

PENGARUH PENYESUAIAN DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN SOSIAL PADA MAHASISWA PERAN GANDA UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

Tri Ayu Lestari¹, ps19.trilestari@mhs.ubpkarawang.ac.id
Nita Rohayati, M.Psi., Psikolog², nita.rohayati@ubpkarawang.ac.id
Choirul Ibad, M.Psi³, choirulibad@ubpkarawang.ac.id

^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
Jl. HS.Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat - 41361

Abstrak. Dalam beberapa tahun terakhir, angka putus kuliah mengalami peningkatan. Beberapa faktor yang berkontribusi pada fenomena putus kuliah berkaitan dengan finansial. Mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja merupakan fenomena umum dan memiliki tantangan tersendiri, sehingga penyesuaian diri menjadi hal yang penting bagi mahasiswa peran ganda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyesuaian diri terhadap kesejahteraan sosial pada mahasiswa peran ganda Universitas Buana Perjuangan Karawang. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan alat ukur berupa skala konstruksi penyesuaian diri berdasarkan teori Baker dan Siryk, serta skala konstruksi kesejahteraan sosial berdasarkan teori Keyes dan Shapiro. Partisipan penelitian sebanyak 656 mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang yang berkuliah dan bekerja dengan teknik *non-probability sampling* yaitu *convenience sampling*. Hasil analisis data menunjukkan adanya pengaruh positif antara penyesuaian diri dan kesejahteraan sosial pada mahasiswa peran ganda, hal ini menandakan bahwa semakin tinggi penyesuaian diri mahasiswa maka semakin tinggi kesejahteraan sosial yang dirasakan. Sumbangan pengaruh yang diberikan penyesuaian diri terhadap kesejahteraan sosial sebesar 82% ($R^2=0,82$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa penyesuaian diri memiliki pengaruh yang kuat dalam meningkatkan kesejahteraan sosial mahasiswa peran ganda. Temuan ini menekankan pentingnya mendukung proses penyesuaian diri bagi mahasiswa peran ganda, sehingga dapat mencapai kesejahteraan sosial yang lebih tinggi.

Kata kunci: *Penyesuaian Diri, Kesejahteraan Sosial, Mahasiswa Peran Ganda, Universitas Buana Perjuangan Karawang.*

Abstract. In recent years, the dropout rate has increased. Some of the factors that contribute to the dropout phenomenon are related to finances. Students who study while working are a common phenomenon and have their own challenges, so adjustment is important for dual-role students. This study aims to determine the effect of self-adjustment on social welfare in dual role students of Universitas Buana Perjuangan Karawang. This study uses a quantitative approach, with measuring tools in the form of self-adjustment construction scales based on Baker and Siryk theories, and social welfare construction scales based on Keyes and Shapiro theories. The research participants were 656 students of Universitas Buana Perjuangan Karawang who studied and worked with non-probability sampling techniques, namely convenience sampling. The results of data analysis show a positive influence between self-adjustment and social welfare in dual-role students, this indicates that the higher the adjustment of students, the higher the perceived social welfare. The contribution of the influence given by self-adjustment to social welfare was 82% ($R^2 = 0.82$). This study concluded that self-adjustment has a strong influence in improving the social welfare of dual-role students. These findings emphasize the importance of supporting the adjustment process for dual-role students, so as to achieve higher social well-being.

Keyword: *Self-Adjustment, Social Wellbeing, Multiple Role, Buana Perjuangan Karawang University.*

Pendahuluan

Data statistik Pendidikan Tinggi di Indonesia menunjukkan peningkatan jumlah mahasiswa baru setiap tahun. Jumlah mahasiswa baru tahun 2019 berjumlah 2.130.481 mahasiswa (Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi, 2019) dan pada tahun 2020 meningkat 0,98% menjadi 2.163.682

mahasiswa (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020). Data di atas menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia semakin menyadari akan pentingnya pendidikan. Kesadaran akan pentingnya pendidikan ini didukung dengan pernyataan Wijaya *et al.* (2016) yaitu di dekade ini, pendidikan semakin penting untuk memastikan peserta didik memiliki keterampilan belajar dan berinovasi, mahir menggunakan teknologi dan media informasi, mampu bekerja, serta mampu bertahan hidup dengan memanfaatkan keterampilan.

