

**PROSES ADAPTASI MENURUT JENIS KELAMIN
DALAM MENUNJANG STUDI MAHASISWA FISIP
UNIVERSITAS SAM RATULANGI**

Oleh :

Joanne P. M. Tangkudung

e-mail: pingkantangkudung@yahoo.co.id

Abstrak. Adaptasi merupakan proses penyesuaian individu, kelompok terhadap norma-norma, perubahan agar dapat disesuaikan dengan kondisi yang diciptakan. Memasuki dunia perkuliahan merupakan hal yang baru dan memerlukan proses adaptasi terhadap lingkungan atau tempat studi. Gender/jenis kelamin adalah perbedaan peluang, peran, dan tanggung jawab antara laki-laki dan perempuan sebagai hasil konstruksi sosial dalam kehidupan berkeluarga dan bermasyarakat.

Tujuan penelitian untuk mengetahui proses adaptasi; hambatan-hambatan yang dialami dan cara mengatasi hambatan-hambatan oleh mahasiswa dalam beradaptasi dengan budaya yang baru. Menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif.

Hasil penelitian adalah Laki-laki lebih mudah menyesuaikan dalam proses belajar mengajar dibandingkan perempuan namun sebaliknya untuk lebih mudah mengenal dosen masih perempuan lebih cepat menyesuaikan dengan para dosen. Setiap manusia suatu saat berpindah tempat tinggal dan hal ini membutuhkan penyesuaian dengan suasana baru.

Laki-laki lebih cepat menyesuaikan dengan budaya setempat dibandingkan perempuan. Hal ini sesuai dengan stereotype kejeniskelaminan menganggap bahwa laki-laki lebih cepat menyesuaikan karena mereka memiliki jiwa petualang sedangkan perempuan agak sulit beradaptasi karena terlalu terbawa emosi. Berkaitan dengan waktu penyesuaian laki-laki lebih mudah menyesuaikan dibandingkan dengan perempuan. Tetapi keterkaitan dengan mengatasi hambatan dalam proses adaptasi tergantung dari sifat pribadi masing-masing.

Key words: Adaptasi; Jenis Kelamin; Studi; Mahasiswa

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dalam proses kehidupan manusia selalu dibutuhkan sikap adaptasi terhadap lingkungan. Lamanya proses adaptasi ini bisa berbeda kepada setiap orang, ada yang cepat dan mudah ber-adaptasi, ada juga yang sulit/tidak mudah melakukan adaptasi.

Proses adaptasi adalah suatu proses yang mempengaruhi kesehatan secara positif. Proses adaptasi menyangkut semua interaksi manusia dengan lingkungannya.

Seperti fenomena yang dialami seorang siswa berubah menjadi mahasiswa, memasuki lingkungan kampus dan situasi belajar yang berbeda dari Sekolah Menengah Atas menjadi seorang mahasiswa di suatu Perguruan Tinggi sehingga mereka ini memerlukan proses adaptasi di lingkungan kampus.

Universitas Sam Ratulangi merupakan salah satu perguruan tinggi negeri yang berada di Sulawesi Utara dan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) adalah salah satu diantara 11 fakultas yang menerima mahasiswa dari berbagai daerah dan dengan latar belakang sosio-demografi dan budaya yang berbeda.

Memasuki dunia perkuliahan merupakan hal yang baru dan memerlukan proses adaptasi terhadap lingkungan atau tempat di mana mereka akan menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Kampus adalah institusi pendidikan tempat kita bersama untuk

menambah ilmu, yang kelak dapat bermanfaat bagi kehidupan diri sendiri dan masyarakat.

Jika seorang mahasiswa mampu beradaptasi atau dapat menyesuaikan dirinya dengan situasi dan kondisi yang baru, maka proses studi tidak akan terganggu, karena kecerdasan intelektual tidak menjamin kesuksesan dalam prestasi belajar, hal ini didukung pula oleh faktor lain, yaitu kecerdasan emosional yang berkaitan dengan penyesuaian diri dalam suatu lingkungan dan situasi yang baru.

