

**PERAN HARAPAN TERHADAP *ACADEMIC
ADJUSTMENT* PADA MAHASISWA TAHUN
PERTAMA**



SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

OLEH :

ALYA ZHAFIRA

04041382126066

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2025

HALAMAN PENGESAHAN
PERAN HARAPAN TERHADAP *ACADEMIC ADJUSTMENT* PADA
MAHASISWA TAHUN PERTAMA
SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh

Alya Zhafira

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 7 Maret 2025

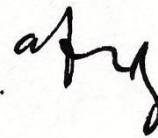
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Angeline Hosana Z. Tarigan, S.Psi., M.Psi
NIP. 198704152018032001

Pembimbing II



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A
NIP. 198612152015042004

Penguji I



Amalia Juniarty, S.Psi, M.A., Psikolog
NIP. 197906262023212018

Penguji II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si
NIP. 199407072018031001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 7 Maret 2025



Sayang Aje Mardhiyah, S.Psi., M.Si

NIP. 197805212002122004
LEMBAR PERSETUJUAN

UJIAN SKRIPSI

Nama : Alya Zhafira
NIM : 04041382126066
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Kedokteran
Judul Skripsi : Peran Harapan terhadap *Academic Adjustment* pada
Mahasiswa Tahun Pertama

Indralaya, 3 Maret 2025

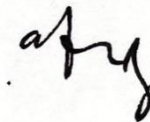
Menyetujui,

Dosen Pembimbing I



Angeline Hosana Z. Tarigan, S.Psi., M.Psi
NIP.198704152018032001

Dosen Pembimbing II



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A
NIP. 198612152015042004

Mengetahui,

Bagian Psikologi



Sayade Mardiyah, S.Psi., M.Si
NIP.197805212002122004

SURAT PERNYATAAN

Saya, Alya Zhafira dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diajukan sebelumnya untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia untuk dicabut derajat kesarjannaannya.

Palembang, 7 Maret 2025

Peneliti,



Alya Zhafira
NIM. 04041382126066

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat, kesehatan, kemudahan, kebaikan, keberuntungan dan kelancaran disetiap langkah dalam proses penyelesaian skripsi ini. Peneliti mempersembahkan hasil skripsi beserta ungkapan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang senantiasa menjadi tempat mengadu, mendengar, dan memudahkan disetiap proses kehidupan terutama masa penulisan skripsi.
2. Ayahanda tercinta Nasrul Amin, Ibunda tersayang Sri Badariah, Kakak M. Ridho Aditya Sulthan, Adik M. Faiz Al Farizi, Maaji Saudah, Ayuk Feby Mutia dan seluruh keluarga besar saya. Terima kasih atas segala bentuk dukungan baik dan bentuk moral, spiritual, maupun mental. Terima kasih atas segala bentuk kasih sayang, pengorbanan, semangat, dukungan dan doa yang terus mengalir tanpa henti hingga akhirnya peneliti mampu melewati setiap rintangan dan berhasil menyelesaikan pendidikan sampai akhir, terima kasih sudah memberikan kepercayaan penuh kepada peneliti. Semoga peneliti selalu diberikan kemudahan untuk membahagiakan dan membanggakan kalian saat ini, nanti, dan seterusnya.
3. Saya sendiri Fira, terima kasih telah berjuang dengan sangat keras, menghadapi berbagai rintangan dan masalah yang muncul selama proses penulisan skripsi.
4. Sepupu serta teman-teman terdekat yang selalu mendengarkan keluh kesah dan merayakan setiap progres penulis selama proses penelitian ini.

HALAMAN MOTTO

“Gonna fight and don’t stop, until you are proud”

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Peran Harapan terhadap *Academic Adjustment* pada Mahasiswa Tahun Pertama". Selama proses skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bimbingan, bantuan, serta dukungan yang berasal dari berbagai pihak untuk dapat mengatasi berbagai kendala dan hambatan yang dialami. Maka dari itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya

Kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Taufik Marwa, SE., M.Si, selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak Prof. Dr. dr. Mgs. Irsan Saleh, M.Biomed, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Bagian Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog., selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
5. Ibu Angeline Hosana Zefany Tarigan, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktunya, membimbing, memberikan tenaga dan pikiran untuk membantu peneliti mengerjakan skripsi.

6. Ibu Ayu Purnamasari, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu peneliti dalam mengerjakan skripsi.
7. Bapak/Ibu Dosen beserta staff Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya.
8. Serta kepada teman-teman Program Studi Psikologi khususnya Angkatan 2021 yang terus memberikan semangat, bantuan, serta dukungan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi yang telah dibuat ini masih jauh dari kata sempurna, demikian pula peneliti telah memberikan usaha yang maksimal. Peneliti senantiasa mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun kearah yang lebih baik demi kesempurnaan dan juga pengembangan skripsi ini lebih lanjut.

Indralaya, 7 Maret 2025



Alya Zhafira

NIM. 04041382126066

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis.....	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II LANDASAN TEORI	16
A. <i>Academic Adjustment</i>	16
1. Pengertian <i>Academic Adjustment</i>	16
2. Faktor yang Mempengaruhi <i>Academic Adjustment</i>	17
3. Aspek <i>Academic Adjustment</i>	19
B. Harapan.....	22

1.	Pengertian Harapan.....	22
2.	Faktor yang Mempengaruhi Harapan	23
3.	Aspek Harapan	26
C.	Peranan Harapan terhadap <i>Academic Adjustment</i>	28
D.	Kerangka Berpikir.....	30
E.	Hipotesis Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN		31
A.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
B.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	32
1.	Populasi Penelitian	32
2.	Sampel Penelitian	33
3.	Teknik Pengambilan Sampel.....	33
D.	Metode Pengumpulan Data.....	34
E.	Validitas dan Reliabilitas	37
1.	Validitas.....	37
2.	Reliabilitas.....	37
F.	Metode Analisis Data.....	38
1.	Uji Asumsi.....	38
2.	Uji Hipotesis	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		41
A.	Orientasi Kancan Penelitian.....	41
B.	Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	42
1.	Persiapan Administrasi	42
2.	Persiapan Alat Ukur.....	42
3.	Pelaksanaan Penelitian	50
C.	Hasil Penelitian	57
1.	Deskripsi Subjek Penelitian.....	57
2.	Deskripsi Data Penelitian	60
3.	Hasil Analisis Data Penelitian	62
D.	Hasil Analisis Tambahan	65
1.	Uji Beda Tingkat <i>Academic Adjustment</i> dan Harapan Berdasarkan Usia Subjek	65

