

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI
PADA MAHASISWA BARU FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan oleh
EDENIA PUTRI BR PASARIBU
178600319



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)24/6/22

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI
PADA MAHASISWA BARU FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar

Sarjana Psikologi
Univeritas Medan Area

Diajukan oleh
EDENIA PUTRI BR PASARIBU
178600319



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA
MAHASISWA BARU FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN
AREA

diperiapkan dan disusun oleh

Edenia Putri Br Pasaribu

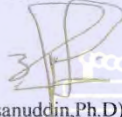
178600319

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 29 Maret 2022

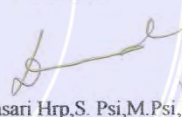
Susunan Dewan Penguji

Ketua



(Hasanuddin, Ph.D)

Sekretaris



(Dinda Permatasari Hrp, S. Psi, M. Psi, Psikolog)

Pembimbing



(Drs. Maryono, M. Psi)

Penguji Tamu



(Dr. Risydah Fadilah, S. Psi, M. Psi, Psikolog)

Skripsi ini diterima sebagai salah satu
persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana

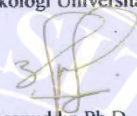


Kepala Bagian

Ayudia Popy Sesilia, S.Psi,M.Psi

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area



Hasanuddin, Ph.D



iv

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Edenia Putri Br Pasaribu

NIM : 178600319

Tahun Terdaftar : 2017

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan demikian saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah Skripsi ini di kemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 10 April 2022



Edenia Putri Br Pasaribu 178600319

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR/SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Edenia Putri Br Pasaribu

NPM : 178600319

Program Studi : Psikologi


Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul **Hubungan Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Medan Area** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk perangkat data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 10 April 2022


(Edenia Putri Br Pasaribu)

MOTO

Jalani hidup dengan senyum semangat, tetaplah bersyukur atas hari ini dan berdoa hari esok dapat lebih baik lagi.



HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa. Karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kekuatan, kesehatan, ilmu, dan kemampuan hingga saya bisa berada di posisi ini. Saya persembahkan karya ini kepada orang-orang yang saya kasih dan sangat saya sayangi

Ayah dan Ibu Tersayang

Sebagai tanda sayang, hormat dan terimakasih yang tak terhingga kupersembahkan karya ini kepada Ayah (Esron Pasaribu) dan Ibu (Lenni Marlina Tambunan) yang telah memberikan cinta dan kasih sayang serta doa yang tak pernah putus. Karena kehadiran kalian berdua, hidup terasa begitu mudah dan penuh kebahagiaan. Terimakasih banyak atas semua cinta dan kasih sayang yang telah ayah dan ibu berikan kepada saya.

Saudara dan Orang Terdekat

Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada abang dan adik-adik tersayang juga opung yang selalu memberikan arahan, perhatian serta bantuan finansial. Terimakasih banyak karena telah hadir di kehidupan saya, terimakasih karena selalu menganggapku sebagai adik ataupun kakak serta cucu yang kalian sayangi.

Sahabat dan Teman-Temanku

Terimakasih atas kehadiran sahabat-sahabat serta teman-teman terbaikku, yang selalu ada menemaniku disaat senang maupun susah. Terimakasih karena selalu bersedia kurepoti, selalu bersedia mendengar setiap keluh kesah ku. Terimakasih

karena selalu menjadi tempat pelarianku disaat aku membutuhkan orang lain untuk selalu menguatkan dan selalu mengingatkan agar cepat lulus.

Dosen Pembimbing Tugas Akhir

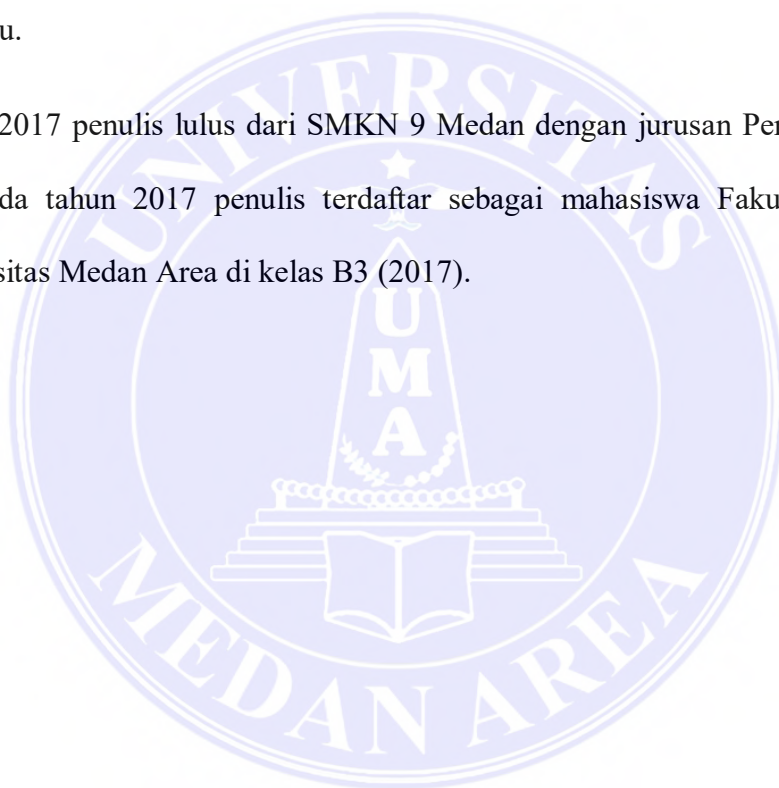
Bapak Maryono, Drs, M.Psi, selaku pembimbing saya selama 2 semester ini. Terimakasih atas arahan, bimbingan, ilmu dan dukungan yang telah bapak berikan untuk menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih banyak karena telah bersedia mendampingi saya hingga skripsi ini dapat diselesaikan.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Proyek pada tanggal 06 juni 1998 dari ayah Esron Pasaribu dan ibu Lenni Marlina Tambunan. Penulis merupakan putri ke dua dari lima bersaudara. Penulis memiliki 1 orang abang bernama Candra Syahputra Pasaribu, dan 3 orang adik yaitu 1 adik laki-laki yang bernama Aldi Goktua Pasaribu dan 2 adik perempuan yang bernama Fitri Loviana Br Pasaribu dan Jesika Veronika Br Pasaribu.

Tahun 2017 penulis lulus dari SMKN 9 Medan dengan jurusan Perawatan Sosial dan pada tahun 2017 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area di kelas B3 (2017).



KATA PENGANTAR

Salam Sejahtera,

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, dan karunia-Nya yang tak henti-hentinya dilimpahkan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area ” ini dengan baik dan lancar.

Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti mengalami berbagai kendala dan hambatan. Namun peneliti menyadari bahwa keberhasilan penulisan skripsi ini tidak dapat berjalan dengan baik dan mencapai kesempurnaan tanpa adanya bimbingan, arahan dan keterlibatan serta bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu dengan ketulusan serta kerendahan hati, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area
3. Bapak Hasanuddin, S.Ag.M.Ag.Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku wakil Dekan bagian akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
5. Ibu Ayudia Popy Sesilia, S.Psi, M.Psi selaku ketua jurusan fakultas Psikologi di Universitas Medan Area.
6. Bapak Drs. Maryono, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan banyak waktu, tenaga dan sabar untuk mengajari peneliti untuk menyelesaikan skripsi
7. Bapak Hasanuddin, S.Ag.M.Ag.Ph.D selaku ketua dalam sidang skripsi yang sudah memberikan waktu dan tenaga untuk mengikuti sidang skripsi peneliti.
8. Ibu Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi sebagai Penguji tamu yang sudah memberikan waktu dan tenaga untuk berkenan hadir dalam sidang skripsi
9. Ibu Dinda Permatasari Harahap S.Psi, M.Psi sebagai sekretaris yang sudah berkenan menjadi notulen dalam sidang skripsi
10. Seluruh dosen dan Fakultas Psikologi yang sudah membantu demi kelancaran penyusunan skripsi ini.
11. Teristimewa untuk kedua orangtua saya yaitu Bapak E. Pasaribu dan Ibu L. Tambunan yang sudah mendidik saya, memberikan dukungan selama penyusunan skripsi ini, yang selalu mendoakan serta selalu siap sedia mencukupi setiap keperluan saya.

12. Terimakasih untuk abang Candra dan adik-adik saya yaitu Aldi, Fitri dan Jesika serta seluruh keluarga yang mendoakan saya dan memberikan perhatian kepada saya.
13. Terimakasih untuk opung-opung saya yaitu S. Tambunan, H. Tambunan dan N. Siagian yang memberikan semangat dan solusi dalam setiap kebingungan yang saya miliki dalam perkuliahan.
14. Terimakasih untuk kakak Elia Tampubolon S.P yang selalu memberikan semangat dan solusi dikala saya bingung, serta sahabat-sahabatku Winda, Bella dan adik-adik sekos Enjel dan Fitri serta teman-teman sekerjaan di Toko Surya Swalayan yang selalu memberikan dukungan selama pengerjaan skripsi dan menyadarkan saya agar tetap fokus kuliah tidak hanya kerjaan saja.
15. Kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang sudah membantu peneliti selama proses pengerjaan skripsi

Dalam penulisan skripsi ini peneliti masih memiliki banyak kekurangan pengetahuan dan pengalaman pada topik yang diangkat dalam skripsi ini, begitu pula dalam penulisannya yang masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, peneliti akan sangat senang jika menerima berbagai masukan dari para pembaca baik berupa kritik maupun saran yang sifatnya membangun demi penyempurnaan penulisan-penulisan skripsi di masa yang akan datang.

Harapan peneliti, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para penuntut ilmu dan pengajar, orang tua dan siapapun yang telah membacanya.

Medan, 10 April 2022



EDENIA PUTRI BR PASARIBU



DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan.....	i
Halaman Judul	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Pernyataan Bebas Plagiasi.....	v
Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi	vi
Prakata/Motto/Persembahan.....	vii
Daftar Riwayat Hidup	viii
Kata Pengantar.....	viii
Abstrak	xix
Abstract	xix
Daftar Isi.....	xiv
Daftar Tabel.....	xvi
Daftar Gambar	xix
Daftar Lampiran.....	xix
BAB I Pendahuluan	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II Tinjauan Pustaka	
A. Tinjauan Pustaka: Penyesuaian Diri.....	11
B. Tinjauan Pustaka: Efikasi Diri	27
C. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri.	40
D. Kerangka Konseptual	44
E. Hipotesis	45

BAB III Metode Penelitian

A. Tipe Penelitian	46
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	46
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	46
D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	47
E. Teknik Pengumpulan Data	48
F. Validitas Dan Realibilitas	48
G. Analisis Data.....	49

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

A. Orientasi Kancah Penelitian.....	51
B. Persiapan Penelitian	54
C. Pelaksanaan Penelitian	61
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian	62
E. Pembahasan	69

BAB V Simpulan dan Saran

A. Simpulan.....	73
B. Saran.....	73

Daftar Pustaka	74
-----------------------------	-----------

Daftar Lampiran.....	76
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

TABEL I Pelaksanaan Penelitian	55
TABEL II Distribusi Aitem Skala Efikasi Diri	57
TABEL III Distribusi Aitem Skala Penyesuaian Diri	58
TABEL IV Hasil Uji Validitas Aitem Skala Efikasi Diri	59
TABEL V Hasil Uji Validitas Aitem Skala Penyesuaian Diri	59
TABEL VI Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	63
TABEL VII Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan	64
TABEL VIII Rangkuman Analisa Korelasi <i>rproduct Moment</i>	65
TABEL IV Rangkuman Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan - Nilai Rata-rata Empirik	66



DAFTAR GAMBAR

GAMBAR I Kurva Penyesuaian Diri	67
GAMBAR II Kurva Efikasi Diri	67



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Skala Penyesuaian Diri.....	80
Lampiran B Skala Efikasi Diri	84
Lampiran C Hasil Data Mentah Penyesuaian Diri	88
Lampiran D Hasil Data Mentah Efikasi Diri.....	90
Lampiran E Hasil Analisis SPSS.....	95
Lampiran F Surat Keterangan Bukti Penelitian.....	112
Lampiran G Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	114



HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA BARU FAKULTAS PSIKOLOGI DI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Oleh:

EDENIA PUTRI BR PASARIBU
178600319

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru stambuk 2020 fakultas psikologi di UMA. Metode kuantitatif dengan hipotesis ada hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru fakultas psikologi dengan asumsi semakin baik efikasi diri maka semakin baik pula penyesuaian dirinya, begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil analisa yang dilakukan maka hypotesis diterima dengan sampel ialah mahasiswa baru stambuk 2020 fakultas psikologi yang ada dikampus 1 sebanyak 68 mahasiswa baru baik laki-laki maupun perempuan. Pengumpulan data menggunakan *purposive sampling*. Efikasi diri diukur dengan menggunakan Skala Efikasi Diri yang diukur dari 42 item yang valid ($\alpha = 103,26$), sedangkan penyesuaian diri diukur dengan menggunakan Skala Penyesuaian Diri yang terdiri dari 54 item yang valid ($\alpha = 123,41$). Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi r_{xy} 0,575, dengan signifikansi $p = 0,000$ berarti $p < 0,05$. Hasil menunjukkan hipotesis yang diajukan peneliti yaitu terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dapat diterima. Nilai koefisien korelasi positif menunjukkan arah hubungan kedua variabel adalah positif, artinya semakin baik efikasi diri maka semakin baik pula penyesuaian diri mahasiswa. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 33,1% kepada penyesuaian diri dan selebihnya 66,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti motif persepsi, sikap, intelegensi dan faktor eksternal lainnya.