FISIP mempunyai lima jurusan dan tujuh program studi yaitu; jurusan Ilmu Administrasi dengan program Studi Administrasi Publik dan Administrasi Bisnis; Jurusan Ilmu Pemerintahan dengan Program Studi Ilmu Pemerintahan dan Ilmu Politik; Jurusan Ilmu Komunikasi dengan Program Studi Ilmu Komunikasi dan Ilmu Perpustakaan; Jurusan Sosiologi dan Jurusan Antropologi.

Setiap tahun FISIP menerima \pm 500 mahasiswa setiap tahun namun yang menyelesaikan studi tepat waktu hanya sekitar 50 % , hal ini yang menarik untuk dicari tahu lebih mendalam tentang penyebab terhambatnya proses penyelesaian studi dari mahasiswa tersebut.

1.2. Rumusan Masalah

Setelah mengurai latar belakang yang telah dipaparkan itu, terdapat suatu pertanyaan utama dalam penelitian ini, yakni : bagaimana proses adaptasi mahasiswa terhadap lingkungan yang baru guna menunjang studi mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik UNSRAT ?

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang akan dicapai adalah :

1. Untuk mengetahui proses adaptasi yang dialami oleh mahasiswa ketika memasuki dunia kampus.
2. Untuk mengetahui hambatan-hambatan yang dialami oleh mahasiswa dalam beradaptasi dengan budaya yang baru.
3. Untuk mengetahui cara mengatasi hambatan-hambatan tersebut.

1.4. Manfaat Penelitian

1. Teoritis : Penelitian ini diharapkan untuk membantu mahasiswa agar bisa beradaptasi dengan lingkungan dan budaya yang baru yaitu dunia kampus dengan tujuan studi mereka bisa berhasil dengan tepat waktu.
2. Praktis : Informasi yang diperoleh dapat memberikan kontribusi yang berarti dan bermanfaat bagi Universitas Sam Ratulangi bagi peningkatan jumlah lulusan yang berkualitas dan tepat waktu.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Adaptasi

Soerjono Soekanto (2009), mengemukakan tentang adaptasi dalam beberapa batasan adaptasi sosial:

1. Proses mengatasi halangan-halangan dari lingkungan
2. Penyesuaian terhadap norma-norma untuk menyalurkan ketegangan

3. Proses perubahan-perubahan menyesuaikan dengan situasi yang berubah
4. Mengubah agar sesuai dengan kondisi yang diciptakan
5. Memanfaatkan sumber-sumber yang terbatas untuk kepentingan lingkungan dan sistem
6. Penyesuaian budaya dan aspek lainnya sebagai hasil seleksi ilmiah

Proses adaptasi antarbudaya: didefinisikan sebagai tingkat perubahan yang terjadi ketika individu berpindah dari lingkungan yang dikenalnya ke lingkungan yang kurang dikenalnya. Proses ini melibatkan perjalanan lintas batas budaya. Banyak penduduk musiman yang gagal karena pengalaman guncangan budaya menjadi sangat agresif atau menyendiri secara total. Anderson (Ting- Tommey, 1999) mengidentifikasi empat tipe "culture shockers":

- 1) *early returnees*—mereka yang keluar pada tahap awal dan menggunakan strategi pulang-pergi untuk berurusan dengan lingkungan "yang tak bersahabat";
- 2) *time servers*—mereka yang bersikap biasa-biasa saja dengan kontak minimum dengan para warga lokal dan secara emosional dan kognitif menjalani waktu serta pada saat yang bersamaan menunggu kesempatan untuk pulang;
- 3) *the adjusters*—mereka yang bersikap secara cukup moderat dan membaaur bersama para penduduk lokal secara perilaku tapi tidak secara afektif;
- 4) *the participators*—mereka yang menampilkan upaya optimal dan secara perilaku dan afektif menjadi partisipan penuh dalam budaya lokal.

2.2. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa adalah merupakan insan-insan calon sarjana yang dalam keterlibatannya dengan perguruan tinggi, dididik dan di harapkan menjadi calon-calon intelektual.

