

BAB 1

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan faktor penting yang dapat menjadi tolak ukur kemajuan dari suatu bangsa. Suatu negara yang sudah maju menetapkan standar pendidikan yang lebih tinggi dibandingkan dengan negara yang masih kurang maju. Indonesia saat ini telah menetapkan wajib belajar sembilan tahun yang diharapkan dapat memajukan dunia pendidikan di tanah air. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menjelaskan bahwa jenjang pendidikan di Indonesia terdiri atas tingkat Pendidikan Dasar yaitu Sekolah Dasar (SD), Pendidikan Tingkat Pertama yaitu Sekolah Menengah Pertama (SMP), Pendidikan Tingkat Atas yaitu Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) serta Sekolah Tinggi yaitu Perguruan Tinggi (PT).

Syah (2010) menyatakan bahwa keberhasilan dalam belajar dapat tercapai apabila aspek fisik dan psikologis dalam proses belajar mengajar terpenuhi. Aspek fisik yang dapat menunjang keberhasilan belajar berupa sarana dan prasarana, tersedianya tenaga pendidikan atau dosen yang bermutu yang dapat membina hubungan dan mampu memberikan motivasi terhadap anak didiknya serta lingkungan belajar yang efektif. Aspek psikologis yang menunjang keberhasilan belajar terletak pada kondisi dari pelajar itu sendiri. Mahasiswa dalam menjalani proses pendidikan dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi.

Masa perkuliahan sangat jauh berbeda dengan masa-masa sekolah dahulu yang terkesan lebih formal, baik dari segi peraturan, kedisiplinan, serta sistem belajar mengajarnya. Dunia perkuliahan adalah dunia dimana hampir semua kegiatan dilakukan dan diputuskan sendiri, oleh karena itu kemandirian dalam diri mahasiswa sangat dibutuhkan, terlebih mahasiswa baru yang diyakini membutuhkan waktu lebih banyak untuk beradaptasi dengan lingkungan baru yang dimasukinya. Mahasiswa yang tidak siap dengan lingkungan baru ini akan merasa terasing. Hal ini dimungkinkan karena individu terbiasa bergantung pada keadaan di luar dirinya sendiri atau orang lain. Keterasingan ini lambat laun juga memengaruhi kehidupan, baik di hari ini ataupun hari esok, walaupun pada awalnya hanya mengalami konflik ringan terutama yang berhubungan dengan sosialisasi.

Salah satu masalah yang dialami oleh mahasiswa adalah alienasi diri yang semakin lama akan semakin dalam apabila mahasiswa tidak memiliki keterlibatan emosional dalam keluarga atau kelompok sosial yang ada. Akibatnya kebutuhan akan kehangatan cinta tidak terpenuhi dan semakin menempatkan mahasiswa dalam keterasingan diri. Sebagaimana penelitian terdahulu yang dilakukan Krisnawati dan Soetjningsih (2017) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kesepian menunjukkan perilaku *selfie-liking* yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang mengalami kesepian lebih rendah. Kesepian tersebut merupakan salah satu gejala dari keterasingan diri yang dapat terjadi pada mahasiswa.

Dinamika masyarakat kapitalis modern tampaknya telah menempatkan manusia dalam keadaan terasing dan teralienasi dari masyarakatnya. Individu tidak hanya teralienasi dari kemampuan untuk berkreasi, tetapi juga dari

masyarakat, negara, rekan sejawatnya, dan bahkan dirinya sendiri (Fromm, dalam Subono, 2010). Alienasi diri sebenarnya merupakan sebuah tindakan manusia yang tidak berdasarkan pada kebebasan otonomi individunya, melainkan sebuah aktivitas yang berdasarkan pada kekuatan-kekuatan di luar diri individu. Alienasi kerap sekali dipakai untuk mengacu pada perasaan terpencil dan terkucil dari individu terhadap masyarakat, alam, dan orang lain atau dirinya sendiri (Petrovic, dalam Widodo, 2005). Individu yang mengalami alienasi diri akan takut untuk membuka diri dalam pergaulan sosial karena adanya ketakutan sesuatu yang buruk akan dialami ketika berada di lingkungan sosial.