Dibalik peningkatan angka mahasiswa baru terdapat pula peningkatan angka putus kuliah setidaknya terdapat 697.901 mahasiswa putus kuliah di tahun 2019, dalam hal ini mahasiswa putus kuliah sebagian besar berada di Pulau Jawa sebanyak 414.901 mahasiswa. Pada tahun 2020 persentase mahasiswa putus kuliah mencapai 7% dari total mahasiswa yang terdaftar, sebanyak 602.208 mahasiswa. Dilihat dari tingginya angka putus kuliah yang mencapai ratusan ribu mahasiswa, dapat dikatakan bahwa tidak semua mahasiswa dapat bertahan dengan segala tantangan yang dihadapi.

Berbagai upaya yang beragam diperlukan untuk mewujudkan kelancaran dalam pelaksanaan pendidikan agar kebutuhan akan pendidikan tidak terganggu, diantaranya: (1) membayar biaya semester, (2) membeli perlengkapan alat tulis, (3) membeli buku, (4) pelatihan dan riset/penelitian, (5) serta biaya hidup mahasiswa (Mardelina & Muhson, 2017). Sayangnya, tidak semua mahasiswa mendapat dukungan secara finansial dari orang tua, maka kuliah dan bekerja merupakan fenomena yang sering dijumpai baik di Indonesia maupun di luar negeri (Lusi, 2021).

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja ini dapat dikatakan sebagai mahasiswa yang memiliki peran ganda (*multiple roles*), yaitu individu memiliki dua peran atau lebih dan setiap peran tersebut memiliki tuntutan yang berbeda-beda (Apollo & Cahyadi, 2012). Mahasiswa yang memiliki peran ganda merasakan beban lebih dalam hal emosi maupun pikiran, pernyataan ini didukung dengan beberapa hasil penelitian yang menyatakan bahwa menjalani lebih dari satu peran dapat menimbulkan konflik diantara peran-peran tersebut (Rachmah, 2015). Investigasi empiris yang telah dilakukan oleh Ahrens dan Ryff (2006) mengenai keterlibatan peran didapatkan bahwa bagaimanapun telah berfokus pada hubungan antara keterlibatan peran, terdapat hasil negatif seperti depresi dan kesusahan. Peran ganda menciptakan ekspektasi yang sulit untuk dipenuhi, terkadang target telah ditetapkan namun terkadang tidak semuanya tercapai, hal ini karena kurangnya waktu dan banyak tugas berat dan kompleks yang harus dilakukan (Lukiastuti & Lissa'dijah, 2021).

Masalah yang dialami mahasiswa yang bekerja sebagaimana studi yang dilakukan oleh Sasmita dan Rustika (2015) diantaranya adalah: kesulitan mengikuti sistem ujian blok, kesulitan memahami pelajaran, kesulitan mengatur waktu, kesulitan berkonsentrasi, kesulitan membuat jadwal kegiatan, dan kesulitan dalam menjalin hubungan pertemanan. Masalah yang dialami mahasiswa dapat menimbulkan dampak seperti menimbulkan keluhan dan tangisan, kurangnya waktu tidur, sering merasa kesepian, masalah kesehatan, berkurangnya minat untuk mengikuti pelajaran, berkurangnya waktu bersama keluarga, kegagalan dalam menempuh ujian. Masalah lainnya berkaitan dengan ketersediaan waktu untuk berdiskusi dan mengerjakan tugas kelompok sebagaimana menurut Mardelina dan Muhson (2017) yang menyatakan bahwa aktivitas belajar diukur dari persepsi mahasiswa dari keterlibatan mengerjakan tugas belajar, pemecahan masalah, kemampuan bertanya kepada rekan dan dosen, usaha mencari berbagai informasi, dan ikutserta melaksanakan diskusi kelompok.

Peran ganda tentunya tidak mudah dijalani, karena terdapat sejumlah tantangan tersendiri. Tantangan yang dialami oleh mahasiswa dapat berupa waktu yang lebih sedikit dan juga prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas kuliah. Perubahan-perubahan yang terjadi menurut pandangan Boreham, Povey, dan Tomaszewski (dalam Supriyanto & Rizkianti, 2022) memiliki dampak yang penting bagi kehidupan sosial individu, hal ini sejalan dengan pernyataan Bourgeois *et al.* (2014) bahwa individu yang memiliki rasa keterhubungan sosial yang besar lebih mungkin untuk mengatasi emosi melalui kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, hal ini juga merupakan bagian penting dari cara individu menampilkan dan mempromosikan diri untuk diikutsertakan dalam sebuah kelompok.

Kesulitan-kesulitan untuk berfungsi secara sosial dan merasa sejahtera di lingkungan sosial, dalam psikologi disebut sebagai kesejahteraan sosial. Tidak dipungkiri bahwa manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan satu sama lain, sehingga manusia akan selalu membentuk dan memelihara jalinan atau relasi sosial (Santoso, 2017). Demi terwujudnya peran yang dapat menjalankan dan memfungsikan berbagai relasi

sosial maka diperlukan adanya kesejahteraan sosial pada seorang individu, hal ini dikarenakan kesejahteraan sosial berkaitan dengan perasaan integrasi individu dengan komunitasnya.

