

Bermedia Sosial Mempermudah Penyesuaian Diri Dalam Kehidupan Berkuliah?

Does Social Media Affect Social Adjustment to College?

Lidya Kemala Sari Panjaitan^(1*) & Dicky C Pelupessy⁽²⁾
Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Indonesia

Disubmit: 22 Januari 2021; Diproses: 02 April 2021; Diaccept: 01 Juli 2021; Dipublish: 02 Agustus 2021

*Corresponding author: E-mail: lidya.ksp@ui.ac.id; lidya.ksp@gmail.com

Abstrak

Seorang pelajar perlu mempersiapkan diri untuk masuk ke dunia peralihan menuju ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Pelajar perlu beradaptasi baik dengan tuntutan akademik, sosial, emosi personal, dan keterikatan dengan institusi perkuliahan. Di lain sisi, pelajar di masa peralihan ini sangat erat dengan penggunaan media sosial di kesehariannya. Dalam studi ini dibahas mengenai hubungan antara penyesuaian diri mahasiswa dengan aktivitas penggunaan media sosialnya. Penelitian ini menggunakan survei yang dilakukan kepada 79 orang mahasiswa di Jabodetabek. Dalam penelitian ini, aktivitas penggunaan media sosial digambarkan melalui dua hal, yaitu durasi menggunakan media sosial dan interaksi dengan teman kampus di media sosial. Sedangkan penyesuaian diri pada mahasiswa digambarkan menggunakan kuesioner *Student Adaptation to College* (SACQ). Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat beberapa aspek dari penggunaan media sosial yang berhubungan positif terhadap penyesuaian kehidupan sosial di kampus, yaitu: (1) tingkat keaktifan menggunakan media sosial, (2) jumlah teman sebaya yang dimiliki di media sosial, serta (3) intensitas interaksi terhadap teman sebaya baik yang merupakan teman satu kampus maupun beda kampus.

Kata Kunci: Berkuliah; Mahasiswa; Media sosial; Penyesuaian diri; Penyesuaian sosial

Abstract

A student needs to be ready for the transition into college life. Students need to adapt to the academic demand, social, personal-emotional, and college attachment. On the other hand, in this transition phase, first-year students are closely related to the daily usage of social media. This study examined the correlation between student's social adjustment to college with their social media usage. The data obtained from a survey with 79 first-year students in private colleges at Jabodetabek. Social media usage is described by the duration of usage and the intensity of interaction with people. While the measuring instrument for social adjustment used was SACQ (Student Adaptation to College Questionnaire). The study concluded that some aspects of social media activities correlate significantly with the social adjustment at college, which are: (1) level of activity in using social media, (2) the number of friends that be a mutual friend at social media, and (3) intensity to interact with peers on- and off-campus.

Keyword: College; self-adjustment; social adjustment; social media; youth

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i2.88>

Rekomendasi mensitasi :

Panjaitan, L.K.S. & Pelupessy, D.C.. (2021). Bermedia Sosial Mempermudah Penyesuaian Diri dalam Kehidupan Berkuliah?. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 2 (2): 107-117.

PENDAHULUAN

Kesempatan mengenyam jenjang pendidikan di perguruan tinggi semakin tahun semakin mudah didapatkan. Sudah semakin banyak orang yang mampu mendaftar masuk ke perguruan tinggi atau universitas tertentu melalui berbagai jalur pendaftaran. Sayangnya, tidak semua orang yang mendaftar tersebut akhirnya berhasil menyelesaikan pendidikan mereka di tingkat perguruan tinggi.

Alarcon dan Edwards (2013) menyatakan adanya kemungkinan besar rendahnya *well-being* atau kesejahteraan berpengaruh terhadap angka *drop out* mahasiswa (dalam Gunnell et al., 2017). Sedangkan Yang dan Robinson (2018) mengemukakan, bahwa mahasiswa yang memiliki *college social adjustment* atau penyesuaian sosial di lingkungan kampus yang baik juga memiliki kesejahteraan sosial yang baik.

Mahasiswa yang memiliki penyesuaian sosial di lingkungan kampus yang baik menggambarkan seberapa baik ia terintegrasi dengan lingkungan sosial di kampusnya serta menjadi prediktor yang kuat dari keberhasilan mahasiswa tersebut (Braxton dkk., 2014; Gray, Vitak, Easton, dan Ellison, 2013; dalam Yang dan Robinson, 2018).

Faktor utama yang seringkali dijadikan alasan mahasiswa *drop out* adalah masalah akademis. Namun seringkali ada faktor-faktor lain yang tidak dikenali dan disebutkan, yang mana membutuhkan dukungan dari jejaring sosial (C. C. Yang dan Brown, 2015). Yang dan Brown (2015) mengemukakan bahwa untuk dapat menyesuaikan diri dalam dunia perkuliahan, dibutuhkan dukungan teman sebaya yang cukup kuat. Untuk itu,

kemampuan mengelola hubungan sosial, baik dengan teman di dalam maupun di luar kampus adalah salah satu kemampuan penting yang harus dimiliki oleh pelajar (Buote dkk., 2007; Swenson dkk., 2008, dalam Yang dan Brown, 2015).

