahasiswa yang baru memasuki perguruan tinggi dengan berbagai situasi kondisi yang sangat berbeda dengan masa pendidikan sebelumnya baik secara sistem, akademik, maupun sosial. Dengan adanya imun yang kuat secara internal pada mahasiswa baru akan menjadi pertimbangan dalam bersikap dan berperilaku menghadapi tekanan-tekanan ataupun kesulitan dalam penyesuaian diri.

Berdasarkan koefisien korelasi *self esteem* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru sebesar 0,575 dan p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), Berdasarkan nilai R^2 *self esteem* sebesar 0,331. Hasil ini menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki sumbangan peran sebesar 33,1% terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Hernandez (2017) yang menemukan bahwa *self-esteem* memiliki peran sebesar 13% - 35% terhadap tingkat penyesuaian diri mahasiswa baru di perguruan tinggi. Sejalan dengan hasil dalam penelitian ini, Salami (2011) menjelaskan bahwa mahasiswa baru yang memandang dirinya dengan lebih positif memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi stressor dan tantangan sebagai mahasiswa baru sehingga lebih mampu untuk menyesuaikan dirinya dengan tantangan yang dihadapi di perguruan tinggi. Friedlander dkk. (2007) juga menambahkan bahwa mahasiswa baru yang memiliki sikap dan pandangan yang lebih positif akan dirinya memiliki lebih banyak strategi efektif untuk menghadapi permasalahan akademik ataupun sosial di perguruan tinggi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Aspelmeier dkk. (2012), Salami (2011), dan Friedlander dkk. (2007) yang menyatakan bahwa *self-esteem* dapat memprediksi atau menjadi prediktor terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Hal ini menunjukkan bahwa ketika mahasiswa baru memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi, maka ia akan memiliki *belief in self* dan *supportive network* yang lebih tinggi. *Self-esteem* adalah sikap dan pandangan individu secara positif ataupun negatif terhadap dirinya sendiri (Rosenberg dalam Guindon, 2010). Individu yang cenderung memandang dirinya secara positif memiliki kecenderungan untuk mampu bertahan dalam tekanan, menangani emosi positif juga negatif, independen, lebih terbuka, realistis, dan bertanggungjawab (Ferkany, 2008; Pasha & Munaf, 2013). Coopersmith (dalam Guindon, 2010) menjelaskan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* lebih tinggi menunjukkan kemampuan untuk menyesuaikan dirinya dengan cara yang lebih menyenangkan dalam menghadapi masalah di dalam dirinya dibandingkan individu dengan *self-esteem* lebih rendah.

Permatasari dan Savira (2017), menyatakan tingkatan *self-esteem* mahasiswa baru sebagian besar berada pada kategorisasi sedang. Sejalan dengan hasil tersebut, hasil dalam penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa baru juga memiliki *self-esteem* dalam kategorisasi sedang dan memiliki tingkat penyesuaian diri dalam kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru dengan *self-esteem* yang sedang akan cukup mampu untuk bertahan dalam tekanan, mengontrol emosi, mandiri, terbuka,

realistis, dan bertanggungjawab atas dirinya. Mahasiswa baru yang memandang dirinya dengan cukup positif mampu menyesuaikan dirinya dengan berbagai cara yang cukup menyenangkan. Hal ini membuat mahasiswa baru dapat menyesuaikan dirinya dengan cukup baik dalam menghadapi transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi.

Berdasarkan nilai matriks korelasi resiliensi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru sebesar 0,351 dan *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai R^2 sebesar 0,010. Hasil ini menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki sumbangan peran yang kecil sebesar 1% terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Secara parsial sumbangan resiliensi tergolong kecil, namun resiliensi dalam penelitian ini tetap dapat memberikan peran terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Dengan kondisi ini, mahasiswa yang memiliki resiliensi cenderung menunjukkan adanya fleksibilitas dan toleransi terhadap pengalaman yang baru dan siap mengatur diri yang dirancang untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi (Loh, Schutte, & Thorsteinsson, dalam Haktanir, Watson, Ermis-Demirtas, Karaman, Freeman, Kumaran, & Streeter, 2018), penelitian Haktanir dkk (2018) memberikan jawaban bahwa resiliensi memiliki hubungan dengan penyesuaian mahasiswa baru. Adanya hubungan tersebut dapat dilihat dari adanya peranan resiliensi sebagai ketahanan dalam situasi yang sulit dan berpengaruh dalam suksesnya penyesuaian mahasiswa baru pada masa transisi perguruan tinggi (Leary & Derosier, 2012).