2.	Uji Beda Tingkat <i>Academic Adjustment</i> dan Harapan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	65
3.	Uji Beda Tingkat <i>Academic Adjustment</i> dan Harapan Berdasarkan Kesesuaian Minat Utama Jurusan	67
4.	Uji Beda Tingkat <i>Academic Adjustment</i> dan Harapan Berdasarkan Rencana Pindah Jurusan Subjek Penelitian	68
5.	Uji Sumbangan Efektif Inti Harapan terhadap <i>Academic Adjustment</i>	70
6.	Uji Tingkat <i>Mean</i> pada Variabel <i>Academic Adjustment</i>	71
E.	Pembahasan.....	71
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		80
A.	Kesimpulan	80
B.	Saran	80
C.	Kelemahan Penelitian	82
DAFTAR PUSTAKA		83
LAMPIRAN.....		89

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring Skala Psikologis	34
Tabel 3.2 Blueprint Skala <i>Academic Adjustment</i>	36
Tabel 3.3 Blueprint Skala Harapan	35
Tabel 4.1 Distribusi Skala <i>Academic Adjustment</i> Setelah Uji Coba	46
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Academic Adjustment</i>	47
Tabel 4.3 Distribusi Skala Harapan Setelah Uji Coba	49
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran Baru Skala Harapan	50
Tabel 4.5 Penyebaran Skala <i>Try Out</i>	53
Tabel 4.6 Penyebaran Skala Penelitian	55
Tabel 4.7 Deskripsi Usia Subjek Penelitian	57
Tabel 4.8 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian	57
Tabel 4.9 Deskripsi Perguruan Tinggi Asal Subjek Penelitian	58
Tabel 4.10 Deskripsi Fakultas/Jurusan Subjek Penelitian	58
Tabel 4.11 Deskripsi Asal Daerah Subjek Penelitian	59
Tabel 4.12 Deskripsi Kesesuaian Minat Utama Jurusan Subjek Penelitian	59
Tabel 4.13 Deskripsi Rencana Pindah Jurusan Subjek Penelitian	59
Tabel 4.14 Deskripsi Data Deskriptif Subjek Penelitian	60
Tabel 4.15 Formulasi Kategorisasi	60
Tabel 4.16 Deskripsi Kategorisasi <i>Academic Adjustment</i>	61
Tabel 4.17 Deskripsi Kategorisasi Harapan	62
Tabel 4.18 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian	62
Tabel 4.19 Hasil Uji Linear Variabel Penelitian	63

Tabel 4.20 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	64
Tabel 4.21 Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia Subjek	65
Tabel 4.22 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 4.23 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 4.24 Hasil Uji Beda Kesesuaian Minat Utama Jurusan	67
Tabel 4.25 Hasil Uji Beda Berdasarkan Kesesuaian Minat Utama Jurusan	68
Tabel 4.26 Hasil Uji Beda Berdasarkan Rencana Pindah Jurusan.....	69
Tabel 4.27 Hasil Uji Beda Berdasarkan Rencana Pindah Jurusan Subjek Penelitian	69
Tabel 4.28 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	70
Tabel 4.29 Sumbangan Efektif Aspek Harapan.....	70
Tabel 4.30 Hasil Uji Mean Variabel <i>Academic Adjustment</i>	71

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A.....	90
LAMPIRAN B.....	100
LAMPIRAN C.....	101
LAMPIRAN D.....	124
LAMPIRAN E.....	132
LAMPIRAN F.....	174
LAMPIRAN G.....	178
LAMPIRAN H.....	181

PERAN HARAPAN TERHADAP *ACADEMIC ADJUSTMENT* PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA

*Alya Zhafira*¹, *Angeline Hosana Zefany Tarigan*²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran harapan terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada peran harapan terhadap *academic adjustment*.

Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa tahun pertama. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 287 orang serta 70 orang untuk uji coba yang diambil menggunakan teknik *accidental sampling*. Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah *academic adjustment* yang mencakup aspek *motivation, application, performance*, dan *academic environment* dari Baker dan Syirk (1984) serta harapan yang terdiri dari tiga aspek, yaitu *goals, pathway thinking*, dan *agency thinking* dari Snyder (2002). Data dikumpulkan menggunakan skala Likert yang disusun oleh peneliti sendiri. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier sederhana.

Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai *R square* sebesar 0,297 yang mengindikasikan bahwa harapan berperan signifikan terhadap *academic adjustment*, dengan sumbangan efektif sebesar 29,7%. Hal ini menunjukkan bahwa harapan memiliki peran yang signifikan terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama, sehingga hipotesis yang diajukan dapat diterima.

Kata Kunci: *Academic Adjustment*, Harapan, Mahasiswa Tahun Pertama

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

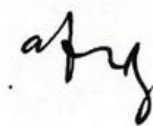
²Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing Skripsi I



Angeline Hosana Z. Tarigan, S.Psi., M.Psi
NIP. 198704152018032001

Dosen Pembimbing Skripsi II



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A
NIP. 198612152015042004

Mengetahui,
Ketua Jurusan Psikologi



Saya ini, Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

THE ROLE OF HOPE IN ACADEMIC ADJUSTMENT AMONG FIRST YEAR STUDENTS

Alya Zhafira¹, Angeline Hosana Zefany Tarigan²

ABSTRACT

This study aims to examine the role of hope in academic adjustment among first-year students. The proposed hypothesis in this research is that hope plays a role in academic adjustment.

The population of this study consists of first-year students. This research employs a quantitative method with a sample of 287 participants and an additional 70 participants for the pilot study, selected using an accidental sampling technique. The variables measured in this study include academic adjustment, which comprises the aspects of motivation, application, performance, and academic environment as proposed by Baker and Siryk (1984), as well as hope, which consists of three aspects: goals, pathway thinking, and agency thinking, as defined by Snyder (2002). Data were collected using a Likert scale developed by the researcher. The data analysis was conducted using simple linear regression.

The analysis results indicate a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) with an R-square value of 0,297, suggesting that hope significantly contributes to academic adjustment, with an effective contribution of 29.7%. These findings demonstrate that hope plays a significant role in academic adjustment among first-year students, supporting the proposed hypothesis.