2.3. Pengertian Jenis Kelamin dan Gender

Seks sama dengan jenis kelamin, mengacu pada perbedaan biologis antara perempuan dan laki-laki; perbedaan secara biologi ini dibawa sejak lahir dan tak dapat diubah. Gender adalah perbedaan peluang, peran, dan tanggung jawab antara laki-laki dan perempuan sebagai hasil konstruksi sosial dalam kehidupan berkeluarga dan bermasyarakat. Gender = *sociological term (sphere)*, Sex = *biological term (sphere)*.

Gen: inti kromosom dominan dari laki-laki atau perempuan kelak akan menentukan jenis kelamin anaknya. Gender sering diidentikkan dengan jenis kelamin (*sex*), padahal gender berbeda dengan jenis kelamin. Gender sering jugadipahami sebagai pemberian dari Tuhan atau kodrat Ilahi, namun gender pada kenyataannya tidak semata-mata demikian. Secara etimologis kata 'gender' berasal dari bahasa Inggris yang berarti 'jenis kelamin' (John M. Echols dan Hassan Shadily, 1983: 265). Kata 'gender' bisa diartikan sebagai perbedaan yang tampak antara laki-laki dan perempuan dalam hal nilai dan perilaku (Victoria Neufeldt (ed.), 1984:561). Secara terminologis, 'gender' bisa didefinisikan sebagai harapan-harapan budaya terhadap laki-laki dan perempuan (Hilary M. Lips, 1993:4). Definisi lain tentang gender dikemukakan oleh Elaine Showalter. Menurutnya, 'gender' adalah pembedaan laki-laki dan perempuan dilihat dari konstruksi sosial budaya (Elaine Showalter (ed.), 1989:3). Lebih tegas lagi disebutkan dalam *Women's Studies Encyclopedia* bahwa gender adalah suatu konsep kultural yang dipakai untuk membedakan peran, perilaku, mentalitas, dan karakteristik emosional antara laki-laki dan perempuan yang berkembang dalam masyarakat (Siti Musdah Mulia, 2004:4).

2.4. Kesenjangan dan Keadilan Gender

Ketidaksetaraan peran gender, baik dalam sektor domestik maupun publik yang terjadi di semua sektor kehidupan kemudian menyebabkan bias gender (gender bias). Gender Bias (Gap) : kesenjangan kondisi dan posisi antara laki-laki dan perempuan dalam mengaktualisasikan potensi diri di kehidupan domestik atau publik. Idealnya dalam suatu masyarakat, baik dalam sektor publik maupun domestik tercipta kesetaraan dan keadilan gender. Kesenjangan gender adalah kondisi yang setara dan seimbang serta sederajat dalam hubungan peran, kedudukan, fungsi, hak, dan tanggung jawab antara laki-laki dan perempuan. Cara mewujudkannya ialah dengan menerima perbedaan kodrati individu laki-laki dan perempuan sebagai hikmah; memahami kondisi hidup laki-laki dan perempuan berbeda bahwa perbedaan itu pada dasarnya karena fungsi kodrati. Keadilan Gender adalah kondisi dan perlakuan yang adil tanpa ada perbedaan dalam hubungan, peran, fungsi, kedudukan, hak dan tanggung jawab antara laki-laki dan perempuan. Cara mewujudkannya adalah berperilaku adil dan tidak membedakan perlakuan antara laki-laki dan perempuan baik di rumah, di tempat kerja maupun di masyarakat.

III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian Mahasiswa jurusan komunikasi yang aktif kuliah di Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Sam Ratulangi, dengan alasan bahwa fakultas ini telah menerima mahasiswa dari berbagai daerah yaitu baik dari Papua sampai Pulau Sumatera seperti Medan yang melanjutkan studinya di sini.

3.2. Metode Yang Digunakan

Adapun metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Yang dimaksud dengan deskriptif merupakan salah satu cara yang digunakan dalam penelitian guna memaparkan situasi atau peristiwa.