Hasil penelitian Amelia, Asni, dan Chairilisyah (2014) yang melibatkan 119 responden menunjukkan bahwa distribusi resiliensi pada mahasiswa tahun pertama berada dalam kategori sedang, yang menjelaskan bahwa resiliensi ini dapat menjadi patner secara internal untuk memahami situasi kondisi yang terjadi. Hasil penelitian ini menunjukkan mahasiswa tersebut dapat bertahan saat mengalami tekanan stres akibat faktor akademik. Artinya, mahasiswa baru pada umumnya yang memiliki cukup resiliensi, dengan menunjukkan kondisi tersebut tetap membantu penyesuaian mahasiswa baru yang baik, bahwa resiliensi tetap dapat menjadi prediktor terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Hal ini menunjukkan bahwa ketika mahasiswa baru memiliki resiliensi, maka ia akan memiliki *belief in self* dan *supportive network* yang lebih baik dalam penyesuaian diri di perguruan tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru dengan adanya kecukupan resiliensi akan dapat untuk membantu bertahan dalam tekanan dan situasi yang sulit pada masa transisi di perguruan tinggi. Resiliensi dapat berkontribusi pada keberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi sehingga dapat mengurangi peluang drop out mahasiswa, dan resiliensi berperan penting bagi mahasiswa baru dalam situasi sulit akibat transisi di universitas (Olivas, 2017).

Secara parsial menunjukkan bahwa yang paling berperan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru dalam penelitian ini adalah *self esteem* (33,1%) dibandingkan dengan resiliensi (1%), namun jika dilakukan secara simultan antara *self esteem* dan *resiliensi* maka peran yang ditunjukkan adalah 34,1% terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. *Self esteem* cukup dominan dalam berperan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru, hal ini karena mahasiswa baru yang memiliki *self esteem* akan lebih mampu bertahan dalam menyesuaikan diri di awal tahun kuliah. Sebagaimana hasil penelitian Aspelmeier dkk



(2012) bahwa peran *self-esteem* terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa di tahun pertama lebih signifikan dibandingkan dengan mahasiswa pada tahun selanjutnya. Begitu juga, *self esteem* dapat sebagai mediator resiliensi dalam keadaan tekanan psikologis, sebab resiliensi ditemukan dapat memfasilitasi seseorang secara bersama-sama dengan *self esteem* (Benetti & Kambouropoulos, 2006).

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa *self-esteem* dan resiliensi secara signifikan terbukti memiliki peran secara simultan terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru di Indonesia. Dan secara parsial, *self esteem* lebih dominan dalam memberikan peran terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru di Indonesia dibandingkan resiliensi.

