

Regulasi Diri sebagai Prediktor Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau

Esterlita Ema Sirwa¹, Agustin Rahmawati², Dellawaty Supraba³

Fakultas Psikologi^{1,2,3} (Universitas Merdeka Malang)

esterlitasirwa@gmail.com¹

Abstract

Self-adjustment is a process that runs throughout life and is dynamic in nature which can be seen whether it is able to accept the rights of others between fellow Papuan students studying in Malang city in response to changing conditions. This situation makes Papuan students must have good self-regulation so that students are able to adjust well as for factors that influence self-adjustment to occur in the environment is very influential in the family, school environment, and environment society. This study aims to determine the relationship between self-regulation and self-adjustment in Papuan students in Malang city. The population of this study was 223 Papuan students who joined IPMAPA and used the Sloven calculation to obtain a sample. The sample in this study was 70 Papuan students using saturated sampling. The measuring instrument used in this study is a 60-item self-adjustment scale and a 60-item self-regulation scale. Thus there is a positive relationship between self-regulation and self-adjustment in Papuan students in Malang city. These results can be interpreted that the higher the level of self-regulation in Papuan students, the higher the level of self-adjustment they have.

Keywords: Self-adjustment; Self-regulation; Papuan_Students

Abstrak

Penyesuaian diri ialah sebuah proses yang berjalan sepanjang hidup dan bersifat dinamis yang dapat dilihat baik atau tidaknya mampu menerima hak orang lain antara sesama mahasiswa Papua yang berkuliah di kota Malang dalam menanggapi kondisi yang berubah. Keadaan ini membuat mahasiswa Papua harus mempunyai regulasi diri yang baik sehingga mahasiswa mampu untuk menyesuaikan diri dengan baik adapun faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri terjadi pada lingkungan sangat berpengaruh pada keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Papua di kota Malang. Populasi penelitian ini sebanyak 223 mahasiswa Papua yang tergabung pada IPMAPA dan menggunakan perhitungan Slovin untuk mendapatkan sampel. Sampel pada penelitian ini sebanyak 70 mahasiswa Papua dengan menggunakan sampling jenuh. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penyesuaian diri 60 aitem dan skala regulasi diri 60 aitem. Dengan demikian terdapat hubungan yang positif antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Papua di kota Malang. Hasil tersebut dapat diinterpretasikan semakin tinggi tingkat regulasi diri pada mahasiswa Papua, maka semakin tinggi tingkat penyesuaian diri yang dimiliki.

Kata kunci: Mahasiswa_Papua; Penyesuaian_diri; Regulasi_diri

1. Pendahuluan

Papua merupakan sebuah kepulauan yang terletak di paling ujung timur Indonesia. Kepulauan Papua yang terbagi menjadi provinsi Papua dan Papua barat. Pendidikan di Papua bisa terbilang sulit dalam hal fasilitas yang tersedia masih sangat terbatas seperti tenaga kerja pendidikan, oleh karena itu pemerintah Indonesia melakukan pemekaran agar dapat meningkatkan ekonomi, kualitas pendidikan, dan pelayanan kesehatan masyarakat.

Adanya tiga daerah otonom baru yang merupakan bagian dari pemekaran, yaitu wilayah Papua Selatan, wilayah Papua Tengah, dan wilayah utara Papua, seharusnya memudahkan penyebaran pekerjaan di wilayah Papua yang luas. Papua memiliki wilayah dengan keragaman budaya dan sumber daya alam (SDA). Namun terlepas dari itu, sumber daya manusia (SDM) masih sulit ditemukan oleh pemerintah Papua yang ingin berusaha untuk meningkatkan kualitasnya, terutama untuk meningkatkan dalam bidang pendidikan saat ini.