Penelitian deskriptif ditujukan untuk: (1) mengumpulkan informasi aktual secara terperinci yang melukiskan gejala yang ada, (2) mengidentifikasi masalah atau memeriksa kondisi dan praktek-praktek yang berlaku, (3) membuat perbandingan atau evaluasi, (4) menentukan apa yang dilakukan orang lain dalam menghadapi masalah yang sama dan belajar dari pengalaman mereka untuk menetapkan rencana keputusan pada waktu yang akan datang (Rakhmat, 2009)

3.3. Variabel Penelitian

Variabel yang akan diteliti adalah variabel tunggal yaitu proses adaptasi dalam menunjang studi mahasiswa yang dalam proses menyelesaikan studi strata satu program studi yang ada di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sam Ratulangi; dioperasionalkan sebagai suasana *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa ketika memasuki dunia kampus sampai saat ini masih aktif kuliah, dengan indikatornya adalah:

- Menyesuaikan dalam lingkungan kampus
- Menyesuaikan dengan tempat tinggal
- Menyesuaikan dengan budaya setempat
- Waktu penyesuaian

- Hambatan dalam penyesuaian

Populasi adalah kumpulan objek penelitian, berupa orang, organisasi, kelompok, lembaga buku, kata-kata, dan lain-lain. Sedangkan sampel adalah bagian dari populasi yang diamati (Rakhmat, 2009).

Kemudian populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi yang aktif kuliah di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sam Ratulangi dan diambil sample secara *purposive* untuk setiap program studi sebanyak 10 % dari jumlah mahasiswa aktif dari angkatan (tahun masuk) 2012; 2011 dan 2010, penelitian dilakukan pada semester ganjil yang sedang berjalan proses perkuliahan.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

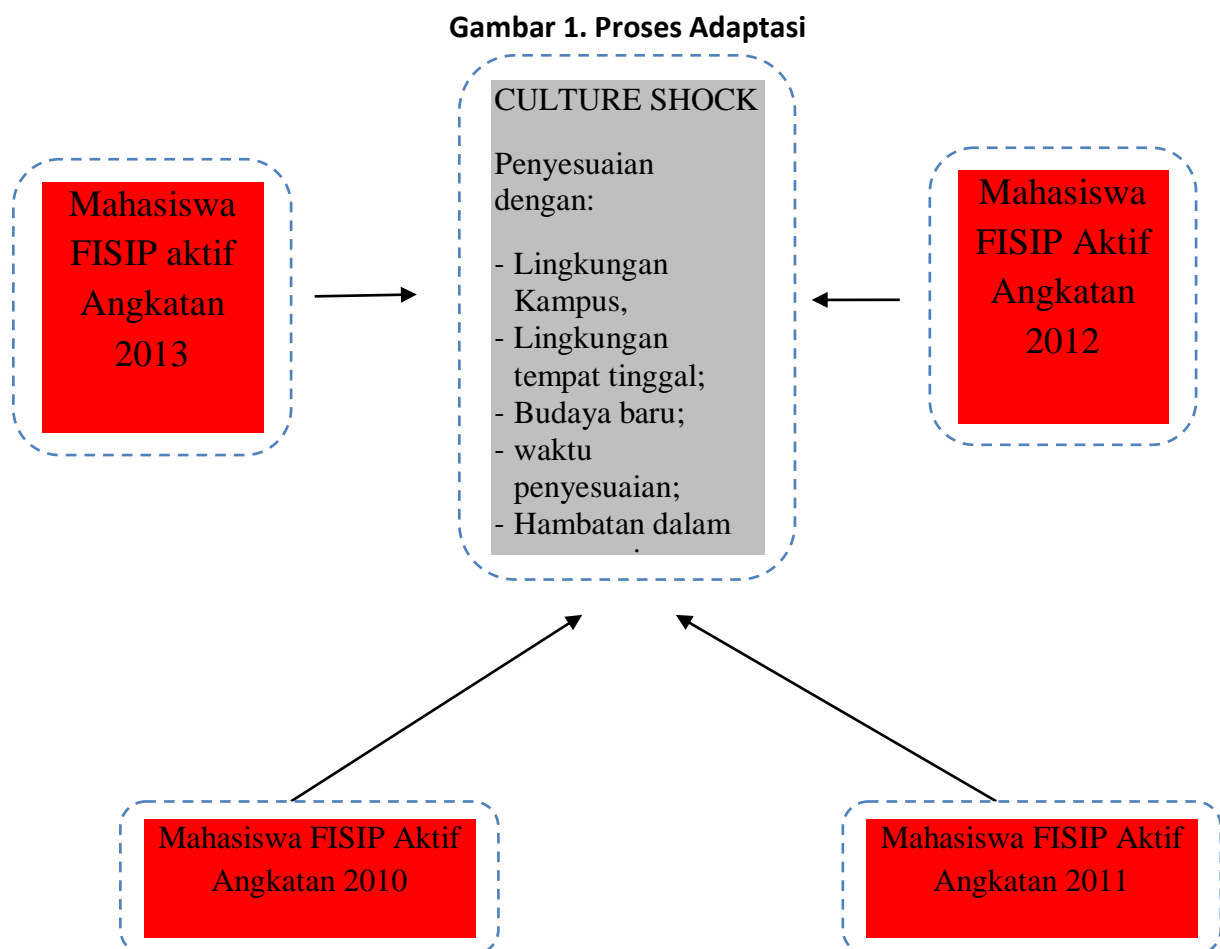
Adapun teknik pengumpulan data yakni;