Keyword: Academic Adjustment, Hope, First Year Students

¹Student of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

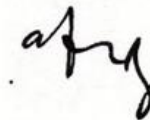
²Lecturer of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

Dosen Pembimbing Skripsi I



Angeline Hosana Z. Tarigan, S.Psi., M.Psi
NIP. 198704152018032001

Dosen Pembimbing Skripsi II



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A
NIP. 198612152015042004

Mengetahui,
Kepala Bagian Psikologi




Savaningsih Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197005212002122004

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu pilar utama dalam membangun kualitas sumber daya manusia yang unggul, di mana institusi pendidikan memainkan peran sentral dalam menyediakan layanan pendidikan di berbagai jenjang. Institusi pendidikan tinggi adalah lembaga yang menyediakan pendidikan lanjutan setelah jenjang menengah, meliputi program diploma, sarjana, magister, spesialis, hingga doktor, yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi dan dapat berbentuk akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, atau universitas (Kemendikbudristek, 2024). Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, perguruan tinggi di Indonesia diklasifikasikan menjadi tiga jenjang utama yakni program sarjana (S1), magister (S2), dan doktoral (S3). Selain itu, sesuai Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, mahasiswa menempati posisi tertinggi dalam struktur pendidikan nasional.

Perguruan tinggi merupakan lembaga ilmiah yang menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran pada jenjang di atas sekolah menengah sekaligus menjadi puncak sistem pendidikan yang berfungsi sebagai wadah pembentukan sarjana berakhlak mulia, pelestari nilai-nilai budaya, dan penggerak kemajuan kehidupan (Trinovianti, 2023). Menempuh perguruan tinggi berarti melibatkan diri di dalam situasi hidup serta situasi akademis yang secara mendasar berbeda dari kondisi yang ada ketika individu berada di sekolah menengah (Irawan, Putri, Lestari & Farich, 2021). Mahasiswa, sebagai individu yang terdaftar di perguruan tinggi,

mengikuti proses pembelajaran formal untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan karakter (Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, 2018).

Memulai pendidikan di perguruan tinggi bisa menjadi masa yang penuh tantangan karena mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang belum mereka kenal, menghadapi tuntutan akademik yang berbeda, menjalani peran dan identitas baru sebagai pelajar, serta beradaptasi dengan jarak dari keluarga dan teman dekat (Maunder, 2018). Pada tahap ini, mahasiswa perlu menyesuaikan diri dengan berbagai hal baru, seperti sistem perkuliahan yang berbeda, cara belajar yang lebih sulit dibandingkan saat di SMA, materi kuliah yang lebih berat, teman-teman dari berbagai daerah, dan tempat tinggal yang baru (Putra, & Kristiani, 2023). Proses ini juga menjadi titik awal bagi mahasiswa untuk memutuskan apakah mereka akan melanjutkan studi atau berhenti (Sirakbedaso, 2011).

Pada tahun pertama perkuliahan, mahasiswa baru menghadapi berbagai perubahan signifikan yang menjadi bagian dari proses transisi menuju kehidupan akademik yang lebih matang, dan tahun pertama ini dianggap sebagai periode transisi yang sangat penting karena membantu mahasiswa baru beradaptasi dengan kehidupan universitas serta berfungsi sebagai landasan untuk pembelajaran, retensi, dan kesuksesan di masa depan (Situmorang & Desiningrum, 2020). Sebagai pendatang baru, mahasiswa tahun pertama dalam dunia perkuliahan memerlukan banyak penyesuaian, khususnya dalam proses pembelajaran di perguruan tinggi (Widodo, Indraswati, Erfan, Mauliyda & Rahmatih, 2020).

Mahasiswa tingkat pertama, yang umumnya berusia 18-25 tahun, menghadapi masa transisi penting dari sekolah menengah ke perguruan tinggi (Purnamasari, Kurniawati & Rifameutia, 2022). Menurut Maryati (2019), perbedaan metode pengajaran antara Sekolah Menengah Atas (SMA) dan universitas menjadi salah satu faktor yang menyebabkan perubahan yang dialami mahasiswa pada awal perkuliahan. Dalam masa ini, mereka dihadapkan pada berbagai tantangan, seperti menjalin hubungan baru, menyesuaikan perubahan dalam hubungan dengan keluarga, menghadapi meningkatnya biaya, serta mengembangkan kebiasaan belajar di lingkungan baru yang penuh tantangan, sambil mengelola tugas-tugas sebagai individu yang lebih mandiri (Fernández, Araújo, Vacas, Almeida & González, 2017).

Selain itu, pendidikan tinggi memberikan kesempatan untuk berkembang sekaligus menuntut mahasiswa menghadapi tantangan akademik dan sosial dengan ketangguhan, keberanian mengambil risiko, serta kemampuan mengelola ketidakpastian secara positif dan solutif (Ningtyas & Santoso, 2023). Tidak sedikit mahasiswa tahun pertama yang merasa tertekan dan kewalahan ketika harus melakukan penyesuaian di tahun pertama perkuliahan (Rahmadani & Mukti, 2020). Adapun beberapa permasalahan umum yang terjadi pada mahasiswa tahun pertama terkait dengan tugas-tugas yang menumpuk, sistem belajar yang baru, kesulitan memilih organisasi serta kesulitan dalam beradaptasi dengan orang baru (Wahyuni, 2021).

Mahasiswa tahun pertama menghadapi situasi dan kehidupan baru yang penuh tantangan dan terasa asing, sementara di saat yang sama mereka membawa

pengalaman serta kebiasaan lama yang mungkin tidak sepenuhnya cocok dengan lingkungan baru tersebut (Irawan, Putri, Lestari & Farich, 2021). Lebih lanjut, berkurangnya waktu tidur, waktu bersama keluarga, merasa kesepian, berkurangnya minat mengikuti pelajaran, meratap dan menangis juga seringkali terjadi di tahun pertama perkuliahan (Sasmita & Rustika, 2015). Akibat tuntutan baru ini, periode transisi dianggap oleh banyak mahasiswa sebagai fase paling menegangkan dalam hidup mereka, sehingga tingkat stres yang lebih tinggi cenderung dialami dibandingkan dengan orang lain (Maysa, Komalasari, Arsyad dan Ernawati, 2023).