Penyesuaian dalam kehidupan di kampus juga bisa mengacu kepada kemampuan individu untuk mengatasi kebutuhan tugas akademik, lingkungan sosial di kehidupan perkuliahan, emosi personal, serta kelekatan dengan institusi akademik (Baker dan Siryk, 1989; Ribbe et al., 2016)

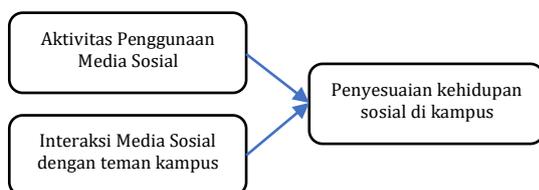
Dalam penelitiannya, Aprinta dan Dwi (2017) mengatakan bahwa di usia remaja, semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat kepekaan sosialnya. Hal ini didukung oleh Yang dan Robinson (2018), yang mengatakan bahwa interaksi daring dengan teman di kampus membantu meningkatkan jejaring sosial pelajar dan juga rasa kepemilikan, sedangkan interaksi daring dengan teman di luar kampus justru mengganggu pelajar dengan aktivitas-aktivitas kampusnya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Proyek Pew Internet (Jones, 2002; dalam Gray et al., 2013), ditemukan bahwa sebanyak 79% pelajar setuju bahwa alat komunikasi daring (seperti email dan pesan singkat) berdampak secara positif terhadap pengalaman akademis mereka, seperti membuka peluang untuk berkomunikasi dengan anggota fakultas, berkoordinasi dengan teman sebaya, serta terhubung secara sosial satu sama lain.

Sampai saat ini, masih sangat banyak ahli yang mendefinisikan media sosial dari berbagai sudut pandang. Kaplan dan Haenlein (2010) melakukan klasifikasi

media sosial berdasarkan tinggi-rendahnya kemungkinan mempresentasikan diri / mengungkapkan diri sendiri dan tinggi-rendahnya kemungkinan bersosialisasi / kekayaan media. Menurut Shen dan Khalifa (2009), platform media sosial ini dibuat dengan tujuan meningkatkan intensitas interaksi sosial, yang kemudian memfokuskan media sosial kepada mungkin terjadi interaksi sosial. Kemudian didukung oleh Cheung dkk., 2011 yang mengemukakan bahwa salah satu alasan utama seseorang menggunakan platform media sosial adalah karena adanya keinginan untuk berkomunikasi dan terkoneksi secara instan dengan orang lain.

Karena banyaknya penelitian yang mendukung adanya hubungan positif antara media sosial dan penyesuaian kehidupan sosial di kampus, maka peneliti tertarik melihat lebih jauh implementasinya di universitas di daerah Jabodetabek. Peneliti ingin melihat pola aktivitas dan interaksi media sosial seperti apa yang memengaruhi dampak positif terhadap penyesuaian sosial mahasiswa di kampus.



Gambar 1. Model Konseptual Penelitian

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode non-eksperimental dengan rancangan studi korelasional. Tujuan utama penelitian korelasional adalah untuk mendeskripsikan dua derajat hubungan dari variable-variabel yang diteliti

(Christensen, 2007). Analisis korelasional yang dilakukan dalam penelitian ini ditujukan untuk melihat hubungan antara variabel *social media usage* dan *social adjustment to college*.

Pemilihan partisipan penelitian dilakukan menggunakan metode *convenience sampling*, dengan kriteria merupakan mahasiswa yang berusia minimal 18 tahun dan tinggal dengan orang tua / wali / keluarga (bukan perantau). Dari total 93 orang mahasiswa yang mengisi kuesioner penelitian ini, terpilihlah 79 responden yang datanya sesuai dengan kriteria, yaitu mahasiswa berusia di atas 18 tahun, berkuliah di Jabodetabek, dan tidak tinggal seorang diri. Partisipan terdiri dari 24 orang laki-laki dan 55 orang perempuan.

Social Media Usage. Pada penelitian ini, media sosial disimpulkan sebagai aplikasi berbasis internet yang dibangun di atas fondasi ideologis dan teknologi Web 2.0, yang memungkinkan terjadinya pembuatan dan pertukaran konten/pesan yang dibuat oleh penggunaanya (Kaplan & Haenlein, 2010; Parra-López et al., 2011; Quan-Haase & Young, 2010). Mengacu kepada jurnal yang ditulis oleh Kaplan dan Haenlein (2010), Web 2.0 dijelaskan sebagai cara baru untuk memaksimalkan penggunaan *World Wide Web* (atau *www*), dimana pembuatan konten dan platform media tidak hanya dibuat oleh individu saja, namun dapat dilakukan oleh lebih dari satu orang secara bersama-sama dalam bentuk kolaborasi.

