

**HUBUNGAN ANTARA PSYCHOLOGICAL SEPARATION DENGAN
COLLEGE ADJUSTMENT PADA MAHASISWA ANGKATAN 2014 FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS PADJADJARAN**

RESTI NUR HILMAWATI, ERNA SUSIATI

ABSTRAK

Penelitian ini diawali dengan adanya fenomena mahasiswa baru yang tinggal berjauhan dari orang tua selama masa perkuliahan memiliki dua tuntutan yaitu penyesuaian selama tinggal berjauhan dari orang tua (*psychological separation*) dan penyesuaian di lingkungan perguruan tinggi (*college adjustment*). Dari data awal ditemukan bahwa terdapat mahasiswa yang mampu untuk menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi tanpa bantuan orang tua, namun terdapat pula mahasiswa yang belum mampu. Arnett tahun 2004 mengatakan, ketika seseorang mampu menjalani *psychological separation* maka akan memunculkan kepuasan pada *college adjustment*. Dari fenomena di atas, maka peneliti ingin melihat apakah terdapat hubungan antara *psychological separation* dan *college adjustment* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Metode penelitian yang digunakan adalah studi korelasi. Pengambilan data dilakukan dengan alat ukur *Psychological Separation Inventory* dan *Students Adaptation to College Questionnaire* Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan uji *Rank Spearman* dan dilakukan pada 68 mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Dari hasil yang diperoleh Sig sebesar 0.236, artinya bahwa tidak terdapat hubungan antara *psychological separation* dan *college adjustment*. Serta ditemukan dimensi *conflictual independence* dari variabel *psychological separation* memiliki korelasi sebesar 0.486 dengan total variabel *college adjustment*.

Kata kunci : Psychological Separation, College Adjustment, Mahasiswa Baru

PENDAHULUAN

Setiap manusia melalui dan mengalami fase perkembangan dalam hidupnya, dimulai ketika usia bayi hingga usia dewasa, dari terikat dengan orang tua atau *caregiver* menjadi mampu untuk memisahkan dirinya dengan orang lain. Fase pemisahan tersebut dinamakan *separation-individuation* atau suatu keadaan dimana seseorang mampu untuk membedakan objek sebagai simbol dan dirinya sendiri sebagai suatu bagian yang terpisah (Mahler, 1968 dalam Hoffman, 1984).

Fase pemisahan ini terdiri dari dua tahapan, yang mana tahap kedua dimulai ketika masa remaja (sekitar usia 10 hingga 13 tahun) (Hoffman 1984). Tahapan kedua ini akan terus berjalan sepanjang usia individu (Blos, 1979 dalam Hoffman, 1984), termasuk akan dialami oleh seorang *emerging adult*. *Emerging adulthood* adalah suatu masa transisi dari remaja ke dewasa yang ditandai dengan masa eksperimen dan masa eksplorasi (Santrock, 2010). Pada masa ini, lebih ditonjolkan adanya kebebasan dari kontrol orang tua serta adanya proses eksplorasi diri yang lebih bebas untuk mempelajari dan mencari tahu lebih dalam siapa diri mereka dan apa yang mereka inginkan dalam hidupnya (Arnett, 2006 dalam Santrock, 2010). Pada usia ini (18 hingga 25 tahun) seseorang biasanya telah masuk pada tingkatan pendidikan yang lebih tinggi misalnya memasuki perguruan tinggi sebagai seorang mahasiswa baru.

Ketika memasuki dunia perkuliahan, tidak jarang seorang *emerging adult* atau yang selanjutnya disebut mahasiswa harus tinggal berjauhan dengan orang tua karena letak perguruan tinggi atau pilihan bidang studi yang tidak ada di tempat asal, sehingga mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang jauh dari orang tua serta dengan perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan pendidikan. Kedua hal tersebut dikenal dengan istilah *psychological separation* dan *college adjustment*.

