



Analisis Animo, Motivasi, dan Kesiapan Belajar Mahasiswa Baru Program Studi Teknologi Laboratorium Medik pada Masa Transisi Sekolah ke Perguruan Tinggi di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

(Analysis of Learning Enthusiasm, Motivation, and Learning Readiness of First-Year Medical Laboratory Technology Students During the Transition from Secondary School to Higher Education at Universitas Muhammadiyah Gorontalo)

Muh. Arfah Syam

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

arfah02group@gmail.com

Article Info

Article history:

Received: 1 Februari 2026

Revised: 16 Februari 2026

Accepted: 18 Februari 2026

Keywords:

First-Year Students
Learning Enthusiasm
Learning Readiness
Academic Transition

Kata Kunci:

Mahasiswa Baru
Animo Belajar
Kesiapan Belajar
Transisi Akademik

Abstract

The transition from secondary school to higher education represents a critical phase that requires academic, psychological, and social adaptation, particularly in laboratory-based programs such as Medical Laboratory Technology (MLT). First-year students encounter significant changes in learning systems, increased demands for independence, and laboratory practices that emphasize precision and professional responsibility. This study aims to analyze the learning enthusiasm, motivation, and learning readiness of first-year MLT students during their transition to university. A qualitative approach with a phenomenological strategy was employed to explore students' lived experiences through in-depth interviews, observations, and documentation. The findings reveal that students' experiences are characterized by initial shock toward the university learning system, laboratory practice as both a trigger of enthusiasm and a source of pressure, fluctuating motivation influenced by perceived self-competence, the central role of self-regulated learning in readiness, and social support as a buffering factor in adaptation. Laboratory sessions emerged as a key space for shaping academic and professional identity, while time management and collaborative learning strategies were crucial in sustaining engagement. These findings contribute to a deeper conceptual understanding of first-year transition dynamics in health education and provide practical implications for strengthening academic mentoring systems and fostering self-regulated learning skills among new university students.

Abstrak

Transisi dari sekolah ke perguruan tinggi merupakan fase kritis yang menuntut adaptasi akademik, psikologis, dan sosial, khususnya pada program studi berbasis praktikum seperti Teknologi Laboratorium Medik (TLM). Mahasiswa baru menghadapi perubahan sistem pembelajaran, tuntutan kemandirian, serta kultur praktikum laboratorium yang menekankan ketelitian dan tanggung jawab profesional. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis animo, motivasi, dan kesiapan belajar mahasiswa baru TLM pada semester I dalam konteks masa transisi tersebut. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan strategi fenomenologi untuk menggali pengalaman hidup mahasiswa melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman mahasiswa ditandai oleh keterkejutan terhadap sistem kuliah,

praktikum sebagai pemantik animo sekaligus sumber tekanan, fluktuasi motivasi yang dipengaruhi persepsi kemampuan diri, pentingnya regulasi diri dalam kesiapan belajar, serta peran dukungan sosial sebagai penyangga adaptasi. Praktikum laboratorium muncul sebagai ruang sentral pembentukan identitas akademik dan profesional, sementara strategi manajemen waktu dan belajar kolaboratif menjadi faktor penting dalam menjaga keberlanjutan keterlibatan. Temuan ini berkontribusi pada pengembangan pemahaman konseptual tentang dinamika transisi mahasiswa kesehatan serta memberikan implikasi praktis bagi penguatan program pendampingan akademik dan pengembangan keterampilan regulasi diri pada mahasiswa baru.

Corresponding Author:

Muh.Arfa Syam
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
arfah02group@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi merupakan fase kritis dalam perjalanan akademik mahasiswa karena melibatkan perubahan signifikan dalam sistem pembelajaran, ekspektasi akademik, serta tuntutan kemandirian belajar (Bharata et al., 2025; Mulya & Dewi, 2025). Tahun pertama perkuliahan sering diidentifikasi sebagai periode yang menentukan keberhasilan adaptasi jangka panjang mahasiswa, baik dalam aspek akademik maupun psikososial (Avci, 2024). Penelitian mengenai penyesuaian mahasiswa baru menunjukkan bahwa perubahan ritme belajar, peningkatan beban tugas, serta kebutuhan membangun jejaring sosial baru dapat memunculkan tekanan adaptif yang memengaruhi keterlibatan dan motivasi belajar (Zhuhra et al., 2022). Dalam konteks pendidikan tinggi kesehatan, tantangan tersebut menjadi lebih kompleks karena mahasiswa tidak hanya menghadapi pembelajaran teoretis, tetapi juga praktikum laboratorium yang menuntut ketelitian, kepatuhan prosedural, dan tanggung jawab profesional (Kuzembayeva et al., 2021).