Situasi ini dapat dijelaskan oleh Soedarmo yang pada saat itu menjabat sebagai Gubernur Papua pada tahun (2018) mengungkapkan bahwa saat itu kondisi dari geografis yang ada di Papua Selatan dan Papua Pegunungan yang menjadi sebuah kendala untuk memajukan pendidikan yang ada di bumi cendrawasih Papua Indonesia (Mendikbud, 2018) Menurut Didik Suhardi selaku Sekjen yang mengatakan bahwa Kemendikbud fokus meningkatkan kualitas pendidikan di Papua agar tidak tertinggal perkembangannya dibandingkan dengan pada wilayah lain (Mendikbud, 2018)

Menurut (Wijaya, 2015) mengatakan dari segi pendidikan di Papua Barat terlihat lebih maju dari daerah Papua, namun masih jauh dari banyak daerah lain di Indonesia. Dari data Webometrics seperti (Siregar, A, O. A., & Kustanti, 2020) mengatakan bahwa Pulau Jawa menjadi tempat dengan banyaknya perguruan tinggi negeri yang diminati banyak orang, salah satunya mahasiswa dari Indonesia bagian Timur.

Adapun menurut penelitian oleh (Siregar & Kustanti, 2020) mengungkapkan bahwa lingkungan yang mayoritas beretnik Jawa yang membuat individu ketika berbicara dengan nada tinggi menjadi tidak sopan atau marah, mahasiswa dari luar pulau Jawa seperti mahasiswa dari Papua mulai merasakan bahwa adaptasi dengan lingkungan baru di yang mereka sangat diperlukan. Masyarakat suku Papua saat berbicara menggunakan nada suara yang tinggi atau keras, bahkan saat tertawa memiliki nada suara yang lebih keras dari pada saat berbicara, namun bagi pelajar Papua berbicara seperti itu sudah biasa bagi mereka mengingat daerah asalnya memiliki lingkungan seperti itu.

Adapun penelitian oleh (Niam Erni Khoirun, 2009) terdapat mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berasal dari Kabupaten Fakfak, Provinsi Papua. Mahasiswa tersebut merasa tidak nyaman karena lingkungan yang membuat timbulnya sebuah kecemasan dan juga karena hal tersebut membuat kondisi mahasiswa menurun dan tidak optimal untuk berkuliah. Permasalahan ini dapat timbul akibat individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik dan sulit dalam mengatur diri dengan baik pada lingkungannya ketidaklarasan pada individu karena konflik dan ketegangan yang dialaminya maka berdampak untuk orang lain dan juga lingkungannya (Desmita, 2009).

Kemampuan dari regulasi diri pun dapat mengarahkan pada kepribadian yang normal dan mencapai pengendalian diri serta realisasi diri. Interaksi pun tercipta menjadi sebatas aktivitas yang bertujuan untuk ke warung ataupun berbelanja makanan maka dari itu tidak ada interaksi yang begitu erat antara mahasiswa Papua dengan lingkungan yang ada. Dalam hal ini kemampuan regulasi diri dapat mencegah individu dari keadaan yang tidak sesuai dan membantu untuk mengatur diri individu tersebut.

Menurut (Illahi, 2017) Penelitian lainnya mengungkapkan bahwa mahasiswa dari Papua ketika sudah bertemu dengan teman mahasiswa yang satu daerah asal dari Papua akan merasa nyaman dan membuat

jarang membaaur dengan masyarakat sekitar dan juga dengan mahasiswa dari pulau Jawa itu sendiri karena sudah bergaul dengan mahasiswa yang sama-sama dari Papua.

Menurut (Isnaini, 2017) Proses yang mencakup respon-respon mental dan behavioral yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat tinggal individu. Adapun beberapa hambatan yang dihadapi mahasiswa Papua dalam proses pergerakan, antara lain hambatan kemampuan akademik perbedaan fisik, dan komunikasi.

Menurut (Rundengan N, 2013) menjelaskan bahwa mahasiswa Papua di Universitas Sam Ratulangi Manado Papua lebih banyak bertemu dan bersosialisasi dengan etnis teman-teman mereka daripada mahasiswa yang berasal dari Manado. Ketika datang ke perbedaan antara komunikasi verbal dan non-verbal mereka disebut sebagai salah satu faktor yang menyebabkan komunikasi di antara mereka. Selain itu, perbedaan kemampuan pendidikan secara fisik juga dijelaskan sebagai penyebab mahasiswa Papua merasa minder dengan mahasiswa Manado.