Berdasarkan hasil penelitian ini, *self-esteem* lebih mampu membantu mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi daripada resiliensi sehingga persiapan sebagai calon mahasiswa melalui kegiatan orientasi mahasiswa baru di setiap kampus dengan diadakan kegiatan yang memiliki pesan moral pengembangan *self esteem* secara intensif dalam penyesuaian diri yang diwujudkan dalam bentuk kegiatan praktis pembekalan mental selama 1 semester, serta di dalam kegiatan tersebut perlu di ramu peningkatan kemampuan resiliensi dalam menghadapi tugas dan tanggungjawab di perguruan tinggi sehingga dapat bertahan dalam menjalankan tuntutan akademik. Selain itu, pihak perguruan tinggi bersama dengan panitia pengenalan kehidupan kampus disarankan untuk mengevaluasi kembali rangkaian acara dan pelaksanaan kedisiplinan sehingga dapat menciptakan suasana serta acara yang dapat meningkatkan *self-esteem*, resiliensi, dan penyesuaian diri mahasiswa baru. Dan pihak dosen sebagai pendidik, maupun sebagai dosen pembimbing akademik (DPA) disarankan untuk menyediakan waktu secukupnya dalam memberikan nasehat yang akan menggugah motivasi internal mahasiswa baru dalam menjalani kehidupan di kampus, kegiatan ini bisa dilakukan secara tersentral yang akan menjadi program kerja kampus dalam pendidikan karakter mental mahasiswa baru maupun kegiatan ini dapat dilakukan pada saat mengajar dikelas disisipkan pesan moral.

Referensi

- Abdullah, M. C. (2010). Relationship between coping and university adjustment and academic achievement amongst first year undergraduates in a Malaysian Public University. 3(11), 379–392.
- Aspelmeier, J. E., Love, M. M., McGill, L. A., Elliott, A. N., & Pierce, T. W. (2012). Self-esteem, locus of control, college adjustment, and GPA among first- and continuing-generation students: A moderator model of generational status. *Research in Higher Education*, 53(7), 755–781. <https://doi.org/10.1007/s11162-011-9252-1>
- Amelia, S., Asni, E., & Chairilisyah, D. (2014). Gambaran ketangguhan diri (resiliensi) pada mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran universitas riau. *Jom FK*, 1(2), 1–9.
- Bonanno, G. A., & Diminich, E. D. (2013). Annual research review: positive adjustment to adversity - trajectories of minimal-impact resilience and emergent resilience. *Journal*

- of *Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 54(4), 378–401. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12021>
- Benetti, C., & kambouropoulos, N. (2006). Affect regulated indirect effect of trait anxiety and trait resilience on self esteem. *Personality and individual differences*, 41, 341-352.
- Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz. (2000). Guideline for the process cross cultural adaptation of self-report measure. *Spin*, 25(24), 3186 - 3191. doi: 10.1097/00007632-200012150-00014
- Clinciu, A. I., & Cazan, A. (2014). Academic adjustment questionnaire for the university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 127, 655–660. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.330>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. 133–165. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- Esmael, A., & Ebrahim, J. (2018). Adjustment problem among first year university students in Ethiopia: Across adjustment problem among first year university students in Ethiopia: Across Sectional Survey. (November). <https://doi.org/10.4172/2378-5756.1000455>
- Faizah & Oktawiranto, R. (2020). Are you stress on academic? Kajian akademik workload pada mahasiswa yang berperan ganda. *Psycho Idea Tahun 18. No.1 (1-7)*. <http://dx.doi.org/10.30595/psychoidea.v18i1.5634>.
- Ferkany, M. (2008). The Educational importance of self-esteem. *Journal of Philosophy Education*, 42 (1), 119-132. doi: 10.1111/j.1467-9752.2008.00610.x
- Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of College Student Development*, 48(3), 259–274. <https://doi.org/10.1353/csd.2007.0024>
- Guindon, M. (2010). *Self-esteem across the lifespan: issues and interventions*. New York: Taylor & Francis Group.
- Haktanir, A., Watson, J. C., Ermis-Demirtas, H., Karaman, M. A., Freeman, P. D., Kumaran, A., & Streeter, A. (2018). Resilience, academic self-concept, and college adjustment among first-year students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*, 0(0), 1–18. <https://doi.org/10.1177/1521025118810666>
- Harper, S. R., & Newman, C. B. (2016). Surprise, sensemaking , and success in the first college year: Black undergraduate men ’ s academic adjustment experiences. 118 (June), 1–30.
- Hernandez, R. M. R. (2017). Freshmen students ’ self -esteem and adjustment to college in higher education institutions in Calapan city , *Philippines*. 5(3), 49–56.
- Hurst, C. S., Baranik, L. E., & Daniel, F. (2011). College student stressors : A review of the qualitative. <https://doi.org/10.1002/smi.2465>
- Ishak, N.-A., & Jdaitawi, M. (2011). Moderating effect of gender and age on the relationship between emotional intelligence with social and academic adjustment among first year university students. 3(1), 78–89. <https://doi.org/10.5539/ijps.v3n1p78>
- Julia, M., & Veni, B. (2012). An analysis of the factors affecting students’ adjustment at a university in Zimbabwe. *International Education Studies*, 5(6), 244–250. <https://doi.org/10.5539/ies.v5n6p244>
- Kemenristekdikti. (2018). *Statistik pendidikan tinggi tahun 2018*. Jakarta: Pusdatin Iptek