Sejumlah penelitian dalam satu dekade terakhir menegaskan bahwa keberhasilan transisi mahasiswa tahun pertama dipengaruhi oleh kombinasi faktor akademik, psikologis, dan sosial (Rahayu & Arianti, 2020; Rahmadani & Rahmawati, 2020; Fadhilah & Kristiono, 2025). Distress psikologis terbukti berkorelasi negatif dengan penyesuaian sosial dan akademik mahasiswa baru (Kavindi et al., 2024). Studi fenomenologis tentang mahasiswa dengan maladaptasi juga menemukan bahwa masalah motivasional dan kesulitan belajar menjadi faktor dominan yang menghambat proses adaptasi awal (Chenari et al., 2022). Selain itu, kajian sistematis mengenai penyesuaian akademik mahasiswa tahun pertama menunjukkan bahwa dukungan sosial, strategi coping, serta manajemen waktu merupakan determinan penting dalam menjaga keberlanjutan keterlibatan belajar (Lan et al., 2024). Penelitian lain menyoroti bahwa kesiapan memasuki perguruan tinggi (university readiness) memiliki hubungan signifikan dengan kemampuan mahasiswa menyesuaikan diri terhadap lingkungan akademik baru (Ahmad et al., 2020). Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa transisi akademik merupakan fenomena multidimensional yang tidak dapat dijelaskan hanya melalui satu variabel tunggal.

Meskipun demikian, terdapat kesenjangan dalam literatur yang ada. Sebagian besar penelitian terdahulu membahas penyesuaian akademik, motivasi, atau kesiapan belajar secara terpisah, tanpa mengintegrasikan ketiganya dalam satu kerangka konseptual yang utuh, khususnya pada program studi berbasis laboratorium kesehatan. Selain itu, banyak studi menggunakan pendekatan kuantitatif yang menekankan pengukuran tingkat penyesuaian atau motivasi, namun relatif terbatas dalam menggali makna subjektif pengalaman mahasiswa selama proses transisi. Dalam konteks Teknologi Laboratorium Medik (TLM), pengalaman praktikum berpotensi menjadi faktor sentral yang membentuk animo dan identitas profesional mahasiswa, tetapi aspek ini belum banyak dieksplorasi secara fenomenologis dalam literatur nasional maupun internasional.

Berdasarkan analisis kesenjangan tersebut, penelitian ini berfokus pada analisis animo, motivasi, dan kesiapan belajar mahasiswa baru TLM pada masa transisi semester 1 di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Permasalahan penelitian dirumuskan dalam tiga pertanyaan utama: bagaimana mahasiswa memaknai pengalaman mengikuti perkuliahan semester awal; bagaimana dinamika motivasi belajar yang mereka alami; dan bagaimana kesiapan belajar mereka dalam menghadapi tuntutan teori dan praktikum

laboratorium. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dengan unit analisis berupa pengalaman hidup mahasiswa baru TLM Semester I sebagai subjek penelitian.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan strategi fenomenologi untuk memahami secara mendalam pengalaman hidup (*lived experience*) mahasiswa baru Program Studi Teknologi Laboratorium Medik (TLM) dalam menjalani masa transisi dari sekolah ke perguruan tinggi. Pendekatan fenomenologis dipilih karena secara epistemologis berfokus pada eksplorasi makna subjektif individu terhadap pengalaman yang mereka alami dalam konteks tertentu dan memungkinkan peneliti menangkap esensi pengalaman secara komprehensif (Rorong, 2020; Wita & Mursal, 2022; Muzaini, 2026). Strategi ini dinilai relevan dan reliabel untuk menjawab tujuan penelitian yang menekankan analisis animo, motivasi, dan kesiapan belajar sebagai fenomena yang bersifat personal, kontekstual, dan dinamis. Dengan pendekatan ini, temuan tidak diarahkan pada generalisasi statistik, melainkan pada kedalaman makna dan struktur pengalaman kolektif partisipan.

Rancangan penelitian bersifat deskriptif-fenomenologis. Penelitian dilaksanakan di Program Studi Teknologi Laboratorium Medik Universitas Muhammadiyah Gorontalo pada semester pertama tahun akademik berjalan. Subjek penelitian adalah mahasiswa baru TLM Semester I yang aktif mengikuti perkuliahan teori dan praktikum laboratorium. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposive sampling dengan kriteria inklusi berupa mahasiswa aktif semester I, bersedia menjadi partisipan, dan telah mengikuti kegiatan perkuliahan minimal satu siklus pembelajaran awal. Partisipan yang tidak aktif atau tidak memberikan persetujuan tidak dilibatkan. Jumlah partisipan ditentukan berdasarkan prinsip kecukupan data (data saturation), yaitu ketika informasi yang diperoleh telah menunjukkan pola tematik yang berulang dan tidak muncul tema baru yang signifikan.