1. Data primer diperoleh dengan menjalankan kuesioner kepada para mahasiswa yang terpilih menjadi responden,.
2. Data sekunder diperoleh melalui dokumen yang berasal dari instansi terkait.

3.5. Teknik Analisa Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis deskriptif, dimana data yang diperoleh, akan diolah dan diklasifikasikan dengan menggunakan tabel frekuensi dan persentase, yang kemudian dideskripsikan dalam bentuk kalimat, sehingga berdasarkan gambaran tersebut dapat ditarik kesimpulan mengenai hasil penelitian.

Adapun alur penelitian dapat dilihat pada bagan berikut:



IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

Saat ini Jurusan Ilmu Komunikasi merupakan salah satu jurusan memiliki mahasiswa yang cukup banyak seperti yang terdapat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa Komunikasi

No	Tahun Masuk	Mahasiswa
1	Tahun 2010	139
2	Tahun 2011	84
3	Tahun 2012	105
4	Tahun 2013	99
	Jumlah	427

Sumber: SIM FisPol Unsrat

Berdasarkan data pada tabel 1 mahasiswa yang terdaftar melalui buku registrasi adalah 427 mahasiswa, dan data ini tercatat sewaktu mereka menjadi mahasiswa baru dan mendaftar di bagian kemahasiswaan, tetapi pada data selanjutnya jumlah mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi berdasarkan Sistim Informasi Akademik (semester genap) yang aktif berjumlah 300, hal ini mengindikasikan bahwa setiap tahun ada mahasiswa yang tidak melanjutkan kuliahnya.

Tabel 2. Data mahasiswa Jurusan Komunikasi berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)

No	Tahun Masuk	Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)					
		< 2,50		2,51 – 2,99		3,00	
		Laki-Laki	Perempuan	Laki-Laki	Perempuan	Laki-Laki	Perempuan
1	2010	21	13	8	9	11	37
2	2011	11	4	6	4	14	24
3	2012	15	8	6	3	12	28
4	2013	14	8	9	3	10	22
	Jumlah	61	33	29	19	47	111

Sumber: Sub Bagian Kemahasiswaan

Berdasarkan data pada tabel 2 tersebut bahwa di Jurusan Komunikasi ternyata jenis kelamin laki-laki lebih dominan mempunyai IPK di bawah 2,50, bahkan ada yang sudah tidak aktif kuliah. Sebaliknya untuk IPK >03,00 yang dominan adalah perempuan, hal ini mengindikasikan bahwa perempuan lebih tekun belajar dibandingkan laki-laki.