Sangat banyak penelitian yang menggambarkan penggunaan media sosial pada masyarakat, mulai dari melihat tujuan penggunaan media sosial, aktivitas yang paling banyak dilakukan, platform yang

paling banyak diakses, hingga durasi penggunaan media sosial setiap harinya.

Pada penelitian ini, variabel aktivitas menggunakan media sosial kemudian diturunkan ke dalam 2 (dua) dimensi, yaitu durasi menggunakan media sosial dan intensitas berinteraksi dengan teman melalui media sosial. Karena belum ada serangkaian alat ukur khusus yang dikembangkan untuk melihat pola perilaku penggunaan media sosial, maka peneliti menggunakan beberapa pertanyaan survey yang sering digunakan pada penelitian terkait media sosial, serta memodifikasi alat ukur *social media usage* yang dikembangkan oleh Aifan (2015), Joorabchi dkk., (2013), Yang dan Brown, (2015).

Sub-dimensi durasi penggunaan media sosial yang digunakan terdiri dari 7 (tujuh) pertanyaan yang bertujuan untuk melihat gambaran media sosial mana yang paling sering digunakan oleh responden dan frekuensi rata-rata menggunakan media sosial tersebut. Pertanyaan yang diajukan antara lain: (i) apakah Anda aktif menggunakan media sosial, (ii) platform media sosial mana saja yang paling sering diakses, (iii) berapa hari penggunaan media sosial Anda di hari kerja (Senin – Jumat), (iv) berapa lama rata-rata durasi penggunaan media sosial Anda di hari kerja/kuliah, (v) di hari libur kerja/kuliah (Sabtu – Minggu), (vi) di hari kemarin, serta (vii) sudah berapa tahun Anda menggunakan media sosial.

Platform media sosial yang ditanyakan adalah 10 platform teratas yang cukup relevan digunakan oleh profil responden, sesuai pada penelitian yang dilakukan oleh Hootsuite (2020), yaitu YouTube, WhatsApp, Facebook, Instagram,

Twitter, Line, Telegram, Pinterest, Tiktok, dan Zoom.

Sedangkan sub-dimensi intensitas berinteraksi dengan teman sebaya yang digunakan dimodifikasi dari alat ukur yang dikembangkan oleh Yang dan Brown (2015). Alat ukur ini terdiri dari 6 (enam) pertanyaan, yaitu: (i) platform media sosial mana yang paling sering digunakan untuk berinteraksi dengan teman-teman kampus, (ii) berapa jumlah teman satu kampus yang juga menjadi teman di media sosial tersebut, (iii) seberapa sering menggunakan media sosial untuk berinteraksi dengan teman kampus, (iv) teman yang tidak satu kampus, (v) teman yang tidak satu kampus dan belum pernah ditemui secara langsung, serta (vi) teman satu kampus yang belum pernah ditemui tapi menarik untuk didekati. Khusus untuk empat pertanyaan terakhir menggunakan skala likert dengan 6 (enam) pilihan jawaban, yaitu tidak pernah, hampir tidak pernah, jarang, sering, hampir selalu, dan selalu.

Social adjustment to college. Feldt dkk., (2011) mengatakan bahwa penyesuaian atau *adjustment* secara umum mencerminkan komitmen seseorang terhadap perannya sebagai pelajar, terhadap lingkungan kampus, dan institusi kampus. Penyesuaian dalam kehidupan di kampus juga bisa mengacu kepada kemampuan individu untuk mengatasi kebutuhan tugas akademik, lingkungan sosial di kehidupan perkuliahan, emosi personal, serta kelekatan dengan institusi akademik (Baker & Siryk, 1989; Ribbe et al., 2016).

Sedlacek (2011) menambahkan bahwa contoh lain dari bentuk penyesuaian adalah konsep diri yang positif,

kepercayaan diri yang realistis, memiliki target jangka panjang, serta memiliki dukungan sosial. Dalam penelitian ini, penyesuaian yang dimaksud adalah bagaimana mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial di lingkungan kampus. Untuk mengukur tingkat penyesuaian seseorang, salah satu kuesioner yang dapat digunakan adalah *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) yang diadaptasi dari Baker & Siryk (1989), dengan mengambil 13 item pada subdimensi *social adjustment* (coefficient alpha = .88).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan secara online dengan menggunakan kuesioner *social media usage* dan kuesioner *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ). Dari pengukuran reliabilitas alat ukur, ketiga variabel yang diukur reliabel (> 0,7) dan dapat diandalkan untuk mengukur konsep dalam penelitian ini (lihat Tabel 1).