Kata Kunci : Efikasi Diri, Penyesuaian Diri dan Mahasiswa Baru.

CORRELATION OF SELF-EFFICIENCY WITH ADJUSTMENT IN NEW STUDENTS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY AT UNIVERSITY OF MEDAN AREA

AUTHOR
EDENIA PUTRI BR PASARIBU
178600319

ABSTARCT

The aim of this study was to determine the correlation between self-efficacy and adjustment to new students from the stambuk 2020 faculty of psychology at UMA. The quantitative method hypothesized that there was a positive correlation between self-efficacy and self-adjustment in psychology faculty freshmen with the assumption that the better the self-efficacy, the better the adjustment, and vice versa. Based on the results of the analysis carried out, the hypothesis was accepted with the sample being that there were 68 new students from the stambuk 2020 faculty of psychology in Campus 1 as many as 68 new students, both male and female. Data collection using purposive sampling. Self-efficacy was measured using the Self-Efficacy Scale which was measured from 42 valid items ($\alpha = 103.26$), while self-adjustment was measured using the Self-Adjustment Scale which consisted of 54 valid items ($\alpha = 123.41$). The results of this study indicate the correlation coefficient $r_{xy} 0.575$, with a significance of $p = 0.000$ means $p < 0.05$. The results show that the hypothesis proposed by the researcher is that there is a positive correlation between self-efficacy and acceptable adjustment. The value of the positive correlation coefficient indicates the direction of the relationship between the two variables is positive, meaning that the better the self-efficacy, the better the student's self-adjustment. Self-efficacy provides an effective contribution of 33.1% to self-adjustment and the remaining 66.9% is influenced by other factors not examined in this study such as perception motives, attitudes, intelligence and other external factors.

Keywords: Self-Efficacy, Adjustment and New Students.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pendidikan adalah suatu proses pengubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau sekelompok orang dalam mendewasakan melalui pengajaran dan latihan. Menurut Prof. H. Mahmud Yunus dan Martinus Jan Langeveld mengatakan pendidikan adalah suatu usaha yang dengan sengaja dipilih untuk mempengaruhi dan membantu anak yang bertujuan meningkatkan ilmu pengetahuan, jasmani dan akhlak sehingga secara perlahan bisa mengantarkan anak kepada tujuan dan cita-citanya yang paling tinggi.

Pendidikan tidak lepas dari kegiatan pembelajaran. Belajar menurut Spears (dalam Suprijono, 2009) adalah mengamati, membaca, meniru, mencoba sesuatu, mendengar dan mengikuti arah tertentu. Belajar adalah proses perubahan tingkah laku sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya (Slameto, 2003).

Kesadaran akan pentingnya pendidikan, khususnya pendidikan tinggi terus meningkat dari tahun ke tahun. Individu yang mendaftar diri sebagai mahasiswa berada pada tahap perkembangan antara masa remaja dan dewasa muda antara usia 18-25 tahun atau 18-29 tahun (*emerging adulthood*) (Arnett, 2004). Salah satu ciri tahap perkembangan pada masa ini adalah mencoba mengeksplorasi diri, mengembangkan serta mendefinisikan identitasnya, memahami dirinya serta mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki,

kepercayaan, nilai-nilai dan bagaimana individu dapat menyesuaikan diri dengan sosial disekitarnya (*identity exploration*) (Arnett, 2004).

Mahasiswa akan memasuki lingkungan baru, yaitu lingkungan perguruan tinggi. Transisi ke lingkungan perguruan tinggi melibatkan banyak perubahan dan tantangan yang lebih besar bagi mahasiswa baru. Gunarsa (2001) berpendapat bahwa perubahan yang terjadi pada masa awal perkuliahan disebabkan oleh adanya beberapa perbedaan sifat pendidikan yang diterapkan di SMA dan perguruan tinggi, seperti perbedaan kurikulum, sistem pengajaran, kedisiplinan, serta hubungan antara mahasiswa dan dosen. Mahasiswa merupakan sosok yang memiliki semangat dan kemampuan, dan sikap keilmuannya yang dalam melihat sesuatu berdasarkan kenyataan objektif, sistematis dan rasional (Susantoro dalam Syahputra,2006)..

Dalam menjenjang perguruan tinggi mahasiswa memiliki tugas utama yaitu belajar seperti membuat tugas, membaca buku, membuat makalah, presentasi, diskusi, hadir ke seminar, dan kegiatan-kegiatan lainnya. Mahasiswa memiliki keterampilan untuk mengatasi berbagai tuntutan dan stresor, namun tidak sedikit pula yang merasa kesulitan dan harus berjuang untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan di perguruan tinggi (dalam Roberson, Fish, Olmstead, & Fincham, 2015). Proses penyesuaian diri yang terjadi di lingkungan perguruan tinggi ini dikenal dengan istilah *college adjustment* (penyesuaian diri).

Penyesuaian diri pada perkuliahan adalah tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik atau perkuliahan yang dihadapi untuk menyelesaikan masalah-masalah sekarang maupun selanjutnya dimasa mendatang, sehingga dapat memberikan suatu prestasi untuk dirinya Davidoff (dalam Mu'tadin, 2002). Namun, saat ini sekolah dan perguruan tinggi yang terpaksa di tutup untuk mengurangi angka penularan covid-19. Penggunaan metode daring mulai dilakukan yang membuat mahasiswa harus beradaptasi dengan kondisi seperti itu. (Hasanah, Ludiana, Immawati, & PH, 2020).

Hasil penelitian terdahulu yang terkait dengan masalah efikasi diri dan penyesuaian diri tersebut dilakukan oleh Clara Dewi Permatasari pada tahun 2017 tentang hubungan antara efikasi diri dan penyesuaian diri diperguruan tinggi pada mahasiswa tahun pertama Universitas Sanata Dharma, yang mana hasil dalam penelitian ini adalah sebagian besar mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat efikasi diri akademik, efikasi diri sosial, dan penyesuaian diri di perguruan tinggi tergolong baik atau tinggi.

Penyesuaian diri yang efektif memiliki ciri-ciri yang mampu menyesuaikan diri dengan baik. Adapun ciri-ciri penyesuaian diri, yaitu memiliki persepsi yang akurat terhadap realita, kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stress dan kecemasan, mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya, kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan relasi interpersonal (Enung Fatimah, 2008).

Penyesuaian diri mahasiswa secara positif memiliki karakteristik yang dimana ditandai tidak adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis, tidak frustrasi pribadi, memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, bersikap realistis dan objektif.

Kemampuan penyesuaian diri pada masing-masing mahasiswa dapat dibedakan antara orang satu dengan yang lainnya. Masing-masing memiliki kemampuan berbeda-beda, namun kemiripan masih sangat dimungkinkan bagaimana individu dapat melakukan penyesuaian diri berdasarkan pengalaman dan stimulus yang diterima dari lingkungan yang lama maupun yang baru. Beberapa faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri diantaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal termasuk didalamnya motif, persepsi, sikap, intelegensi atau minat, kepribadian individu dan terakhir efikasi diri. Sedangkan faktor eksternal ialah keluarga, kondisi kampus, kelompok sebaya, prasangka sosial dan terakhir hukum dan norma.

Berdasarkan faktor diatas dimana efikasi diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi diri mahasiswa. Efikasi diri ialah suatu keyakinan individu akan dirinya untuk melakukan sesuatu tertentu dengan berhasil. Menurut Bandura (dalam Myers, 2012) mengatakan efikasi diri adalah perasaan terhadap kemampuan seseorang untuk mengerjakan suatu tugas. Efikasi diri (sikap percaya diri) terhadap kemampuan sendiri untuk menampilkan tingkah laku yang akan mengarahkannya kepada hasil yang diharapkan. (Nurihsan dan Yusuf, 2008).

Efikasi diri sebagai evaluasi diri terhadap kemampuan dan kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, dan menghadapi hambatan yang terjadi di kampus. Keyakinan seseorang atas kemampuannya menjalankan tuntutan menantang atas dirinya disebut *self efficacy* (Luszczynska, Scholz dan Schwarzer, 2005).

Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik juga dapat dibuktikan dengan prestasi akademiknya. Hal ini dapat diukur melalui indeks prestasi (IP) maupun Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), peningkatan kehadiran didalam kelas (Lucio, Rapp-Paglicci, & Rowe, 2011; Suldo, Shaffer, & Riley, 2008, dalam Minter & Pritzker, 2015). Rheinheimer dan Francois (2001, dalam Drago, Rheinheimer, & Detweiler, 2016) mengungkapkan bahwa efikasi diri akademik juga berhubungan dengan kesuksesan mengerjakan tugas, ujian, kuis, serta mampu beradaptasi dengan mahasiswa lainnya dan lingkungan kampus (peraturan akademik). Disisi lain, individu dengan efikasi diri akademik yang tinggi cenderung tidak melakukan prokastinasi dan kurang mengalami kecemasan dan stress. (Nie, Lau, & Liao, 2011; Odaci, 2011).

Fenomena yang terjadi di lapangan saat ini ialah mahasiswa fakultas psikologi stambuk 2020 di Universitas Medan Area tidak menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang baik. Mahasiswa memiliki persepsi bahwa ia tidak mampu mengikuti metode pembelajaran secara daring dengan baik sehingga membuat mahasiswa mengalami stress akan tuntutan tugas yang ada, tidak memiliki kemampuan atau keberanian untuk berinteraksi dengan teman-teman lainnya dan dosen yang tidak pernah ia temui secara langsung membuat mahasiswa tidak berani mengungkapkan perasaan dan

kebingungannya kepada dosen dan teman sekelasnya dan sebagian dari mahasiswa lainnya tidak peduli atau niat dalam perkuliahan, terutama mahasiswa baru baik laki-laki maupun perempuan yang masih dalam proses mengenali lingkungan dan sistem belajar yang ada. Hal tersebut dikarenakan kurangnya kepercayaan diri (efikasi diri) yang rendah dalam mengikuti perkuliahan di masa covid-19 yang membuat mahasiswa harus belajar serta adaptasi secara daring dan kesanggupan diri mahasiswa untuk mengerjakan tugas-tugas maupun tuntutan lingkungan di akademik. Seperti yang telah peneliti dapatkan dari hasil survey pada mahasiswa stambuk 2020 fakultas psikologi di UMA baik laki-laki maupun perempuan menunjukkan bahwa, subjek merasa tidak percaya diri akan kemampuannya (efikasi diri yang rendah) dan tidak mau ikut serta dalam aktivitas dikelas seperti berdiskusi dan memilih untuk diam, dan ketidak tertarikannya (minat) dari subjek yang rendah. Selain itu, subjek juga memiliki interaksi yang rendah seperti malu bertanya kepada teman-teman atas apa yang dia bingungkan dan sulit untuk menjalin hubungan pertemanan serta memiliki kepercayaan diri yang rendah, sehingga mempersulit mahasiswa dalam menyesuaikan diri diperkuliahan. Namun, ada beberapa mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri atau menfleksibelkan waktu dan sistem dalam mengerjakan tugas serta tuntutan akademik, dan ia juga percaya diri bahwa ia dapat menyesuaikan diri dilingkungan perguruan tinggi dan dapat berinteraksi dengan teman-teman mahasiswa lainnya, berdasarkan pengalaman yang dimiliki ketika menduduki bangku pendidikan di SMA.

Peneliti juga mewawancarai 3 orang mahasiswa baru stambuk 2020 fakultas psikologi di Universitas Medan Area. Mahasiswa pertama berinisial NA adalah mahasiswi stambuk 2020 fakultas psikologi. Peneliti mengajukan pertanyaan kepada mahasiswi, apakah saudara yakin akan kemampuan saudara dalam memenuhi tuntutan akademik baik dalam belajar, berinteraksi lingkungan baru serta peraturan yang ada di kampus?, berikut potongan wawancara:

”Saya kurang yakin akan kemampuan saya dalam mengikuti perkuliahan ini. Karena, beberapa tugas dan sistem perkuliahan yang dilakukan dosen seperti menghafal dan berdiskusi didalam kelas saya kurang mampu, dan tidak percaya diri. Dan saya juga sulit berinteraksi dengan mahasiswa lainnya serta peraturan kampus”. (NA pada tanggal 13 November 2020).

Mahasiswa kedua berinisial JEK adalah mahasiswa yang merupakan mahasiswa stambuk 2020 fakultas psikologi. Peneliti menanyakan kepada mahasiswa apakah saudara yakin akan kemampuan saudara dalam memenuhi tuntutan akademik baik dalam belajar, berinteraksi lingkungan baru serta peraturan yang ada di kampus?, berikut potongan wawancara:

“Saya cukup yakin akan kemampuan saya dalam mengerjakan tugas dari dosen, mengikuti ujian, kuis, mengatur aktivitas belajar saya dan lainnya. karena waktu SMA saya mengikuti organisasi yang hampir selalu di bawah tekanan sehingga jika diberikan tugas oleh dosen saya sudah terbiasa dan paham akan kewajiban saya serta cukup mudah dalam berinteraksi dengan lingkungan kampus serta tuntutan kampus.” (JEK Pada tanggal 19 November 2020).