Untuk mengatasi hambatan dan tantangan di tahun pertama kuliah, mahasiswa baru perlu mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Rahayu & Arianti, 2020). Perubahan lingkungan yang mesti dihadapi oleh mahasiswa baru di perguruan tinggi ini akan membentuk persepsi mereka, terutama mengenai kemampuannya untuk dapat mengatasi berbagai hambatan dan tantangan dalam kehidupan universitas mereka (Wider, Mustapha, Halik & Bahari, 2017). Namun demikian, mahasiswa tahun pertama mengungkapkan kesulitan dalam proses penyesuaian di perguruan tinggi, seperti merasa kurang mampu menyelesaikan tugas kuliah, rendahnya motivasi untuk mengerjakan tugas (Rahayu & Arianti, 2020).

Tuntutan akademik yang dihadapi mahasiswa dapat menciptakan reaksi negatif, seperti yang diungkapkan oleh Barseli, Ifdhil dan Fitria (2020) bahwa mahasiswa merasa perlu menyesuaikan diri dengan berbagai beban tugas akademik dan tekanan untuk meraih prestasi tinggi, yang merupakan respons individu

terhadap situasi akademik yang penuh tekanan. Tuntutan ini muncul akibat waktu yang tersita oleh mata kuliah, persaingan dari teman-teman, dan dorongan dari orang tua. Hal ini menunjukkan jika kegagalan dalam memenuhi tuntutan tersebut, dapat mengganggu *academic adjustment* pada mahasiswa baru (Rooij, Jansen & Grift, 2018). Bahkan hasil temuan Rustham, Ismail dan Eurika (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama dengan *academic adjustment* yang rendah menyebabkan sejumlah besar mahasiswa memiliki kinerja akademik yang buruk bahkan tidak melanjutkan studinya.

Academic adjustment adalah proses penyesuaian yang tercermin dalam keterlibatan individu dengan materi pelajaran, sikap terhadap program studi, serta upaya mahasiswa untuk mencapai hasil akademik yang optimal (Arsanti, Lubis & Cahyadi, 2022). Fitri dan Kustanti (2020) mengemukakan bahwa *academic adjustment* melibatkan kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan kampus dan mencapai kepuasan tertentu melalui prestasi akademik. Baker dan Siryk (1984) menjelaskan bahwa *academic adjustment* yaitu kemampuan individu untuk menghadapi tuntutan akademik, termasuk motivasi, upaya, tugas, dan kepuasan dengan lingkungan akademik. Terdapat empat aspek dalam *academic adjustment* yang dikemukakan oleh Baker dan Siryk (1984) yaitu *motivation*, *application*, *performance*, dan *academic environment*.

Menurut Rooij, Jansen dan Grift (2018) *academic adjutsment* mahasiswa berdampak pada kinerja studi mereka, dimana hal ini menunjukkan pentingnya menetapkan kriteria *academic adjustment* yang mencakup aspek akademis, pribadi, emosional, dan adaptif, agar mahasiswa dapat mencapai kinerja yang optimal

dalam studi mereka. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki *academic adjustment* yang baik mampu mengelola emosi mereka dengan lebih baik dalam menghadapi kegagalan, sehingga dapat meraih keberhasilan akademik (Rasyid & Chusairi, 2021).

Keberhasilan akademik dan tingkat penyesuaian mahasiswa dapat ditingkatkan secara signifikan oleh harapan (Wong & Yuen, 2023). Lebih lanjut, Zhu, Lu dan Ma (2024) mengatakan bahwa terdapat peran yang signifikan antara harapan dan *academic adjustment* di kalangan mahasiswa, dengan harapan muncul sebagai prediktor positif utama dalam proses *academic adjustment*. Menurut Fatmawati dan Abadi (2023), harapan dapat membantu individu dalam mengatasi kesulitan dan mencapai tujuan.

Menurut Snyder (2002), harapan (*hope*) adalah sumber motivasi yang membantu individu tetap bersemangat dalam menghadapi tantangan hidup. Harapan melibatkan kemampuan untuk merencanakan cara mencapai tujuan meskipun ada hambatan. Terdapat tiga aspek dari harapan, yaitu *goals*, *pathways thinking*, dan *agency thinking* (Snyder, 2002).

Harapan mendorong individu untuk terus mengejar tujuan yang ingin dicapai dengan tingkat harapan yang tinggi, individu cenderung lebih mampu termotivasi dalam menghadapi beberapa tantangan dan berupaya meraih hasil yang diinginkan, selama proses pencapaian tujuan yang secara langsung mendukung keterlibatan aktif serta peningkatan kinerja akademik di mana harapan memiliki peran krusial dalam menentukan tingkat keterlibatan serta pencapaian kinerja akademik (Wong & Cheung, 2024). Mahasiswa dengan harapan tinggi cenderung

menunjukkan keyakinan lebih besar terhadap kinerja akademis mereka (Hazan & Miller, 2022). Hal ini selaras dengan penelitian Gallagher, Marques, Lopez (2017), yang menunjukkan bahwa harapan berkorelasi positif dengan prestasi akademis, baik di sekolah dasar maupun perguruan tinggi.

Anggraeni, Dunan dan Karman (2021) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki harapan tinggi cenderung lebih baik dalam beradaptasi dengan tuntutan akademik di lingkungan baru, harapan yang tinggi ini mendorong mereka untuk mengembangkan strategi yang efektif dalam menghadapi berbagai tantangan, seperti memahami materi pelajaran yang kompleks dan menjalin hubungan yang mendukung dengan sesama mahasiswa serta dosen. Selain itu, Wong dan Yuen (2023) menambahkan bahwa harapan yang berkaitan dengan pandangan terhadap masa depan secara langsung memengaruhi proses pembelajaran. Menurut Husnawati, Tentama, dan Situmorang (2019), harapan dapat membantu individu mencapai tujuan positif, membuahkan hasil yang diinginkan, dan menumbuhkan perasaan optimis yang mendukung tercapainya impian.

Berdasarkan fenomena diatas dan penelitian yang masih terbatas mengenai harapan dan *academic adjustment* di Indonesia, dengan demikian peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait “Peran harapan terhadap *academic adjustment* terhadap mahasiswa tahun pertama”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah diatas, maka peneliti mengangkat rumusan permasalahan mengenai “apakah ada peranan harapan terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama”?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjabaran latar belakang dan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya peran harapan terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai peran harapan terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama serta diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi keilmuan yang berguna dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada mahasiswa tahun pertama mengenai pentingnya harapan dalam proses *academic adjustment* mereka.

b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman tentang peran harapan dalam *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil eksplorasi yang berhubungan dengan judul penelitian “Peran harapan terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama” yang akan dibahas oleh peneliti, peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan judul penelitian sebagai berikut. Penelitian ini merupakan sebuah penelitian yang menggunakan metode penelitian kuantitatif. Peneliti akan memaparkan bahwa penelitian ini memang belum ada yang sama dan akan membandingkan dengan beberapa penelitian sebelumnya.