Regulasi diri meliputi self generation dan pemantauan secara kognitif terhadap pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai tujuan tanpa melibatkan orang lain (Santrock J W, 2007). Menurut (Setiawan S, 2017) menyatakan bahwa regulasi diri juga merupakan dasar dari proses sosialisasi karena berhubungan dengan perkembangan kognitif, emosional, dan fisik.

Menurut (Susanto, 2006) menyatakan bahwa regulasi diri itu dapat dipahami sebagai penggunaan suatu proses yang mengaktivitasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai sebuah tujuan yang telah ditetapkan untuk bisa memahami regulasi diri dalam dirinya dan mengungkapkan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan dalam mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku itu sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performasinya seseorang mencapai tujuan atau prestasi sebagai bukti peningkatan (Bandura, 2005).

Menurut (ormrod, 2012) mengungkapkan bahwa regulasi diri memiliki 5 aspek yaitu memiliki kemampuan dalam menetapkan tujuan dan standar serta mampu melihat diri sendiri mampu bertindak secara mandiri, dan mampu berpikir sendiri faktor-faktor untuk menjadi diri sendiri. Aturan ketiga adalah evaluasi diri, orang yang mengevaluasi pekerjaannya, menilai dirinya sendiri sesuai dengan minat dan pendapatnya sendiri, kemudian proses evaluasi atau penilaian moral, menilai kecukupan perilaku dengan standar etika atau membandingkannya, reaksi pribadi serta tindakan orang lain.

Analisis dan penilaian seseorang membuat analisis positif atau negatif tentang hal itu setelah penyelidikan selesai orang tersebut akan diganti atau menghukum diri sendiri atau tidak muncul reaksi karena fungsi kognitif membuat keseimbangan yang mempengaruhi evaluasi positif atau negatif menjadi kurang bermakna secara individual.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Regulasi diri pada Penyesuaian diri terhadap mahasiswa Papua di Kota Malang.

Serta berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti mengemukakan hipotesis penelitian ini, yaitu terdapat hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Papua di kota Malang dilihat dari hasil dari penelitian ini.

Rumusan Masalah

Penelitian ini mengetahui dari pembahasan diatas maka dapat diperoleh rumusan masalah apakah ada hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Papua di kota Malang?

Tujuan dan Manfaat Penulisan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan pemahaman baru kepada pembaca tentang penyesuaian diri dikalangan mahasiswa Papua di kota Malang.

Manfaat penelitian :

a) Peneliti

Dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan pembelajaran untuk bisa menyesuaikan diri dengan pengalaman dari hasil penelitian ini dan pengetahuan bagi peneliti mengenai hubungan dari regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa papua di kota Malang.

b) Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan selanjutnya khususnya yang berhubungan dengan regulasi diri dan penyesuaian diri.

2. Metode

Variabel adalah segala sesuatu yang diteliti seorang peneliti, sesuatu tersebut bisa manusia, benda ataupun sistem. Variabel merupakan objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2006).

Variabel yang digunakan dalam penelitian yang akan dilakukan penulis adalah variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas adalah variabel yang variasinya mempengaruhi variabel yang lain atau variabel tergantung. Variabel tergantung adalah variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel (Azwar, 2015). Variabel dalam penelitian ini adalah:

a. Variabel Tergantung (Y) : Penyesuaian Diri

b. Variabel Bebas (X) : Regulasi Diri

Identifikasi variabel penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut :

Penyesuaian diri menurut Desmita (2014) mengatakan bahwa upaya manusia untuk mencapai keharmonisan pada dirinya dan lingkungannya. Penyesuaian diri diukur dengan menggunakan skala penyesuaian diri. Skala berdasarkan aspek penyesuaian diri yaitu kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab. Semakin tinggi skor diperoleh maka semakin baik penyesuaian diri pada mahasiswa Papua begitu pun kalau dibalik.