Mahasiswa ketiga berinisial FZ adalah mahasiswi stambuk 2020 fakultas psikologi. Peneliti menanyakan kepada mahasiswa, apakah saudara yakin akan kemampuan saudara dalam memenuhi tuntutan akademik baik dalam belajar, berinteraksi lingkungan baru serta peraturan yang ada di kampus?, berikut potongan wawancara :

“Saya kurang baik dalam menyesuaikan diri baik dalam kewajibanku dalam belajar, peraturan dari kampus dan berinteraksi dengan teman-teman mahasiswa lainnya, bukan dikarenakan saya tidak mampu melakukannya, hanya saja tidak terlalu niat melakukannya lebih baik diam saat prosesan pembelajaran berlangsung atau tidak aktif dikelas”. (FZ Pada tanggal 19 November 2020).

Berdasarkan fenomena di lapangan peneliti melihat tidak semua mahasiswa baru stambuk 2020 fakultas psikologi di UMA baik laki-laki maupun perempuan yang mampu menyesuaikan diri pada saat belajar dan mengikuti tuntutan akademik serta lingkungan baru dengan baik, meskipun mahasiswa tersebut memiliki kemampuan dalam melaksanakannya. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti dan mencari tau lebih dalam lagi dengan mengambil “Hubungan Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Stambuk 2020 Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area”.

B. Identifikasi Masalah

Berangkat dari latar belakang masalah di atas, terkait efikasi diri dengan penyesuaian diri yang dimana mahasiswa yang belajar di perguruan-perguruan tinggi atau universitas menghadapi lingkungan baru yang penuh dengan masalah penyesuaian diri. Ternyata, kebanyakan mahasiswa baru tidak percaya diri dengan baik serta sulit bergaul dengan teman-teman baru mereka serta menumbuhkan kecenderungan baru dan mempelajari macam-macam perilaku, serta sikap baru, sehingga sulit menyesuaikan diri akan tuntutan dari lingkungan baru diperguruan tinggi.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, fokus kajian diarahkan untuk menganalisa efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru fakultas psikologi stambuk 2020 baik laki-laki maupun perempuan tahun ajaran 2020/2021.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu; adakah hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru fakultas psikologi stambuk 2020 baik laki-laki maupun perempuan di Universitas Medan Area.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan peneliti dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru fakultas psikologi stambuk 2020 baik laki-laki maupun perempuan di Universitas Medan Area.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan tambahan informasi bagi peneliti ilmiah, dibidang efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru di perguruan tinggi di UMA.

2. Manfaat Praktis

Memberikan wawasan pengetahuan tentang pentingnya efikasi diri, dalam penyesuaian diri di perguruan tinggi pada tahun pertama hingga memiliki dampak pada perkuliahan tahun-tahun berikutnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Mahasiswa Tahun Pertama

Sebelum membahas mahasiswa tahun pertama, penting untuk mengetahui pengertian mahasiswa secara umum terlebih dahulu. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016), mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012 tentang pendidikan tinggi, mahasiswa adalah peserta didik dalam jenjang Perguruan Tinggi. Sarwono (1978) menjelaskan mahasiswa sebagai suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya dengan cara berikatan dengan perguruan tinggi, dengan rentang usia antara 18 sampai 30 tahun. Menurut Arnett (2000), individu yang berada pada usia antara 18 sampai 25 tahun termasuk dalam tahap perkembangan *emerging adulthood* (tumbuh dewasa). Pada tahap perkembangan *emerging adulthood* (tumbuh dewasa) ini individu biasanya mulai memasuki perguruan tinggi.

Berdasarkan pengertian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa mahasiswa tahun pertama adalah individu yang baru terdaftar di perguruan tinggi atau salah satu di universitas dengan rentang usia antara 18 sampai 20 tahun dan sedang menempuh pendidikan pada tahun pertama perkuliahan.

1. Karakteristik Perkembangan Mahasiswa Tahun Pertama

Mahasiswa tahun pertama rata-rata memiliki rentang usia antara 18-20 tahun. Menurut Arnett (2000), individu yang berada pada rentang usia 18-25 tahun berada dalam tahap perkembangan *emerging adulthood*

(tumbuh dewasa). Arnett (2004) menjelaskan lima ciri tahap *perkembangan emerging adulthood* (tumbuh dewasa), yaitu:

a. Usia eksplorasi identitas (*The age of identity exploration*);

Pada tahap perkembangan ini, individu melakukan ekplorasi terhadap identitasnya. Eksplorasi identitas ini difokuskan pada tiga aspek, yaitu percintaan, karier, dan pandangan hidup. Individu pada tahap ini belajar untuk lebih memahami diri sendiri serta mengetahui kemampuan dan minat mereka. Tahap ini merupakan kunci terjadinya perubahan identitas bagi individu. Pada tahap ini individu dihadapkan dengan berbagai macam pilihan.

b. Usia ketidak stabilan (*The age of instability*);

Usia ketidak stabilan terjadi ketika individu mulai merasakan perubahan yang terjadi secara cepat pada aspek percintaan, karier, dan pandangan hidup. Individu banyak mengalami stres dan cemas pada masa ini.

c. Usia yang berfokus pada diri sendiri (*The self-focused age*);

Pada masa *emerging adulthood*, individu memiliki paling sedikit kewajiban terhadap orang lain. Hal ini terjadi ketika individu mulai memiliki otonomi atau kemandirian dalam menjalankan kehidupannya.

d. Usia perasaan di antara keduanya (*The age of feeling in between*);

Keadaan ini terjadi ketika individu tidak lagi merasa bahwa dirinya seorang remaja, namun di sisi lain ia belum merasa dirinya sudah dewasa. Oleh karena itu, bimbingan dari figur orang dewasa dibutuhkan untuk mengatasi rasa bimbang yang dihadapi oleh individu.

e. Usia kemungkinan (*The age of possibilities*);

Masa *emerging adulthood* merupakan masa di mana individu mulai memiliki kesempatan yang luas untuk melakukan perubahan pada dirinya. Pada masa ini, individu memiliki kesempatan untuk mengubah hidupnya dengan kemungkinan-kemungkinan yang lebih positif untuk masa depannya.

2. Tugas Dan Kewajiban Mahasiswa

Mahasiswa sebagai masyarakat kampus mempunyai tugas utama yaitu belajar seperti membuat tugas, membaca buku, buat makalah, presentasi, diskusi, hadir ke seminar, dan kegiatan-kegiatan lainnya yang bercorak kekampusan. Di samping tugas utama, ada tugas lain yang lebih berat dan lebih menyentuh terhadap makna mahasiswa itu sendiri, yaitu sebagai agen perubahan dan pengontrol sosial masyarakat. tugas inilah yang dapat menjadikan dirinya sebagai harapan bangsa, yaitu menjadi orang yang setia mencarikan solusi berbagai problem yang sedang mereka hadapi. (Siallagan,2011). Selain memiliki tugas, mahasiswa juga memiliki kewajiban yang harus dijalankan seperti;

1. Bertaqwa dan berahlak mulia
2. Belajar dengan tekun dan sungguh-sungguh agar memperoleh prestasi tinggi.
3. Mematuhi semua peraturan dan ketentuan yang berlaku, baik pada tingkat universitas, fakultas maupun jurusan.
4. Ikut memelihara sarana prasarana serta kebersihan, ketertiban dan keamanan dalam lingkungan universitas.

5. Menghargai ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian.
6. Terlibat aktif dalam kegiatan kemahasiswaan.
7. Menjaga nama baik, citra dan kehormatan universitas.
8. Ikut bertanggung jawab biaya penyelenggaraan pendidikan kecuali bagi mahasiswa yang dibebaskan dari kewajiban tersebut sesuai dengan peraturan yang berlaku.
9. Berpakaian rapi, sopan dan patut.
10. Memakai jaket almamater pada setiap kegiatan kemahasiswaan maupun kegiatan universitas.
11. Menunjang tinggi adat istiadat, sopan santun serta etika yang berlaku.
12. Menjaga kampus dari kegiatan politik praktis.
13. Menaati kewajiban-kewajiban yang dibedakan sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa setiap mahasiswa memiliki hak dan kewajiban serta tuntutan yang lebih besar yang dapat menciptakan mahasiswa yang memiliki karakter yang diharapkan setiap negara maupun universitas dan siap untuk bersaing baik didalam negeri maupun diluar negeri.

B. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Individu merupakan makhluk sosial yang tidak lepas dalam penyesuaian diri dalam lingkungannya. Menurut Sobur (2011) mengartikan secara luas bahwa proses penyesuaian diri itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka. Willis (2008) menyatakan pandangan yang senada dengan Sobur (2011), Willis (2008) juga menyatakan penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya.

Pengertian penyesuaian diri terus dikembangkan hingga tahun 2000an. Santrock (2005) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses psikologis mengenai adaptasi, koping, dan pengelolaan tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Penyesuaian diri juga didefinisikan sebagai respon individu terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya, serta membantu individu dalam mengatasi tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari (Eshun, 2006). Weiten, Dunn, dan Hammer (2015) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses psikologis mengenai

bagaimana individu mengelola atau mengatasi tuntutan dan tantangan pada kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah dipaparkan, peneliti mengambil kesimpulan bahwa penyesuaian diri adalah respon individu dalam mengatasi berbagai tuntutan terkait dengan perubahan yang terjadi di lingkungan guna mencapai keselarasan. Pada konteks yang lebih spesifik, (Sunarto & Hartono 2008), menyatakan bahwa Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan, penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hayat dan manusia terus menerus berupayamenemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat. Penyesuaian diri berarti seperti: pemuasan kebutuhan, keterampilan dalam menangani frustrasi dan konflik, ketenangan pikiran/jiwa, atau bahkan pembentukan simtom-simtom, itu berarti belajar bagaimana bergaul dengan baik dengan orang lain dan menghadapi tuntutan tuntutan tugas. Semiun (2006) menegaskan apabila kebutuhan untuk menguasai adalah sama sekali atau untuk sebagian terbesar gagal dalam jangka waktu yang lama, maka individu pasti tidak dapat menyesuaikan diri. Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam memenuhi salah satu kebutuhan psikologis dan mampu menerima dirinya serta mampu menikmati hidupnya tanpa jenis konflik dan mampu menerima kegiatan sosial serta mau ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di dalam lingkungan sekitarnya (Al-Khatib, 2012).

Menurut Sunarto & Hartono (2008) bahwa penyesuaian diri sebagai penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan, penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hayat dan manusia terus menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat. Penyesuaian diri merupakan sebuah upaya individu untuk diterima didalam suatu lingkungan dan mengabaikan kepentingan pribadinya demi kepentingan kelompok sehingga merasa dirinya adalah bagian penting dari kelompoknya (Ahyani, 2012).

Menurut Hurlock (2008) penyesuaian adalah seberapa jauh kepribadian individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat. Calhoun & Acocella (dalam Wijaya, 2012) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah interaksi individu yang terus-menerus dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar tempat individu hidup. Kartono (2008) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmonis pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.

Perubahan yang terjadi pada situasi baru memerlukan adanya penyesuaian diri menurut Cunningham (dalam Ghufro, 2017), maka di masa pandemi ini penyesuaian akademik mempunyai posisi penting terhadap keberhasilan dan kesuksesan belajar pada setiap tingkatan. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh fakultas psikologi Universitas Padjajaran (UNPAD)

dengan total 1.403 responden menunjukkan hasil sebanyak 39-47% siswa (SMP,SMA & PT) masih memiliki kemampuan academic lifestyle yang tergolong rata-rata bawah. Artinya responden kurang menguasai salah satu aspek dari penyesuaian diri.

Penyesuaian diri berdasarkan pendapat dan teori disimpulkan sebagai proses belajar seorang individu dalam memahami keadaan yang ada, mengerti dalam situasi baru atau pandemi dan berusaha untuk melakukan apa tujuannya dan yang diinginkan lingkungannya. Sehingga individu dapat menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam lingkungannya baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun lingkungan sekitar.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Schneiders (dalam Wijaya, 2007) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah: keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, keadaan lingkungan, dan tingkat religiusitas serta kebudayaan. Penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor. Schneiders (dalam Chairunnisa, 2015) menyebutkan bahwa kondisi psikologis merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dan bentuk dari kondisi psikologis itu sendiri salah satunya adalah efikasi diri. Efikasi diri merupakan keyakinan inidivu terhadap kemampuannya dalam menguasai situasi dan memproduksi hasil positif (Bandura dalam Santrock, 2008).