Tabel 1. Uji Reliabilitas Variabel

Dimensi	Reliabilitas	Kesimpulan
Perilaku Penggunaan Media Sosial	Durasi menggunakan 0,765	Dapat diandalkan
	Intensitas interaksi 0,723	Dapat diandalkan
Penyesuaian kehidupan sosial di kampus	0,852	Dapat diandalkan

Penelitian ini dilakukan terhadap total 93 mahasiswa yang berkuliah di Jakarta dan sekitarnya. Terdapat 14 data yang tidak memenuhi kriteria penelitian, sehingga data akhir yang digunakan berjumlah 79 data. Responden penelitian ini terdiri dari 24 orang laki-laki dan 55 orang perempuan. Dari survei yang dilakukan, didapati bahwa 3 (tiga) aktivitas yang paling banyak dilakukan oleh partisipan adalah menonton video

(62%), mengobrol dengan teman (58%), dan mencari informasi tertentu (46%).

Tabel 2. Gambaran Akses ke Komputer dan Smartphone pada Responden (N=79)

Jenis Kelamin	Jenis Kelamin		Total	
	Laki-laki	Perempuan		
Akses ke komputer/ laptop	Tidak	5	3	8
	Ya	19	52	71
Akses ke hp (smart phone)	Tidak	1	1	2
	Ya, 1 buah	19	46	65
	Ya, 2 buah	3	6	9
	Ya, 3 buah atau lebih	1	2	3

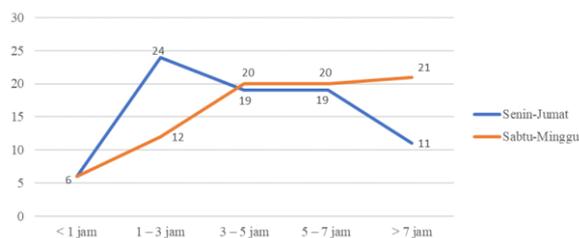
Seperti yang terdapat pada Tabel 2, sebanyak 71 orang responden mengaku memiliki akses ke komputer / laptop di tempat tinggalnya sekarang, sedang 8 orang lainnya tidak. Mayoritas responden (77 orang) mengatakan bahwa mereka memiliki akses ke hp (*smartphone*) setidaknya 1 buah, bahkan 15,5% responden mengaku memiliki akses ke 2 (dua) buah hp (*smartphone*) atau lebih.

Tabel 3. Gambaran Aktivitas Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin Responden (N=79)

Aktif menggunakan media sosial	Jenis Kelamin		Total	
	Laki-laki	Perempuan		
Durasi penggunaan media sosial di hari Senin – Jumat	Tidak	3	1	4
	Ya	21	54	75
Durasi penggunaan media sosial di hari libur kuliah	1 hari	1	0	1
	2 hari	1	0	1
	3 hari	1	0	1
	4 hari	2	3	5
	5 hari	19	52	71
Durasi penggunaan media sosial di hari kuliah	< 1 jam	3	3	6
	1 - 3 jam	7	17	24
	3 - 5 jam	4	15	19
	5 - 7 jam	8	11	19
	> 7 jam	2	9	11
Durasi penggunaan media sosial di hari libur kuliah	< 1 jam	4	2	6
	1 - 3 jam	4	8	12
	3 - 5 jam	4	16	20
	5 - 7 jam	5	15	20
	> 7 jam	7	14	21
Lama tahun menggunakan media sosial	4 tahun atau kurang	3	3	6
	5 - 8 tahun	13	34	47
	9 - 12 tahun	7	15	22
	13 - 16 tahun	0	3	3
	lebih dari 16 tahun	1	0	1

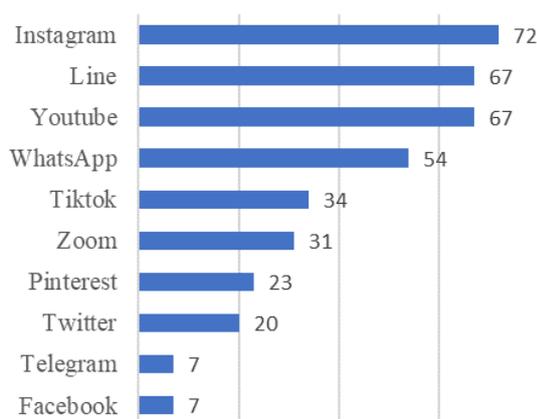
Mayoritas responden (59,5%) mengaku sudah aktif menggunakan media sosial selama 5 – 8 tahun, dan sebanyak 27,8% responden sudah menggunakan media sosial selama 9 – 12 tahun. Hanya terdapat 5% responden yang sudah

menggunakan media sosial lebih dari 12 tahun. Mayoritas responden (71 orang) mengakses media sosial setiap hari di hari kuliah.



