

## Fleksibilitas Kognitif dan Kemampuan Penyesuaian Diri Di Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Tahun Pertama = Cognitive Flexibility and College Adjustment among First-Year Student

Maria Renata Anindita Wibowo, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920535377&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Mengalami transisi kehidupan bukan suatu pengalaman yang mudah. Hal ini dialami oleh para mahasiswa tahun pertama yang mengalami penyesuaian diri dalam berbagai aspek, yaitu akademik, sosial, dan emosional. Dalam menghadapinya, individu memerlukan strategi untuk dapat menyesuaikan diri, dimana fleksibilitas kognitif menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat hubungan antara fleksibilitas kognitif dan penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa tahun pertama. Studi kuantitatif dilakukan terhadap mahasiswa tahun pertama, yaitu mereka yang berada di semester satu dan/atau dua (N=90). Fleksibilitas kognitif diukur dengan menggunakan instrument *Cognitive Flexibility Inventory* yang dikembangkan oleh Indrasari et al. (*unpublished manuscript*). Penyesuaian diri di perguruan tinggi atau *college adjustment* diukur menggunakan instrumen *College Adjustment Questionnaire* yang dikembangkan oleh Purnamasari (2022). Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa fleksibilitas kognitif memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kemampuan penyesuaian diri di perguruan tinggi. Hal ini dapat diartikan keberhasilan mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan perubahan dapat diprediksi dengan adanya kemampuan fleksibilitas kognitif. Dalam arti lainnya, semakin tinggi fleksibilitas kognitif yang dimiliki, maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa tahun pertama.

.....

Life transitions is not an easy experience. This phenomena experienced by first-year students who are struggling with adjustment in various aspects, namely academic, social and emotional. In dealing with struggle, individuals need strategies to be able to adapt, where cognitive abilities are one of the influencing factors. This research was conducted with the aim of examining the relationship between cognitive flexibility and college adjustment in first-year students. The quantitative study was conducted on first year students, those in their first and/or second semester (N=90). Cognitive flexibility was measured using the *Cognitive Flexibility Inventory* instrument developed by Indrasari et al. (*unpublished manuscript*). College adjustment is measured using the *College Adjustment Questionnaire* instrument developed by Purnamasari (2022). The results of Pearson correlation test show that cognitive flexibility has a significant positive relationship with college adjustment. It means that students' success in facing various challenges of change can be predicted by their cognitive flexibility. It can also be concluded that the higher the cognitive flexibility, the higher the college adjustment.