Menurut Keyes dan Shapiro (2004) individu dengan kesejahteraan sosial yang tinggi secara interpersonal individu tersebut dapat bertukar dukungan sosial, secara sosial memiliki efikasi kolektif yang menggambarkan kepercayaan bersama yang dimiliki oleh anggota suatu kelompok atau masyarakat mengenai kemampuan mengatasi masalah dan berpartisipasi dalam mencapai tujuan, selain itu mengenali potensi yang dapat dikembangkan. Di sisi lain, individu dengan klasifikasi kesejahteraan sosial yang rendah berpotensi merasa asing. Secara interpersonal akan menunjukkan perilaku agresi dan ketidakramahan, serta menunjukkan ketidakpedulian atau tidak perhatian pada lingkungan. Secara sosial individu merasa terhambat dalam mencapai potensi atau kesempatan berkembang karena memiliki keterbatasan, sehingga menjadikan individu merasa tidak bermanfaat di lingkungan sosialnya. Menurut Supriyanto dan Rizkianti (2022) individu dengan tingkat kesejahteraan sosial yang tinggi menunjukkan kemampuan untuk mempercayai orang lain, mampu menerima keberadaan orang lain sekaligus menerima keberadaan dirinya. Individu yang mampu menyesuaikan diri dapat dikatakan memiliki kesejahteraan sosial yang tinggi.

Kesejahteraan sosial dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, Keyes menyatakan bahwa kesejahteraan sosial dapat dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya adalah: dukungan sosial dari orang terdekat, partisipasi sosial seperti keterlibatan individu di dalam kegiatan sosial, sikap sosial yang menjadi representasi dari individu, kontak sosial yang melibatkan interaksi individu secara emosional dengan lingkungan sosialnya, serta penyesuaian diri (Supriyanto & Rizkianti, 2022).

Menurut Keyes dan Shapiro (2004) kesejahteraan sosial dipengaruhi berdasarkan hasil individu dalam melakukan penyesuaian dan adaptasi atau dalam penelitian ini disebut sebagai penyesuaian diri. Menurut Susanti dan Nastiti (2021) penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang terus dilakukan tanpa henti dengan perubahan perilaku menyelaraskan diri individu dengan lingkungan, selain itu Lusi (2021) menuliskan bahwa selalu ada cobaan dan kesulitan pada setiap individu, bahkan frustrasi dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan psikologis.

Menurut Supriyanto dan Rizkianti (2022) semakin individu dapat melakukan penyesuaian diri, maka persepsi dan penilaian individu tersebut atas keberfungsian di lingkungan sosialnya juga akan meningkat. Menurut Wisniyani (2020) individu dengan klasifikasi penyesuaian diri yang tinggi dinilai mampu menanggapi dan memberikan tindakan yang dipertimbangkan dengan baik. Individu dengan klasifikasi penyesuaian diri yang rendah akan memiliki kesejahteraan sosial yang rendah, hal ini didukung dengan pernyataan dari Neugebauer *et al.* (dalam Supriyanto & Rizkianti, 2022) hubungan sosial akan terdampak jika individu kesulitan dalam menyesuaikan diri, seperti sulit untuk selaras dengan kondisi lingkungan, terbatasnya hubungan sosial, merasa rendah diri, cemas, sehingga kesejahteraan sosial tidak tercapai.

Penelitian mengenai kesejahteraan sosial dengan penyesuaian diri dibuktikan dengan beberapa penelitian diantaranya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Sinnott dan Park (2019) dengan hasil penyesuaian diri sangat berhubungan positif dengan berbagai aspek kesejahteraan sosial, dan hal ini dapat memprediksi peningkatan kesejahteraan sosial dari waktu ke waktu. Penelitian lain yang telah dilakukan oleh Layli (2020) didapatkan hasil bahwa penyesuaian diri memiliki hubungan positif dan kuat terhadap kesejahteraan sosial. Hasil dalam penelitian yang dilakukan oleh Supriyanto dan Rizkianti (2022) mengenai pengaruh penyesuaian diri terhadap *social well being* pada pekerja selama pandemi Covid-19 yaitu penyesuaian diri yang adekuat ditunjukkan karyawan selama bekerja di rumah (WFH) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap aspek kesejahteraan sosial.

