

Exploring Psychological Barriers For New Students In Adapting To An Andragogy-Based Independent Learning System

Eksplorasi Hambatan Psikologis Mahasiswa Baru Dalam Beradaptasi Dengan Sistem Belajar Mandiri Berbasis Andragogi

Mega Surya Pratiwi¹, Syahfitri Purnama^{2*}, Ira Miranti^{3*}

Program Studi Doktor Ilmu Pendidikan, Fakultas Pascasarjana, Universitas Indraprasta PGRI^{1,2,3}

Email: megaspd38@guru.smp.belajar.id¹

*Corresponding Author

Received :15 Mei, Revised : 10 Juni 2026, Accepted : 13 Juli 2026.

ABSTRACT

This study aims to explore the psychological barriers faced by fresh year students at the Universitas Terbuka (UT) SALUT Budi Mulya Jonggol in adapting to an andragogy-based independent learning system. As a non-traditional student population in a suburban industrial area, transition from pedagogical dependence to autonomous learning triggers unique psychological dynamics. Using an exploratory qualitative case study approach with a phenomenological lens, data were gathered through in-depth semi-structured interviews with 8 first-year students, non-participatory observations within digital coordination platforms, and documentary analysis of learning logs. Data were analyzed using the interactive model by Miles, Huberman, and Saldaña. The findings revealed three core themes of psychological barriers: 1) Academic culture shock bemanifested as acute academic and techno-anxiety; 2) Isolation distress stemming from the loss of social anchors and physical presence, leading to cognitive apathy; and 3) Role conflict stress experienced by working-class and commuter students, which dynamically drives proactive academic procrastination as an ego-defensive coping mechanism. The study concludes that andragogic independence is not an automatic developmental trait but a psychological capability requiring structured institutional scaffolding. Recommendations include establishing a localized peer-mentoring framework and redesigning orientation programs to incorporate time and stress management.

Keywords: Andragogy, Independent Learning, Psychological Barriers, Role Conflict, Academic Culture Shock.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hambatan psikologis yang dihadapi mahasiswa baru Universitas Terbuka (UT) SALUT Budi Mulya Jonggol dalam beradaptasi dengan sistem belajar mandiri berbasis andragogi. Sebagai populasi mahasiswa non-tradisional di wilayah suburban industri, transisi dari ketergantungan pedagogis menuju otonomi belajar memicu dinamika psikologis yang unik. Menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus eksploratif dengan lensa fenomenologi, data dihimpun melalui wawancara mendalam semi terstruktur terhadap 8 mahasiswa tahun pertama, observasi non partisipan pada platform koordinasi digital, dan analisis dokumentasi rekam jejak digital. Data dianalisis menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña. Temuan penelitian mengungkap tiga tema utama hambatan psikologis: 1) *Academic culture shock* yang bermanifestasi dalam bentuk kecemasan akademik dan *techno anxiety*; 2) *Isolation distress* akibat hilangnya jangkar sosial dan kehadiran fisik yang memicu apati kognitif; serta 3) *Role conflict stress* yang dialami oleh mahasiswa pekerja dan komuter, yang secara dinamis mendorong prokrastinasi akademik sebagai mekanisme koping defensif ego. Penelitian menyimpulkan bahwa kemandirian andragogis bukan merupakan fungsi otomatis melainkan kapasitas psikologis yang memerlukan *institutional scaffolding*. Disarankan pembentukan sistem *peer mentoring* lokal dan redesain materi orientasi yang mengintegrasikan manajemen stres.

Kata Kunci: Andragogi, Belajar Mandiri, Hambatan Psikologis, Konflik Peran, *Academic Culture Shock*.

1. Pendahuluan

Sistem Pendidikan Tinggi Terbuka dan Jarak Jauh (PTTJJ) yang diterapkan oleh Universitas Terbuka (UT) menawarkan fleksibilitas ruang dan waktu yang inklusif bagi berbagai lapisan masyarakat. Namun, otonomi ini menuntut pergeseran paradigma radikal dari prinsip pedagogi di mana proses belajar diarahkan penuh oleh pengajar menuju andragogi, yaitu ilmu dan seni pembelajaran orang dewasa yang bertumpu pada kemandirian mutlak (*self directed learning*).