Psychological separation adalah keinginan individu menuju penyesuaian pribadi yang sehat dan sangat tergantung pada kemampuan psikologis seseorang untuk terpisah dari orang tua serta mendapatkan *sense of identity* sebagai individu yang terpisah (Hoffman, 1984). *Psychological separation* memiliki empat aspek yaitu kemampuan untuk mengatur kebutuhan pribadinya (*functional independence*), memiliki sikap atau nilai yang dianut (*attitudinal independence*), bebas dari keterikatan dan kebutuhan persetujuan (*emotional independence*) serta memiliki kebebasan dari rasa bersalah yang berlebihan, kecemasan dan rasa marah (*conflictual independence*) (Hoffman., 1984).

Sementara itu *college adjustment* adalah suatu proses multidimensional dari interaksi antara individu dengan lingkungannya, dalam usaha untuk membawa keharmonisan antara tuntutan dan kebutuhan individu serta lingkungannya (Baker & Siryk., 1984, 1989 dalam Petersen, *et al.*, 2009), yang memiliki empat dimensi yaitu, *Academic Adjustment*, manifestasi dari perilaku dan sikap pada tuntutan pendidikan dari pengalaman di perguruan tinggi; *Social Adjustment*, manifestasi dari perilaku dan sikap yang berkaitan dengan relasi mahasiswa secara interpersonal dengan lingkungannya; *Personal-Emotional Adjustment*, manifestasi dari perilaku dan sikap yang berkaitan dengan bagaimana seorang mahasiswa menanggulangi tekanan psikologis dan konsekuensi somatis dari gejala tersebut; dan *Institutional Adjustment/Goal Orientation*, manifestasi dari perilaku dan sikap yang berkaitan dengan derajat afiliasi mahasiswa pada institusi, sehingga mahasiswa tersebut merasa menjadi bagian dari institusi (Baker & Siryk., 1985).

Tuntutan ini harus mampu dilewati oleh seorang mahasiswa agar dapat menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi. Arnet (2004) mengatakan bahwa, bila ke empat aspek *psychological separation* mampu dijalani dengan baik oleh seorang mahasiswa maka akan memunculkan kepuasan pada dua hal penting dalam hidup seorang mahasiswa yakni pada cinta dan pekerjaan. Oleh karena itu *psychological separation* merupakan hal penting terutama ketika memasuki lingkungan perkuliahan yang jauh dari orang tua. Sebenarnya *psychological separation* tidak hanya terjadi pada mahasiswa yang tinggal berjauhan dengan orang tua saja melainkan terjadi pula pada mahasiswa yang masih tinggal dengan orang tua selama masa perkuliahan, namun dalam penelitian ini lebih di fokuskan pada mahasiswa yang tinggal berjauhan dengan orang tua karena adanya tuntutan tambahan berupa penyesuaian diri di lingkungan tempat tinggal yang baru misalnya dengan perbedaan budaya, bahasa, dan makanan. Lalu Sullivan & Sullivan tahun 1980 (dalam Beyers, *et al.*, 2003) menyatakan bahwa memasuki lingkungan perguruan tinggi merupakan salah satu respon dari pengalaman mahasiswa dalam menumbuhkan kemandirian dari orang tua. Dengan demikian semakin baik seorang mahasiswa dalam *psychological separation* dari orang tua, maka semakin baik pula penyesuaiannya di lingkungan perguruan tinggi (Lapsley *et al.*, 1989)

Di Fakultas Psikologi Unpad sendiri, terdapat 3 mahasiswa dari 12 mahasiswa mengatakan bahwa mereka mampu menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi dengan adanya bantuan dari orang tua berupa komunikasi yang intens. Komunikasi ini dirasakan perlu untuk dapat membantu para mahasiswa dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi. Ketika dukungan tidak didapatkan maka akan

berpengaruh pada penyesuaian di lingkungan perguruan tinggi berupa tidak mempunya mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan.