Pada studi pendahuluan melalui wawancara pada tanggal 25 Januari 2023 kepada 9 mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang Fakultas Psikologi yang kuliah dan bekerja, ditemukan data yang menggambarkan dinamika menarik. Hasil wawancara mengungkapkan bahwa dari seluruh mahasiswa tersebut mengalami tingkat kelelahan yang lebih mendalam ketika menghadapi tuntutan peran ganda, baik sebagai mahasiswa maupun pekerja. Semua narasumber menceritakan tantangan dalam berada di tengah lingkungan sosial, karena peran yang berbeda-beda membuat individu kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Individu merasa terisolasi dari teman-teman satu angkatan yang hanya fokus pada kuliah,

mengakibatkan mahasiswa peran ganda merasa tidak sepenuhnya tergabung dalam lingkungan tersebut. Fenomena ini mengindikasikan adanya masalah dalam dimensi integrasi sosial.

Data yang terkumpul menunjukkan bahwa dari 9 mahasiswa, 7 diantaranya merasakan ketidakmampuan memberikan kontribusi kepada teman-teman di kampus. Narasumber tersebut mengalami kesulitan dalam memberikan bantuan atau menjawab pertanyaan terkait materi pembelajaran, hal ini disebabkan oleh pembagian waktu antara pekerjaan dan kuliah yang terbatas. Tidak hanya berkaitan dengan lingkungan kampus, individu yang bersangkutan juga merasa kurang mampu memberikan kontribusi atau kerjasama yang lebih besar di tempat kerja, hal ini dikarenakan individu tersebut merasa sudah menggunakan sebagian besar pikirannya untuk kuliah dan tugas pokok dalam pekerjaan. Rasa tidak mampu memberikan kontribusi ini berhubungan dengan dimensi kontribusi sosial. Selain kendala waktu, kesibukan sebagai mahasiswa peran ganda juga menghambat individu dalam mengenali dan mengembangkan potensi yang dapat diterapkan dalam lingkungan, menunjukkan adanya masalah dalam dimensi aktualisasi sosial.

Selain hal yang berkaitan dengan internal individu, dinamika di lingkungan sekitar juga memainkan peran penting. Semua narasumber mengungkapkan bahwa individu-individu tersebut cenderung kurang tertarik untuk mengetahui hal-hal di sekitar, kecuali jika berkaitan dengan hal penting dalam konteks akademik. Rendahnya minat terhadap lingkungan sekitar mengindikasikan adanya masalah dalam dimensi koherensi sosial. Di samping masalah-masalah yang sudah dijelaskan, semua mahasiswa pada studi pendahuluan juga mengakui kurangnya rasa kepercayaan kepada orang lain. Kurangnya rasa percaya ini berkaitan dengan adanya masalah dalam dimensi penerimaan sosial.

Fenomena ini memperlihatkan gambaran yang kompleks tentang bagaimana mahasiswa peran ganda menghadapi berbagai tantangan dalam menjalani kehidupan ganda, tidak hanya dalam lingkungan akademik tetapi juga dalam hubungan sosial dan interaksi di lingkungan sekitar tempat kerja individu. Terlihat bahwa fenomena ini memiliki dinamika yang kuat dengan dimensi yang berbeda-beda saling mempengaruhi dan membentuk kompleksitas pengalaman mahasiswa peran ganda. Sebagai perkembangan dan pembaharuan penelitian, maka pada sasaran subjek penelitian ini yaitu mahasiswa yang memiliki peran ganda serta berada dalam ruang lingkup Universitas Buana Perjuangan Karawang yang mana merupakan universitas yang memiliki fleksibilitas waktu kuliah, selain itu merupakan universitas dengan mahasiswa terbanyak di antara universitas swasta lainnya di Karawang yang terdaftar dalam Pangkalan Data Pendidikan Tinggi. Ditinjau dari latar belakang masalah yang telah dijabarkan, maka penelitian ini mengambil judul “pengaruh penyesuaian diri terhadap kesejahteraan sosial pada mahasiswa peran ganda di universitas buana perjuangan Karawang”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyesuaian diri terhadap kesejahteraan sosial pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang yang memiliki peran ganda.

Landasan Teori

Menurut Keyes dan Shapiro (2004) kesejahteraan sosial diartikan sebagai hasil evaluasi individu mengenai kualitas hubungannya dengan orang lain, wilayah sekitar, dan komunitas. Definisi yang disampaikan oleh Keyes kemudian lebih dijabarkan dalam Supriyanto dan Rizkianti (2022) yaitu kesejahteraan sosial sebagai penilaian terhadap kualitas hubungan individu dengan orang lain, lingkungan, dan masyarakat yang diukur dari penilaian individu melalui pengalaman yang dialami dalam lingkungan masyarakat.