Grafik 1. Durasi Penggunaan Media Sosial

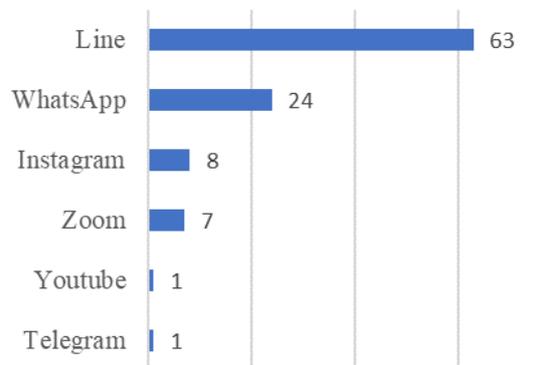
Pada hari kuliah (Senin-Jumat), mayoritas responden (30%) mengakses media sosial selama 1 – 3 jam. Pada urutan kedua, terdapat 24% responden yang mengakses media sosial selama 3-5 jam, dan 24% responden lain yang mengakses media sosial sampai 5-7 jam pada hari kuliah. Sedangkan pada hari libur kuliah (Sabtu-Minggu), mayoritas responden (77,2%) mengakses media sosial lebih dari 3 jam, dengan rincian 20 orang mengakses selama 3 – 5 jam, 20 orang yang lain selama 5 – 7 jam, dan 21 orang mengakses selama lebih dari 7 jam.



Grafik 2. Media Sosial yang Digunakan

Seperti terlihat pada Grafik 2, media sosial yang paling banyak digunakan oleh responden adalah instagram (91%),

kemudian dilanjutkan dengan Line dan YouTube (85%), serta WhatsApp (68%).



Grafik 3. Media Sosial yang Digunakan dalam Berinteraksi dengan Teman Kuliah

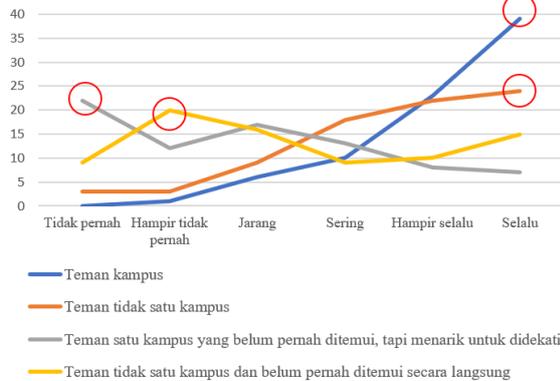
Sedangkan Grafik 3 menunjukkan bahwa media yang paling banyak digunakan oleh responden dalam berinteraksi dengan teman kuliah adalah LINE (80%) dan WhatsApp (30%).

Tabel 4. Gambaran Interaksi dengan Teman Sebaya

	Jenis Kelamin		Total	
	Laki-laki	Perempuan		
Teman kampus yang juga menjadi teman media sosial	< 10 orang	3	5	8
	> 200 orang	2	8	10
	101 - 150 orang	0	10	10
	11 - 50 orang	13	19	32
	151 - 200 orang	1	3	4
	51 - 100 orang	5	10	15
Intensitas interaksi dengan teman kampus	Tidak pernah	0	0	0
	Hampir tidak pernah	3	3	6
Intensitas interaksi dengan teman yang tidak satu kampus secara langsung	Jarang	5	6	11
	Sering	4	18	22
	Hampir selalu	8	11	19
	Selalu	4	17	21
Intensitas interaksi dengan teman yang tidak satu kampus dan belum pernah kamu temui	Tidak pernah	1	2	3
	Hampir tidak pernah	0	3	3
Intensitas interaksi dengan teman satu kampus yang belum pernah kamu temui, tapi menarik untuk didekati	Jarang	2	7	9
	Sering	9	9	18
	Hampir selalu	4	18	22
	Selalu	8	16	24
Penyesuaian kehidupan sosial di kampus	Tidak pernah	2	7	9
	Hampir tidak pernah	5	15	20
	Jarang	6	10	16
	Sering	4	5	9
Intensitas interaksi dengan teman satu kampus yang menarik untuk didekati	Hampir selalu	4	6	10
	Selalu	3	12	15
	Tidak pernah	7	15	22
	Hampir tidak pernah	0	12	12
Penyesuaian kehidupan sosial di kampus	Jarang	6	11	17
	Sering	6	7	13
	Hampir selalu	2	6	8
	Selalu	3	4	7
Penyesuaian kehidupan sosial di kampus	Rendah	3	2	5
	Sedang	14	20	34
	Tinggi	7	33	40

Dari data yang didapat, hanya 10% responden yang memiliki kurang dari 10 orang teman kuliah sebagai teman media sosial mereka; sedangkan 49,3%

responden memiliki lebih dari 50 orang teman kuliah yang juga menjadi teman di media sosial mereka.



Grafik 4. Intensitas Berinteraksi dengan Teman Sebaya

Ketika dilihat interaksi media sosial yang dilakukan oleh responden pada Grafik 4, sebanyak 49,3% responden mengaku selalu menggunakan media sosial tersebut untuk berinteraksi dengan teman kampus mereka. Sebanyak 30,3% responden selalu menggunakan media sosial tersebut untuk berinteraksi dengan teman yang tidak satu kampus.