Penelitian pertama dilakukan oleh Sari dan Zaini (2024) yang berjudul “Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator”. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif yang melibatkan 323 mahasiswa baru dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner *The Multidimensional Scale of Percieved Sosial Support* (MSPSS), *Adjusment Academic Scale* (AAS), dan *Resilience Academic Scale*. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa menyesuaikan diri di lingkungan akademik jika mereka memiliki tingkat resiliensi yang baik. Temuan ini menekankan pentingnya dukungan sosial dan layanan bimbingan di perguruan tinggi, serta perlunya

asesmen untuk mengidentifikasi kebutuhan mahasiswa baru agar dapat disiapkan program pengembangan yang sesuai untuk meningkatkan penyesuaian diri mereka.

Perbedaan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel independen yang digunakan, yaitu harapan, sementara penelitian sebelumnya menggunakan dukungan sosial sebagai variabel independen.

Penelitian kedua, yang dilakukan oleh Nathania dan Edwina (2018) dengan judul “Hubungan antara Optimisme dan Penyesuaian Akademik Mahasiswa Semester Tiga Fakultas Psikologi di Universitas ‘X’ Bandung”, menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini melibatkan 129 mahasiswa semester tiga yang dipilih melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner yang mengukur optimisme berdasarkan teori Seligman serta penyesuaian akademik (*academic adjustment*) berdasarkan skala yang dikembangkan oleh Schneider. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara optimisme dengan penyesuaian akademik, terutama pada aspek ketahanan (*permanence*) dari optimisme yang memiliki pengaruh terbesar. Peneliti menyarankan agar program pengembangan optimisme diterapkan pada mahasiswa baru untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri di lingkungan akademik.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel bebas yang digunakan, di mana peneliti menggunakan harapan sebagai variabel bebas, sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan optimisme. Selain itu, subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama, sedangkan subjek dalam penelitian sebelumnya adalah mahasiswa

semester tiga secara umum. Penelitian ini juga akan memfokuskan pada bagaimana harapan mempengaruhi *academic adjustment* mahasiswa tahun pertama yang menghadapi tantangan lebih besar dalam beradaptasi dengan lingkungan baru.

Penelitian ketiga, yang dilakukan oleh Hazima dan Cahyono (2024) yang berjudul “Peran Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa Tahun Pertama”. Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur sistematis dengan menganalisis enam jurnal yang dipublikasikan dalam lima tahun terakhir. Data dikumpulkan dari berbagai sumber elektronik seperti *Science Direct*, *ProQuest*, *Springer Link*, dan *Google Scholar*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lima dari enam jurnal menunjukkan hubungan langsung antara efikasi diri dan penyesuaian akademik, sedangkan satu jurnal menunjukkan hubungan tidak langsung melalui variabel mediator. Penelitian ini menekankan pentingnya efikasi diri dalam membantu mahasiswa baru beradaptasi dengan tuntutan akademik dan sosial di universitas, yang pada akhirnya meningkatkan kinerja akademik dan mengurangi stres.

Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel bebas yang digunakan. Penelitian ini menggunakan efikasi diri sebagai variabel bebas, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan harapan sebagai variabel bebas. Selain itu, penelitian sebelumnya berfokus pada mahasiswa baru secara umum, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti fokus pada mahasiswa tahun pertama. Hal ini membuat penelitian peneliti lebih spesifik karena mengkaji peran harapan pada kelompok mahasiswa

yang memiliki tantangan adaptasi yang lebih kompleks, yaitu mahasiswa yang harus menyesuaikan diri di lingkungan baru jauh dari keluarga.

Penelitian keempat, yang dilakukan oleh Ferdian (2023) yang berjudul “Peran Harapan terhadap Kelelahan Akademik Mahasiswa selama perkuliahan daring” . Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan melibatkan 145 mahasiswa yang mengikuti perkuliahan secara daring. Teknik sampling yang digunakan adalah *convenience sampling*, dan alat ukur yang digunakan untuk mengukur harapan adalah *Undergraduate Student Hope Scale* (Vincent et al., 2021), sementara untuk mengukur kelelahan akademik digunakan *Academic Burnout Test* (Priscylia et al., 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa harapan memiliki peran yang signifikan terhadap kelelahan akademik mahasiswa, dengan hasil analisis regresi ($\beta=-0.448$, $F=35.835$, $t=-5.986$, $p<0.001$), yang berarti semakin tinggi harapan, semakin rendah kelelahan akademik yang dirasakan mahasiswa.

Perbedaan yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada konteks masalah yang diteliti. Penelitian sebelumnya fokus pada pengaruh harapan terhadap kelelahan akademik mahasiswa selama perkuliahan daring, sementara penelitian yang dilakukan oleh peneliti fokus pada peran harapan terhadap *academic adjustment* mahasiswa tahun pertama. Selain itu, subjek penelitian ini adalah mahasiswa yang terlibat dalam perkuliahan daring secara umum, sedangkan subjek dalam penelitian peneliti lebih spesifik, yaitu mahasiswa tahun pertama.

Penelitian kelima, yang dilakukan oleh Setyawan dan Aryono (2024) yang berjudul “Peranan *Hope* dalam meningkatkan Grit pada siswa SMA “X” di Kota Madiun”. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran harapan dalam meningkatkan tingkat grit pada siswa di SMA X, Madiun. Subjek penelitian terdiri dari 105 siswa, dan data diperoleh melalui penggunaan skala harapan yang dikembangkan oleh Synder (1996) serta skala *grit* yang dikembangkan oleh Duckworth (2009). Analisis data dilakukan menggunakan teknik regresi. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif yang signifikan antara harapan dan grit ($t = 15.511$, $p = 0.000$), dengan kontribusi efektif sebesar 13,1%. Temuan ini juga mengungkapkan bahwa 71,42% (75 siswa) memiliki tingkat harapan yang tinggi, sementara 93,33% (98 siswa) memiliki tingkat grit yang sedang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan psikologi positif, terutama dalam konteks pendidikan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada fokus subjek dan variabel yang diteliti. Setyawan dan Aryono (2024) meneliti hubungan antara harapan dan grit pada siswa SMA, sedangkan penelitian peneliti akan fokus pada peran harapan terhadap *academic adjustment* mahasiswa tahun pertama.