Sianturi dan Hadiyanti (2019) menjelaskan bahwa alienasi pada mahasiswa tidak terlepas dari situasi dan kondisi yang berbeda dengan lingkungan sebelumnya. Perbedaan budaya dan suku menjadi tantangan bagi mahasiswa. Bagi mahasiswa tahun pertama kesulitan menyesuaikan diri dalam hal bahasa, makanan, perilaku setempat dan juga mengalami kesulitan dalam berkomunikasi. Mahasiswa mengalami perasaan tidak nyaman dikarenakan budaya yang berbeda dan ketidakpuasan dalam hubungan sosial seperti hambatan dalam komunikasi karena bahasa yang berbeda, kesulitan berelasi dikarenakan sering terjadi kesalahpahaman sehingga cenderung menarik diri.

Alienasi diri menjadikan seseorang dibenci dan mendapatkan penolakan dari lingkungan (Hurlock, 2012). Alienasi terjadi karena adanya kesan pertama yang kurang baik karena penampilan diri yang kurang menarik, sikap menjauhkan diri yang mementingkan diri, individu terkenal sebagai seseorang yang tidak sportif, penampilan yang tidak sesuai dengan standar kelompok dalam hal daya tarik fisik atau tentang kerapian, perilaku sosial yang ditandai oleh perilaku menonjolkan diri, mengganggu dan menggertak orang lain, senang memerintah,

tidak dapat bekerja sama dan kurang bijaksana, kurangnya kematangan, sifat-sifat kepribadian yang mengganggu orang lain, status sosioekonomi berada di bawah status sosioekonomi kelompok dan hubungan buruk dengan anggota keluarga, serta tempat tinggal yang terpencil dari kelompok atau ketidakmampuan untuk berpartisipasi dalam kegiatan kelompok.

Menurut Fromm (Subono, 2010) alienasi menjadikan individu merasa terpisah dengan lingkungannya. Sebagaimana penelitian terdahulu mengenai teori Marx menjelaskan bahwa alienasi sebagai sebuah permasalahan pada masa sekarang. Alienasi menjadikan seseorang merasa terpisah dari lingkungan dan mengalami perasaan tertekan akibat penolakan dari lingkungan (Kamil, 2002). Hasil penelitian tersebut memberikan gambaran bahwa alienasi diri dapat menjadikan individu terpuruk dalam kesendirian, sehingga dapat mengancam kebahagiaan individu yang bersangkutan.

Berdasarkan pengambilan data awal melalui wawancara pada tanggal 27 November 2018 dengan lima orang mahasiswa salah satu perguruan tinggi yang ada di Semarang, yaitu I, AP, UM, R, dan BK diketahui bahwa alienasi diri masih saja dialami mahasiswa. I dan AP merupakan mahasiswa yang berasal dari wilayah Semarang dan latar belakang orangtua bekerja sebagai karyawan swasta. I dan AP pertama kali kuliah merasa rendah diri karena teman-teman kuliahnya yang banyak menggunakan mobil dan berasal dari latar belakang orangtua yang mampu. Perasaan rendah diri tersebut semakin lama semakin berkembang dan menjadikan kedua subjek tersebut lebih memilih untuk menghabiskan waktu di sela-sela perkuliahan di kos. Mahasiswa merasa takut mendapatkan penolakan dari teman karena memiliki latar belakang ekonomi yang berbeda.