Baron dan Byrne (2003) membagi efikasi diri kedalam tiga dimensi yaitu efikasi diri sosial, efikasi pengaturan diri, dan efikasi diri akademik. Efikasi diri akademik diartikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengerjakan tugas, untuk mengatur aktivitas belajarnya sendiri, untuk mewujudkan harapan akademik baik harapan akademik dari diri sendiri maupun dari orang lain. Mahasiswa yang mengataur pembelajarannya sendiri menentukan target yang menantang dan menggunakan strategi yang tepat untuk mencapainya. Mereka berusaha keras, bertahan di hadapan kesulitan, dan mencari bantuan jika memang diperlukan. Sedangkan mahasiswa yang tidak yakin akan kemampuan mereka untuk sukses cenderung menjadi frustrasi dan tertekan, begitu juga dengan perasaan yang membuat kesuksesan semakin sulit untuk dicapai.

Menurut Bandura (dalam Papalia, Olds & Feldman, 2008) mahasiswa dengan tingkat kecakapan diri yang tinggi yakin bahwa mereka dapat menguasai materi akademis dan mengatur pembelajaran mereka sendiri. Selain itu, mereka juga memiliki kecenderungan lebih besar mencoba berprestasi dan lebih cenderung sukses dibandingkan mahasiswa yang tidak yakin dengan kemampuannya sendiri. Menurut Fatimah (2006), proses penyesuaian diri sangat dipengaruhi oleh factor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik internal maupun eksternal. faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yang terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor internal

1. Motif, merupakan dorongan-dorongan sosial seperti dorongan untuk berprestasi, dorongan untuk menjadi lebih unggul didalam lingkungan, dorongan untuk bersosialisasi.
2. Efikasi diri (*Self efficacy*), merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menguasai situasi dan memproduksi hasil positif). Selain itu, Schneiders (1964) menyebutkan bahwa kondisi psikologis merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dan bentuk dari kondisi psikologis itu sendiri.
3. Persepsi, adalah proses pengamatan dan penilaian melalui kognitif maupun afeksi individu terhadap objek, peristiwa dalam pembentukan konsep baru.
4. Sikap, merupakan kesiapan atau kesediaan individu untuk bertindak. Individu dengan sikap yang baik cenderung lebih mudah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dibandingkan dengan individu yang memiliki sikap tidak baik.
5. Intelegensi dan minat, intelegensi sebagai langkah awal dalam berinteraksi atau proses penyesuaian diri, dengan intelegensi individu dapat menganalisis dan menalar, selain itu dengan adanya minat terhadap sesuatu akan membatu mempercepat proses penyesuaian diri individu.
6. Kepribadian, prinsipnya individu yang memiliki kepribadian ekstrovert cenderung mudah menyesuaikan diri dibandingkan dengan individu yang memiliki kepribadian introvert.

b. Faktor eksternal

1). Keluarga

Keluarga merupakan pintu awal individu dalam belajar berinteraksi dengan individu lainnya. Pada dasarnya pola asuh akan menentukan kemampuan penyesuaian diri individu, keluarga yang menganut pola asuh demokrasi akan memberikan kesempatan lebih kepada individu untuk berproses dalam penyesuaian diri secara lebih baik.

2). Kondisi kampus

Kampus dengan lingkungan kondusif akan sangat mendukung individu agar dapat bertindak dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungannya secara selaras.

3). Kelompok Sebaya

Kelompok sebaya akan mempengaruhi proses penyesuaian diri individu, kelompok sebaya dapat menjadi sarana yang baik dalam proses penyesuaian diri. Namun, ada juga yang sebaliknya sebagai penghambat proses penyesuaian diri individu.

4). Prasangka Sosial

Prasangka sosial akan menghambat proses penyesuaian diri individu apabila masyarakat memberikan label yang negatif kepada individu seperti nakal, suka melanggar peraturan, menentang orang tua dan sebagainya.

5). Hukum dan Norma

Hukum dan norma akan membentuk penyesuaian diri yang baik, apabila masyarakat konsekuen dalam menegakkan hukum dan norma yang berlaku di dalam masyarakat.

Berdasarkan factor-faktor diatas penyesuaian diri memiliki beberapa poin yang mempengaruhi terjadinya penyesuaian diri seseorang. Dalam penjelasan diatas dijelaskan bahwa factor terbagi atas dua yaitu factor internal dan eksternal yang dapat menentukan penyesuaian diri seseorang baik atau tidak.

Hurlock (2008) mengemukakan faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri individu di sekolah atau kampus, yaitu:

1). Teman-teman sebaya.

Individu dengan teman-teman sebayanya mulai belajar bahwa standar perilaku yang dipelajari mereka di rumah sama dengan standar teman dan beberapa yang lain berbeda. Oleh karena itu, individu akan belajar tentang apa yang dianggap sebagai perilaku yang dapat diterima dan apa yang dianggap sebagai perilaku yang tidak dapat diterima.

2). Guru atau Dosen.

Secara langsung guru atau dosen dapat memengaruhi konsep diri individu dengan sikap terhadap tugas-tugas pelajaran serta perhatian terhadap siswa atau mahasiswa. Guru atau dosen yang memiliki penyesuaian diri baik biasanya penuh kehangatan dan bersikap menerima siswa atau mahasiswa.

3). Peraturan kampus.

Peraturan kampus memperkenalkan pada individu perilaku yang disetujui dan perilaku yang tidak disetujui oleh anggota kelompok tempat individu belajar, apa yang dianggap salah dan benar oleh kelompok sosial.

Dari penjelasan diatas penulis menyimpulkan bahwa faktor-faktor penyesuaian diri yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah; faktor internal yang meliputi motivasi berprestasi dan motivasi bersosialisasi, konsep diri, persepsi, sikap, intelegensi, minat serta kepribadian. Faktor eksternal hal ini berkaitan dengan keluarga, kelompok sebaya, kondisi sekolah.

3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Ruyon dan Haber (Artha & Supriyadi, 2013) antara lain yaitu; persepsi terhadap realitas, kemampuan mengatasi stress dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, dan hubungan interpersonal yang baik.

Menurut Baker & Siryk (dalam Splichal, 2009) mengungkapkan bahwa ada empat aspek yaitu :

1) *Academic Adjustment* (penyesuaian akademik)

Penyesuaian akademik adalah kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan kampus dan mencapai tingkat kepuasan pada prestasi akademiknya. Indikator penyesuaian diri akademik adalah mahasiswa mampu mengaplikasikan motivasi akademik meskipun pada saat pandemik ia tetap akan berusaha mengarahkan prilakunya dengan baik, serta akan berusaha untuk mencapai prestasi akademik yang baik, dan mampu mengatasi tuntutan akademik.

2) *Social Adjustment* (akademik sosial)

Penyesuaian social adalah kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan atau dengan lingkungan sekitarnya dan atau kemampuan individu untuk mengelola dan mengatasi tuntutan sosial-interpersoanal terkait dengan pengalaman di perguruan tinggi. Indikator dalam hal ini mahasiswa yang memiliki akademik social yang baik meskipun dalam situasi pandemic ia akan mampu menyesuaikan diri dengan baik, seperti mahasiswa ikut serta dalam kegiatan-kegiatan kampus misalnya mengikuti seminar melalui daring dan kegiatan lainnya, mampu beradaptasi dengan lingkungan yang baru seperti teman-teman, dosen dan peraturan akademik yang ada serta mampu mengatasi perubahan lingkungan social seperti peraturan-peraturan yang ada.

3) *Emotional Adjustment* (penyesuaian emosional)

Penyesuaian emosional adalah kemampuan mahasiswa terhadap masalah emosional dan masalah fisik yang dihadapi sebagai mahasiswa baru. Dimensi ini memiliki tiga indikator, yaitu mahasiswa mampu mengontrol emosi dengan baik dalam situasi pandemic mahasiswa tetap dapat mengontrol emosi dengan baik seperti menyelesaikan tugas yang diberikan dengan tenang, memiliki persepsi yang positif terhadap tuntutan di perguruan tinggi seperti mahasiswa akan berfikir bahwa ia akan mampu dalam tugas-tugas yang diberikan meskipun tugas yang diberikan melalui pembelajaran daring atau melakukan tugas kelompok secara daring, dan memiliki kondisi fisik yang baik seperti waktu tidur yang baik dan sebagainya.

4) *Attachment* (kelekatan)

Attachment adalah kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan kelekatan antar dirinya dengan lingkungan sekitar dan kegiatan kampus yang dijalani yang berpengaruh terhadap keputusan individu untuk melanjutkan sekolahnya, terutama pada kualitas hubungan atau ikatan yang terbentuk antara individu dan institusi. Indikator kelekatan pada institusi meliputi kepuasan terhadap fakultas atau program studi dan kepuasan terhadap status mahasiswa. Pada situasi pandemic mahasiswa yang memiliki kelekatan yang baik terhadap institusi kampus dan status mahasiswanya seperti ia akan selalu mengikuti dan mengetahui informasi yang ada di akademik dan menerima status kemahasiswaannya dengan tidak pindah ke universitas lainnya meskipun tidak bertatap muka.

Menurut Schneiders (dalam Ali dan Asrori, 2015) ada tiga aspek penyesuaian diri, yaitu:

a. Penyesuaian Diri sebagai Adaptasi (*adaptation*).

Penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi (*adaptation*). Padahal adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis, atau biologis. Misalnya, seseorang yang pindah tempat dari daerah panas ke daerah dingin harus beradaptasi dengan iklim yang berlaku di daerah dingin tersebut. Dengan demikian, dilihat dari sudut pandang ini, penyesuaian diri cenderung diartikan sebagai usaha mempertahankan diri secara fisik (*self-maintenance* atau *survival*). Oleh sebab itu, jika penyesuaian diri hanya diartikan sama dengan usaha mempertahankan diri maka hanya selaras dengan keadaan

fisik saja, bukan penyesuaian dalam arti psikologis. Akibatnya, adanya kompleksitas kepribadian individu serta adanya hubungan kepribadian individu dengan lingkungan menjadi terabaikan.

b. Penyesuaian Diri sebagai Bentuk Konformitas (*Conformity*).

Memaknai penyesuaian diri sebagai usaha konformitas, menyiratkan bahwa disana individu seakan-akan mendapat tekanan kuat untuk harus selalu mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional. Dalam sudut pandang ini, individu selalu diarahkan kepada tuntutan konformitas dan terancam akan tertolak dirinya manakala perilakunya tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

c. Penyesuaian Diri sebagai Usaha Penguasaan (*Mastery*)

Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan ialah kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respons dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan, dan frustrasi tidak terjadi. Dengan kata lain penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan penguasaan dalam mengembangkan diri sehingga dorongan, emosi, dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah. Hal itu juga berarti penguasaan dalam memiliki kekuatan-kekuatan terhadap lingkungan, yaitu kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan realitas berdasarkan cara-cara yang baik, akurat, sehat, dan mampu bekerja sama dengan orang lain secara efektif dan efisien, serta mampu memanipulasi faktor-faktor lingkungan sehingga penyesuaian diri dapat berlangsung dengan baik.

Berdasarkan beberapa aspek diatas mahasiswa menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi dan situasi yang ada di akademik dalam melakukan penyesuaian diri yang baik.

4 . Ciri-ciri Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri yang baik dapat terwujud apabila seseorang dapat mengenali dirinya sendiri dan bagaimana dia seharusnya berperilaku sesuai dengan lingkungannya. Seperti yang dikatakan oleh Zakiad Daradjat (dalam Angraini,2008) ciri-ciri penyesuaian diri yang baik adalah:

1. Tidak menunjukkan ketergantungan emosi
2. Mampu belajar dan cakap dalam bekerja
3. Dalam memberi keakraban dan bekerjasama dengan orang lain.
4. Empati dan penuh tanggung jawab
5. Punya tujuan yang terarah dan jelas
6. Bersikap realistis dan objektif
7. Memiliki pertimbangan jiwa dalam menghadapi bermacam halangan dan rintangan.

Penyesuaian diri yang efektif memiliki ciri-ciri yang mampu menyesuaikan diri dengan baik. Adapun ciri-ciri penyesuaian diri, yaitu memiliki persepsi yang akurat terhadap realita, kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stress dan kecemasan, mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya, kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan relasi interpersonal (Enung Fatimah, 2008) .

Mahasiswa yang tergolong mampu menyesuaikan diri secara positif memiliki karakteristik yang dimana ditandai tidak adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis, tidak frustrasi pribadi, memiliki pertimbangan rasional dan pengarahannya diri, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, bersikap realistis dan objektif.

Penyebab dari gagalnya penyesuaian diri berasal dari dalam diri seseorang itu sendiri seperti kurangnya pengenalan diri terhadap dirinya. Selain itu juga dapat berasal dari luar diri seseorang tersebut contohnya dari teman-temannya, lingkungan tempat dia belajar, dan sebagainya.

Berdasarkan uraian diatas mahasiswa yang memiliki ciri-ciri penyesuaian diri yang baik apabila ia mampu menguasai dirinya dan mengontrol dirinya dan ditandai tidak adanya gangguan apapun baik dari dalam diri maupun luar dirinya.

C. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Bandura (dalam Feist & Feist, 2009) menyatakan bahwa keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengontrol fungsi diri dan lingkungannya dinamakan efikasi diri. Menurut Bandura, (dalam Friedman & Schustack, 2006) efikasi diri menentukan apakah kita akan menunjukkan perilaku tertentu, sekuat apa kita dapat bertahan saat menghadapi kesulitan atau kegagalan, dan bagaimana kesuksesan atau

kegagalan dalam suatu tugas tertentu mempengaruhi perilaku kita di masa depan.