Keyes dan Shapiro (2004) menyebutkan lima dimensi dari kesejahteraan sosial yaitu integrasi sosial, kontribusi sosial, koherensi sosial, aktualisasi sosial, dan penerimaan sosial. Integrasi sosial merupakan dimensi yang menjelaskan penilaian kualitas hubungan individu dengan masyarakat di lingkungan sosialnya. Kontribusi sosial merupakan penilaian individu kepada masyarakat termasuk keyakinan bahwa individu merupakan anggota penting di masyarakat yang memiliki nilai untuk diberikan kepada lingkungan. Koherensi sosial adalah persepsi terhadap kualitas, organisasi, dan keteraturan dalam dunia sosial, serta melibatkan keingintahuan mengenai fenomena sosial. Aktualisasi sosial adalah evaluasi potensi dan lintasan masyarakat, dimensi ini berkaitan dengan kepercayaan pada evolusi masyarakat melibatkan pemahaman bahwa masyarakat memiliki potensi yang dapat diwujudkan melalui institusi dan warganya. Dimensi penerimaan

sosial adalah konstruksi masyarakat terhadap karakter dan kualitas orang lain sebagai kategori umum, atau menurut Budiarto (2018) penerimaan sosial mengindikasikan generalisasi kategori masyarakat berdasarkan penilaian terhadap individu lain.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan sosial antara lain dukungan sosial yang diartikan sebagai kualitas hubungan dalam jaringan sosial seseorang dan perasaan terlindungi terkait dengan hubungan tersebut (Dunaeva, 2018). Partisipasi sosial yang secara umum merujuk pada partisipasi individu dalam kegiatan suatu kelompok sosial, dengan konsep utamanya memerlukan suatu kontak sosial, serta menunjukkan kontribusi sumber daya yang diberikan kepada masyarakat, dan menerima sumber daya yang diberikan kepada masyarakat (Wahyudiyono, 2019). Interaksi individu dalam kehidupan sosial merupakan sikap sosial yang harus dilandasi oleh nilai-nilai moral yang berlaku dalam masyarakat, pembentukan sikap sosial memerlukan perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi (Martati *et al.*, 2018). Kontak sosial, menurut Supriyanto dan Rizkianti (2022) merupakan komunikasi yang melibatkan interaksi secara emosional antara individu dengan lingkungan sosialnya. *Sense of Community* adalah perasaan psikologis masyarakat sebagai rasa saling berbagi tanggung jawab dan tujuan menjadi bagian dari suatu kelompok, individu dapat bergantung dan berkontribusi (Ramadhaan Umar & Suryanto, 2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan sosial di atas merupakan satu kesatuan bagaimana individu dapat melakukan penyesuaian, hal ini didukung oleh pernyataan Keyes (1998) bahwa kesejahteraan adalah ketiadaan kondisi dan perasaan negatif yang merupakan hasil dari penyesuaian dan adaptasi dengan dunia yang berbahaya.

Menurut Baker dan Siryk (dalam Ratelle *et al.*, 2017) penyesuaian diri merupakan penyesuaian yang multidimensi yang memerlukan pemenuhan berbagai jenis tuntutan dan pengembangan respons penanganan yang bervariasi dalam efektivitasnya, baik dari segi penyesuaian akademik, penyesuaian pribadi-emosional, penyesuaian sosial, dan penyesuaian institusi. Terdapat dua tujuan penting mengenai penyesuaian diri ke perguruan tinggi. Pertama, penyelidikan peran kepribadian dan faktor penentu lingkungan penyesuaian diri di perguruan tinggi. Kedua, untuk mengidentifikasi siswa yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dan mungkin mendapat manfaat konseling atau intervensi remedial lainnya.

Empat dimensi penyesuaian diri diuraikan oleh Baker dan Siryk (dalam López-Angulo *et al.*, 2021) sebagai berikut penyesuaian akademik mengacu pada keberhasilan pelajar dalam menghadapi tuntutan pendidikan yang beragam dari universitas yang mencakup cara mahasiswa menangani tuntutan pendidikan, seperti motivasi untuk menyelesaikan persyaratan akademik dan upaya serta kepuasan terhadap lingkungan. Penyesuaian pribadi-emosional berfokus pada keadaan psikologis mahasiswa selama proses beradaptasi di universitas dan sejauh mana mahasiswa mengalami ketidaknyamanan umum (López-Angulo *et al.*, 2021). Penyesuaian sosial merupakan istilah yang merujuk pada proses penyesuaian individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar (Dude, 2022). Penyesuaian institusi atau kelembagaan bertanggung jawab atas komitmen individu terhadap tujuan lembaga, keterikatan individu dengan lembaga dan kualitas hubungan antara individu dan lembaga (López-Angulo *et al.*, 2021).