Hal yang sama dirasakan oleh UM, R, dan BK yang merasa takut mendapatkan penolakan dari lingkungan sepergaulan. Mahasiswa tersebut merasa teralienasi, merasa jauh dari teman-temannya, sehingga hanya menghabiskan waktu untuk kuliah dan pulang ke kos ataupun rumah. Selain itu, mahasiswa juga merasa bahwa eksistensinya kurang dapat diterima oleh teman, terutama dari segi pendapat atau ide yang disampaikan yang cenderung tidak disetujui oleh teman. Adanya perasaan teralienasi diri pada mahasiswa tersebut mendorong munculnya perilaku membatasi diri dalam pergaulan di lingkungan kampus.

Hasil penelitian Robson (2003), mengatakan bahwa individu yang teralienasi dari *peer*-nya di masa kecil memiliki risiko tinggi terkena simptom depresi dan kesulitan untuk melakukan kegiatan sosial ekonomi di masa dewasa. Kemampuan sosial rendah membuat individu menolak keberadaan orang lain, sehingga sulit untuk menjalin hubungan interpersonal. Alienasi diri menjadikan individu membatasi pergaulan dengan lingkungan sosial karena perasaan terasing dan berbeda dari orang lain. Individu yang teralienasi tidak dapat bersikap lebih terbuka pada pengalaman hidup dan tidak dapat memaknai setiap aktivitas yang dilakukannya.

Synder (Rani, Priyadharshini & Kannadasan, 2011) menyatakan bahwa kemampuan pemantauan diri adalah kemampuan untuk secara sadar digunakan untuk mengamati dan mengatur perilaku personal. Sedangkan Lennox dan Wolfe (1984) mendefinisikan kemampuan pemantauan diri melalui dua dimensi yakni kemampuan untuk memodifikasi atau mengendalikan presentasi diri dengan menggunakan penilaian orang lain sebagai panduan perilaku dan sensitif terhadap perilaku ekspresif orang lain. Menurut Snyder (Harter, 2002) individu dengan

kemampuan pemantauan diri yang tinggi terfokus terhadap kesesuaian perilaku dengan situasional dan interpersonal dan sensitif terhadap penyajian diri sendiri dengan orang lain diberbagai situasi dengan mengubah perilaku mereka sesuai dengan keadaan. Sebaliknya, individu dengan kemampuan pemantauan diri yang rendah kurang peduli tentang kelayakan perilaku mereka dan keterampilan presentasi diri mereka. Pemantauan diri (*self monitoring*) dari pernyataan tersebut memiliki peran penting bagi kesuksesan individu dalam menjalin hubungan dengan lingkungan. Sebagaimana penelitian terdahulu yang dilakukan Setiana dan Fikri (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan pemantauan diri dan harga diri. Kemampuan pemantauan diri akan semakin meningkatkan harga diri, sehingga individu tidak akan merasa rendah diri dan menutup diri ketika berada di lingkungan.

Bandura (dalam Ormrod, 2009) menyatakan bahwa pemantauan diri (*self monitoring*) merupakan salah satu bagian terpenting dalam pengaturan diri. Pemantauan diri (*self monitoring*) adalah mengamati diri sendiri saat sedang melakukan sesuatu, sebuah proses yang dikenal dengan *self monitoring*, atau observasi diri (*self-observation*). Pemantauan diri (*self monitoring*) merupakan faktor penting yang dapat memprediksi terjadinya keterasingan. Pemantauan diri (*self monitoring*) tersebut merupakan pengawasan terhadap tindakan individu guna mencapai tujuan tertentu. Melalui pengawasan ini individu melakukan penyesuaian-penyesuaian atas tindakan-tindakan yang dilakukan atau hendak dilakukan. Pemantauan diri (*self-monitoring*) akan menjadikan mahasiswa berusaha menitikberatkan pada apa yang layak secara sosial dan menaruh perhatian pada bagaimana orang berperilaku dalam *setting* sosial. Mahasiswa akan lebih cakap dalam merasakan keinginan dan harapan orang lain, terampil

atau ahli dalam mempresentasikan beberapa perilaku dalam situasi-situasi berbeda dan dapat memodifikasi perilaku-perilaku untuk menyesuaikan dengan harapan orang lain. Pemantauan diri (*self-monitoring*) yang dimiliki mahasiswa diharapkan dapat menghindarkannya dari alienasi diri.