Bandura (dalam Yulia, 2010) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan tentang sejauhmana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas atau melakukan suatu tindakan yang diperlukan dalam mencapai hasil tertentu. Efikasi diri ini tidak berkaitan dengan kemampuan yang sebenarnya, melainkan berhubungan dengan keyakinan yang dimiliki individu atas kemampuan dirinya. Efikasi diri pada seseorang akan berbeda antara satu dengan yang lainnya berdasarkan dari tiga dimensi berikut, yaitu: dimensi tingkat (*level*), penguasaan (*generality*), dan tingkat kekuatan (*strength*) yang dimiliki setiap mahasiswa-mahasiswi.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan didalam diri seseorang akan kemampuan yang dimilikinya dalam menyelesaikan segala masalah dan tuntutan akademik dengan baik.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Menurut bandura (dalam Jess Feist & Feist 2010), Efikasi diri dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat hal, yaitu :

1. Pengalaman menguasai kemampuan.

Keberhasilan seseorang mengerjakan tugas yang sulit akan meningkatkan efikasi diri. Kesuksesan seseorang untuk menyelesaikan tugas seorang diri dari pada tugas berkelompok juga akan meningkatkan efikasi

seseorang. Sehingga individu akan lebih mudah dalam beradaptasi dengan lingkungan baru berdasarkan dari dorongan didalam diri individu.

2. *Social modeling* (pemodelan sosial)

Efikasi diri seseorang akan meningkat ketika mengobservasi keberhasilan orang lain yang memiliki kompetensi yang sama. Misalnya A dan B sama-sama memiliki kemampuan rata-rata dalam Matematika. Ketika A mengobservasi B yang memperoleh nilai 100 untuk Matematika, maka efikasi diri A akan naik dan memiliki keyakinan bahwa dirinya juga mampu mencapai nilai 100.

3. Persuasi sosial,

Persuasi dari orang lain bisa meningkatkan atau menurunkan efikasi seseorang dalam kondisi tertentu. Selain itu status dan otoritas seseorang turut mempengaruhi efikasi terhadap individu. Contohnya Psikoterapis yang memiliki kompetensi menyarankan treatment tertentu akan lebih di dengar dari pada saran sahabat yang tidak memiliki latar belakang Psikologi. Persuasi yang diterima Dumbo oleh Holt dan Milly membantunya untuk memiliki keyakinan ia dapat terbang tanpa bulu. Sehingga, mahasiswa baru akan lebih mudah menyesuaikan diri atas dorongan atau tuntutan yang mewajibkan mahasiswa itu sendiri untuk dapat menempatkan diri dilingkungan baru.

4. Kondisi fisik dan emosi.

Emosi yang intens dan kuat cenderung menurunkan kinerja seseorang, dibandingkan dengan kondisi emosi yang tidak terlalu intens/tegang. Gangguan fisik dan emosi yang tidak stabil akan

mempengaruhi individu dalam menyesuaikan diri yang dapat membuat individu tidak memiliki keyakinan akan dirinya dengan lingkungan baru dan orang-orang yang akan dijumpainya.

5. Penyesuaian diri

Penyesuaian diri terhadap efikasi diri akademik juga diperoleh, diperkuat atau diperlemah melalui penyesuaian diri. Dampak dari sumber ini terbatas, tetapi pada kondisi yang tepat penyesuaian diri seseorang dapat mempengaruhi efikasi diri.

Alwisol (2005) menyebutkan bahwa efikasi diri dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan melalui :

- a. Pengalaman performansi, merupakan prestasi yang pernah dicapai di masa lalu. Prestasi masa lalu yang bagus akan meningkatkan ekspektasi efikasi sedangkan kegagalan akan menurunkannya.
- b. Pengalaman vikarius, dapat diperoleh dari model sosial. Efikasi diri akademik akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi diri akademik akan menurun jika mengamati orang yang kemampuannya sama dengan dirinya ternyata gagal.
- c. Keadaan emosi mengikuti suatu kegiatan akan mempengaruhi efikasi dibidang kegiatan itu. Emosi yang kuat, takut, cemas, stres dapat mempengaruhi efikasi diri akademik.

Bandura (dalam Ghufro dan Risnawita, 2012) menyebutkan bahwa efikasi diri akademik dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat sumber informasi utama, yaitu pengalaman keberhasilan, pengamatan orang lain, persuasi verbal dan kondisi fisiologis.

a. Pengalaman keberhasilan.

Sumber informasi ini memberikan pengaruh besar pada efikasi diri akademik individu karena didasarkan pada pengalaman-pengalaman pribadi individu secara nyata yang berupa keberhasilan dan kegagalan. Pengalaman akan keberhasilan akan meningkatkan efikasi diri akademik pada individu sedangkan pengalaman kegagalan akan menurunkannya.

b. Pengamatan orang lain.

Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sebanding dalam mengerjakan suatu tugas yang sama akan meningkatkan efikasi diri akademik pada individu. Begitu pula sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan orang lain akan menurunkan penilaian individu mengenai kemampuannya dan individu akan mengurangi usaha yang dilakukan.

c. Persuasi verbal efikasi diri juga dapat diperoleh dan dilemahkan melalui persuasi verbal.

Pada persuasi verbal individu diarahkan dengan saran, nasehat dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimiliki yang dapat membantu mencapai tujuan yang diinginkan. Individu yang diyakinkan secara verbal cenderung akan berusaha lebih keras untuk mencapai suatu keberhasilan.

d. Kondisi fisiologis

Individu akan mendasarkan informasi mengenai kondisi fisiologis mereka untuk menilai kemampuan efikasi dirinya. Ketegangan fisik dalam situasi yang menekan dipandang individu sebagai suatu tanda ketidakmampuan karena hal itu dapat melemahkan performansi kerja individu. Berdasarkan faktor yang mempengaruhi efikasi diri seperti yang telah dijelaskan oleh tokoh di atas sangat mempengaruhi pertumbuhan dan kekuatan efikasi diri pada individu.

Berdasarkan factor-faktor diatas mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik di pengaruhi beberapa factor yang dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri dilingkungan baru serta berhadil atau tidaknya seseorang dalam menyesuaikan diri dengan baik.

3. Aspek-aspek Efikasi Diri

Zimmerman (dalam Sulistyawati, 2010) membagi efikasi diri menjadi tiga aspek, yaitu aspek *level*, *generality* dan *strength*.

a. *Level* (tingkatan)

Individu yang memiliki level yang tinggi merasa bahwa dirinya memiliki kemampuan menguasai permasalahan yang sulit, memiliki keyakinan dapat menyelesaikan akan semua tugas baik sulit atau sederhana, serta hasil yang akan dicapai. Sedangkan individu yang memiliki level yang rendah meyakini bahwa mereka hanya mampu menyelesaikan tugas-tugas yang sederhana serta tidak percaya akan hasil kemampuan yang dimilikinya.

b. *Generality* (penguasaan)

Individu dengan efikasi diri tinggi merasa bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk dapat bertindak dalam situasi apapun, mampu memecahkan masalah yang ada serta tuntutan tugas yang diberikan. Sedangkan individu dengan efikasi diri rendah merasa bahwa dirinya hanya memiliki kemampuan untuk bertindak pada situasi yang terbatas.

c. *Strength* (kekuatan)

Individu dengan kekuatan efikasi diri yang tinggi sangat yakin akan kemampuan dirinya, mereka akan bertahan dalam usaha menghadapi masalah yang sulit, mampu menyelesaikan masalah yang penuh rintangan, dan ketekunan yang besar akan berhasil dalam melakukan tugasnya, sebaliknya mereka yang memiliki kekuatan efikasi diri yang rendah akan merasa bahwa kemampuannya lemah dan akan mudah terguncang apabila menghadapi rintangan dalam melakukan tugasnya.

Sedangkan menurut Bandura (Adicondro & Purnamasari, 2011) mengemukakan beberapa aspek dari efikasi diri, yaitu *magnitude*(besarnya), *strength* (kekuatan) dan *generality* (penguasaan).

a. *Magnitude* (besarnya)

Berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Individu yang memiliki *magnitude* yang tinggi merasa bahwa memiliki kemampuan menguasai permasalahan yang sulit, sedangkan individu yang memiliki *magnitude* rendah

meyakini bahwa mereka hanya mampu menyelesaikan tugas-tugas yang sederhana.

b. *Strength* (kekuatan)

Berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuan diri yang juga berkaitan langsung dengan *magnitude*, yaitu makin tinggi taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya. Individu dengan kekuatan efikasi diri yang tinggi sangat yakin akan kemampuan dirinya, individu akan bertahan dalam usaha menghadapi masalah yang sulit, mampu menyelesaikan masalah yang penuh rintangan, dan ketekunan yang besar akan berhasil dalam melakukan tugasnya. Sebaliknya, kekuatan efikasi diri yang rendah akan merasa bahwa kemampuannya lemah dan akan mudah terguncang apabila menghadapi rintangan dalam melakukan tugasnya.

c. *Generality* (penguasaan)

Berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin akan kemampuan dirinya. Entah itu terbatas pada suatu aktifitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktifitas dan situasi yang bervariasi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari efikasi diri adalah tingkatan (*level*), kekuatan (*strength*), dan generalisasi (*generality*) yang dimana dapat dilihat melalui aspek-aspek yang dimiliki seseorang dalam berperilaku atau bertindak dalam menyelesaikan masalah dan

tuntutan akademik seperti dalam mengerjakan tugas, melakukan presentasi dengan baik, mampu menyelesaikan masalah dan tuntutan lainnya.

4. Manfaat Efikasi Diri

Hasil penelitian Zimmerman (2000) menyatakan bahwa anak-anak yang memiliki efikasi yang tinggi akan lebih siap berpartisipasi, bekerja lebih keras, bertahan lebih lama dan memiliki reaksi emosional merugikan yang lebih sedikit dibandingkan mereka yang memiliki efikasi yang lebih rendah. Penelitian Bandura (1997) menyebutkan bahwa siswa yang memiliki efikasi yang lebih tinggi lebih bisa mengelola tuntutan akademik dan secara emosional akan memengaruhi dalam menurunkan kecemasan, stres dan depresi.

5. Meningkatkan Efikasi Diri

Nwiran (2018) memberikan beberapa cara untuk meningkatkan efikasi diri:

1. Mulai dari yang kecil.

Mulailah dengan membuat target yang lebih kecil, maka pencapaian tugas yang lebih kecil akan membantu untuk menjadi katalis pencapaian tugas yang lebih besar.

2. Mengamati orang lain.

Individu tidak hanya belajar dari pengalaman langsung tetapi juga dengan mengamati orang lain. Contohnya saat seseorang diberikan tugas yang belum pernah dilakukan sebelumnya, belajarlah dengan mengamati dan bertanyalah pada orang lain yang pernah mengerjakan tugas tersebut, termasuk pelajari pula kegagalan yang pernah mereka alami.

3. Melihat ke belakang.

Salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan efikasi adalah dengan melihat pada pencapaian yang pernah diraih sebelumnya. Keahlian dan hal yang telah dipelajari sebelumnya akan membantu dalam mengerjakan tugas pada saat ini.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan dalam meningkatkan efikasi diri yang baik untuk melakukan penyesuaian diri dengan memulai hal yang kecil, mengamati orang lain dan melihat kebelakang sebagai pengalaman menuju ke arah lebih baik.

6. Sumber-sumber Efikasi Diri

Efikasi diri adalah stimulasi atau kejadian yang dapat memberikan inspirasi atau pembangkit positif untuk berusaha menyelesaikan tugas atau masalah yang dihadapi Bandura (dalam Lazarus,1980). Menurut Bandura (1997), ada 4 sumber informasi yang digunakan untuk membentuk, meningkatkan, atau mengurangi efikasi diri individu. Keempat sumber tersebut antara lain:

1. Pengalaman merasakan penguasaan (*enactive mastery experiences*)

Sumber efikasi diri yang pertama dan paling berpengaruh adalah pengalaman menguasai sesuatu di masa lalu. Pengalaman keberhasilan menyelesaikan tugas dengan baik membentuk pengalaman sukses dan meningkatkan ekspektasi mengenai kemampuan individu. Selain itu, tugas yang dapat diselesaikan dengan baik oleh diri sendiri akan lebih efektif untuk membentuk atau meningkatkan efikasi diri daripada tugas yang berhasil diselesaikan dengan bantuan orang lain (*Feist dan Feist, 2010*).

2. Pengalaman yang dialami orang lain (*vicarious experiences*)

Selain informasi yang berasal dari pengalaman diri sendiri, efikasi diri dapat bersumber dari pengalaman orang lain. Kesetaraan atau kemiripan kompetensi merupakan faktor yang memengaruhi individu untuk melakukan modeling. Efikasi diri akan meningkat ketika individu melihat orang lain mengalami keberhasilan. Ia akan termotivasi dan mereplikasi usaha serta strategi yang digunakan.

3. Persuasi verbal (*verbal persuasion*)

Efikasi diri juga dapat dipengaruhi oleh persuasi verbal. Persuasi verbal merupakan umpan balik yang didapatkan dari individu lain tentang kemampuan tertentu (Versland, 2015). Persuasi verbal paling efektif saat dikombinasikan dengan performa yang sukses. Selain itu, Bandura (1986) berhipotesis bahwa persuasi verbal juga lebih efektif jika pihak yang memberikan persuasi memiliki status atau otoritas di bidang tertentu sehingga individu menjadi lebih percaya (dalam Feist dan Feist, 2010).