Regulasi diri upaya untuk mengendalikan pikiran, perasaan, dan tindakan untuk mencapai tujuan. Regulasi diri dapat diukur dengan menggunakan teknik Regulasi diri. Skala

regulasi diri di dasarkan pada aspek regulasi diri, yaitu nilai dan tujuan pribadi, nilai emosional, pengarahan diri, pemantauan diri, evaluasi diri, dan yang tak terduga, semakin tinggi skornya, semakin baik regulasi diri tersebut dan masih banyak lagi (Ormrod, 2008).

Populasi dari penelitian ini ada 223 yang meliputi mahasiswa Papua di kota Malang yang diambil dari *whatsapp* beranggotakan IPMAPA (ikatan pelajar dan mahasiswa papua di kota malang) dlakukan di kota malang karena fenomena yang ini diteliti oleh peneliti ada disana. Serta sampel yang digunakan dari penelitian ini menggunakan batas kesalahan 10% dari perhitungan rumus slovin, dan hasil nya sekitar 70an mahasiswa yang ada mengisi kuisisioner yang dibagikan dalam bentuk link google form. Bagian instrument penelitian meliputi wawancara melalui *whatsapp*, sebarakan kuisisioner/angket. Dalam hal ini teknik pengumpulan data menggunakan skala psikologi dan menggunakan skala *likert* dengan bentuk pengukuran interval seperti sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju(TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS), cara analisis data menggunakan software statistic SPSS untuk menguji asumsi, uji linearitas, uji normalitas, untuk uji hipotesis menggunakan korelasi *product moment pearson* untuk mencari tahu nilai koefisien.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Bagian ini memuat paparan data, hasil uji asumsi, dan hasil uji hipotesis yang disajikan secara berurutan dan dianalisis secara kritis. Hasilnya harus menjawab hipotesis. Tabel, bagan, atau gambar harus membantu menjelaskan analisis dan mudah dipahami. Tulisan “Tabel” diletakkan di atas tabel dan diletakkan di tepi kiri. Tulisan tabel diawali dengan huruf kapital dan diikuti dengan angka 1, 2, dst. Dibawah tulisan tabel diberi keterangan judul tabel. Selanjutnya, dibawah tabel diberi keterangan. Bagian ini juga harus sekitar 20% dari total teks. [Times New Roman, 10,5 pt, spasi: 1.5, alignment: justify]

Tabel 1
 Jumlah Data Distribusi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

No	Jenis Kelamin	Usia	Jumlah	Presentase
1	Laki-laki	18 - 25	24	45%
2	Perempuan	18 - 25	36	55%
Total			70	100%

Tabel di atas terdapat responden dengan jenis kelamin laki-laki yang berusia 18 – 25 tahun berjumlah 24 sebesar 45% serta perempuan dengan usia 18 – 25 tahun ada 36 sebesar 55%. Sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan jumlah responden laki-laki dan perempuan memiliki kontribusi yang sama besar.

Berdasarkan data penelitian yang telah dianalisis, dapat dilakukan perbandingan secara deskriptif antara keadaan hipotetik (keadaan yang diprediksi terjadi) dan keadaan empirik (keadaan yang diperoleh dari data penelitian). Pencarian serta perbandingan antara skor hipotetik dan skor empirik dilakukan untuk mengetahui presentase jumlah subjek yang beradaxdalam kategori tertentu. Perbandingan hasil perhitungan antara skor hipotetik dan skor empirik dari masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Regulasi Diri	60	240	150	30	138	227	182,5	14,83333
Penyesuaian diri	60	240	150	30	142	176	159	5,666667

Keterangan:

Min : Nilai Terendah

Mean : Rata-rata

Max : Nilai Tertinggi

SD : Standart Deviasi

Deskripsi data subjek tersebut digunakan untuk mengkategorikan data yang diperoleh ke dalam beberapa tingkatan. Kategori ini dimaksudkan untuk menempatkan subjek ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur, dimana kontinum jenjang ini seperti contohnya dari rendah ke tinggi, dengan menggunakan pedoman rumus model distribusi data normal Azwar (2012), sebagai berikut:

Rumus Skor Stadart :

Tabel 3

Pedoman	Kategori
$X \geq M + 1. SD$	Tinggi
$M - 1. SD \leq x < M + 1. SD$	Sedang
$X < M - 1. SD$	Rendah

Keterangan:

M : Mean teoritik (rerata hipotetik) yang diperoleh dari $\frac{l_2}{2}$ (skor minimum + skor maksimum)

SD : Standar deviasi teoritik yang diperoleh dari $\frac{1}{6} x$ (skor maksimum – skor minimum)

Statistik Deskripsi dan Reliabilitas Alat Tes

Skala yang digunakan dalam penelitian dibuat dalam bentuk pernyataan yang dinyatakan favorable dan unfavorable. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala dua skala yaitu skala regulasi diri dan penyesuaian diri yang mengacu pada skala Likert. Sebelum melakukan penelitian dengan skala-skala tersebut. Peneliti melakukan uji coba terlebih dahulu dengan melakukan judging group agar mendapatkan alat ukur yang baik dan menggunakan tryout terpakai untuk menghitung validasi isi dan reliabilitas pada alat ukur.

Penjelasan kategorisasi pada masing-masing variabel sebagai berikut:

Kategori Skala Regulasi diri

Skala regulasi diri setelah diuji coba didapatkan 60xaitem valid dengan rentang skor 1-4, sehingga nilai maksimum hipotetik adalah 240 (60x4) dan untuk nilai minimum hipotetik sebesar 60(60x1). Rata-rata hipotetik (mean hipotetik) adalah $\frac{1}{2} \times (240 + 60) = 150$ dan standar deviasi hipotetik sebesar $\frac{1}{6} \times (240 - 60) = 30$ berdasarkan data tersebut dapat ditentukan kategorisasi untuk variabel regulasi diri sebagai berikut:

Tabel 4
 Kategorisasi Data Regulasi Diri

Kategori	Pedoman	Jumlah	Persentase (%)
Tinggi	$X \geq 196$	9	12,85
Sedang	$168 \leq x < 196$	27	38,57
Rendah	$X < 168$	34	48,57
Total		70	100

Dari hasil perhitungan pengkategorian pada skala regulasi diri atas diketahui masing-masing kategori yaitu terdapat 34 mahasiswa Papua (48,5714286%) berada pada kategori rendah, 27 mahasiswa Papua (38,5714286%) berada dalam kategori sedang dan 9 mahasiswa Papua (12,8571429%) berada dalam kategori tinggi.

Hal ini berarti menggambarkan bahwa tingkat regulasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa Papua yang berkuliah di kota Malang berada pada tingkat rendah.

Kategori Skala Penyesuaian Diri

Setelah di uji coba didapatkan 60 aitem valid dengan rentang skor 1-4. Selanjutnya perhitungan kategorisasi variabel penyesuaian diri dilakukan dengan cara yang sama, yaitu berdasarkan nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi hipotetik maka nilai minimum adalah 60, nilai maksimum 240, mean adalah 150 dan standar deviasi 30. Kategorisasi dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 5
 Kategorisasi Data Penyesuaian Diri

Kategori	Pedoman	Jumlah	Persentase (%)
Tinggi	$X \geq 164$	22	31,42
Sedang	$154 \leq x < 164$	25	35,71
Rendah	$X < 154$	23	32,85
Total		70	100

Hasil perhitungan pengkategorian pada skala penyesuaian diri di atas diketahui masing-masing kategori terdapat yaitu terdapat 23 mahasiswa Papua (32,85714%) berada dalam kategori rendah, 25 mahasiswa Papua (35,71429%) berada dalam kategori sedang dan 22 mahasiswa Papua (31,42857%) berada dalam kategori tinggi. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa Papua mempunyai penyesuaian diri yang cukup.