Mayoritas responden (27,8%) mengaku tidak pernah menggunakan media sosial tersebut untuk berinteraksi dengan teman kampus yang belum pernah ditemui meskipun menarik untuk didekati. Sedangkan 88,6% responden mengaku pernah menggunakan media sosial tersebut untuk berinteraksi dengan teman yang tidak satu kampus dan belum pernah ditemui secara langsung.

Setelah diuji lebih lanjut, ditemukan bahwa responden perempuan lebih banyak yang memiliki akses ke komputer/laptop di tempat tinggalnya. Responden perempuan juga lebih aktif menggunakan media sosial dibandingkan responden laki-laki, dan lebih sering menggunakan media sosial untuk berinteraksi dengan teman kampus.

Responden yang memiliki akses ke komputer/laptop di tempat tinggalnya ditemukan lebih aktif menggunakan media sosial. Responden yang aktif menggunakan media sosial ditandai dengan penggunaan media sosial setiap hari, dengan durasi penggunaan media sosial yang tinggi, baik di hari kuliah maupun di hari libur kuliah. Hal ini didukung dengan adanya peningkatan penggunaan media sosial di hari libur kuliah pada responden yang lebih aktif menggunakan media sosial pada hari kuliah.

Semakin aktif responden menggunakan media sosial, maka semakin banyak teman satu kampus yang juga menjadi teman di sosial medianya. Semakin banyak teman satu kampus yang menjadi teman di sosial media, maka semakin sering juga responden menggunakan media sosial untuk berinteraksi dengan teman kampusnya.

Responden yang lebih sering menggunakan media sosial untuk berinteraksi dengan teman kampus, juga lebih sering menggunakan media sosial untuk berinteraksi dengan temannya yang tidak satu kampus.

Responden yang lebih sering menggunakan media sosial untuk berinteraksi dengan teman yang tidak satu kampus, juga lebih sering menggunakan media sosial untuk berinteraksi dengan teman yang tidak satu kampus dan belum pernah ditemui secara langsung.

Responden yang sering mengakses media sosial untuk berinteraksi dengan teman (baik yang satu kampus, beda kampus, maupun teman yang tidak satu kampus dan belum pernah ditemui secara langsung) juga lebih cenderung akan berinteraksi dengan teman satu kampus

yang belum pernah ditemui, tapi menarik untuk didekati.

Tabel 5. Korelasi terhadap Penyesuaian Kehidupan Sosial di Kampus

	Item	SACQ
IPK Semester 1		-.005
IPK Semester 2		.070
Jenis Kelamin		-.290*
Aktif menggunakan medsos		.360*
Jumlah teman di medsos		.440*
Durasi	Hari dalam seminggu	.196
Menggunakan	Durasi hari kuliah	-.059
	Durasi hari libur kuliah	-.023
	Lama tahun aktif	.003
Intensitas	Teman kampus	.345*
Interaksi	Teman yang tidak satu kampus	.364*
	Teman yang tidak satu kampus dan belum pernah ditemui secara langsung	.103
	Teman satu kampus yang belum pernah ditemui, tapi menarik untuk didekati	.189

Keterangan (* = signifikan pada 0,01)

Dari hasil analisa (lihat Tabel 4), didapatkan sebanyak 5 orang responden memiliki tingkat penyesuaian kehidupan sosial di kampus yang rendah, 34 orang tergolong ke dalam kategori sedang, dan 40 orang responden tergolong ke dalam kategori tinggi. Setelah diuji lebih lanjut, ternyata tingkat penyesuaian kehidupan sosial di kampus tidak memiliki korelasi dengan IPK yang dicapai responden, baik pada semester 1 ($p = -.005$) maupun semester 2 ($p = .070$) (seperti terdapat pada Tabel 5).

Jika dilihat pada Tabel 5, dapat disimpulkan bahwa aktivitas menggunakan media sosial berkorelasi dengan tingkat penyesuaian kehidupan sosial di kampus, namun tidak pada semua item. Variabel aktivitas menggunakan media sosial berkorelasi dengan tingkat penyesuaian kehidupan sosial di kampus spesifik pada item terkait lama aktif menggunakan media sosial ($p = .360$), jumlah teman kampus yang menjadi teman di media sosial ($p = .440$), serta intensitas berinteraksi dengan teman kampus ($p = .345$) dan bukan teman kampus ($p = .364$).

Selain itu, jenis kelamin juga memiliki korelasi yang signifikan dengan tingkat penyesuaian kehidupan sosial di kampus ($p = -.290$). Setelah diuji lebih lanjut, didapati bahwa responden perempuan memiliki tingkat penyesuaian kehidupan sosial di kampus yang lebih tinggi daripada responden laki-laki.

Responden yang mengaku lebih aktif menggunakan media sosial juga melaporkan bahwa ia lebih dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan sosial di kampus. Responden yang dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan sosial di kampus juga melaporkan bahwa mereka memiliki lebih banyak teman kampus yang juga menjadi teman di sosial media, dan lebih sering menggunakan media sosial tersebut untuk berinteraksi dengan teman-temannya, baik teman satu kampus maupun beda kampus.