4. Kondisi fisiologis dan emosional (*physiological state/emotional arousal*)

Keadaan fisiologis dan emosional dapat berpengaruh pada efikasi diri individu. Situasi yang menekan umumnya memunculkan gejala emosional atau kondisi fisiologis tertentu yang dapat menjadi sumber informasi mengenai kompetensi seseorang yang pada akhirnya membentuk efikasi diri. Sumber efikasi diri yang diperoleh dari kondisi emosional berkaitan dengan situasi penuh tekanan atau tidak. Menurut Schunk dan Pajares (2009), salah satu cara untuk meningkatkan efikasi diri adalah dengan meningkatkan kesejahteraan fisik dan emosional dan mengurangi emosi negatif. Individu

memiliki kemampuan untuk mengubah pikiran dan perasaan mereka sehingga meningkatkan efikasi diri dan memengaruhi keadaan fisiologis mereka.

7. Efikasi Diri Dalam Perguruan Tinggi/Akademik

Efikasi diri akademik yang didefinisikan oleh Baron dan Byrne (2004) adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengerjakan tugas, untuk mengatur aktivitas belajarnya sendiri, untuk mewujudkan harapan akademik baik harapan akademik dari diri sendiri maupun dari orang lain. Efikasi diri akademik diartikan sebagai keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya untuk melaksanakan dan mengorganisasikan suatu kegiatan tertentu dengan baik.

Mahasiswa yang memiliki efikasi diri akademik yang baik akan lebih mungkin untuk terlibat dalam kegiatan akademik dan merasa yakin bahwa individu mampu sukses menjalaninya. Selain itu individu juga akan berani dalam menetapkan target pencapaian yang tinggi. Efikasi diri akademik pada mahasiswa akan mempengaruhi pemilihan aktivitas, tujuan, dan usaha serta persistensi individu dalam aktivitas-aktivitas kelas (Schunk & Pajares, 2001). Rendahnya efikasi diri akademik juga dapat menyebabkan individu putus sekolah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Peguero dan Shaffer (2014), efikasi diri akademik dapat memfasilitasi kemajuan pendidikan dan meminimalkan risiko putus sekolah pada remaja.

Efikasi diri akademik dapat memfasilitasi kemajuan pendidikan serta meminimalkan risiko putus sekolah pada remaja. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik juga dapat dibuktikan dengan prestasi akademiknya. Hal ini dapat diukur melalui Indeks Prestasi (IP) maupun Indeks Prestasi Kumulatif

(IPK) serta ketepatan waktu dalam menyelesaikan pendidikan. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa prestasi akademik merupakan indikator dari penguasaan bahan kuliah yang telah dicapai mahasiswa, dan nilai (IP/IPK) dapat dijadikan tolok ukur hasil pembelajaran terakhir dari penguasaan berbagai mata kuliah tersebut di perguruan tinggi.

Efikasi diri yang dibutuhkan mahasiswa tahun pertama dapat dikelompokkan ke dalam dua konteks. Pada penelitian ini, peneliti membagi efikasi diri ke dalam dua konteks tersebut, yaitu:

1. Efikasi diri akademik

Efikasi diri akademik adalah keyakinan individu pada kemampuannya untuk melaksanakan suatu tindakan guna menghadapi situasi atau tugas akademik. (Chemers, Hu, & Garcia, 2001; Drago, Rheinheimer, & Detweiler, 2016; Gore, 2006; Minter & Pritzker, 2015; Putwain, Sander, Larkin, 2012; Ramos-Sánchez & Nichols, 2007; Satici & Can, 2016; Schunk & Pajares, 2001, 2009) Indikator efikasi diri akademik, yaitu:

- a. Memiliki keyakinan dalam proses pemenuhan tugas-tugas akademik.
- b. Memiliki keyakinan terkait hasil akademik yang dapat dicapai.

2. Efikasi diri sosial

Efikasi diri sosial adalah keyakinan individu pada kemampuannya untuk melaksanakan suatu tindakan guna menghadapi situasi atau tugas sosial. (Meng, Huang & Fan, 2015; Minter & Pritzker, 2015; Ramos-Sánchez & Nichols, 2007; Patrick, Hicks, & Ryan, 1997; Wright, Wright, & Jenkins, 2013). Indikator efikasi diri sosial, yaitu:

- a. Memiliki keyakinan dalam proses pemenuhan tugas/situasi social.
- b. Memiliki keyakinan terkait hubungan interpersonal yang dimiliki.

Efikasi diri bukan merupakan konsep global seperti harga diri atau kepercayaan diri, namun bervariasi dari satu situasi ke situasi lain (Feist & Feist, 2010). Individu dapat memiliki efikasi diri akademik yang tinggi namun kurang memiliki efikasi diri sosial, begitu juga sebaliknya. Oleh karena itu, efikasi diri dapat dikatakan bersifat multidimensional.

D. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri

Bandura (dalam Rasit, Rosmawati Mohd., dkk 2015) menjelaskan mengenai konsep *reciprocal determinism* (determinisme timbal balik). *Reciprocal determinism* (determinisme timbal balik) dapat menjelaskan mengenai perilaku mahasiswa baru dalam bentuk timbal balik yang terus menerus antara faktor kognitif, perilaku, dan lingkungan. Mahasiswa baru dapat menentukan perilakunya dengan mengontrol kekuatan lingkungan, tetapi juga dapat dikontrol oleh kekuatan lingkungan. Faktor kognisi berperan dalam menentukan tingkat efikasi diri dan bentuk perilaku mahasiswa baru dalam mengendalikan lingkungan kampus. Demikian pula dengan lingkungan kampus yang juga memiliki pengaruh pada pembentukan perilaku penyesuaian diri mahasiswa baru di lingkungan kampus.

Mahasiswa secara umum adalah orang yang belajar di perguruan tinggi yang dimana memiliki karakteristik perkembangan mahasiswa tahun pertama rata-rata memiliki rentang usia antara 18-25 tahun berada didalam tahap perkembangan *emerging adulthood* (tumbuh dewasa). Seorang mahasiswa memiliki tugas dan kewajiban sebagai mahasiswa, yang dimana

tugas utamanya yaitu belajar seperti membuat tugas, membaca buku, membuat makalah, presentasi, diskusi, hadir ke seminar, dan kegiatan-kegiatan lainnya yang bercorak kekampusan. Dan yang menjadi kewajiban mahasiswa ialah bertaqwa dan berahlak mulia, mematuhi semua peraturan kampus, mengikuti sarana dan prasarana, terlibat aktif dalam kegiatan kemahasiswaan dan sebagainya.

Dalam proses penyesuaian diri pada mahasiswa baru tidak hanya faktor eksternal saja yang dapat mempengaruhi santri baru untuk berhasil dalam mencapai kebutuhan dan keselarasan. Melainkan juga terdapat faktor internal yaitu efikasi diri, berupa keyakinan dalam diri mahasiswa baru untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan kampus. Bandura meletakkan penekanan tertentu pada peran yang dimainkan oleh efikasi diri, kepercayaan mengenai kapabilitas personal seseorang. Efikasi diri mendasari keyakinan seseorang akan kemampuan mereka untuk melakukan perilaku tertentu atau memberikan hasil yang diharapkan (Feldman, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Hartina dan Mudjiran (2018) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara *self-efficacy* (efikasi diri) terhadap penyesuaian akademik pada mahasiswa tingkat pertama jurusan psikologi UNP. Artinya, semakin tinggi *self-efficacy* (efikasi diri) maka semakin tinggi pula penyesuaian akademik. sebaliknya, semakin negatif *self-efficacy* (efikasi diri) maka semakin rendah pula penyesuaian akademik. Menurut Wijaya dan Pratitis (2012) mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dilingkungan perkuliahan dengan baik akan mengetahui

seberapa besar potensi yang dimiliki, mampu mengontrol emosi, membangun hubungan yang baik dengan orang lain.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Intan dan Niken (2012) Kemampuan penyesuaian diri mahasiswa pada perkuliahan di Universitas Nusantara PGRI Kediri mencapai hasil yang baik, hanya saja kesulitan yang dihadapi adalah lebih disebabkan oleh sistem pengajaran dan tingkat kesulitan materi perkuliahan. Hal ini juga dapat disebabkan karena mahasiswa berasal dari SMA yang beragam dan sebagian ada yang berasal dari luar kota. Oleh karena itu, perbedaan standart pendidikan masing-masing SMA asal dapat membuat mahasiswa diharuskan kerja keras untuk mengikuti tuntutan pendidikan perkuliahan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wijaya (2015) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penyesuaian diri dengan kemandirian. Jika individu tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, maka kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan individu dalam berkomunikasi yang kurang baik, penyesuaian diri terhadap lingkungan baru yang lambat, tidak bisa jauh dari orangtua, sulit untuk mandiri, tidak aktif ketika berada di dalam kelas serta tidak mudah untuk bergaul dengan teman baru. Penelitian tersebut menunjukkan penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa tidaklah mudah. Mahasiswa dihadapkan dengan lingkungan kampus yang berbeda dengan lingkungan sekolah pada umumnya menuntut mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dengan berbagai macam latar belakang yang berbeda, baik lingkungan sosial maupun lingkungan fisik.

Penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2016) menunjukkan bahwa individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik akan lebih mudah dalam bergaul sehingga dapat terbuka dengan lingkungan yang baru. Mahasiswa akan memasuki lingkungan baru, yaitu lingkungan perguruan tinggi. Transisi ke lingkungan perguruan tinggi melibatkan banyak perubahan dan tantangan yang lebih besar bagi mahasiswa baru. Gunarsa (2001) mengemukakan bahwa perubahan yang terjadi pada masa awal perkuliahan disebabkan oleh adanya beberapa perbedaan sifat pendidikan yang diterapkan di SMA dan perguruan tinggi, seperti perbedaan kurikulum, sistem pengajaran, kedisiplinan, serta hubungan antara mahasiswa dan dosen.

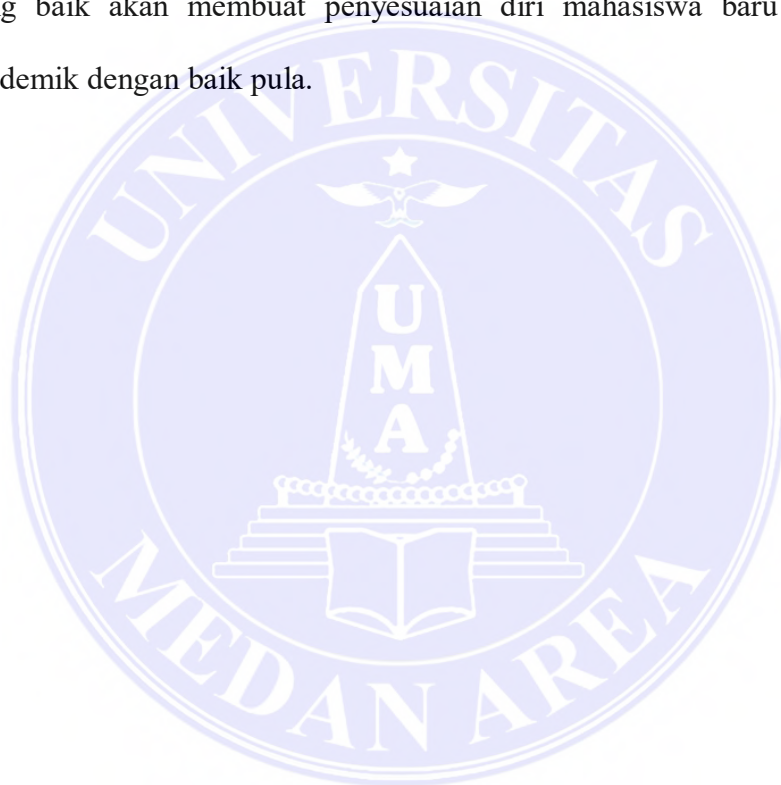
Schneiders (2015) mengemukakan bahwa faktor yang dapat memengaruhi proses penyesuaian diri adalah kondisi fisik, kepribadian, proses belajar, lingkungan dan agama atau budaya. Salah satu faktor penting dalam proses penyesuaian diri adalah faktor kepribadian, bentuk dari kepribadian salah satunya adalah efikasi diri. Efikasi diri menurut Bandura (dalam Myers 2012) adalah perasaan akan kemampuan individu dalam mengerjakan suatu tugas. Keyakinan dari dalam diri individu di bidang akademik akan mengarahkan tindakan untuk dapat menyelesaikan tugas akademik secara efektif sehingga waktu yang dimiliki oleh mahasiswa akan digunakan sebaik mungkin agar dapat meraih prestasi akademik dan tekun. Efikasi diri akademik adalah keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu untuk melakukan tugas akademik yang diberikan dan dapat menandakan level kemampuan dirinya tersebut (Baron dan Byrne, 2004). Efikasi diri akademik apabila disertai dengan tujuan yang spesifik dan pemahaman mengenai

prestasi akademik akan menjadi penentu suksesnya akademik (Bandura dalam Alwisol, 2008). Efikasi diri akademik dapat menjadi suatu sumber daya yang sangat penting bagi pengembangan diri melalui pilihan aktivitas dalam gambaran pemahaman ini (Schunk dalam Santrock, 2008).