Realitas di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan (*gap analysis*) antara tuntutan ideal andragogis tersebut dengan kesiapan mental mahasiswa baru. Mayoritas mahasiswa baru di Sentra Layanan Universitas Terbuka (SALUT) Budi Mulya Jonggol merupakan produk dari ekosistem pendidikan menengah konvensional yang bercorak pedagogis dependen. Perubahan mendadak menuju lingkungan dengan otonomi tinggi memicu *academic culture shock* (gegar budaya akademik).

Selama ini, studi mengenai hambatan mahasiswa dalam PTTJJ cenderung direduksi pada dimensi teknis, seperti kendala infrastruktur digital, konektivitas internet, atau kemampuan mengoperasikan platform *Learning Management System* (LMS). Padahal, hambatan psikologis seperti kecemasan akademik, prokrastinasi, dan krisis regulasi diri (*self regulated learning*) jauh lebih fundamental karena menjadi prediktor utama retensi studi mahasiswa (*student retention*).

Kondisi psikologis mahasiswa baru di UT SALUT Budi Mulya Jonggol semakin kompleks akibat profil sosio demografis lokal yang khas. Wilayah Jonggol merupakan kawasan suburban penopang industri dengan populasi mahasiswa non tradisional yang didominasi oleh pekerja pabrik sistem *shift* dan pekerja komuter. Benturan peran ganda sebagai pekerja sekaligus pembelajar mandiri memicu *role conflict stress* dan beban kognitif yang berlebih (*cognitive overload*).

Meskipun institusi telah menyediakan pembekalan teknis, eksplorasi mendalam mengenai dinamika mental dan mekanisme koping (*coping mechanism*) mahasiswa dalam menghadapi transisi ini masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian kualitatif ini penting dilakukan untuk mengeksplorasi ragam hambatan psikologis mahasiswa baru dalam beradaptasi dengan sistem belajar mandiri andragogis di wilayah suburban.

2. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus eksploratif. Guna menangkap kedalaman esensi dari fenomena yang diteliti, lensa fenomenologi diintegrasikan dalam proses analisis untuk menggali pengalaman nyata (*lived experience*) informan tanpa melepaskannya dari konteks institusional dan sosiografis lokal.

Informan penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi: (1) mahasiswa aktif semester 1 atau 2 UT SALUT Budi Mulya Jonggol; (2) mengidentifikasi diri mengalami kendala psikologis adaptasi (kecemasan, prokrastinasi, atau merasa terisolasi); dan (3) memiliki status peran ganda (pekerja/ibu rumah tangga). Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh 8 informan utama (mahasiswa baru) dan 2 informan pendukung (staf pengelola SALUT dan tutor) untuk keperluan triangulasi. Demi menegakkan etika penelitian, identitas seluruh informan disamarkan menggunakan kode pseudonim (Informan N, S, T, dst.).

Pengumpulan data menerapkan teknik multisumber (*multimethod*), meliputi:

1. Wawancara mendalam semi-terstruktur yang dilakukan baik secara luring di kantor SALUT maupun daring via *Zoom/WhatsApp* menggunakan panduan pertanyaan terbuka (*open-ended*).
2. Observasi non-partisipan terbatas terhadap dinamika interaksi teks dan ekspresi keluhan pada grup WhatsApp koordinasi angkatan.

3. Studi dokumentasi terhadap arsip digital perilaku berupa rekam jejak waktu pengumpulan tugas (*timestamp submission*) pada LMS.

Analisis data mengikuti model interaktif dari Miles, Huberman, dan Saldaña, yang meliputi tahapan reduksi data (melalui transkripsi verbatim dan *open/pattern coding*), penyajian data (matriks kategorisasi dan narasi teks), serta penarikan kesimpulan/verifikasi. Uji keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dengan membandingkan perspektif subjektif mahasiswa, penilaian pengelola, dan bukti dokumentasi digital LMS.