Dalam penelitian kualitatif ini, peneliti berperan sebagai instrumen utama (*human instrument*) yang secara langsung terlibat dalam proses pengumpulan dan analisis data. Kehadiran peneliti dilakukan secara terbuka dengan menjelaskan tujuan penelitian kepada partisipan serta memperoleh persetujuan partisipasi (*informed consent*). Peneliti menjaga posisi reflektif dengan mencatat jurnal lapangan untuk meminimalkan bias interpretatif. Selain partisipan utama, beberapa informan pendukung seperti asisten laboratorium dan dosen digunakan untuk memperkaya konteks melalui triangulasi sumber.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur sebagai instrumen utama, didukung oleh observasi dan dokumentasi. Panduan wawancara dikembangkan berdasarkan kerangka konseptual penelitian yang mencakup aspek animo belajar, motivasi intrinsik dan ekstrinsik, kesiapan akademik, serta pengalaman praktikum. Pengembangan instrumen dilakukan melalui penyusunan kisi-kisi pertanyaan yang kemudian direview secara akademik untuk memastikan kesesuaian dengan tujuan penelitian. Observasi dilakukan untuk mengamati keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan perkuliahan dan praktikum, sedangkan dokumentasi meliputi jadwal perkuliahan, silabus, serta catatan akademik yang relevan sebagai bahan pendukung interpretasi data.

Prosedur pelaksanaan penelitian dimulai dengan tahap persiapan yang meliputi perizinan institusional dan penyusunan instrumen. Tahap berikutnya adalah pelaksanaan wawancara secara individual dalam suasana yang kondusif untuk mendorong keterbukaan partisipan. Wawancara direkam dengan persetujuan partisipan dan ditranskripsikan secara verbatim. Observasi dilakukan selama proses perkuliahan dan praktikum berlangsung dalam rentang waktu penelitian. Seluruh data dikumpulkan dalam periode penelitian yang berlangsung selama satu semester awal.

Analisis data dilakukan secara tematik fenomenologis melalui beberapa tahap, yaitu membaca ulang transkrip secara menyeluruh, mengidentifikasi unit makna signifikan, melakukan open coding, mengelompokkan kode ke dalam kategori, dan merumuskan tema-tema utama yang merepresentasikan struktur pengalaman partisipan. Proses analisis dilakukan secara iteratif dan reflektif untuk memastikan konsistensi interpretasi. Untuk meningkatkan validitas dan kredibilitas temuan, penelitian ini menerapkan triangulasi teknik dan sumber, member checking dengan meminta partisipan mengonfirmasi interpretasi hasil wawancara, serta audit trail berupa dokumentasi proses analisis. Keabsahan data juga diperkuat melalui diskusi sejawat (*peer debriefing*) guna menguji konsistensi dan rasionalitas temuan. Dengan prosedur tersebut, metode yang digunakan diharapkan mampu menyajikan hasil penelitian yang kredibel, reliabel, dan sesuai dengan prinsip-prinsip penelitian kualitatif fenomenologis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengungkap bahwa pengalaman mahasiswa baru Program Studi Teknologi Laboratorium Medik (TLM) pada semester I membentuk lima struktur utama pengalaman, yaitu keterkejutan terhadap sistem perkuliahan, praktikum sebagai pemantik animo sekaligus sumber tekanan, fluktuasi animo belajar, peran regulasi diri dalam kesiapan belajar, serta dukungan sosial sebagai penyanga adaptasi.

Temuan ini secara langsung menjawab tujuan penelitian mengenai dinamika animo, motivasi, dan kesiapan belajar mahasiswa dalam masa transisi dari sekolah ke perguruan tinggi.

3.1 Keterkejutan terhadap Sistem Perkuliahan sebagai Fase Awal Adaptasi Akademik

Tema pertama, “kaget sistem kuliah”, menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami perbedaan yang mendasar dan multidimensional antara sistem pembelajaran di sekolah menengah dan di perguruan tinggi. Perbedaan ini tidak hanya terletak pada tingkat kesulitan materi, tetapi juga pada struktur pembelajaran, ritme akademik, ekspektasi kemandirian, serta peran mahasiswa dalam mengelola proses belajarnya sendiri. Mahasiswa menggambarkan bahwa ritme perkuliahan berlangsung lebih cepat, dengan cakupan materi yang lebih luas dan penyampaian yang lebih konseptual, sehingga menuntut kemampuan memahami informasi secara mandiri di luar waktu perkuliahan. Selain itu, dosen tidak selalu memberikan arahan secara rinci sebagaimana guru di sekolah, sehingga mahasiswa dihadapkan pada tuntutan untuk secara aktif mencari, membaca, dan memahami sumber belajar tambahan secara mandiri.