Namun hal ini berbeda dengan 9 mahasiswa dari 12 mahasiswa, yang mengatakan bahwa dirasakan dampak positif dari tinggal berjauhan dari orang tua berupa lebih mempunya mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan terutama yang berkaitan dengan lingkungan sosial perguruan tinggi. Sehingga mereka beranggapan bahwa dengan tinggal berjauhan dari orang tua mereka merasa lebih mampu untuk menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi.

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan peneliti, dapat dikatakan bahwa adanya keterkaitan antara *psychological separation* dan *college adjustment*. Disini peneliti ingin mengkaji mengenai hubungan antara *psychological separation* dengan *college adjustment* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Unpad.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non eksperimental, yaitu penelitian kuantitatif dimana variabel bebas tidak dimanipulasi oleh peneliti (Kerlinger, 2004). Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, dimana dalam penelitian ini setiap perubahan yang terjadi bukan disebabkan oleh perlakuan dari peneliti (Kerlinger, 1990). Hubungan dari variabel yang diteliti akan dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi (Sudjana, 1996).

Partisipan

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran yang selama masa perkuliahan tidak tinggal bersama orang tua. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 68 orang mahasiswa.

Pengukuran

Pengukuran variabel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner yang diadaptasi dari *Psychological Separation Inventory* yang disusun oleh Hoffman, 1984 dan *Student Adaptation to College Questionnaire* yang disusun oleh Robert W. Baker dan Bohdan Siryk tahun 1989.

HASIL DAN PEMBAHASAN

			TOTALPS	TOTALCA
Spearman's rho	TOTALPS	Correlation Coefficient	1.000	.146
		Sig. (2-tailed)	.	.236
		N	68	68
	TOTALCA	Correlation Coefficient	.146	1.000
		Sig. (2-tailed)	.236	.
		N	68	68

Berdasarkan tabel, dapat dinyatakan bahwa dengan Sig sebesar 0.236 berarti bahwa tidak terdapat hubungan antara *psychological separation* dengan *college adjustment*. Dengan demikian, semakin mampu mahasiswa dalam melepaskan diri dari keterkaitan pada orang tua tidak berhubungan dengan penyesuaiannya di perguruan tinggi. Oleh karena itu, dapat terlihat bahwa *psychological separation* tidak memiliki kaitan dengan dimensi-dimensi yang ada pada *college adjustment*.

Jika dilihat dari dimensi *psychological separation* yang dikaitkan dengan total variabel *college adjustment*, hanya dimensi *conflictual independence* yang berkorelasi sedang (sebesar 0.486) dengan *college adjustment*. Hal ini berarti bahwa ketika seorang mahasiswa masih memiliki kecemasan dan kekhawatiran yang cukup tinggi pada orang tua, maka akan berpengaruh pada penyesuaian di lingkungan perguruan tinggi. Hal ini didukung oleh pengisian item kuesioner *psychological separation* dimensi *conflictual independence* pada item nomor 4 mengenai “*Saya merasa seperti saya terus menerus bermasalah dengan orang tua saya*” sebanyak 52.94% mengisi pilihan “*tidak setuju*” yang berarti bahwa mahasiswa tidak begitu memiliki konflik yang berlebihan dengan orang tua dan merasa dalam kondisi yang baik-baik saja dengan orang tua sehingga berpengaruh pada tingginya kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi, yakni sebesar 75%.

Dari perhitungan signifikansi masing-masing dimensi dari kedua variabel, didapatkan hasil bahwa dimensi *emotional independence* dengan dimensi *social adjustment* memiliki hubungan yang signifikan negatif dengan korelasi rendah, yang dapat diartikan bahwa ketika mahasiswa sudah tidak memiliki ketergantungan secara emosional pada orang tua, misalnya sudah mampu untuk menyelesaikan masalahnya tanpa bantuan orang tua, maka akan berdampak pada mampunya mahasiswa dalam melakukan penyesuaian di lingkungan perguruan tinggi.