Hasil Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan terlebih dahulu sebelum dilakukan analisis data. Uji asumsi dalam penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji linieritas. Berikut ini hasil dari uji normalitas dan uji linieritas:

Uji Normalitas

Hasil perhitungan uji normalitas diperoleh melalui perhitungan Kolmogorov-Sminov Test (KST) dengan skala regulasi diri dan skala penyesuaian diri yang dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 6
 Rangkuman Uji Normalitas

Skala	Sig/p	keterangan	Kesimpulan
Regulasi diri	0,2	Sig>0,05	Normal
Penyesuaian diri	0,2	Sig>0,05	Normal

Uji normalitas sebaran dilakukan untuk membuktikan bahwa variabel penelitian yang meliputi regulasi diri dan penyesuaian diri memiliki distribusi normal atau tidak. Hasil ini diperoleh melalui perhitungan Kolmogorov-Smirnov yaitu apabila $P > 0,05$ maka sebaran data dapat dikatakan normal. Skor perhitungan yang menunjukkan nilai $P < 0,05$ dapat dikatakan bahwa sebaran data tidak normal.

Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui pengaruh suatu variabel terhadap variabel yang lainnya. Suatu hubungan dapat dikatakan linier apabila nilai signifikansi linieritas lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) (Noor,2011). Berdasarkan perhitungan uji regresi linier melalui SPSS 16.0 diperoleh nilai signifikansi 0,294 yang menunjukkan terdapat data yang terdistribusi linier antara regulasi diri dan penyesuaian diri dan data di katakana linier apabila $P > 0,05$. Berikut ini merupakan tabel hasil perhitungan uji linieritas menggunakan program SPSS v.25.

Tabel 7
 Hasil Uji Normalitas Skala Regulasi diri dan Skala Penyesuaian diri

Variabel		F	Sig.	Keterangan
Regulasi diri	Linearity	93.829	0,000	Linier
Penyesuaian diri	Devition from linearity	1.214	0,294	Linier

Dari tabel diatas dapat dipaparkan bahwa hasil dari pengujian linearitas pada data menunjukkan hasil dari nilai $p > 0,05$ dengan nilai signifikansinya yaitu sebesar $0,294 > 0,05$. Oleh karena itu, kedua variabel ini memiliki hubungan yang linier.

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan koefisien korelasi Product Moment sederhana untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Jika nilai signifikan ($p < 0,05$) maka ada hubungan yang signifikan antara dua variabel tersebut. Sebaliknya jika nilai signifikan ($p > 0,05$) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara dua variabel. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 8
 Tabel Uji Korelasi

Correlations			
Regulasi diri		Penyesuaian diri	
Regulasi diri	Pearson Correlation	1	.743**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	70	70
Penyesuaian diri	Pearson Correlation	.743**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	70	70

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data di atas, diperoleh indeks korelasi sebesar $r = 0,743$ dengan nilai signifikan $0,000$ ($p < 0,05$). Hasil ini berarti variabel regulasi diri memiliki hubungan positif dengan penyesuaian diri, yaitu semakin tinggi nilai regulasi diri maka semakin tinggi pula nilai penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya semakin rendah nilai regulasi diri maka semakin rendah pula penyesuaian diri.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk penyesuaian diri melihat adanya hubungan atau tidak antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Papua di kota Malang dan dari hasil hipotesis dapat terbukti bahwa penelitian ini memiliki hubungan positif antara regulasi diri dengan penyesuaian diri. Berdasarkan hasil hipotesis dapat diketahui bahwa ada hubungan antara penyesuaian diri pada mahasiswa Papua di kota Malang. Jadi semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki oleh individu maka semakin tinggi pula penyesuaian diri pada individu tersebut. Begitu pula sebaliknya semakin rendah regulasi diri yang dimiliki oleh individu maka semakin rendah pula penyesuaian diri pada individu tersebut. Hasil ini sesuai juga dengan penelitian

yang dilakukan oleh penyesuaian diri (Cazan, 2012) menyebutkan bahwa regulasi diri dapat menjadi faktor kuat dalam proses penyesuaian diri akademik dan penyesuaian dapat terlihat dari perilaku belajar serta prestasi mahasiswanya. Bandura (Feist & Feist, 2010) menyatakan bahwa ada faktor penyesuaian diri eksternal dan juga internal dalam regulasi diri dan untuk faktor eksternal yang sangat mempengaruhi regulasi diri mahasiswa adalah lingkungan yang memiliki pengaruh besar bagi mahasiswa.