Penelitian keenam, dari Malek dan Ahmad (2023) berjudul “*International Students’ Academic Adjustment in Private Universities in Malaysia.*” Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan mengeksplorasi pengalaman *academic adjustment* mahasiswa internasional di universitas swasta di Malaysia melalui teori *Cross-Cultural Adaptation* (CCA). Penelitian ini bertujuan untuk memahami

proses, tantangan, dan strategi adaptasi yang dihadapi mahasiswa internasional dalam lingkungan pendidikan tinggi Malaysia. Melalui wawancara mendalam, penelitian ini mengungkapkan bagaimana faktor budaya, linguistik, dan akademik memengaruhi penyesuaian akademik mahasiswa internasional. Temuan penelitian ini memberikan pemahaman tentang bagaimana mahasiswa internasional beradaptasi dan berintegrasi dalam sistem pendidikan Malaysia yang multikultural.

Perbedaan dari penelitian ini terletak pada pendekatan yang digunakan. Penelitian Malek dan Ahmad (2023) menggunakan pendekatan kualitatif dengan fokus pada mahasiswa internasional, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan metode kuantitatif dengan variabel bebas harapan dan subjek mahasiswa tahun pertama di dalam negeri. Selain itu, penelitian ini menekankan pada faktor-faktor budaya dan linguistik, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menekankan peran harapan dalam *academic adjustment* mahasiswa tahun pertama.

Penelitian terakhir, yang dilakukan oleh Fallahi, Narimani, Esmaili dan Tolun (2023) yang berjudul "*The Role of Sense of Cohesion and Hope Beliefs in Predicting Students' Academic Adjustment*". Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana rasa koherensi dan keyakinan harapan berkontribusi dalam memprediksi penyesuaian akademik mahasiswa. Melalui analisis regresi, ditemukan bahwa rasa koherensi dan keyakinan harapan berperan signifikan dalam memprediksi sekitar 17% dari variabilitas penyesuaian akademik. Komponen yang diukur meliputi *comprehensibility*, *manageability*, serta pemikiran agensi dan jalur dari teori harapan. Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional dengan

melibatkan 120 mahasiswa yang dipilih melalui teknik sampling di Farsan, yang berfokus pada peran keyakinan harapan dan rasa koherensi dalam penyesuaian akademik mereka. Hasil menunjukkan bahwa peningkatan dalam pemikiran agensi dan jalur yang terkait dengan harapan berhubungan positif dengan kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dalam lingkungan akademik.

Perbedaan antara penelitian ini dan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel yang digunakan. Dalam penelitian sebelumnya, variabel bebas yang digunakan adalah rasa koherensi dan keyakinan harapan, sementara dalam penelitian ini, fokusnya adalah pada peran harapan terhadap penyesuaian akademik mahasiswa tahun pertama. Selain itu, subjek penelitian sebelumnya adalah siswa sekolah menengah, sedangkan penelitian peneliti melibatkan mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi. Perbedaan lain adalah pendekatan kuantitatif yang digunakan pada kedua penelitian, namun dengan penekanan variabel yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- , K. ., & -, D. M. N. (2024). Exploring the Relationship Between Hope, Academic Performance among College Students. *International Journal For Multidisciplinary Research*, 6(4), 1–11. <https://doi.org/10.36948/ijfmr.2024.v06i04.24592>
- Abood, M. H., Alharbi, B. H., Mhaidat, F., & Gazo, A. M. (2020). The relationship between personality traits, academic self-efficacy and academic adaptation among university students in Jordan. *International Journal of Higher Education*, 9(3), 120–128. <https://doi.org/10.5430/IJHE.V9N3P120>
- Anggraeni, N. D., Dunan, A., & Karman. (2021). Adaptasi Kultural Mahasiswa-Perantau Dalam Menghadapi Gejar Budaya Saat Pandemi. *Majalah Semi Ilmiah Populer Komunikasi Massa*, 2(2), 145–160.
- Arroyo, A. C., Winter, S. D., Depaoli, S., & Zawadzki, M. J. (2021). Illuminating Differences in The Psychological Predictors of Academic Performance for First- And Continuing-Generation Students. *Journal of Educational & Psychological Research*, 3(2), 234–246. <https://doi.org/10.33140/jep.03.02.01>
- Arsanti, R., Lubis, F. Y., & Cahyadi, S. (2022). Peran Academic Self-Efficacy Terhadap Academic Adjustment Pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Mbkm. *Journal of Psychological Science and Profession*, 6(3), 232. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v6i3.38432>
- Azwar, S. (2015). Metode penelitian . Yogyakarta : *Pustaka Belajar*.
- Azwar, S. (2017). Metode penelitian psikologi. Yogyakarta: *Pustaka Pelajar*.
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Statistik Pendidikan Tinggi 2022*. Jakarta: Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id>(<https://www.bps.go.id>)
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179–189. <https://doi.org/10.1037//0022-0167.31.2.179>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95. <https://doi.org/10.29210/02733jpgi0005>
- Basila, C. (2014). Good time management and motivation level predict student academic success in college on-line courses. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 4(3), 45–52. <https://doi.org/10.4018/ijcbpl.2014070104>
- Colla, R., Williams, P., Oades, L. G., & Camacho-Morles, J. (2022). “A New Hope” for Positive Psychology: A Dynamic Systems Reconceptualization of Hope Theory. *Frontiers in Psychology*, 13(February), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.809053>
- Fahima, R. R., & Akmal, S. Z. (2018). Peranan Kebimbangan Karier terhadap Intensi Pindah Jurusan Kuliah pada Mahasiswa. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 83–94. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.1639>
- Fallahi, V., Narimani, M., Esmaili, N., & Mousavi, S. S. (2023). *The role of sense of cohesion and hope beliefs in predicting students ' academic adjustment*. 12(3), 563–581.