3. Hasil dan Pembahasan

Ragam Hambatan Psikologis Mahasiswa Baru

Tema 1: Anxiety akibat Transisi Sistem (Academic Culture Shock)

Hasil analisis data mengungkapkan bahwa hilangnya figur pengajar fisik memicu disorientasi kognitif yang berat pada fase awal perkuliahan. Mahasiswa mengalami kecemasan akademik (*academic anxiety*) saat dihadapkan pada Buku Materi Pokok (BMP) yang tebal tanpa adanya eksplanasi langsung. Hal ini tercermin dari ungkapan Informan N:

"Ketika pertama kali melihat modul (BMP) yang cukup tebal dan mengetahui bahwa saya harus banyak belajar secara mandiri, yang pertama kali terlintas di pikiran saya adalah apakah saya mampu memahami semua materi tersebut dengan baik. Saat itu saya merasa sedikit khawatir dan takut tertinggal karena tidak ada penjelasan dosen secara langsung seperti di perkuliahan tatap muka. Namun, seiring waktu saya mulai memahami bahwa modul sudah disusun secara sistematis dan lengkap sehingga dapat dipelajari secara bertahap. Perasaan khawatir tersebut kemudian berubah menjadi semangat untuk belajar lebih mandiri, disiplin, dan bertanggung jawab terhadap proses belajar saya sendiri." (Wawancara, 23 Juni 2026).

Kondisi ini diperparah oleh *techno-anxiety* berupa kepanikan dalam menavigasi LMS atau Tutorial Online (Tuton). Ketakutan akan galat sistem bermanifestasi pada luapan pesan bernada cemas di grup WhatsApp koordinasi pada minggu-minggu awal perkuliahan.

Tema 2: Rasa Terisolasi dan Kehilangan Arah (Sense of Isolation)

Pemisahan spasial dan temporal dalam PTTJ melahirkan *isolation distress*. Tiadanya kehadiran sosial (*social presence*) membuat interaksi asinkron di LMS dirasakan dingin dan impersonal.

"Menurut saya, belajar mandiri adalah proses belajar yang dilakukan atas kemauan dan tanggung jawab sendiri, tanpa selalu bergantung pada dosen atau guru. Saya merasa cukup siap menerapkan konsep andragogi dengan mengatur waktu belajar, mencari referensi secara mandiri, dan terus meningkatkan disiplin agar tujuan belajar dapat tercapai...." (Wawancara Informan S, 23 Juni 2026).

"Agak berat dan bingung karna masih butuh bimbingan banyak dari dosen. Siap atau tidak siap harus siap menjadi orang dewasa yang mandiri dan semua proses itu harus di jalani..." (Wawancara Informan N, 23 Juni 2026).

Absennya ruang pembanding (*vicarious experience*) membuat mahasiswa berasumsi bahwa hanya diri mereka yang tidak kompeten, sehingga memicu apati kognitif. Berdasarkan dokumentasi LMS, fenomena ini ditandai dengan pengisian forum diskusi yang minimalis dan superfisial sekadar menggugur kewajiban presensi.

Tema 3: Tekanan Peran Ganda (Role Conflict Stress)

Sebagai populasi suburban industri, mahasiswa di Pokjar Jonggol menghadapi beban ganda yang memicu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*). Konflik peran muncul ketika tuntutan profesionalitas kerja bentrok dengan tenggat waktu akademis mingguan. Informan T menceritakan pengalamannya:

"Untuk membagi waktu antara pekerjaan atau kegiatan rumah tangga dengan kuliah, saya berusaha membuat jadwal belajar yang fleksibel sesuai dengan waktu luang yang saya"

miliki. Biasanya saya menyisihkan waktu pada malam hari atau saat kegiatan rumah tangga sudah selesai untuk membaca modul, mengikuti Tutor, dan mengerjakan TMK...." (Wawancara, 23 Juni 2026).

Studi dokumen terhadap *timestamp* pengumpulan tugas mengonfirmasi bahwa mayoritas mahasiswa pekerja melakukan *last minute submission* (rentang pukul 22.00–23.55 WIB pada hari Minggu malam). Data ini membuktikan bahwa prokrastinasi akademik di lapangan bukan disebabkan oleh kemalasan individual, melainkan mekanisme pertahanan ego defensif (*defensive coping*) akibat habisnya energi mental (*burnout*).