Metode Penelitian

Pendekatan kuantitatif merupakan metode yang digunakan pada penelitian ini. Pendekatan kuantitatif menekankan pada analisis data numerik (angka) yang diolah menggunakan teknik statistika (Latipah, 2014). Alat ukur yang digunakan mencakup skala konstruksi penyesuaian diri, yang terdiri dari 12 aitem yang terbentuk dari empat dimensi yang dikemukakan oleh Baker dan Siryk (López-Angulo *et al.*, 2021) yaitu penyesuaian akademik, penyesuaian pribadi-emosional, penyesuaian sosial, dan penyesuaian institusional. Selain skala konstruksi penyesuaian diri, penelitian ini menggunakan skala konstruksi kesejahteraan sosial yang terdiri dari 10 item yang terbentuk dari lima aspek yang dikemukakan oleh Keyes dan Shapiro (2004) yaitu integrasi sosial, kontribusi sosial, koherensi sosial, aktualisasi sosial, dan penerimaan sosial.

Populasi yang diteliti adalah mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang yang bekerja dengan jumlah 3.668 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability convenience sampling* yang biasanya disebut dengan teknik *accidental* atau *opportunity sampling* yaitu pemilihan individu terdekat untuk menjadi responden dan melanjutkan proses tersebut sampai ukuran sampel yang diperlukan telah diperoleh atau individu yang kebetulan ada dan bersedia pada satu waktu (Cohen *et al.*, 2007). Berdasarkan

perhitungan dengan rumus slovin, diketahui bahwa jumlah sampel minimal adalah 361 orang. Pada penelitian ini, subjek penelitian melebihi perhitungan jumlah sampel yaitu sebanyak 656 orang.

Hasil Dan Pembahasan

Menurut Baker dan Siryk (dalam Ratelle *et al.*, 2017) penyesuaian diri merupakan penyesuaian yang multidimensi, baik dari segi penyesuaian akademik, penyesuaian pribadi-emosional, penyesuaian sosial, dan penyesuaian institusi. Individu dengan klasifikasi penyesuaian diri yang tinggi dinilai mampu menanggapi dan memberikan tindakan yang dipertimbangkan dengan baik, sedangkan individu yang memiliki penyesuaian diri yang rendah ditandai dengan sulit untuk selaras dengan kondisi lingkungan, terbatasnya hubungan sosial, merasa rendah diri, cemas, sehingga kesejahteraan sosial tidak tercipta.

Menurut Keyes dan Shapiro (2004) kesejahteraan sosial diartikan sebagai hasil evaluasi individu mengenai kualitas hubungannya dengan orang lain, wilayah sekitar, dan komunitas. Keyes (dalam Supriyanto dan Rizkianti, 2022) mengemukakan bahwa kesejahteraan sosial sebagai penilaian terhadap kualitas hubungan individu dengan orang lain, lingkungan, dan masyarakat yang diukur dari penilaian individu melalui pengalaman yang dialami dalam lingkungan masyarakat. Keyes dan Shapiro (2004) menyebutkan lima dimensi dari kesejahteraan sosial yaitu integrasi sosial, kontribusi sosial, koherensi sosial, aktualisasi sosial, dan penerimaan sosial.

Penelitian ini sepadan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sinnott dan Park tahun 2019, Layli tahun 2020, serta Supriyanto dan Rizkianti tahun 2022 dengan subjek yang berbeda dengan hasil penyesuaian diri memiliki korelasi positif dan pengaruh yang kuat terhadap kesejahteraan sosial. Dari hasil uji hipotesis diperoleh nilai Sig. $0,000 < 0,05$ sehingga hasil penelitian ini bermakna bahwa H_0 diterima dan H_0 ditolak. Hasil uji hipotesis memberikan arti adanya pengaruh penyesuaian diri terhadap kesejahteraan sosial pada mahasiswa peran ganda Universitas Buana Perjuangan Karawang. Pada uji koefisien determinasi, diketahui besaran pengaruh variabel penyesuaian diri terhadap kesejahteraan sosial berdasarkan hasil analisis data sebesar 82% ($R^2=0,82$) dan 18% dipengaruhi faktor lainnya yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini seperti partisipasi sosial, kontak sosial, sikap sosial, dan *sense of community* (Supriyanto & Rizkianti, 2022).