Pengalaman keterkejutan ini memunculkan respons emosional yang bersifat ambivalen, yaitu perpaduan antara rasa antusias karena memasuki lingkungan akademik baru dan kecemasan akibat ketidakpastian terhadap kemampuan diri dalam memenuhi tuntutan tersebut. Di satu sisi, mahasiswa merasakan kebanggaan dan semangat karena telah memasuki fase pendidikan tinggi yang mereka anggap sebagai langkah penting menuju masa depan profesional. Namun di sisi lain, mereka juga mengalami keraguan, kebingungan, dan kekhawatiran, terutama ketika menyadari bahwa strategi belajar yang sebelumnya efektif di sekolah tidak lagi sepenuhnya memadai dalam konteks perkuliahan. Kondisi ini menunjukkan adanya ketegangan antara ekspektasi awal mahasiswa tentang kehidupan kampus dan realitas akademik yang mereka hadapi.

Secara fenomenologis, pengalaman “kaget sistem kuliah” dapat dipahami sebagai bentuk disrupsi terhadap struktur makna belajar yang sebelumnya telah terinternalisasi. Mahasiswa tidak lagi dapat bergantung pada pola belajar yang terstruktur secara eksternal, melainkan dituntut untuk mengembangkan regulasi diri, inisiatif, dan tanggung jawab personal dalam proses belajar. Disrupsi ini memicu proses refleksi internal, di mana mahasiswa mulai mengevaluasi kembali cara mereka memahami belajar, mengelola waktu, dan memposisikan diri sebagai subjek aktif dalam proses pendidikan. Dengan demikian, keterkejutan ini bukan sekadar respons terhadap perubahan lingkungan, tetapi merupakan titik awal transformasi identitas akademik, dari individu yang sebelumnya bergantung pada arahan eksternal menjadi pembelajar mandiri yang bertanggung jawab atas perkembangan akademiknya sendiri.

Lebih lanjut, pengalaman ini juga menunjukkan bahwa fase awal perkuliahan merupakan periode adaptasi kritis yang menentukan pembentukan kesiapan belajar mahasiswa. Mahasiswa yang mampu memaknai keterkejutan tersebut sebagai tantangan cenderung mulai mengembangkan strategi adaptif, seperti meningkatkan intensitas belajar mandiri, mencari dukungan dari teman sebaya, serta berusaha memahami ekspektasi dosen. Sebaliknya, mahasiswa yang mengalami keterkejutan tanpa diiringi proses adaptasi yang memadai berpotensi mengalami penurunan kepercayaan diri dan hambatan dalam keterlibatan akademik. Oleh karena itu, tema ini menegaskan bahwa pengalaman keterkejutan terhadap sistem kuliah merupakan bagian integral dari proses transisi akademik yang berperan dalam membentuk dinamika animo, motivasi, dan kesiapan belajar mahasiswa pada tahap awal pendidikan tinggi.

3.2 Praktikum Laboratorium sebagai Ruang Pembentukan Animo dan Identitas Profesional Mahasiswa

Tema kedua menunjukkan bahwa praktikum laboratorium menjadi ruang pengalaman yang sangat sentral dalam membentuk animo belajar sekaligus identitas profesional mahasiswa Program Studi Teknologi Laboratorium Medik (TLM). Berbeda dengan perkuliahan teoritis yang lebih bersifat konseptual, praktikum memberikan pengalaman belajar yang konkret, kontekstual, dan berorientasi pada keterampilan profesi. Mahasiswa merasakan bahwa melalui praktikum, mereka tidak hanya mempelajari konsep, tetapi juga secara langsung mempraktikkan prosedur yang relevan dengan pekerjaan seorang tenaga laboratorium medis. Pengalaman ini menciptakan keterhubungan yang jelas antara proses belajar di kampus dan realitas profesi di masa depan, sehingga memunculkan perasaan bermakna terhadap aktivitas belajar yang mereka jalani.

Keterlibatan langsung dalam aktivitas praktikum memunculkan peningkatan animo belajar, yang ditandai dengan munculnya rasa tertarik, antusias, dan keinginan untuk memahami materi secara lebih mendalam. Mahasiswa mulai memandang diri mereka bukan hanya sebagai peserta didik yang menerima pengetahuan, tetapi sebagai individu yang sedang dipersiapkan untuk menjalankan peran profesional tertentu. Dengan demikian, praktikum berfungsi sebagai medium yang menjembatani transformasi identitas mahasiswa, dari identitas sebagai lulusan sekolah menengah menuju identitas sebagai calon tenaga kesehatan yang memiliki tanggung jawab profesional. Proses ini menunjukkan bahwa pengalaman praktikum memiliki dimensi eksistensial, di mana mahasiswa mulai menginternalisasi makna profesi sebagai bagian dari pembentukan konsep diri akademik dan profesional mereka.