- Femas Aji Saputra, Adityawarman Adityawarman, & Salwa Rahman Nursyabani. (2024). Analisis Dampak Kesalahan Pemilihan Jurusan terhadap Prestasi Akademik dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(2), 180–192. <https://doi.org/10.61132/corona.v2i2.418>
- Ferdian, F. R. (2023). Peran Harapan terhadap Kelelahan Akademik Mahasiswa selama Perkuliahan Daring (The Role of Hope on Academic Burnout in College Students During Online Learning). *PSIKODIMENSIA Kajian Ilmiah Psikologi*, 22(2), 168–177. <https://doi.org/10.24167/psidim>.
- Fernández, M. F. P., Araújo, A. M., Vacas, C. T., Almeida, L. S., & González, M. S. R. (2017). Predictores del ajuste de los estudiantes durante la transición a la Universidad en España. *Psicothema*, 29(1), 67–72. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.40>
- Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 491–501. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21669>
- Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of College Student Development*, 48(3), 259–274. <https://doi.org/10.1353/csd.2007.0024>
- Gallagher, M. W., Marques, S. C., & Lopez, S. J. (2017). Hope and the Academic Trajectory of College Students. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 341–352. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9727-z>
- Ghufron, M. N. (2018). Penyesuaian Akademik Tahun Pertama Ditinjau Dari Efikasi Diri Mahasiswa. *KONSELING EDUKASI “Journal of Guidance and Counseling,”* 1(1). <https://doi.org/10.21043/konseling.v1i1.3860>
- Hazan-Liran, B., & Miller, P. (2022). The relationship between psychological capital and academic adjustment among students with learning disabilities and attention deficit hyperactivity disorder. *European Journal of Special Needs Education*, 37(1), 43–56. <https://doi.org/10.1080/08856257.2020.1829867>
- Hazima, R., & Cahyono, R. (2024). Peran efikasi diri terhadap penyesuaian akademik mahasiswa tahun pertama. *JIMAD: Jurnal Ilmiah Mutiara Pendidikan*, 2(2), 85–100.
- Holmes, N. G., Keep, B., & Wieman, C. E. (2020). Developing scientific decision making by structuring and supporting student agency. *Physical Review Physics Education Research*, 16(1), 10109. <https://doi.org/10.1103/PhysRevPhysEducRes.16.010109>
- Huang, Y. (2023). The Effect of Achievement Goals on Academic Anxiety: Emotion Regulations Moderating Role. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 15(1), 116–124. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/15/20231043>
- Husnawati, H., Tentama, F., & Situmorang, N. Z. (2019). Pengujian validitas dan reliabilitas konstruk hope. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(2), 128. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i2.15136>
- Idan, O., & Margalit, M. (2013). Hope theory in education systems. *Psychology of*

- Hope, January*, 1–22. <https://doi.org/10.13140/2.1.2383.5529>
- Lan, B., Sam, R., Keo, V., & Roeut, W. (2024). Academic Adjustment of Freshmen in Cambodian Higher Education Institutions: A Systematic Literature Review. *Journal of General Education and Humanities*, 3(2), 169–196. <https://doi.org/10.58421/gehu.v3i2.203>
- Li, M. Y., Yang, Y. L., Liu, L., & Wang, L. (2016). Effects of social support, hope and resilience on quality of life among Chinese bladder cancer patients: A cross-sectional study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12955-016-0481-z>
- Malek, S. N. A., & Ahmad, A. L. (2023). International Students' Academic Adjustment in Private Universities in Malaysia. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 39(4), 224–246. <https://doi.org/10.17576/JKMJC-2023-3904-12>
- Mauder, R. E. (2018). Students' peer relationships and their contribution to university adjustment: the need to belong in the university community. *Journal of Further and Higher Education*, 42(6), 756–768. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2017.1311996>
- Maysa, D., Komalasari, R., Arsyad, M., & ... (2023). Pengalaman Stress Dan Coping Stress Strategy Pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2022 Dan Tinjauannya Menurut Pandangan *Junior Medical ...*, 2(4), 490–506. <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/jmj/article/view/3974%0Ahttps://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/jmj/article/view/3974/1637>
- Nanda Helmalia Putri, N. (2023). *Akademik Pada Peserta Didik Kelas Viii*. 9(2), 610–617.
- Nathania, K., & Edwina, I. P. (2018). Hubungan antara Optimism dan Academic Adjustment Mahasiswa Semester Tiga Fakultas Psikologi di Universitas "X"• Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 2(1), 49–62. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v2i1.1045>
- Ningtyas, L., & Santoso, G. (2023). Tantangan dan Mengatasi Hambatan Karakter Keberanian pada Mahasiswa Abad ke-21. *Jurnal Pendidikan Transformatif (JPT)*, 02(05), 2963–3176.
- Penzar, E. C., Shea, M., & Edwards, C. N. (2021). College Students' Academic Achievement: Exploring the Role of Hope and Academic Self-Efficacy. *International Dialogues on Education Journal*, 8(1), 4–23. <https://doi.org/10.53308/ide.v8i1.243>
- Pleeging, E., van Exel, J., & Burger, M. (2022). Characterizing Hope: An Interdisciplinary Overview of the Characteristics of Hope. In *Applied Research in Quality of Life* (Vol. 17, Issue 3). Springer Netherlands. <https://doi.org/10.1007/s11482-021-09967-x>
- Purnamasari, H., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2022). Systematic Review: A Study of College Adjustment Among First-Year Undergraduates. *Buletin Psikologi*, 30(2), 259. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.71892>
- Putra, Bagas Ardhana Krisna; Kristiani, S. A. (2023). Hubungan Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Baru Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Kota Salatiga. *Innovative:*

- Journal Of Social Science Research*, 3(4), 4838–4851. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/4047>
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uksw. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Rahmadani, A., & Mukti, Y. R. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional : studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(3), 159. <https://doi.org/10.29210/145700>
- Rasyid, H. Al, & Chusairi, A. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Universitas Airlangga. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1306–1312. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28617>
- Rohadhatul Aisy, F., & Pramono, R. B. (2023). Keterkaitan Pola Asuh Autoritatif dan Harapan Lulus Tepat Waktu terhadap Kegigihan Akademik Mahasiswa Beasiswa. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 3(1), 42–55. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v3i1.49064>
- Rustham, A. T. P., Ismail, N. S., & Eurika, G. (2023). College adjustment mahasiswa tahun pertama di kota makassar : self regulation sebagai prediktor. *Jurnal Mirai Management*, 8(1), 283–299.
- Safriani, Y., & Muhid, A. (2022). Psychological capital, academic buoyancy, academic major satisfaction, and academic adjustment during the pandemic. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 159–175. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v7i2.19010>
- Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64–78. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.23190>
- Sarif, N., Ngasainao, G., & Vandana. (2021). Psychological capital and academic adjustment among first-year university students in meghalaya, north-east india. *International Journal of Education and Psychology in the Community*, 11(1/2), 211–224. https://www.proquest.com/scholarly-journals/psychological-capital-academic-adjustment-among/docview/2618173024/se-2?accountid=49069%0Ahttps://media.proquest.com/media/hms/PFT/1/PcV2M?_a=ChgyMDI0MDIwMzAxNTMzODMxMToyMDYxMTcSBTM1Njg0GgpPTkVfU0VBukNIIg0zNi43M
- Sarjono, H., & Julianita, W. (2011). Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset. Jakarta : Salemba Empat
- Sasmita, I. A. G. H. D., & Rustika, I. M. (2015). Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280–289. <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p16>
- Satici, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences*,