Penjelasan tersebut juga penyesuaian diri dibuktikan dari hasil hipotesis yang diperoleh indeks korelasi penyesuaian diri sebesar 0,743 dengan nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kedua variabel. Hasil dari uji linearitas antara regulasi diri dengan penyesuaian diri sebesar 0,000 ($< 0,05$) maka kedua variabel tersebut dapat dikatakan linier atau memiliki hubungan, karena dapat dikatakan linier jika memiliki nilai signifikan $p < 0,05$.

Melalui regulasi diri penyesuaian diri yang baik, individu akan memiliki pengaruh terhadap lingkungannya, dan juga mampu penyesuaian diri membangun kehidupannya sendiri, memiliki tujuan untuk masa depan, mampu menghadapi setiap permasalahan dan dapat penyesuaian diri menyesuaikan diri dengan norma yang ada di masyarakat, sehingga regulasi diri yang baik akan membawahkan individu tersebut akan memiliki penyesuaian diri yang baik dan sebaliknya jika regulasi diri yang buruk maka individu tersebut akan memiliki penyesuaian diri yang buruk. Begitu pula dengan mahasiswa Papua yang berkuliah di kota Malang, ketika mahasiswa Papua berada di kota Malang untuk berkuliah memiliki regulasi diri yang baik maka akan mudah menyesuaikan diri dengan baik dilingkungan kampus nya.

Berdasarkan pada penelitian penyesuaian diri menurut Illahi (2017) dalam penelitian lain yang dilakukan oleh juga menunjukkan adanya kesulitan dalam memahami bahasa daerah yang menjadi kendala sehingga mahasiswa Papua tidak terlihat berinteraksi dengan masyarakat sekitar dan memiliki minat bersosialisasi dengan penyesuaian diri mahasiswa lain dari Papua. Dimana pada saat menghadapi penyesuaian diri masalah ataupun kesulitan dalam menghadapi masalah yang tidak memahami bahasa daerah yang membuat mahasiswa memiliki kekhawatiran mengenai proses penyesuaian dirinya. Adapun hal ini dapat penyesuaian diri mempengaruhi regulasi diri pada mahasiswa Papua pada saat berkuliah di kota Malang. Penelitian menurut Zimmerman (1990) tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri yaitu faktor-faktor yang melingkupi individu (diri) faktor individu ini meliputi hal-hal di bawah ini pengetahuan setiap orang berpengaruh besar untuk melakukan pengendalian personal. Tingkat penyesuaian diri optimal kemampuan metakognisi yang dimiliki oleh individu untuk lebih maksimal membantu, untuk penyesuaian diri terjadinya pengelolaan diri pada individu tersebut. Semakin tinggi tujuan yang dapat dicapai semakin termotivasi individu untuk mengelola dirinya. Perilaku memusatkan pada upaya individu untuk mengatur dan mengorganisasikan individu, pada aktivitas untuk meningkatkan regulasi pada diri individu tersebut, dalam lingkungan hal ini bergantung pada bagian lingkungan yang mendukung atau tidak mendukung, dalam menjalani regulasi diri pada individu tersebut.

Kartono (2008) menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan proses seseorang untuk mencapai kesetaraan pada diri sendiri dan lingkungan, mahasiswa yang dapat melakukan penyesuaian diri merupakan mahasiswa yang mampu menunjukkan sikap yang realistis dan objektif. Dalam dunia perkuliahan mahasiswa dituntut untuk menjadi lebih mandiri sehingga dalam perkuliahan mereka perlu fokus terhadap

tujuan yang ingin dicapai. Penyesuaian diri mahasiswa dapat dilihat dari beberapa aspek yang dikemukakan oleh penelitian (Schneiders, 1960) yaitu mahasiswa tidak emosi secara berlebihan, memiliki mekanisme pertahanan diri yang minimal, frustrasi personal yang minimal, berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu. Mahasiswa dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru psikologi menunjukkan bahwa terdapat hubungan. Sehingga dapat diartikan bahwa dengan regulasi diri yang tinggi akan membuat mahasiswa dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan perkuliahan.