Sementara itu, dimensi *conflictual independence* memiliki korelasi positif dengan dimensi *academic adjustment* dan dimensi *personal – emotional adjustment* yaitu sebesar 0.423 dan 0.496 atau masuk pada kategori sedang. Hal ini berarti ketika seorang mahasiswa masih memiliki kecemasan serta kekhawatiran yang berlebihan pada orang tua, maka akan berpengaruh pada rendahnya penyesuaian akademik di perguruan tinggi serta pada kenyamanan personal dan emosional di lingkungan perguruan tinggi. Lalu pada dimensi *conflictual independence* ditemukan pula korelasi positif dengan dimensi *social adjustment* yaitu sebesar 0.340 atau termasuk dalam kategori rendah. Hal ini berarti bahwa ketika seorang mahasiswa sudah tidak memiliki kecemasan yang berlebihan pada orang tua akan berpengaruh pada tingginya kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri di lingkungan sosial perguruan tinggi

SIMPULAN

1. Tidak terdapat hubungan antara *psychological separation* dengan *college adjustment* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Hal ini berarti seseorang yang memiliki *psychological separation* yang tinggi dari orang tua, tidak memberikan kontribusi pada *college adjustment*.
2. Dari variabel *psychological separation*, hanya dimensi *conflictual independence* yang memiliki hubungan signifikan dengan total variabel *college adjustment* yaitu 0.000 dengan koefisien korelasi sebesar 0.486 atau berkorelasi sedang
3. Dimensi *emotional independence* dan dimensi *social adjustment* memiliki hubungan signifikansi sebesar 0.018 dengan koefisien korelasi sebesar -0.286 atau berkorelasi rendah. Dimensi *conflictual independence* dan dimensi *academic adjustment* memiliki hubungan signifikansi sebesar 0.000 dengan koefisien korelasi sebesar 0.423 atau berkorelasi sedang.

4. Dimensi *conflictual independence* dan dimensi *social adjustment* memiliki hubungan signifikansi sebesar 0.005 dengan koefisien korelasi sebesar 0.340 atau berkorelasi rendah.
5. Dimensi *conflictual independence* dan dimensi *personal-emotional adjustment* memiliki hubungan signifikansi sebesar 0.000 dengan koefisien korelasi sebesar 0.496 atau berkorelasi sedang
6. Dari data penunjang ditemukan bahwa mahasiswa masih dapat meminta fasilitas baik internet, televisi atau penggantian kamar kost dari orang tua walaupun tinggal berjauhan akibat dari mahasiswa yang masih menceritakan berbagai kendala yang dihadapi di lingkungan tempat tinggal yang baru ataupun lingkungan perguruan tinggi.
7. Ditemukan bahwa, jarak daerah asal dengan lingkungan kampus serta sosok yang muncul ketika mengisi kuesioner *psychological separation* tidak memiliki perbedaan dalam penyesuaian di lingkungan perguruan tinggi. Dari data didapatkan bahwa baik mahasiswa yang tinggal di daerah Jawa Barat ataupun di luar Jawa Barat serta mahasiswa yang mengisi sosok ayah dan sosok ibu sama-sama memiliki penyesuaian diri yang rendah ketika tinggal berjauhan dari orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, Jeffrey Jensen, Ph.d. 2004. *Emerging Adulthood : The Winding Road from Late Teens through the Twenties*. Oxford: Oxford University Press.
- Baker Ph.D, Robert W & Siryk M.A., Bohdan, 1985. *The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)*. Western Psychological Services. Los Angeles, California. Diunduh dari portal.wpspublish.com/pdf/sacq.pdf pada 17 Mei 2014
- Berk, Laura. E. 2008. *Exploring Lifespan Development 2nd Edition*. Boston: Pearson
- Brodie, Richard. Margaret Mahler and Separation-Individuation Theory <http://www.childdevelopmentmedia.com/articles/margaret-mahler-and-separation-individuation-theory/> (di akses pada 28 Maret 2015 pukul 14.25)
- Coates, S. (2004) John Bowlby and Margaret S. Mahler: Their Lives and Theories. *Journal of the American Psychoanalytic Association* , 52:571-601.
- Daniel K. Lapsley, K. G. (1989). Psychological Separation and Adjustment to College. *Journal of Counselling Psychology* , 286-294
- Fitriana. Adinda. 2013. Studi Mengenai Penyesuaian Diri Di Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Jatinangor. Penelitian yang tidak dipublikasikan.
- Friedenberg, Lisa. 1995. *Psychological Testing: Design, Analysis and Use*. Massachusettes: Allyn & Bacon.
- Hoffman, J. A. (1984). Psychological Separation of Late Adolescents From Their Parents. *Journal of Counselling Psychology* , 170-178
- Istiqomah, Bunga. 2008. Hubungan Antara Status Penerimaan Teman Sebaya Dengan *Emotional Autonomy* Remaja Usia 18-21 Tahun Yang Tinggal Terpisah Dengan Orang Tua (Kos) Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Jatinangor. Penelitian yang tidak dipublikasikan
- Kerlinger, Fred N. 2004. *Asas-asas Penelitian Behavioral*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Kusumayati, Nita. 2012. Studi Deskriptif Mengenai *Marital Horizon* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Yang Berada Di Periode *Emerging Adulthood*. Jatinangor. Penelitian yang tidak dipublikasikan.
- Lamborn, SD, Mounts, NS & Steinberg L. Patterns of Competence and Adjustment Among Adolescents From Authoritative, Authoritarian, Indulgent, and Neglectful Families. *Child Development* 62 (5), 1049-1065