Penelitian juga dilakukan oleh Clara pada tahun 2017 tentang hubungan antara efikasi diri dan penyesuaian diri diperguruan tinggi pada mahasiswa tahun pertama Universitas Sanata Dharma. Yang mana hasil dalam penelitian ini adalah sebagian besar mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat efikasi diri akademik, efikasi diri sosial, dan penyesuaian diri di perguruan tinggi tergolong baik atau tinggi. Dalam penelitiannya disimpulkan bahwa efikasi diri akademik dan sosial memiliki hubungan dengan penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa angkatan pertama. Hubungan positif dan signifikan ini mengindikasikan semakin tinggi efikasi diri akademik dan efikasi diri sosial yang dimiliki mahasiswa tahun pertama maka semakin tinggi atau semakin baik pula penyesuaian dirinya, begitu pula sebaliknya.

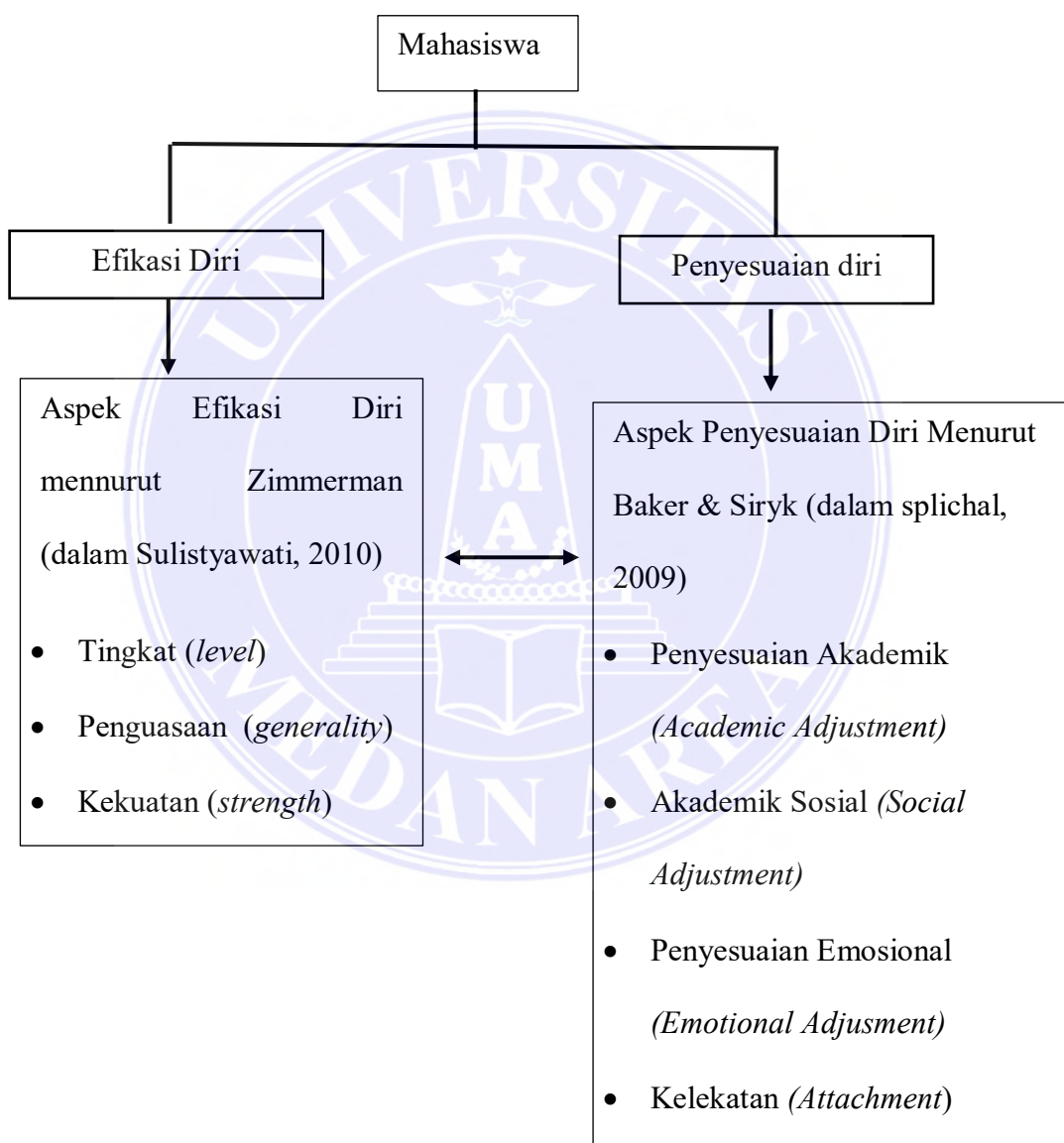
Didalam jurnal Adelina Rahmawati yang diterbitkan tahun 2015, terkait hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri yang dimana menjelaskan dalam penyesuaian diri pada santri baru tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal tetapi faktor internal yaitu efikasi diri, berupa keyakinan dalam diri santri baru untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan pesantren.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan dengan penyesuaian diri. Efikasi diri dalam akademik merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan menyelesaikan tuntutan akademik didasarkan kesadaran diri pentingnya pendidikan, nilai dan harapan pada hasil yang akan dicapai kegiatan belajar dan penyesuain diri yang baik. Sehingga mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik akan membuat penyesuaian diri mahasiswa baru dilingkungan akademik dengan baik pula.



E. Kerangka Konseptual

Berikut kerangka konseptual terkait hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru.



F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ialah ada hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru dengan asumsi semakin baik Efikasi diri maka akan semakin baik pula penyesuaian dirinya. Begitu juga sebaliknya semakin buruk efikasi dirinya maka akan semakin buruk pula penyesuaian dirinya.



BAB III

METODE PENELITIAN

B.12.1 Tipe Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Sugiyono (2015) mengatakan penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang dilandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistic, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan.

B.12.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

Variabel Bebas: Efikasi Diri (X)

Variabel Terikat: Penyesuaian Diri (Y)

B.12.3 Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Defenisi operasional variabel dalam penelitian bertujuan untuk mengarahkan variabel penelitian agar sesuai dengan metode pengukuran yang akan dirumuskan nantinya. Adapun defenisi variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah respon individu dalam mengatasi berbagai tuntutan terkait perubahan yang terjadi di lingkungan untuk mencapai keselarasan dimana setiap individu memiliki penyesuaian akademik, akademik social, penyesuaian emosional dan kelekatan serta mencapai harmoni pada diri sendiri dan lingkungannya.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan yang diperlukan dalam mencapai hasil tertentu dengan adanya level (tingkat), *generality* (penguasaan) dan *strength* (kekuatan) yang dimiliki mahasiswa dalam menghadapi maupun menyelesaikan masalah yang ada.

B.12.4 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa baru fakultas psikologi stambuk 2020 yang berjumlah 344 mahasiswa di Universitas Medan Area baik laki-laki maupun perempuan.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono,2010). Teknik dalam pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yang dimana teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini yang menjadi sampel yaitu mahasiswa yang memenuhi kriteria tertentu. Adapun kriteria yang dijadikan sebagai sampel penelitian yaitu:

1. Mahasiswa merupakan mahasiswa di Universitas Medan Area dan mengambil jurusan/ fakultas psikologi.
2. Merupakan mahasiswa baru (stambuk 2020)
3. Mahasiswa kampus 1 kelas A1,A2 dan A3.

Dari pertimbangan tersebut maka sampel yang diambil sebanyak 68 mahasiswa baik laki-laki maupun perempuan yang berada di kampus 1, hal tersebut dikarenakan jumlah sampel di kampus 1 sudah memenuhi syarat pengambilan sampel, semua mahasiswa merupakan mahasiswa pagi (tidak ada mahasiswa malam atau yang sedang bekerja) dan merupakan mahasiswa yang sedang melakukan penyesuaian diri di akademik.

B.12.5 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan untuk mengungkap hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri yang dimana dalam penelitian ini

diungkapkan menggunakan skala ukur. Skala ukur yang digunakan penelitian ialah skala likert yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. (Sugiyono, 2014).

Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Dalam skala likert disusun dari dua kategori item, yaitu item yang mendukung (*favourable*) dan item yang tidak mendukung (*unfavourable*) serta menyediakan 4 alternatif jawaban yang terdiri dari sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Pemberian skor untuk ini *favourable* yaitu: SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1, sedangkan bobot penilaian untuk pernyataan *unfavourable* yaitu: SS= 1, S= 2, TS= 3, STS = 4. Alasan peneliti menggunakan skala ini karena akan memberikan kemudahan kepada responden dalam memberikan jawaban, praktis dan dapat mengimbangi keterbatasan biaya dan waktu peneliti. (Sugiyono, 2010).

1. Skala penyesuaian diri disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri menurut Baker & siryk (dalam splichal, 2009) yaitu; *Academic Adjustment* (penyesuaian akademik), *Social Adjustment* (akademik sosial), *Emotional Adjusment* (penyesuaian emosional), *Attachment* (kelekatan).

2. Skala efikasi diri disusun berdasarkan dimensi efikasi diri menurut Zimmerman (Sulistyawati, 2010), yaitu tingkat kesulitan (*level*), penguasaan terhadap materi (*generality*), tingkat kekuatan (*strength*).

B.12.6 Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis Product Moment, teknik ini dapat digunakan oleh peneliti untuk menjelaskan keeratan hubungan antar dua variable, Hadi(2000) dengan tujuan utama penelitian ini melihat apakah ada hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru fakultas psikologi di UMA. Peneliti juga melakukan uji coba *try out*. *Try out* adalah Ketika data yang kita ambil untuk menguji validitas dan reabilitas instrument juga digunakan sebagai data penelitian, Prof. Sutrisno Hadi. Analisis data menggunakan bantuan paket statistik SPSS.

Sebelum data dianalisis dengan teknik korelasi Product Moment, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi :

1. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian setiap masing-masing variable telah menyebar secara normal.
2. Uji Linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan variabel terkait.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Bagian pertama akan dijabarkan simpulan dari penelitian ini dan pada bagian berikutnya akan dikemukakan saran-saran yang dapat digunakan bagi para pihak terkait.

B. 13.1 SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan metode Product Moment, maka hal-hal yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil korelasi Pearson Product Moment diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara Efikasi Diri dan penyesuaian diri pada mahasiswa-mahasiswi baru fakultas psikologi di UMA. Korelasi positif dan signifikan antara Efikasi Diri dan penyesuaian diri dapat dilihat dari nilai koefisien $r_{xy} = 0,575$, dengan Signifikan $p = 0,000 < 0,05$, artinya semakin baik efikasi diri yang dimiliki mahasiswa-mahasiswi baru maka semakin baik pula penyesuaian diri yang dimiliki mahasiswa-mahasiswi baru fakultas psikologi di UMA.
2. Pada penelitian ini efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 33,1% kepada penyesuaian diri dan selebihnya 66,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti motif persepsi, sikap, intelegensi dan faktor eksternal lainnya.

3. Para mahasiswa-mahasiswi baru di Universitas Medan Area memiliki nilai rata-rata 103,26 dengan tingkat Efikasi Diri dalam kategori normal dan Penyesuaian Diri memiliki nilai rata-rata 123,41 dengan tingkat Penyesuaian Diri yaitu masuk ke dalam kategori normal.

B.13.2 SARAN

Hasil kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

1. Saran Kepada Subjek Penelitian

Disarankan kepada mahasiswa-mahasiswi baru yang menjalani pendidikan di perguruan tinggi untuk tetap percaya akan kemampuan diri yang dimiliki, mau membuka diri untuk berinteraksi dengan mahasiswa-mahasiswi baru serta percaya diri untuk berani berargumentasi dan berinteraksi dengan para dosen maupun petugas-petugas kampus. Sehingga mampu menyesuaikan diri di lingkungan yang baru dengan baik.

2. Saran Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Menyikapi pentingnya efikasi diri pada setiap mahasiswa-mahasiswi baru dalam penyesuaian diri di lingkungan baru akademik, maka disarankan kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area agar turut membantu dan lebih memperhatikan lagi mahasiswa-mahasiswi yang memiliki penyesuaian diri yang rendah serta keyakinan diri yang rendah dengan cara memberikan sistem pembelajaran yang tepat, menyediakan fasilitas-fasilitas yang dibutuhkan, memberikan training (pelatihan) meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa

baru seperti mahasiswa diajak berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan kampus, melaksanakan diskusi didalam kelas atau organisasi, memberikan informasi mengenai peraturan-peraturan kampus, mengadakan tanya jawab dan saling berbagi pengalaman antar mahasiswa, sehingga dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik dilingkungan akademik.