Analisis skala penyesuaian diri terdapat 50 orang dengan persentase 7,6% dengan kategori sangat tinggi yang merupakan kategori dengan frekuensi paling sedikit, sedangkan kategorisasi dengan frekuensi terbanyak yaitu kategori sedang sebanyak 230 orang dengan persentase 35,1%. Kategori lainnya yaitu kategori tinggi sebesar 23,9% terdapat 157 orang, kategori rendah dengan persentase 22,7% atau sebanyak 149 orang, dan kategori sangat rendah sebanyak 70 orang dengan persentase 10,7%.

Berdasarkan data lapangan, diperoleh bahwa penyesuaian diri mengukur sejauh mana mahasiswa mampu mengejar ketertinggalan akademik, dapat mengikuti dan menghadapi tantangan selama berkuliah dan bekerja dan dapat menjalin relasi yang baik, selain itu mengukur ketertarikan mahasiswa pada orang lain dan lingkungannya, serta berfikir untuk berhenti kuliah karena bekerja. Menurut Alipio (2020) kategori penyesuaian diri didasarkan pada seringnya individu melakukan adaptasi yaitu sangat tinggi dengan kategori mahasiswa melakukan penyesuaian diri setiap waktu, kategori tinggi yaitu mahasiswa menyesuaikan diri cukup sering, kategori sedang yaitu mahasiswa menyesuaikan diri sering, kategori rendah yaitu mahasiswa jarang menyesuaikan diri, dan kategori sangat rendah yaitu mahasiswa tidak menyesuaikan diri.

Analisis skala kesejahteraan sosial didapatkan hasil bahwa kategori kesejahteraan sosial paling banyak terletak di kategori sedang yaitu 31,1% atau 204 orang dan kategori rendah sebesar 27,6% sebanyak 181 orang, sisanya yaitu 58 orang dikategorikan sangat tinggi, 157 orang dikategorikan tinggi, dan 56 orang dikategorikan sangat rendah. Keyes dan Shapiro (2004) menyatakan bahwa individu dengan kesejahteraan sosial yang tinggi ditandai dengan perilaku yang berorientasi sosial, adanya rasa memiliki dalam konteks sosial, adanya kepercayaan kepada orang lain, dapat menerima orang lain dan dirinya sendiri, serta dapat menerima dukungan dan memberi dukungan sosial. Individu dengan kesejahteraan sosial yang rendah mengindikasikan perilaku yang merasa asing, menunjukkan perilaku agresi dan ketidakramahan, serta menunjukkan ketidakpedulian atau tidak perhatian pada lingkungan. Berdasarkan data lapangan, diketahui bahwa kesejahteraan sosial mengukur sejauh mana individu dapat memberikan dukungan, berperan aktif

dalam kegiatan sosial, percaya bahwa lingkungan dapat mengembangkan diri, dan dapat menghargai perbedaan sudut pandang.

Analisis kedua skala individu yaitu penyesuaian diri dan kesejahteraan sosial didominasi oleh kategori sedang, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa peran ganda Universitas Buana Perjuangan Karawang secara individual cenderung merasa terhubung dengan orang lain dan lingkungan sekitar atau jarang merasa terisolasi dari hubungan sosial. Secara interpersonal cenderung berbagi segala jenis dukungan antara individu atau kelompok seperti dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penilaian, serta secara sosial cenderung menekankan pentingnya hubungan sosial yang bernilai dan kepercayaan bersama yang dimiliki mengenai kemampuan dalam mengatasi masalah dan mencapai tujuan tertentu.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa penyesuaian diri berpengaruh positif terhadap kesejahteraan sosial pada mahasiswa peran ganda Universitas Buana Perjuangan Karawang. Hipotesis adanya pengaruh positif menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat penyesuaian diri, semakin tinggi juga kesejahteraan sosial pada mahasiswa peran ganda Universitas Buana Perjuangan Karawang. Sebaliknya semakin rendah tingkat penyesuaian diri, maka kesejahteraan sosial pada mahasiswa peran ganda Universitas Buana Perjuangan Karawang juga menurun. Pengaruh yang disumbangkan oleh penyesuaian diri terhadap kesejahteraan sosial sebesar 82% dan 18% lainnya dipengaruhi faktor yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini seperti partisipasi sosial, kontak sosial, sikap sosial, dan *sense of community* (Supriyanto & Rizkianti, 2022). Pada kategorisasi penyesuaian diri dan kesejahteraan sosial, keduanya didominasi oleh kategorisasi sedang yaitu pada penyesuaian diri sebesar 35,1% atau 230 orang dan pada kesejahteraan sosial didominasi dengan persentase sebesar 31,1% atau 204 orang.