Namun demikian, pengalaman praktikum juga diwarnai oleh tekanan psikologis yang signifikan. Mahasiswa mengungkapkan adanya kekhawatiran dalam melakukan kesalahan prosedur, terutama karena aktivitas praktikum menuntut tingkat ketelitian, ketepatan, dan kepatuhan terhadap standar operasional yang ketat. Kesadaran bahwa kesalahan dalam konteks laboratorium medis dapat berdampak serius, baik terhadap hasil pemeriksaan maupun terhadap keselamatan, memunculkan perasaan tegang, takut, dan tidak percaya diri, terutama pada tahap awal pengalaman praktikum. Tekanan ini diperkuat oleh lingkungan praktikum yang menuntut performa yang akurat, observasi yang cermat, serta kemampuan mengikuti instruksi secara tepat. Kondisi ini menunjukkan bahwa praktikum bukan hanya aktivitas teknis, tetapi juga pengalaman emosional dan psikologis yang kompleks.

Dinamika ini menegaskan sifat ambivalen dari pembelajaran berbasis praktik dalam pendidikan kesehatan. Di satu sisi, praktikum meningkatkan keterlibatan belajar dengan memberikan pengalaman yang autentik dan relevan secara profesional, sehingga memperkuat motivasi intrinsik mahasiswa. Di sisi lain, praktikum juga menghadirkan stres performatif, yaitu tekanan yang muncul dari tuntutan untuk menunjukkan kompetensi dan menghindari kesalahan. Ambivalensi ini mencerminkan proses adaptasi mahasiswa terhadap standar profesional yang mulai mereka hadapi, di mana mereka tidak hanya belajar keterampilan teknis, tetapi juga belajar mengelola tanggung jawab, ketelitian, dan ekspektasi profesional.

Lebih jauh, praktikum dapat dipahami sebagai arena sosialisasi profesional awal, di mana mahasiswa mulai menginternalisasi nilai, norma, dan praktik yang melekat pada profesi tenaga laboratorium medis. Melalui pengalaman ini, mahasiswa tidak hanya memperoleh keterampilan, tetapi juga membentuk kesadaran tentang peran profesional mereka di masa depan. Dengan demikian, praktikum berperan tidak hanya sebagai metode pembelajaran, tetapi juga sebagai ruang transformasi identitas, yang memperkuat keterhubungan antara pengalaman belajar, pembentukan animo, dan perkembangan kesiapan profesional mahasiswa dalam konteks pendidikan kesehatan.

3.3 Fluktuasi Animo Belajar sebagai Refleksi Dinamika Efikasi Diri dan Pengalaman Akademik Mahasiswa

Tema ketiga mengungkap bahwa animo belajar mahasiswa tidak bersifat statis, melainkan mengalami fluktuasi yang dinamis sepanjang proses adaptasi akademik pada semester awal. Pada fase awal perkuliahan, mahasiswa umumnya menunjukkan tingkat antusiasme yang relatif tinggi, yang ditandai dengan rasa ingin tahu, semangat mengikuti perkuliahan, dan harapan positif terhadap pengalaman belajar di program studi yang mereka pilih. Antusiasme ini dipengaruhi oleh motivasi awal memasuki pendidikan tinggi, persepsi tentang relevansi program studi dengan aspirasi karier, serta pengalaman baru sebagai bagian dari lingkungan akademik yang berbeda dari sekolah menengah.

Namun, seiring berjalaninya waktu, animo belajar tersebut cenderung mengalami penurunan ketika mahasiswa mulai menghadapi tantangan akademik yang lebih kompleks, khususnya pada mata kuliah dasar sains seperti kimia, biologi, dan anatomi, yang menuntut pemahaman konseptual yang mendalam serta kemampuan berpikir analitis. Beban tugas yang meningkat, tuntutan penyelesaian laporan praktikum, serta tekanan untuk memenuhi standar akademik tertentu juga berkontribusi terhadap munculnya kelelahan akademik dan penurunan semangat belajar. Dalam situasi ini, mahasiswa mulai merasakan kesenjangan antara ekspektasi awal mereka dan realitas akademik yang dihadapi, yang dapat memunculkan perasaan ragu terhadap kemampuan diri dan ketidakpastian dalam menjalani proses belajar.

Meskipun demikian, temuan penelitian menunjukkan bahwa animo belajar mahasiswa dapat kembali meningkat ketika mereka mengalami keberhasilan-keberhasilan kecil dalam proses akademik. Keberhasilan tersebut dapat berupa pencapaian nilai yang memuaskan, keberhasilan memahami materi yang sebelumnya dianggap sulit, maupun pengakuan atau umpan balik positif dari dosen. Pengalaman keberhasilan ini memiliki makna psikologis yang penting, karena memberikan validasi terhadap kemampuan mahasiswa dan memperkuat keyakinan bahwa mereka mampu memenuhi tuntutan akademik. Dengan demikian, keberhasilan kecil berfungsi sebagai penguatan internal yang mendorong mahasiswa untuk tetap terlibat dan berupaya dalam proses belajar.