Selanjutnya akan dibahas tentang penyesuaian dari mahasiswa terhadap proses belajar mengajar, dosen wali dan tugas berdasarkan jenis kelamin

Tabel 3. Penyesuaian di Lingkungan Kampus

No	Penyesuaian Dalam	Laki-laki	Perempuan	Jumlah	%
1	Proses Belajar Mengajar	13	10	23	52,7
2	Dosen Wali	1	2	3	6,1
3	Tugas	8	9	17	37,2
	Jumlah	22	21	43	100

Untuk penyesuaian dengan lingkungan kampus memang terjadi pada semester satu yaitu perubahan sistem belajar yang berbeda dengan sistem belajar di Sekolah Menengah Umum yang waktu belajarnya secara kontinu dari jam 07.00 sampai 01.00 wita dengan beberapa mata pelajaran, sedangkan sistem belajar di Perguruan Tinggi khususnya Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik waktu kuliahnya ada yang pagi, siang dan sore, perbedaan lainnya tatap muka maksimal 16 kali pertemuan sudah ujian dan ganti semester. Hal ini membutuhkan proses penyesuaian dalam dunia kampus.

Menurut Jean Piaget dalam teori perkembangan kognitifnya menerangkan bahwa adaptasi biologi terhadap lingkungan merupakan bagian dari intelegensi seseorang. Ada tiga aspek intelegensi yang dikemukakan oleh Piaget yaitu aspek struktur, struktur & organisasi terdapat di lingkungan, tapi pikiran manusia lebih dari meniru struktur realita eksternal secara pasif. Interaksi pikiran manusia dengan dunia luar, mencocokkan dunia ke dalam "mental framework"-nya sendiri.

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa penyesuaian diri mahasiswa laki – laki dalam proses belajar mengajar lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan dan bisa dilihat bahwa mahasiswa perempuan cenderung lebih mampu menyesuaikan diri dengan dosen wali ketimbang anak laki –laki dan dapat dilihat juga dalam penyesuaian terhadap tugas mahasiswa perempuan lebih tinggi ketimbang laki –laki.

Selanjutnya data yang diperoleh dalam penelitian berdasarkan tempat tinggal ada yang tinggal bersama dengan orang tua, dengan saudara, ataupun menempati rumah kost, seperti terlihat pada tabel 4 berikut ini.

Tabel 4. Tempat Tinggal

No	Tempat Tinggal	Laki – Laki	Perempuan	Jumlah	%
1	Orang Tua	8	11	19	44,18
2	Saudara	2	4	6	13,95
3	Kost	11	7	18	41,86
	Jumlah	21	22	43	100

Mahasiswa yang tinggal bersama orang tua yaitu sebanyak 19 orang (44,18 %), tempat tinggal merupakan salah satu hal yang mempengaruhi emosi seseorang.

Sedangkan yang tempat tinggalnya harus dengan orang lain baik itu saudara atau menempati rumah kost tentunya suasana jadi berbeda, seperti data yang diperoleh bahwa ada 18 (41,86 %) mahasiswa yang kost dan 6 (13,95 %) mahasiswa tinggal bersama saudara.

Manusia adalah makhluk yang dimana selalu memerlukan bantuan orang lain "makhluk sosial" oleh karna itu manusia tidak mungkin berdiam diri saja tempat dimana mereka tinggal. manusia selalu melakukan perjalanan "pergi dari tempat dimana mereka tinggal.

Pada saat mereka berada dimana tempatnya berbeda dari sebelumnya. mereka di tuntut untuk melakukan penyesuaian diri mereka. disitulah hal-hal yang baru kita lihat dan pelajari apa yang diinginkannya.

Tabel 5. Budaya Setempat

No	Budaya Setempat	Sangat bisa Menerima				Bisa menerima				Tidak bisa Menerima			
		L	P	Jmlh		L	P	Jmlh	%	L	P	Jmlh	%
1	Makanan	5	3	8	25,8	10	8	18	58,1	2	3	5	16,1
2	Bahasa	11	8	19	61,3	6	6	12	38,70	-	-	-	-
3	Hubungan Pertemanan	8	5	13	41,9	8	6	14	45,2	1	3	4	12,9