- Nur Syabanawati, Eka. 2014. *Gambaran College Adjustment Mahasiswa Angkatan 2011 Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran*. Jatinangor. Penelitian yang tidak dipublikasikan.
- Papalia, et al. 2007. *Adult Development and Aging 3rd Edition*. Boston.: McGraw Hill
- Petersen, Louw & Dumont. 2009. Adjustment to University and Academic Performance Among Disadvantaged Students in South Africa. *Educational Psychology : An International Journal of Experimental Educational Psychology, Volume 29 (I), 99-115*. Diunduh dari <http://www.tandfonline.com/loi/cedp20> pada 12 Februari 2014
- Santrock, John W. 2014. *Adolescence (Fifteenth Edition)*. New York: McGraw Hill
- Shilkret, Robert. 2002. *Research With The Student Adaptation To College Questionnaire (SACQ)*. Mount Holyoke College.
- Steinberg & Silverberg. 1986. The Vicissitudes of Autonomy In Early Adolescence. *Child Development*, 57, 841-851.
- Stoever, Shawn B.S. 2001. *Multiple Predictors Of College Adjustment And Academic Performance For Undergraduates In Their First Semester*. University Of North Texas. Diunduh dari <http://digital.library.unt.edu> pada 14 Maret 2014.
- Sudjana. 1996. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2009. *Statistik Untuk Penelitian*: Bandung: Alfabeta.
- Taylor, Melinda A & Pastor, Dena A. 2005. *A Confirmatory Factor Analysis of the Student Adaptation to College Questionnaire*. James Madison University, Diunduh dari www.psyc.jmu.edu/assessment/research/pdfs/Taylor%20&%20Pastor%202005_SACQ.pdf pada 18 Juni 2014
- Thotlakson, Cheryl L. 1998. *Predictors of Coping Strategies in Adolescence*. University of Manitoba, Winnipeg, Manitoba
- Tuna, Mana Ece. 2003. *Cross-Cultural Differences in Coping Strategies As Predictors Of University Adjustment Of Turkish And U.S Students*. Thesis. Middle East Technical University. Diunduh dari <http://etd.lib.metu.edu.td> pada 14 Maret 2014
- Wim Beyers, L. G. (2003). Psychological Separation and Adjustment to University : Moderating Effects of Gender, Age, and Perceived Parenting Style. *Journal of Adolescence Research* , 363-382.

Yelle, D. (2006). *Examining The Parent-Young Adult Relationship During The Transition To College : The Impact Of Mismatched Expectations About Autonomy On College Student Adjustment*. Arizona: University Of Arizona.