Secara konseptual, dinamika ini menunjukkan adanya keterkaitan erat antara animo belajar dan efikasi diri akademik, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Ketika mahasiswa memiliki pengalaman keberhasilan, efikasi diri mereka cenderung meningkat, yang kemudian memperkuat motivasi dan keterlibatan belajar. Sebaliknya, ketika mahasiswa mengalami kesulitan akademik tanpa diimbangi dengan pengalaman keberhasilan, efikasi diri mereka dapat menurun, yang berdampak pada penurunan animo dan potensi munculnya disengagement akademik. Dengan demikian, animo belajar mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti beban tugas atau tingkat kesulitan materi, tetapi juga oleh interpretasi subjektif mahasiswa terhadap pengalaman keberhasilan dan kegagalan yang mereka alami.

Lebih lanjut, fluktuasi animo ini mencerminkan proses adaptasi psikologis yang wajar dalam masa transisi menuju pendidikan tinggi. Mahasiswa secara bertahap belajar untuk memahami kapasitas diri,

menyesuaikan strategi belajar, serta membangun kepercayaan diri melalui interaksi berkelanjutan dengan tuntutan akademik. Dalam konteks ini, animo belajar tidak dapat dipahami sebagai kondisi yang tetap, melainkan sebagai proses dinamis yang berkembang melalui pengalaman, refleksi, dan pencapaian yang dialami mahasiswa. Oleh karena itu, fluktuasi animo belajar merupakan bagian integral dari proses pembentukan kesiapan akademik, yang menunjukkan bagaimana mahasiswa secara bertahap mengembangkan ketahanan psikologis dan keyakinan diri dalam menghadapi tantangan pendidikan tinggi.

3.4 Regulasi Diri sebagai Fondasi Kesiapan Belajar dalam Menghadapi Tuntutan Akademik Awal

Tema keempat menegaskan bahwa kesiapan belajar mahasiswa pada semester awal tidak semata-mata ditentukan oleh kecerdasan akademik awal atau latar belakang kemampuan kognitif, melainkan lebih dipengaruhi oleh kemampuan regulasi diri dalam mengelola proses belajar. Regulasi diri tercermin dalam kemampuan mahasiswa untuk secara sadar merencanakan, memantau, dan mengevaluasi aktivitas belajar mereka sesuai dengan tuntutan akademik yang dihadapi. Mahasiswa yang mampu mengembangkan regulasi diri menunjukkan kemampuan untuk menyesuaikan diri secara lebih efektif terhadap ritme perkuliahan, beban tugas, serta kompleksitas materi yang dipelajari.

Salah satu bentuk konkret regulasi diri yang muncul dalam pengalaman mahasiswa adalah kemampuan mengelola waktu secara lebih terstruktur. Mahasiswa mulai menyadari bahwa keberhasilan dalam perkuliahan tidak dapat dicapai melalui pola belajar spontan atau menjelang ujian saja, melainkan membutuhkan perencanaan yang konsisten. Mereka mulai menyusun jadwal belajar, menentukan prioritas tugas, serta mengalokasikan waktu secara khusus untuk membaca materi, mengerjakan laporan praktikum, dan mempersiapkan diri sebelum perkuliahan. Proses ini menunjukkan adanya pergeseran dari pola belajar reaktif menjadi pola belajar yang lebih proaktif dan terencana.

Selain manajemen waktu, keterlibatan dalam belajar kelompok juga menjadi bagian penting dari strategi regulasi diri mahasiswa. Melalui interaksi dengan teman sebaya, mahasiswa dapat saling bertukar pemahaman, mendiskusikan materi yang sulit, serta memperoleh dukungan akademik dan emosional. Belajar kelompok tidak hanya membantu mahasiswa memahami materi secara lebih mendalam, tetapi juga memperkuat komitmen belajar melalui adanya tanggung jawab bersama. Pengalaman ini menunjukkan bahwa regulasi diri tidak selalu bersifat individual, tetapi juga dapat berkembang melalui interaksi sosial yang mendukung proses belajar.

Kemunculan strategi regulasi diri ini menandai titik balik penting dalam proses transisi akademik mahasiswa. Pada fase awal, mahasiswa cenderung mengalami kebingungan dan ketidakpastian dalam menghadapi tuntutan perkuliahan. Namun, seiring dengan berkembangnya kemampuan mengatur diri, mahasiswa mulai memperoleh rasa kontrol terhadap proses belajar mereka. Mereka tidak lagi hanya bereaksi terhadap tuntutan akademik, tetapi mulai secara aktif mengantisipasi dan mengelola tuntutan tersebut. Perubahan ini menunjukkan adanya perkembangan kapasitas adaptif yang memungkinkan mahasiswa menjalani proses belajar secara lebih stabil dan terarah.