Dari tabel 5, data tersebut menjelaskan tentang sebagian kebudayaan dari Manado yang bisa terima seperti makanan yang diketahui bahwa jenis makanan dari orang Manado bumbunya selalu menggunakan cabe (rica; dalam bahasa Manado) sehingga rasa pedas sangat terasa dalam setiap makanan di warung/kantin selalu terasa pedas. Dari beberapa indikator menunjukkan bahwa mahasiswa laki –laki lebih bisa menyesuaikan dengan budaya setempat ini dilihat dari jumlah mahasiswa per indikator.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa yang dikemukakan oleh Berry dkk (1999:18) tentang temuan umum stereotype tentang kejeniskelaminan lelaki dan perempuan sangat berbeda satu sama lain, yaitu lewat pandangan bahwa lelaki lebih dominan, tak tergantung, dan memiliki sifat petualangan, sementara perempuan emosional, tunduk (submisif) dan lemah. Terkait dengan hasil penelitian pada tabel 5 menggambarkan bahwa laki-laki lebih bisa menyesuaikan karena sifat mereka petualangan. Sedangkan perempuan lebih lama menyesuaikan disebabkan faktor emosi yang melekat pada mereka.

Tabel 6. Waktu Penyesuaian

No.	Waktu	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah	%
1	1 – 3 Bulan	7	3	10	23,26
2	3 – 6 Bulan	8	15	23	53,48
3	Lebih dari 6 bulan	2	8	10	23,26
	Jumlah	17	26	43	100

Tabel 6 menjelaskan tentang waktu penyesuaian terhadap budaya setempat dalam penelitian ini yang yang ditanyakan tentang makanan, bahasa dan pertemanan, hal ini merupakan sebagian budaya yang bisa menunjang dalam proses penyelesaian studi mahasiswa dari luar Sulawesi Utara karena jika mereka bisa menyesuaikan tentunya tidak mengganggu proses belajar mengajar, dan sebaliknya jika hal ini mengganggu dapat menjadi halangan bagi penyelesaian studi mereka.

Menurut Samovar (2010:326) menyatakan bahwa perspektif temporal memengaruhi sejumlah proses psikologis, mulai dari motivasi, emosi dan spontanitas sampai pada mengambil resiko, kreativitas dan memecahkan masalah.

Demikian yang terjadi pada mahasiswa berkaitan dengan waktu penyesuaian berbeda antara lelaki dan perempuan.

Laki-laki dengan jiwa petualangan lebih mudah untuk mengatasi masalah yang ada disekitar, sedangkan perempuan yang mempunyai sifat emosional waktu penyesuaian agak lama karena menggunakan perasaan.

Tabel 7. Hambatan dalam penyesuaian

No.	Hambatan	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah	%
1	Sifat pribadi	11	16	27	62,8
2	Pergaulan	7	9	16	37,2
	Jumlah	18	25	43	100

Tabel 7 ini menyatakan bahwa sifat pribadi sangat menunjang dalam proses adaptasi seperti sifat tertutup agak sulit untuk menerima orang lain, dan untuk menjalin interaksi dengan teman kuliah atau teman kost mengalami hambatan. Berbeda dengan orang yang mempunyai sifat terbuka atau supel mereka ini agak mudah untuk beradaptasi karena bisa menerima orang lain dalam kehidupan yang baru.

Hambatan lainnya berasal dari kaum pria yang menurut mereka para pemuda orang Manado cenderung dekat dengan minuman keras, oleh sebab itu mereka agak kurang bisa menerima hal ini karena memang tidak terbiasa.

Penyesuaian diri sebagai tujuan atau kondisi ideal yang diharapkan tidak mungkin dicapai oleh individu dengan sempurna. Tidak ada individu yang berhasil menyesuaikan diri dalam segala situasi sepanjang waktu karena situasi senantiasa berubah.

Schneiders (1964) menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu, yaitu individu berusaha keras agar mampu mengatasi konflik dan frustrasi karena terhambatnya kebutuhan dalam dirinya, sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan antara diri sendiri dengan lingkungannya.

V. Kesimpulan Dan Saran

5.1. Kesimpulan

1. Laki-laki lebih mudah menyesuaikan dengan proses belajar mengajar dibandingkan perempuan namun sebaliknya untuk lebih mudah mengenal dosen masih perempuan lebih cepat menyesuaikan dengan para dosen.
2. Setiap manusia suatu saat berpindah tempat tinggal dan hal ini membutuhkan penyesuaian dengan suasana baru, demikian juga dengan para mahasiswa yang kost dan harus tinggal dengan saudara.
3. Pada saat laki-laki menyesuaikan lebih dengan budaya setempat secara stereotype kejeniskelaminan menganggap bahwa laki-laki lebih cepat menyesuaikan karena mereka memiliki jika petualang sedangkan perempuan agak sulit beradaptasi karena terlalu terbawa emosi.
4. Berkaitan dengan waktu penyesuaian laki-laki lebih mudah menyesuaikan dibandingkan dengan perempuan.
5. Keterkaitan dengan mengatasi hambatan dalam proses adaptasi tergantung dari sifat pribadi masing-masing.