Berdasarkan temuan dari analisis data, terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan, diantaranya bagi mahasiswa peran ganda tentunya tidak mudah dalam menjalani banyak peran sekaligus dengan tuntutan yang berbeda-beda. Setelah mengetahui bahwa penyesuaian diri berpengaruh besar terhadap kesejahteraan sosial, maka diharapkan pada setiap mahasiswa peran ganda senantiasa semakin menguatkan penyesuaian diri yang dimiliki tentunya menggunakan cara atau keunikan dari masing-masing individu. Dalam menguatkan penyesuaian diri individu terdapat berbagai cara, antara lain: (a) memperluas interaksi di berbagai lingkungan, dengan demikian beragam tingkah laku individu yang ditemui menjadikan mahasiswa peran ganda semakin mampu memahami cara bersikap. (b) keterampilan sosial juga mencakup kemampuan meminta bantuan dan dukungan dalam proses penyesuaian diri..

Selain saran bagi mahasiswa peran ganda, terdapat saran yang dapat diberikan kepada peneliti selanjutnya yaitu dapat meneliti faktor lain yang tidak diungkapkan pada penelitian ini mengingat penyesuaian diri bukan merupakan satu-satunya yang berpengaruh terhadap kesejahteraan sosial, selain itu dapat menjadi masukkan dalam segi subjek penelitian, seperti mahasiswa yang telah menikah, atau pekerja yang juga menjadi ibu rumah tangga, dan masih banyak subjek lainnya yang dapat diteliti.

Kepustakaan

- Alipio, M. M. (2020). Adjustment to college and academic performance : Insights from Filipino college freshmen in an allied health science course. *Education and Management Journal*, January, 1–12.
- Budiarto, Y. (2018). Social Well-Being, Psychological Well-Being Dan Emotional Well-Being: Studi Kausal Komparatif Pada Praktisi Seni Bela Diri Bima Dan Kebugaran Fisik. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 18–28.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research Methods in Education* (6th ed.). Routledge Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9781315158501-17>
- Dude, S. (2022). *Description of student social adjustment*. 9(4), 44–54.
- Dunaeva, V. (2018). New Approaches in Social Well- Being Studies. *PEOPLE: International Journal of Social Sciences*, 4(3), 566–573. <https://doi.org/10.20319/pijss.2018.43.566573>
- Keyes, C. L. M. (1998). Social Wellbeing. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121–137.
- Keyes, C. L. M., & Shapiro, A. D. (2004). Social well-being in the United States: A descriptive epidemiology. *How Healthy Are We?: A National Study of Well-Being at Midlife*, January 2004, 350–372.

Latipah, E. (2014). *Metode Penelitian Psikologi Pendidikan*. 1–140.

Layli, S. R. El. (2020). *The Relationship of Self Adjustment and Social Well-Being of Overseas Students in Jabodetabek* (Issue Skripsi).

López-Angulo, Y., Cobo-Rendón, R., Saéz-Delgado, F., & Mujica, A. D. (2021). Exploratory Factor Analysis of the Student Adaptation to College Questionnaire Short Version in a Sample of Chilean University Students. *Universal Journal of Educational Research*, 9(4), 813–818. <https://doi.org/10.13189/ujer.2021.090414>

Martati, B., Akbar, M., & Sumantri, M. S. (2018). Social Attitudes Of Student's In Values Clarification Technique And Expository Learning. *2 Nd International Conference on History Education*, 62–68. <http://history.sps.upi.edu/wp-content/uploads/2020/07/10-Martati-et-al2018-Social-Attitudes-of-Students-in-Values-Clarification-Technique-and-Expository-Learning.pdf>

Ramadhaan Umar, M. F., & Suryanto. (2016). *Sense of Community Pada Komunitas Yourraisa Surabaya*.

Ratelle, C. F., Duchesne, S., & Guay, F. (2017). Predicting school adjustment from multiple perspectives on parental behaviors. *Journal of Adolescence*, 54, 60–72. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.11.008>

Sinnott, S. M., & Park, C. L. (2019). Social well-being in adolescent and young adult cancer survivors. *Journal of Adolescent and Young Adult Oncology*, 8(1), 32–39. <https://doi.org/10.1089/jayao.2018.0043>

Supriyanto, & Rizkianti, N. (2022). Pengaruh penyesuaian diri terhadap social well-being pada pekerja selama pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional, 2022*, 36–45.

Wahyudiyono. (2019). Implikasi Penggunaan Internet terhadap Partisipasi Sosial di Jawa Timur. *Jurnal Komunika : Jurnal Komunikasi, Media Dan Informatika*, 8(2), 63. <https://doi.org/10.31504/komunika.v8i2.2487>