- 102, 68–73. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.057>
- Scioli, A., Ricci, M., Nyugen, T., & Scioli, E. R. (2011). Hope: Its nature and measurement. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3(2), 78–97. <https://doi.org/10.1037/a0020903>
- Setyawan, Y., & Aryono, M. M. (2024). Peranan hope dalam meningkatkan grit pada siswa SMA “ X ” di Kota Madiun. *Prosiding Seminar Nasional 2024 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2020*(September 2020), 408–415.
- Shanti, T. I., Janssens, J. M. A. M., & Setiadi, B. (2021). Friends’ Support, Motivation to Learn, Emotional Adjustment, and Academic Performance among Indonesian First-year students. *Jurnal Psikologi*, 48(2), 67. <https://doi.org/10.22146/jpsi.34060>
- Sirakbedaso, T. (2011). *Academic Adjustment Problems of First Year Mad a Walabu University Students. January.*
- Situmorang, G. C. I., & Desiningrum, D. R. (2020). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Jurusan Musik Di Institut Seni Indonesia Yogyakarta. *Jurnal EMPATI*, 7(3), 1112–1118. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21867>
- Snyder, C. R. (2002). Hope Theory : Rainbows in the Mind Author (s): C . R . Snyder Hope Theory : Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249–275.
- Sugiyono. (2016). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. *Bandung: CV Alfabeta*
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan r&d. *Bandung: PT Alfabet.*
- Sugiyono, S., & Susanto, A. (2015). Cara Mudah Belajar SPSS dan Lisrel Teori dan Aplikasi untuk Analisis Data Penelitian. *Alfabeta, Bandung.*
- van Rooij, E. C. M., Jansen, E. P. W. A., & van de Grift, W. J. C. M. (2018). First-year university students’ academic success: the importance of academic adjustment. *European Journal of Psychology of Education*, 33(4), 749–767. <https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8>
- Veronika Trinovianti, A. Z. (2023). Jurnal Sistem Informasi dan Aplikasi. *Jurnal Sistem Informasi Dan Aplikasi (JSIA)*, 1(1), 50–64. <https://ejournal.upnvj.ac.id/jsia/article/view/5907>
- Wang, H., Xu, M., Xie, X., Dong, Y., & Wang, W. (2021). Relationships Between Achievement Goal Orientations, Learning Engagement, and Academic Adjustment in Freshmen: Variable-Centered and Person-Centered Approaches. *Frontiers in Psychology*, 12(November). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.767886>
- Wider, W., Mustapha, M., Halik, M., & Bahari, F. (2017). Attachment as a predictor of university adjustment among freshmen: Evidence from a Malaysian public university. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 14(1), 111–144. <https://doi.org/10.32890/mjli2017.14.1.5>
- Widhiarso. (2019). Tanya Jawab tentang Uji Normalitas. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 3. [http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/files/Tanya Jawab tentang Uji Normalitas.pdf](http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/files/Tanya%20Jawab%20tentang%20Uji%20Normalitas.pdf)

- Wong, W. lap L., & Cheung, S. hang. (2024). The role of hope in college transition: Its cross-lagged relationships with psychosocial resources and emotional well-being in first-year college students. *Journal of Adolescence*, 96(4), 771–788. <https://doi.org/10.1002/jad.12297>
- Wong, W. lap L., & Yuen, K. wai A. (2023). Online Learning Stress and Chinese College Students' Academic Coping during COVID-19: The Role of Academic Hope and Academic Self-Efficacy. *Journal of Psychology*, 157(2), 95–120. <https://doi.org/10.1080/00223980.2022.2148087>
- Yasmeen, K., Yasmeen, K., Umer, S., & Al Ruqishi, B. H. (2023). Impact of Psychological Capital on Academic Adjustment Among International Students From Gulf Corporation Council Countries. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 38(3), 429–446. <https://doi.org/10.33824/PJPR.2023.38.3.25>
- Yau, H. K., & Cheng, A. L. F. (2012). Are There Any Gender Differences in the Perception of University Support During the Transition Period to Higher Education? *Tertiary Education and Management*, 18(4), 309–320. <https://doi.org/10.1080/13583883.2012.697914>
- Yeh, Y. C., Kwok, O. M., Chien, H. Y., Sweany, N. W., Baek, E., & McIntosh, W. A. (2019). How college students' achievement goal orientations predict their expected online learning outcome: The mediation roles of self-regulated learning strategies and supportive online learning behaviors. *Online Learning Journal*, 23(4), 23–41. <https://doi.org/10.24059/olj.v23i4.2076>
- Yune, S. J., Park, I. B., Yoo, H. H., & Park, K. H. (2024). Differences in fear of failure and college adjustment by type of medical school entrance extrinsic motivation using a latent profile analysis. *Korean Journal of Medical Education*, 36(2), 203–212. <https://doi.org/10.3946/kjme.2024.296>
- Zhao, Y., Ding, Y., Chekired, H., & Wu, Y. (2022). Student adaptation to college and coping in relation to adjustment during COVID-19: A machine learning approach. *PLoS ONE*, 17(12 December), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0279711>
- Zhu, Y., Lu, H., Ma, W., & Zhu, Y. (2024). *The Relationship Between Perceived Peer Support and Academic Adjustment Among Higher Vocational College Students : The Chain-Mediating Effect of Academic Hope and Professional Identity and the Moderating Effect of Educational Background The Relationship b*. <https://doi.org/10.20944/preprints202404.0462.v1>
- Zou, T., Liu, J., & Tan, L. (2022). Study on the Effect of Hope Theory Combined with Psychological Intervention on the Improvement of Prognosis. *Contrast Media and Molecular Imaging*, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/1153071>