Secara konseptual, kesiapan belajar dalam konteks ini dapat dipahami sebagai kemampuan adaptif yang bersumber dari kapasitas regulasi diri, bukan semata-mata dari kemampuan intelektual. Mahasiswa dengan kemampuan regulasi diri yang baik mampu mempertahankan keterlibatan belajar meskipun menghadapi kesulitan, karena mereka memiliki strategi untuk mengelola tantangan tersebut. Sebaliknya, mahasiswa yang belum mengembangkan regulasi diri cenderung mengalami kesulitan dalam mengorganisasi aktivitas belajar, yang dapat berdampak pada ketidakstabilan keterlibatan akademik. Dengan demikian, kesiapan belajar merupakan konstruksi yang bersifat dinamis, yang berkembang melalui proses pembelajaran pengalaman dan refleksi diri, di mana mahasiswa secara bertahap membangun kemampuan untuk mengatur diri dalam menghadapi kompleksitas tuntutan pendidikan tinggi.

3.5 Dukungan Sosial sebagai Mekanisme Protektif dalam Proses Adaptasi Akademik dan Profesional

Tema kelima menyoroti bahwa dukungan sosial memiliki peran sentral sebagai penyangga adaptasi mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik pada semester awal. Proses transisi dari sekolah ke perguruan tinggi tidak hanya melibatkan penyesuaian kognitif, tetapi juga penyesuaian emosional dan sosial. Dalam konteks ini, keberadaan lingkungan sosial yang suportif menjadi faktor penting yang membantu mahasiswa mempertahankan stabilitas motivasi dan keterlibatan belajar.

Teman sebaya menjadi sumber dukungan yang paling dekat dan intens dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa. Interaksi dengan teman seangkatan membantu mahasiswa merasa tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan akademik. Melalui diskusi, belajar kelompok, dan berbagi pengalaman, mahasiswa memperoleh validasi bahwa tantangan yang mereka alami juga dirasakan oleh orang lain. Dukungan ini berkontribusi dalam menjaga konsistensi kehadiran di kelas, meningkatkan komitmen terhadap tugas, serta mempertahankan semangat belajar ketika menghadapi kejemuhan atau kelelahan akademik. Secara

psikologis, relasi dengan teman sebaya menciptakan rasa kebersamaan (sense of belonging) yang memperkuat keterikatan mahasiswa terhadap lingkungan akademik.

Selain teman sebaya, dosen dan asisten laboratorium yang komunikatif dan terbuka terhadap pertanyaan mahasiswa juga memainkan peran penting dalam membangun rasa aman akademik. Mahasiswa mengungkapkan bahwa ketika dosen memberikan penjelasan yang jelas, menunjukkan sikap responsif, dan tidak menghakimi kesalahan, mereka merasa lebih berani untuk bertanya dan mengemukakan pendapat. Sikap ini mengurangi kecemasan akademik, terutama pada situasi praktikum yang menuntut ketelitian tinggi. Rasa aman tersebut memungkinkan mahasiswa untuk melihat kesalahan sebagai bagian dari proses belajar, bukan sebagai kegagalan yang mengancam harga diri.

Dalam konteks Program Studi Teknologi Laboratorium Medik (TLM), dukungan sosial juga memiliki implikasi langsung terhadap pembentukan kepercayaan diri profesional. Saat menjalani praktikum, mahasiswa sering kali menghadapi tekanan performatif karena khawatir melakukan kesalahan prosedur. Dukungan dari teman yang saling membantu dan dari asisten laboratorium yang memberikan arahan secara sabar membantu mahasiswa merasa lebih percaya diri dalam melakukan prosedur teknis. Dengan demikian, dukungan sosial tidak hanya berfungsi sebagai penopang emosional, tetapi juga sebagai fasilitator perkembangan kompetensi dan keberanian profesional.

Secara konseptual, dukungan sosial dapat dipahami sebagai mekanisme protektif yang memediasi dampak tekanan akademik terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Ketika mahasiswa memiliki jaringan dukungan yang kuat, tekanan akademik tidak secara langsung menurunkan motivasi atau animo belajar, karena terdapat sumber daya sosial yang membantu mereka mengelola stres tersebut. Sebaliknya, minimnya dukungan sosial berpotensi memperbesar dampak negatif tekanan akademik terhadap rasa percaya diri dan keterlibatan belajar.