- Dikti, Setjen, Kemenristekdikti.
- Liu, Y., Wang, Z., Zhou, C., Li, T. (2014). Affect and self esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment. *Personality and individual differences* 66 (2014) 92-97.
- Maulana, Z. F., Soleha, T. U., Saftarina, F., & Siagian, J. M. C. (2014). Differences in stress Level Between First-Year and Second-Year Medical Students in Medical Faculty of Lampung University. 10, 154–162.
- Medina, M. S. G. (2018). The self-esteem, social support and college adjustment of business and accountancy students. *Review of Integrative Business & Economics Research*, 7(2), 167–175.
- Muniroh, S. M. (2010). Dinamika resiliensi orang tua anak autis. *Jurnal Penelitian*, 7(9), 1–11.
- Nur, A. R. (2014). Hubungan antara kemandirian dengan penyesuaian diri dalam lingkungan kampus pada mahasiswa. *Skripsi*.
- Olivas, N. (2017). *Predicting adjustment to college: The role of protective factors*. Colorado State University.
- Pasha, H., & Munaf, S. (2013). Relationship of self-esteem and adjustment in traditional university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84(1988), 999–1004. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.688>
- Permatasari, R. A., & Savira, S. I. (2017). Hubungan antara self-esteem dengan penyesuaian diri pada mahasiswa psikologi angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 05(02), 1–7.
- Rahat, E., & İlhan, T. (2016). Coping styles, social support, relational self- construal, and resilience in predicting students' adjustment to university life. *Educational Sciences:Theory&Practice*, 16(1), 187–208. <https://doi.org/10.12738/estp.2016.1.0058>
- Rienties, B., Beusaert, S., Grohnert, T., & Niemantsverdriet, S. (2012). Understanding academic performance of international students : The role of ethnicity , academic and social integration. (June). <https://doi.org/10.1007/s10734-011-9468-1>
- Rooij, E. C. M., Jansen, E. P. W. A., & Griff, W. J. C. M. (2018). First-year university students ' academic success van Rooij , Els ; Jansen , Ellen ; van de Griff , Wim First-year university students ' academic success : the importance of academic adjustment. 2–9. <https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8>
- Salami, S. O. (2011). Psychosocial predictors of adjustment among first year college of education students. *US-China Education Review*, 8(2), 239–248.
- Santrock, J. W., & Halonen, J. S. (n.d.). *Your guide to strategies for achieving your goals*.
- Septiani, T., & Fitria, N. (2016). Hubungan antara resiliensi dengan stres pada mahasiswa sekolah tinggi kedinasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 59–76.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194–200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Teodora, L., & Lavinia, G. (2014). Adjustment to first year of college – relations among self-perception , trust , mastery and alienation. 127, 139–143. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.228>
- Tinakon, W., & Nahathai, W. (2012). A comparison of reliability and construct validity between the original and revised versions of the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Psychiatry Investigation*, 9(1), 54–58. <https://doi.org/10.4306/pi.2012.9.1.54>
- Warsito. (2009). Hubungan antara self-efficacy dengan penyesuaian akademik dan prestasi akademik. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, IX(1), 29–47.

Watson, J. C., & Lenz, A. S. (2018). Development and evaluation of the inventory of new college student adjustment. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*, 0(0), 1–16. <https://doi.org/10.1177/1521025118759755>