Snyder (2002) menyatakan bahwa *self-monitoring* adalah proses yang di dalamnya mencakup sistem aturan yang ditetapkan melalui pengetahuan diri untuk mengatur perilaku sosial individu. Individu dengan *self-monitoring* yang tinggi cenderung menyesuaikan diri dengan situasi sosial yang sesuai dengan presentasi diri agar dapat memiliki kesesuaian dalam situasi tertentu. Adanya kemampuan pemantauan diri yang baik akan mempermudah individu untuk diterima dalam lingkungan sosial. penerimaan ini akan menimbulkan konsep diri yang positif, yang akan sangat membantu dalam menghilangkan perasaan dikucilkan, tidak diterima, dan terasing dari dirinya sendiri. Hal ini dikarenakan pada dasarnya perasaan terasing baik dari diri maupun lingkungannya akan muncul apabila seseorang merasa dirinya tidak mampu berbuat sesuatu untuk mewujudkan eksistensi dirinya, sehingga yang mendominasi pada seseorang adalah perasaan subjektif yang sinis atau negatif tentang dirinya beserta peranan yang diperolehnya pada konteks sosial tertentu yang ditentukannya sendiri dalam situasi yang spesifik. Kemampuan *self-monitoring* pada mahasiswa akan mampu menghindarkan dari alienasi diri, sehingga mahasiswa mampu berinteraksi dalam lingkungan sosialnya.

Berdasarkan pengambilan data awal melalui wawancara pada tanggal 27 November 2018 dengan lima orang mahasiswa salah satu perguruan tinggi yang ada di Semarang, yaitu I, AP, UM, R, dan BK diketahui bahwa mahasiswa pada dasarnya telah memiliki *self monitoring* yang baik. Hal tersebut terlihat dari adanya

pemahaman terhadap diri dan tanggungjawabnya sebagai mahasiswa. Mahasiswa merasa yakin dapat diterima dalam lingkungan dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Setiap individu tidak bisa lepas dari proses interaksi sosial di dalam kehidupannya. Hal ini terjadi karena sebagai makhluk sosial seseorang memerlukan pengakuan dari orang lain ataupun lingkungannya tentang eksistensi dirinya. Pengakuan ini akan menimbulkan perasaan aman baik secara psikis maupun sosial serta perasaan tidak terpaksa dalam hubungan sosial. Pemantauan diri (*self monitoring*) yang tinggi terlihat dari perilaku individu yang sesuai dengan situasi yang berbeda, dan *self-monitor* yang rendah terlihat dari perilaku individu yang berbeda dengan situasi. *Self monitoring* dapat menghindarkan individu dari adanya perilaku-perilaku yang dapat merugikan diri sendiri. *Self-monitoring* yang dimiliki mahasiswa dapat menjadikannya mampu menunjukkan perilaku-perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan, sehingga dengan demikian lingkungan pun akan menunjukkan penerimaan yang baik terhadap mahasiswa. Mahasiswa dapat berbaur dan berinteraksi dalam lingkungannya serta merasa berharga dan dibutuhkan, sehingga dapat terhindar dari alienasi diri.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa masih dihadapkan pada permasalahan alienasi diri, sehingga untuk mengetahui lebih lanjut mengenai hubungan *self-monitoring* dengan alienasi diri pada mahasiswa, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self-Monitoring* dengan Alienasi Diri pada Mahasiswa”.

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara *self-monitoring* dengan alienasi diri pada mahasiswa.

Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi disiplin ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Kepribadian dan Psikologi Klinis dalam kaitannya dengan *self-monitoring* dan alienasi diri pada mahasiswa.

Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang dapat dijadikan sebagai acuan bagi mahasiswa untuk mengatasi alienasi diri pada mahasiswa melalui *self-monitoring*.