5.2. Saran

1. Penyesuaian diri yang baik dapat ditandai dengan tidak adanya emosi yang relatif berlebihan atau tidak terdapatnya gangguan emosi yang merusak. Individu menanggapi situasi atau masalah yang dihadapinya dengan cara yang baik akan merasa tenang dan memiliki kontrol emosi yang baik.
2. Usahakan jangan sampai ada perasaan frustrasi karena bisa membuat individu sulit atau bahkan tidak mungkin bereaksi secara normal terhadap situasi ataupun masalah yang dihadapi.
3. Proses penyesuaian diri yang baik selalu dapat ditandai dengan sejumlah pertumbuhan atau perkembangan yang berhubungan dengan cara-cara seorang individu menyelesaikan situasi atau ancaman bagi dirinya.
4. Penyesuaian diri akan lebih berhasil jika disertai dengan kemampuan memilih tindakan yang tepat dan pengendalian diri secara tepat pula.

DAFTAR PUSTAKA

- Berry John W, Ype H. Poortinga, Mashall H. segall, Pierre R. Dasen, *Psikologi Lintas Budaya*, PT. Gramdia Pustaka Utama, Jakarta
- Berger, Charles R, Rollof, Ewoldson, (Terjemahan) *Handbook Ilmu Komunikasi*, Nusa Media, Ujung Berung, Bandung.
- Eilers. 1993, *Berkomunikasi Antar Budaya*, Nusa Indah, Flores – NTT
- Deddy Mulyana, *Komunikasi Antarbudaya*, 1996, PT. Remaja Rosdakarya, Bandung
- Deddy Mulyana, *Nuansa-Nuansa Komunikasi*, 1999, PT. Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Kusherdiana. 2011. *Pemahaman Lintas Budaya*; Alfabeta, Bandung.
- Rabanta Simamartha, 2009, *Strategi Adaptasi Ekonomi Petani Jeruk Pada Saat Pra Panen Raya Dan Saat Panen Raya (Studi Deskriptif Pada Petani Jeruk di Desa Suka, Kec. Tiga Panah, Kab. Karo)*, USU, Medan
- Rakhmat Jalaluddin, 2009, *Metode Penelitian Komunikasi*, PT. Remaja Rosda Karya, Bandung
- Samovar Larry/Richard E. Porter/ Edwin R. McDaniel; 2010, *Komunikasi Lintas Budaya*, Salemba Humanika, Jakarta
- Soerjono Soekanto, 2009. *Sosiologi Suatu Pengantar*, Rajawali Press, Jakarta.
- Suranto, 2010. *Komunikasi Sosial Budaya*; Graha Ilmu, Yogyakarta
- Tangkudung, J.P.M, 2000, Tesis, *Adaptasi Etnik Pendatang Terhadap Kebudayaan Sunda Menurut Ciri-Ciri Sosiodemografis*, UNPAD, Bandung
- Ting-Toomey, Stella. 1999, *Communicating Across Culture*. New York: The Guilford Press.
- Echols, John M. dan Hassan Shadily (1983). *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta: Gramedia. Cet. XII.
- Lips, Hilary M. (1993). *Sex and Gender: An Introduction*. London: My field Publishing Company.

Mulia, Siti Musdah. 2004. *IslamMenggugatPoligami*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
Cet.I

http://currentnursing.com/nursing_theory/Roy_adaptation_model.html

<http://id.scribd.com/doc/109312587/Teori-adaptasi>

<http://kerjakandanpemahaman.blogspot.com/2012/09/penyesuaian-diri.htm>

<http://www.wal Hakim.blogspot.co>