Analisis Kritis Transisi Andragogis

Fenomena "terapi kejut" (*shock therapy*) akademis yang dialami mahasiswa baru mengindikasikan adanya anomali pada pemenuhan asumsi konsep diri Malcolm Knowles. Usia dewasa secara biologis atau status bekerja tidak secara otomatis linier dengan kematangan otonomi akademik. Mahasiswa baru masih mengalami *pedagogical dependency syndrome* akibat habituasi sistem sekolah konvensional yang bercorak *teacher centered*.

Ditinjau dari siklus regulasi diri Barry Zimmerman, mahasiswa mengalami disfungsi pada Fase Pemikiran Awal (*forethought phase*), di mana mereka tidak mampu memecah target belajar makro ke dalam rencana harian yang realistis. Menggunakan *Staged Self Directed Learning* (SSDL) Model dari Gerald Grow, terdapat *mismatch* (ketidakselarasan) ekstrem: mahasiswa secara riil berada pada Tahap 1 (*Dependent Learner*), namun sistem kurikulum langsung menuntut mereka berfungsi pada Tahap 4 (*Self Directed Learner*). Lompatan tanpa jembatan transisi inilah yang mengkristal menjadi distorsi kognitif dan kecemasan.

Strategi Koping dan Support System Kelembagaan

Dalam merespons tekanan psikologis, mahasiswa secara swadaya membangun *Problem Focused Coping* sekaligus *Emotion Focused Coping* melalui pembentukan kelompok belajar informal skala lokal di wilayah Jonggol, Cariu, dan Gunung Putri. Pertemuan fisik akhir pekan di ruang publik bertindak sebagai ruang katarsis emosional yang meruntuhkan persepsi isolasi sekaligus menjadi wadah pembelajaran sebaya (*peer tutoring*) yang efektif meningkatkan efikasi diri.

Di sisi lain, peranan SALUT Budi Mulya Jonggol sebagai *support system* institusional dinilai cukup responsif. Program Orientasi Studi Mahasiswa Baru (OSMB) dan Pelatihan Keterampilan Belajar Jarak Jauh (PKBJJ) efektif menurunkan *techno anxiety* kognitif, meskipun muatannya yang terlalu padat berisiko memicu *information overload*. Keunggulan utama terletak pada ketersediaan *helpdesk* luring dan Klinik Ujian di kantor fisik SALUT, yang mampu memberikan rasa aman psikologis (*psychological safety*) bagi mahasiswa yang mengalami distres akademis di daerah pedalaman.

4. Kesimpulan

5.

Kesimpulan

Transisi mahasiswa baru menuju sistem belajar mandiri berbasis andragogi di Universitas Terbuka SALUT Budi Mulya Jonggol memicu hambatan psikologis berupa terapi kejut akademis (*academic shock therapy*). Hambatan ini meliputi *academic culture shock* akibat sindrom ketergantungan pedagogis, *isolation distress* yang disebabkan hilangnya kehadiran sosial di ruang digital, serta *role conflict stress* akibat benturan peran ganda sebagai pekerja industri. Kemandirian belajar terbukti bukan merupakan fungsi bawaan instan, melainkan kapasitas psikologis yang memerlukan adaptasi dan pembiasaan terstruktur.

Saran

Berdasarkan hasil temuan, diajukan rekomendasi strategis bagi pengelola SALUT Budi Mulya Jonggol:

1. Pembentukan *Peer Mentoring System* (Program Kakak Asuh): Mengorganisasikan mahasiswa tingkat atas (semester 5+) untuk mendampingi klaster kecil mahasiswa baru (5–7 orang) berbasis kedekatan geografis atau profesi, guna meminimalisasi *sense of isolation*.
2. Redesain Kurikulum LPKBJJ: Menginsersikan materi praktis manajemen waktu kerja-kuliah (*work study balance*) dan manajemen stres, serta melakukan *screening* awal tingkat kemandirian belajar mahasiswa menggunakan kuesioner model SSDL.
3. Penyediaan *Psychological First Aid* Kelompok: Optimalisasi fungsi kantor fisik SALUT sebagai *co working space* akademik akhir pekan serta penyediaan pojok konseling berkala pada minggu-minggu kritis pengumpulan tugas untuk membangun resiliensi akademik mahasiswa.