Deen, Hana, dan John (2012) dalam bukunya menyimpulkan bahwa dasar dari proses belajar adalah ketertarikan terhadap konten yang akan dipelajari, proses kolaborasi dalam kelompok, serta aktivitas yang dilakukan dalam kelas. Untuk itu, media sosial dapat berpengaruh secara signifikan apabila digunakan dengan optimal meski masih harus dilakukan penelitian lebih lanjut untuk memahaminya (Deen et al., 2012).

Shen dan Khalifa (2009) mengatakan bahwa platform media sosial dibuat untuk meningkatkan intensitas interaksi sosial pada pengguna, yang didasari oleh adanya keinginan untuk berkomunikasi dan terkoneksi secara instan dengan orang lain (Cheung et al., 2011). Hal ini memungkinkan terjadinya interaksi sosial yang baik di dunia maya menggunakan media sosial. Media sosial

dapat digunakan untuk membantu proses belajar yang lebih interaktif sehingga membantu meningkatkan ketertarikan terhadap konten materi serta lingkungan belajar.

Aplikasi atau platform dalam media sosial juga dapat digunakan sebagai media untuk memfasilitasi proses diskusi kelompok yang memunculkan adanya kolaborasi dalam proses belajar. Ketika aspek akademis dan sosial pelajar terpenuhi, hal tersebut dapat menjadi indikator awal adanya penyesuaian sosial yang baik dengan lingkungan kampus, seperti dijelaskan dalam konsep SACQ oleh Baker dan Siryk (1989).

Penelitian yang dilakukan oleh *we are social* dan *Hootsuite* pada Februari 2020, menunjukkan bahwa sebanyak 170,7 juta penduduk Indonesia berusia 16-64 tahun aktif berkontribusi di sosial media. Dimana rata-rata partisipan menghabiskan hampir 8 jam untuk mengakses internet dan 3,5 jam untuk mengakses media sosial per harinya. Sedangkan sebanyak 172,5 juta penduduk Indonesia menggunakan aplikasi jejaring sosial. Hal ini sejalan dengan survei yang peneliti lakukan, dimana 58% partisipan menggunakan media sosial untuk mengobrol dengan teman.

Ellison, Steinfield, dan Lampe (2007) mengatakan bahwa media sosial juga dapat membantu seseorang dalam memaksimalkan modal sosialnya dalam berjejaring, membangun hubungan personal, serta mengelola sebuah kelompok, bahkan ketika pertemuan tatap muka tidak mungkin dilakukan. Meskipun berjejaring secara daring tidak dapat menggantikan proses berjejaring secara tatap muka, namun media sosial tetap

dapat membantu dalam menjaga hubungan dan memediasi setiap orang untuk saling berkomunikasi. Terutama apabila digunakan untuk tujuan pembelajaran di kampus.

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah teman di media sosial dengan penyesuaian sosial di lingkungan kampus. Didukung oleh beberapa penelitian terdahulu, Gray, Vitak, Easton, dan Ellison (2013) mengemukakan bahwa pelajar lebih banyak bersosialisasi secara daring daripada tatap muka.

Untuk itu, terhubung dengan teman secara daring menjadi sebuah aspek sosialisasi yang penting di lingkungan kampus, dan membantu untuk merasa semakin terhubung dengan dunia kampusnya. Semakin banyak seseorang terhubung dengan teman di dunia maya, maka mereka akan memperkuat jejaring sosial yang terafiliasi dengan kampus.

Ditemukan pula hubungan positif antara penyesuaian sosial di lingkungan kampus dengan jumlah teman yang terkoneksi secara daring. Dengan adanya media sosial memfasilitasi proses interaksi dan kolaborasi di lingkungan kampus, akan membantu setiap orang dalam membangun pertemanan di lingkungan kampus dan saling menyediakan dukungan sosial satu sama lain. Hal inilah yang membantu mahasiswa akhirnya dapat lebih mudah dalam menyesuaikan diri di lingkungan kampus.

Penelitian serupa bisa dilakukan kepada lebih banyak responden dengan mencoba melihat hubungan pola penggunaan media sosial dengan jurusan kuliah, melihat tujuan menggunakan media sosial yang lebih luas, menjabarkan topik-

topik bahasan yang dicari pada saat menggunakan media sosial, atau juga melakukan uji coba lanjutan dengan melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara menggunakan media sosial sebagai bahan orientasi kampus dengan tingkat penyesuaian pada mahasiswa tahun pertama.

SIMPULAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa aspek dari penggunaan media sosial yang memiliki korelasi positif yang signifikan terhadap penyesuaian kehidupan sosial di kampus. Beberapa aspek tersebut adalah tingkat keaktifan menggunakan media sosial, jumlah teman sebaya yang dimiliki di media sosial, serta intensitas interaksi terhadap teman sebaya baik yang merupakan teman satu kampus maupun beda kampus.