Berdasarkan hasil uji hipotesis penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Papua yang berkuliah di kota Malang. Hasil penelitian ini pada mahasiswa Papua yang tergabung dalam IPMAPA dan didapatkan bahwa regulasi diri pada kategori rendah sebanyak 34 mahasiswa Papua (48,57%), kategori sedang 27 mahasiswa Papua (38,57%), dan kategori tinggi 9 mahasiswa Papua (12,85%). Selanjutnya penyesuaian diri pada mahasiswa Papua yang berkuliah di kota Malang dalam kategori rendah sebanyak 23 mahasiswa Papua (32,85%), kategori sedang mahasiswa Papua 25 (35,71%), dan kategori tinggi 22 mahasiswa Papua (31,42%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa regulasi diri dan penyesuaian diri berada pada kategori sedang dan rendah. Hal ini dikarenakan adanya dukungan sosial dan rasa tanggung jawab untuk mengatur diri agar dapat menyesuaikan diri dengan baik.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Papua yang berkuliah di kota Malang. Hasil perhitungan statistik yang dilakukan menunjukkan koefisien korelasi $r = 0,743$ dengan nilai signifikan $p < 0,05$ yang artinya semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa Papua yang berkuliah di kota Malang, maka semakin tinggi penyesuaian diri pada mahasiswa Papua yang berkuliah di kota Malang tersebut. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian dapat diterima.

Daftar Pustaka

- Bandura. (2005). *Self Efficacy Beliefs of Adolescents*. information Age Publishing.
- Desmita. (2009). *Perkembangan Peserta Didik*. Illahi, R. (2017). *Penyesuaian Diri Mahasiswa Papua yang kuliah di Universitas Andalas*. Universitas Andalas.
- Isnaini, F. (2017). Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri pondok pesantren di Surakarta. 1–11. <http://eprints.ums.ac.id/52998/1/NAS PUB>
- NEW.pdf Mendikbud. (2018). *Mendikbud : Perlu Sinergi dalam Membangun Pendidikan di Papua dan Papua Barat*.

- Niam Erni Khoirun. (2009). Koping Terhadap Stress Pada Mahasiswa Luar Jawa yang Mengalami Culture Shock di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- ormrod. (2012). Human Learning. pearson. Rundengan N. (2013). Pola Komunikasi Antarpribadi Mahasiswa Papua di Lingkungan di Lingkungan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sam Ratungali. Journal Acta Diurna.
- Santrock J W. (2007). Perkembangan Remaja.
- Setiawan S. (2017). Pengaruh bentuk pola asuh orang tua dan regulasi diri terhadap disiplin siswa. Jurnal Ilmiah Psikologi.
- Siregar, A, O. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan Antara Gegar Budaya dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Bersuku Minang di Universitas Diponegoro.
- Siregar, A. O. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan Antara Gegar Budaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Bersuku Minang Di Universitas Diponegoro. Jurnal EMPATI, 7(2), 474–490. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21668>
- Susanto. (2006). Mengembangkan Kemampuan Self Regulation untuk meningkatkan Keberhasilan Akademik Siswa. Jurnal Pendidikan Penabur.
- Wijanarko, E., & Syafiq, M. (2017). Studi Fenomenologi Pengalaman Penyesuaian Diri Mahasiswa Papua Di Surabaya. Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan, 3(2), 79. <https://doi.org/10.26740/jptt.v3n2.p79-92>
- Wijaya, H. (2015). Analisis Pembangunan Provinsi Papua 2015. Bappenas.Go.Id, i–42.
- Zimmerman. (1990). Hubungan Regulasi Diri dengan Koping Stres.