Referensi

- Asmuni, A. (2021). Problematika pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 dan solusi pemecahannya. *Jurnal Paedagogy*, 8(2), 232-240. <https://doi.org/10.33394/jp.v8i2.3574>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Biber, F., Wiradhandy, W., Egter de Planque, M., Oude Egbrink, M. G., de Bruin, A. B., & oude Egbrink, M. G. (2021). Changes in distance learning: How the Covid-19 pandemic affected students' self-regulated learning and well-being. *Research in Higher Education*, 62(6), 629-656. <https://doi.org/10.1007/s11162-020-09621-3>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Fauzi, A., & Arisanti, D. (2023). Techno-anxiety dan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi pembelajaran berbasis learning management system (LMS). *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 9(1), 45-56.
- Grow, G. O. (1991). Teaching learners to be self-directed. *Adult Education Quarterly*, 41(3), 125-149. <https://doi.org/10.1177/0001848191041003002>
- Hasanah, U., Muttaqin, I., & Sholeh, M. (2022). Self-directed learning readiness mahasiswa pekerja pada sistem perkuliahan jarak jauh. *Jurnal Pendidikan Dewasa*, 6(2), 112-125.
- Hidayat, R., & Syarif, M. (2024). Analisis kualitatif beban kognitif (cognitive overload) dan kelelahan mental mahasiswa komuter dalam perkuliahan asinkron. *Jurnal Psikologi Kognitif*, 11(3), 201-215.
- Kahu, E. R., Johnston, L., & Picton, C. (2022). Student retention in distance education: The critical role of emotional exhaustion and social presence. *Distance Education*, 43(4), 512-529. <https://doi.org/10.1080/01587919.2022.2140455>
- Knowles, M. S. (1980). *The modern practice of adult education: From pedagogy to andragogy*. Cambridge Adult Education.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Muir, T., Milthorpe, N., Stone, C., JEA, D., Bird, T., & Webb, K. (2022). Chronicling the online student experience: Isolation, distress, and the importance of peer and institutional support. *Journal of Further and Higher Education*, 46(8), 1045-1060. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2022.2045567>
- Pratama, A., & Wijaya, B. (2022). Gelar budaya akademik mahasiswa baru pada pendidikan tinggi jarak jauh: Studi fenomenologi. *Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh*, 23(1), 15-28.
- Putri, S. A., & Rahayu, T. (2025). Dampak interaksi termediasi layar terhadap joy of learning dan gejala depersonalisasi mahasiswa jarak jauh. *Jurnal Siber Psikologi*, 3(1), 14-27.
- Rahmawati, E. (2024). Strategi koping akademik mahasiswa pekerja dalam menghadapi sistem belajar mandiri di Universitas Terbuka. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 12(2), 89-101.
- Rovai, A. P. (2002). Development of an instrument to measure classroom community. *The Internet and Higher Education*, 5(3), 197-211. [https://doi.org/10.1016/S1096-7516\(02\)00102-1](https://doi.org/10.1016/S1096-7516(02)00102-1)

- Sari, W. P., & Kurniawan, D. (2023). Konflik peran ganda dan prokrastinasi akademik mahasiswa kelas karyawan: Sebuah studi kualitatif. *Jurnal Riset Psikologi Pendidikan*, 5(2), 134-146.
- Setyorini, D., dkk. (2023). Eksplorasi efek disinhibisi dan rasa terisolasi (isolation distress) dalam pembelajaran LMS. *Jurnal Teknologi Pendidikan Digital*, 4(2), 74-86.
- Subekti, A. S. (2021). Academic culture shock of first-year students in higher education: Psychological and social dimensions. *Indonesian Journal of English Language Teaching and Applied Linguistics*, 6(1), 85-99.
- Wahyuni, S., & Lestari, S. (2026). Evaluasi efektivitas peer-mentoring dalam mereduksi academic anxiety mahasiswa tahun pertama universitas jarak jauh. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 13(1), 40-53.
- Wut, T. M., Xu, J. B., & Lee, S. W. (2024). Screen fatigue, emotional detachment, and cognitive apathy in asynchronous online learning spaces. *Computers & Education*, 210, 1049-1063. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2023.104963>
- Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). SAGE Publications.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive commentary. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>