Semakin aktif seseorang menggunakan media sosial, serta semakin banyak teman kampus yang juga menjadi teman di media sosial, maka berkorelasi dengan semakin tinggi tingkat penyesuaian diri orang tersebut di lingkungan sosial kampus. Begitupun juga dengan semakin sering seseorang menggunakan media sosial tersebut untuk berinteraksi dengan teman sebaya yang satu kampus maupun beda kampus, maka berkorelasi dengan tingkat penyesuaian dirinya di lingkungan sosial kampus.

Menarik mendapati bahwa dampak dari media sosial tidak selalu buruk, terutama apabila dapat difungsikan dengan optimal. Dari penelitian ini, para mahasiswa dapat memaksimalkan penggunaan media sosial dalam hal berkenalan dengan teman-teman dan dunia

kampus. Pihak penyelenggara pendidikan maupun tim pengembangan orientasi mahasiswa baru juga dapat memaksimalkan penggunaan media sosial untuk membantu para mahasiswa baru menjadi lebih mudah dalam beradaptasi di kampus, dengan mendorong proses pembelajaran yang interaktif dan kolaboratif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aifan, H. A. (2015). Saudi Students' Attitudes Toward Using Social Media to Support Learning. *Doctoral Dissertation, University of Kansas*, 4–28.
- Aprinta, G., & Dwi, E. (2017). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Kepekaan Sosial di Usia Remaja. *Jurnal The Messenger*, 9(1), 65. <https://doi.org/10.26623/themessenger.v9i1.428>
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). *Student Adaptation to College Questionnaire Manual*. Western Psychological Services.
- Cheung, C. M. K., Chiu, P. Y., & Lee, M. K. O. (2011). Online social networks: Why do students use facebook? *Computers in Human Behavior*, 27(4), 1337–1343. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.07.028>
- Christensen, L. B. (2007). Experimental Methodology. In *Pearson: Vol. 10th Editi*.
- Deen, S, H., & Hendricks, J. A. (2012). *Social Media: Usage and Impact* (2012 ed.). Lexington Books.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of facebook "friends:" Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143–1168. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>
- Feldt, R. C., Graham, M., & Dew, D. (2011). Measuring adjustment to college: Construct validity of the student adaptation to college questionnaire. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 44(2), 92–104. <https://doi.org/10.1177/0748175611400291>
- Gray, R., Vitak, J., Easton, E. W., & Ellison, N. B. (2013). Computers & Education Examining social adjustment to college in the age of social media: Factors in influencing successful transitions and persistence.

- Computers & Education*, 67, 193–207.
<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2013.02.021>
- Gunnell, K. E., Mosewich, A. D., McEwen, C. E., Eklund, R. C., & Crocker, P. R. E. (2017). Don't be so hard on yourself! Changes in self-compassion during the first year of university are associated with changes in well-being. *Personality and Individual Differences*, 107, 43–48.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.11.032>
- Joorabchi, T. N., Hassan, M. S. H., & Osman, M. N. (2013). Usage of the Internet and Its Effect On Youth Development. *Universiti Putra Malaysia*, 45(October).
<https://www.scripps.ohiou.edu/wjmcr/vol45/45.html>
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59–68.
<https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- Parra-López, E., Bulchand-Gidumal, J., Gutiérrez-Taño, D., & Díaz-Armas, R. (2011). Intentions to use social media in organizing and taking vacation trips. *Computers in Human Behavior*, 27(2), 640–654.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.05.022>
- Quan-Haase, A., & Young, A. L. (2010). Uses and Gratifications of Social Media: A Comparison of Facebook and Instant Messaging. *Bulletin of Science, Technology & Society*, 30(5), 350–361.
<https://doi.org/10.1177/0270467610380009>
- Ribbe, R., Cyrus, R., & Langan, E. (2016). Exploring the impact of an outdoor orientation program on adaptation to college. *Journal of Experiential Education*, 39(4), 355–369.
<https://doi.org/10.1177/1053825916668900>
- Sedlacek, W. E. (2011). Using noncognitive variables in assessing readiness for higher education. *Readings on Equal Education*, 25(January 2011), 187–205.
<http://web.augsburg.edu/em/UsingNCV-Sedlacek.pdf>
- Shen, K. N., & Khalifa, M. (2009). Facebook usage among Arabic college students: Preliminary findings on gender differences. *Proceedings of the International Conference on Electronic Business (ICEB), January 2010*, 1080–1087.
<https://doi.org/10.3316/ijebmo401053>
- Yang, C. C., & Brown, B. B. (2015). Factors involved in associations between Facebook use and college adjustment: Social competence, perceived usefulness, and use patterns. *Computers in Human Behavior*, 46, 245–253.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.015>
- Yang, C. chen, & Robinson, A. (2018). Not necessarily detrimental: Two social comparison orientations and their associations with social media use and college social adjustment. In *Computers in Human Behavior* (Vol. 84). Elsevier B.V.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.020>