Dengan demikian, tema ini menegaskan bahwa kesiapan dan keberhasilan adaptasi mahasiswa tidak hanya bergantung pada faktor individual seperti regulasi diri dan efikasi diri, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kualitas relasi sosial yang terbangun di lingkungan akademik. Dukungan sosial menjadi elemen integral dalam dinamika animo, motivasi, dan kesiapan belajar mahasiswa pada masa transisi awal pendidikan tinggi, sekaligus berperan dalam memperkuat pembentukan identitas profesional di bidang TLM.

4. KESIMPULAN DAN SARAN/REKOMENDASI

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian, program studi perlu memperkuat orientasi akademik semester awal agar mahasiswa lebih siap menghadapi perubahan sistem pembelajaran dan tuntutan belajar mandiri. Praktikum laboratorium hendaknya dilaksanakan dalam suasana yang supotif dan komunikatif untuk membangun kepercayaan diri sekaligus menjaga animo belajar mahasiswa. Pengembangan keterampilan regulasi diri seperti manajemen waktu dan strategi belajar kolaboratif juga perlu diintegrasikan dalam pembinaan akademik. Selain itu, optimalisasi dukungan sosial melalui peran dosen, asisten laboratorium, dan mentoring sebaya penting untuk menunjang adaptasi akademik dan emosional mahasiswa baru. Penelitian selanjutnya disarankan mengkaji dinamika adaptasi secara longitudinal serta memperluas konteks pada program studi kesehatan lainnya.

4.2 Saran/Rekomendasi

Penelitian selanjutnya disarankan mengkaji dinamika adaptasi secara longitudinal serta memperluas konteks pada program studi kesehatan lainnya.

REFERENSI

- Ahmad, W., Mahmood, S., Shabbir, M., & Malik, N. (2020). University readiness and university adjustment: Lived experience of first-generation university students. *Journal of Business and Social Review in Emerging Economies*, 6(4), 1665–1672. <https://doi.org/10.26710/jbsee.v6i4.1563>
- Avci, D. (2024). First year and adjustment in university life: A qualitative study to determine the needs of first year university students. *Educational Research & Implementation*. <https://doi.org/10.14527/edure.2024.04>
- Bharata, W., Rahmawati, A., Rahayu, D., Juwita, R., & Daryono, D. (2025). Sosialisasi Kehidupan Kampus Bagi Mahasiswa Baru Fisip Universitas Mulawarman. *Mitra Mahajana: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 106-117.
- Chenari, S., Vahedi, S., Bayrami, M., & Gharadaghi, A. (2022). Analysis of the lived experience of maladjusted students from the dimensions of maladjustment in university: Qualitative phenomenological study. *Journal of Applied Psychology*. <https://doi.org/10.52547/apsy.2021.224135.1182>
- Fadhilah, C., & Kristiono, N. (2025). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Adaptasi Mahasiswa Baru di Universitas Negeri Semarang. *Unnes Civic Education Journal*, 10(3), 1-5.

- Kavindi, J., Basela, J., & Martanus, O. O. (2024). Understanding psychological distress and social adjustment among first-year university students. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*. <https://doi.org/10.18860/jips.v4i2.29110>
- Kuzembayeva, G. A., Maydangalieva, Z., Kulbaeva, B., Urkunova, A., & Kupenova, A. (2021). Survey of Indian medical students' adaptation in Kazakhstan: Psychological, sociocultural, and academic dimensions. *Education & Self Development, 16*(4). <https://doi.org/10.26907/esd.16.4.03>
- Lan, B., Sam, R., Keo, V., & Rouet, W. (2024). Academic adjustment of freshmen in Cambodian higher education institutions: A systematic literature review. *Journal of General Education and Humanities, 3*(2). <https://doi.org/10.58421/gehu.v3i2.203>
- Mulya, M. D., & Dewi, F. I. R. (2025). Dukungan Sosial dan Adaptasi Mahasiswa di Lingkungan Kampus. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni, 1*, 125-136.
- Muzaini, M. C. (2026). *Jenis-jenis Metode dalam Pendekatan Penelitian Kualitatif*.
- 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), 73-84.
- Rahmadani, A., & Rahmawati, Y. M. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional: studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan, 8*(3), 158-166.
- Rorong, M. J. (2020). *Fenomenologi*. Deepublish.
- Wita, G., & Mursal, I. F. (2022). Fenomenologi dalam kajian sosial sebuah studi tentang konstruksi makna. *Titian: Jurnal Ilmu Humaniora, 6*(2), 325-338.
- Zhuhra, R. T., Wahid, M. H., & Mustika, R. (2022). Exploring college adjustment in first-year Gen Z medical students and its contributing factors. *Malaysian Journal of Medical Sciences, 29*(1), 126–137. <https://doi.org/10.21315/mjms2022.29.1.12>