3. Saran Kepada Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya untuk turut memperhatikan tentang efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa-mahasiswi baru di UMA dengan melakukan penelitian secara langsung agar hasilnya maksimal sehingga mahasiswa tidak menjawab kuesioner asal-asalan dan dapat memberikan hasil yang akurat dan baik, serta dapat melakukan penelitian selanjutnya terkait faktor-faktor lain yang tidak diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyani, F. K. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Pandti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1 (1), 21 -31.
- Alma, B. 2002. *Kewirausahaan*. Bandung: Alfabeta
- Arnett, J. J. (2000). *Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties*. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. New York: Oxford University Press.
- Artha, Ni Made Wahyu Indrayani,. Supriyadi. (2013). Hubungan Antara Kecerasan Emosi dan *Self Efficacy* Dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Udayana*. Vol, 1. No. 1, 190-202
- Bandura, A. (1994). *Self efficacy*. In *V.S.Ramachaudran (Ed), Encyclopedia of human behavior (vol.4,pp.71-81)*. New York: Academic press,(Reprinted in H. Frieman (Ed),*Encyclopedia of mental helt*. San Diego: Academic press,1998).
- Baron & Byrne. (2003). *Psikologi sosial (jilid 1, edisi 10)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Baron, Robert A & Byrne, Donn. (2004-2005). *Psikologi sosial(Jilid 1& 2 Edisi Kesepuluh)*.(Alih bahasa: Dra. Ratna Djuwita). Jakarta: Erlangga.
- Calhoun, J.F dan Acocella, J.R. 1990.*Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*.(Terjemahan oleh Satmoko).Semarang :IKIP Semarang Press.
- Chairunnisa, H. 2015. Hubungan *Locus of Control* dengan Penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat pertama di Universitas Sumatera Utara. Skripsi. Universitas Sumatera Utara.
- Clara, D,P. 2017. Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Penyesuaian Diri Di Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Snata Dharma. *Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*.
- Fatimah. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Cetakan ke III. Bandung: Pustaka Setia
- Feist, J & Feist, G. J. (2009). *Teori Kepribadian*, edisi 7. Jakarta: Salemba Humanik
- Feist, J. & Gregory J. Feist. 2008. *Theories of Personality (Edisi Keenam)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian (Theory of Personality)*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Feldman, Robert S. (2012). *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Feldman, Robert S.(2012).*Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*. Jakarta: Salemba Humanika
- Ghufron, M. N. & S, R. Risnawati. 2011. *Teori-teori Pskologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Ghufron, M. N. (2017). *Penyesuaian Akademik Tahun Pertama Ditinjau Dari Efikasi Diri Mahasiswa*. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, Vol. 1, No, 66–81.
- Gunarsa, S,D. 2001. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Haber, A., & Runyon, R. D. 1984. *Psychology of Adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Hartina & mudjiran. (2018). *Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Penyesuaian Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Jurusan Psikologi*, 1-10.
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & PH, L. (2020). *GAMBARAN PSIKOLOGIS MAHASISWA DALAM PROSES PEMBELAJARAN SELAMA PANDEMI COVID-19*. *Jurnal Keperawatan Jiwa Vol.8 Nomor 3* , 299-304.
- Hermaleni Tesi, Mudjiran, Zamzami Afif. 2016. “Perbedaan Kompetensi Sosial Siswa BoardingSchool dan Siswa Sekolah Umum Reguler di MAN 2 Bukit Tinggi”, *Jurnal RAP UNP*, 7, 1, 90-98.
- Hurlock, E. B. 2008. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Jiffy Louis, *Pengertian self efficacy* <http://jeffy-louis.blogspot.com/2011/02/efikasi-diri.html>, diakses pada tanggal 05 februari 2012, pukul 07:06 wib.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016). Diakses dari kbbi.web.id pada 20 September 2016.
- Kartono. Kartini. 2008. *Patologi Sosial 2*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Luszczynska, A. & Scholaz, U. (2005). *The General Self-Efficacy Scale: Multicultural Validation Student, the journal of Psychology*, 139, 5, 439-457.
- Meng, H., Huang, P., Hou, N., & Fan, J. (2015). *Social self-efficacy predicts Chinese college students' first-year transition: a four-wave longitudinal investigation*. *Journal of Career Assessment*, 23(3), 410-426.
- Mu'tadin, Z. (2002). *Penyesuaian diri remaja*. Jakarta: Erlangga

- Myers, G. D. (2012). Psikologi Sosial. Jakarta: Salemba Humanika
- Nurihsan, J. & Yusuf, S. (2008). Teori kepribadian. Bandung: PT Remaja Rosda Karya
- Nwiran, Y. (November 22, 2018). *3 ways to build self efficacy and boost your resilience. Positive Psychology Program*. Jurnal Efikasi Diri . Vol. 5, No. 8, April 2019, 2447-1686
- Papalia, D.E., Old, S.W., dan Feldman, R.D. 2008. *Human Development* (Psikologi Perkembangan). Jakarta: Kencana.
- Pratitits, T, N & Wijaya, P,I. (2012). *Efikasi diri akademik, dukungan sosial orang tua dan penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan*, 1 (01),40-52.
- Prof.Sutrisno.,H.,2017, Diskusi Seputar Try Out Trepakai (Internet), Semesta Psikometrika, <https://www.semestapsikometrika.com/2017/09/diskusi-seputar-try-out-terpakai.html?m=1>
- Rahmawati, A. (2015). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru*, 1-10.
- Rasit, Rosmawati Mohd., dkk. (2015). *Educating Film Audience Through Social Cognitive Theory Reciprocal Model. Procedia Social and Behavioral Sciences*. 174, 1234-1241
- Rosdiana, Dewi. (2009). Penyusunan Modul Pelatihan Penyesuaian Akademis Bagi Mahasiswa UNISBA Tingkat Pertama. Diambil pada tanggal 23 Oktober 2018, dari <https://ejournal.unisba.ac.id/index.php/schema/article/view/2618>.
- Santrock, J.W. (2005). Human Adjustment. Ohio: McGraw-Hill Humanities Social.
- Sarwono, S. W. (1978). Perbedaan antara Pemimpin dan Aktivistis dalam Gerakan Protes Mahasiswa. Thesis (tidak diterbitkan). Depok: Universitas Indonesia.
- Schneiders (dalam Chairunnisa, 2015) Schneiders, A. A. 1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart and Winston Inc.
- Schneiders, A. A. (1960). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holth Rinehart & Winston.
- Sobur, Alex. (2011). Psikologi Umum. Bandung: Pustaka Setia
- Sobur, Alex. (2011). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Splichal, C. T (2009) *The effects of first-generation status and race/ethnicity on student adjustment to collage (doctoral dissertation)*. Available from ProQuest dissertation and theses database. (UMI No. 3396208).

- Sulistiyawati. (2010). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Self Efficacy*. Jurnal Psikologi Sosial vol. 1 no. 1 September 2010, Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
- Sunarto dan Agung Hartono 2008. Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suprijono, Agus. (2012). *Cooperative Learning Teori Dan Aplikasi PAIKEM*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiono. (2012). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. (2008). Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun (2003). Tentang Sistem Pendidikan Nasional Dengan Rahmat Tuhan Yang Maha ESA Presiden Republik Indonesia.
- Weiten, W., Dunn, D.S., & Hammer, E.Y. (2015). *Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in The 21st Century (11th Edition)*. Stamford: Cengage Learning.
- Wijaya, N. 2015. Hubungan Antara Keyakinan Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Siswa Tahun Pertama Sekolah Asramah SMA Pengudi Luhur Van Lith Muntilan[Tesis]. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Willis, Sofyan. S. (2008). Remaja & Masalahnya. Bandung: Alfabeta
- Yulia, Yuyun Vina. (2010). Efektivitas Pelatihan AMT (*Achievement Motivation Training*) Dengan Pendekatan Spiritual Terhadap Peningkatan Efikasi Diri Mahasiswa Tingkat Awal Dalam Penyesuaian Akademik. Skripsi. Jogjakarta: Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Jogjakarta
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation. A Social Cognitive Perspective. Dalam Boekaerts, M., Pintrich, P. R., & Zeidner, M. 2000. Handbook of self-Regulation. San Diego: Academic Press



LAMPIRAN A
SKALA PENYESUAIAN DIRI

Nama :

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)24/6/22

Kelas :

Jurusan :

Jenis kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

- Isilan identitas dengan lengkap (identitas anda dijaga kerahasiannya dan tidak di publikasikan)
- Jawablah dengan sejujurnya , karena pengisian anda akan mempengaruhi hasil dari angket
- Pilihlah pernyataan yang paling sesuai denga anda, dan memberi tanda ceklis (√) pada kolom :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

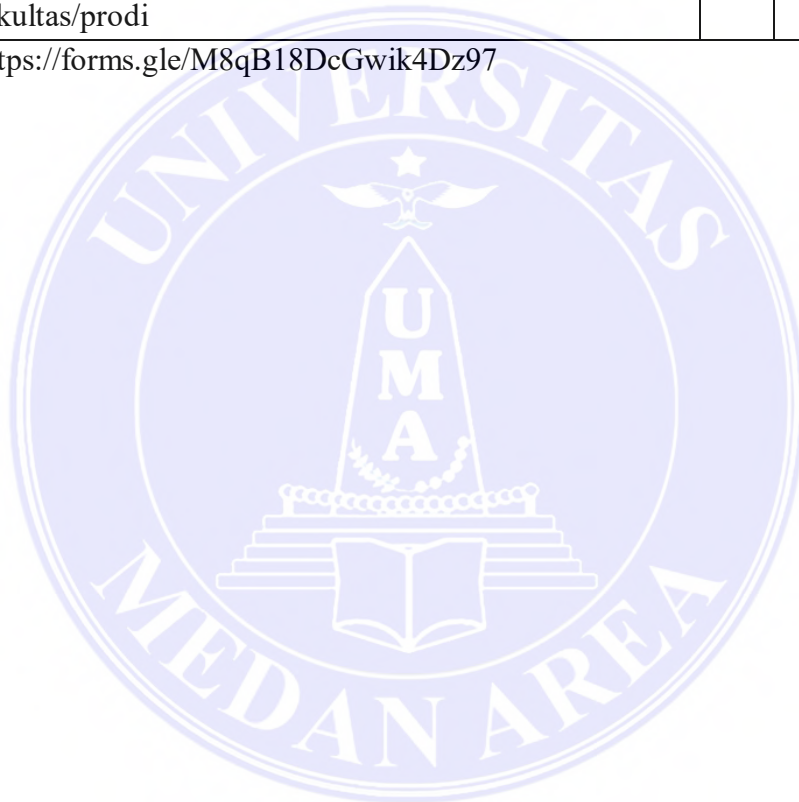
NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya mempelajari materi perkuliahan secara rutin.				
2.	Saya tidak mengerjakan tugas hingga mendekati batas pengumpulan				
3	Saya berusaha hadir agar tidak kelewatan materi.				
4	Saya tidak dapat memfokuskan diri pada bidang perkuliahan .				
5	Saya belajar hingga dapat memahami materi yang saya pelajari				
6	Saya belajar pada saat suasana hati sedang baik.				
7	Saya tidak memilih untuk mempererat hubungan dengan orang tertentu saja.				
8	Saya tidak belajar hingga mendekati ujian tiba				
9	Saya merasa dalam perkuliahan belum tercapai dengan baik atau belum sesuai target.				
10	Saya menghindari orang yang tidak saya kenal				

	dilingkungan perguruan tinggi.				
11	Saya mampu menyelesaikan tugas dengan baik				
12	Saya dapat menyesuaikan diri dengan kebijakan di perguruan tinggi.				
13	Saya berusaha memperoleh nilai yang baik dalam kuis/ujian				
14	Saya tetap dapat mengerjakan tugas dengan tenang sekalipun tugas menumpuk.				
15	Saya mampu melaksanakan presentasi dengan baik.				
16	Saya dapat menerima teman dengan berbagai karakter dan sikapnya.				
17	Saya merasa kurang mampu memahami mata kuliah yang diajarkan dosen.				
18	Saya suka mengikuti kegiatan yang diadakan di universitas/ fakultas / prodi.				
19	Saya memiliki hubungan baik dengan orang lain di lingkungan perguruan tinggi.				
20	Saya mudah marah ketika memiliki banyak banyak beban perkuliahan.				
21	Saya aktif mencari tahu mengenai kegiatan di universitas/ fakultas .				
22	Saya merasa tidak mampu berbaur dengan orang baru diperguruan tinggi.				
23	Saya dapat mengungkapkan perasaan dengan cara yang tepat				
24	Saya tidak terlibat aktif pada kegiatan yang diselenggarakan universitas/ fakultas.				
25	Saya dapat menjaga sikap dan ucapan saya pada orang lain di lingkungan perguruan tinggi.				
26	Saya akan menunggu orang lain untuk memulai pembicaraan terlebih dahulu.				
27	Saya memiliki waktu tidur yang cukup				
28	Saya mencoba mendaftarkan diri pada kegiatan dari universitas/ fakultas.				
29	Saya dapat mengubah kebiasaan ketika tidak sesuai dengan lingkungan di perguruan tinggi.				

30	Masalah nafsu makan saya tidak berubah sekalipun banyak tugas.				
31	Menurut saya layanan fakultas psikologi kurang memuaskan.				
32	Saya tidak bergabung dalam kegiatan apapun diperguruan tinggi.				
33	Saya tidak menyesal masuk ke perguruan tinggi				
34	Saya tidak hanya mengikuti kegiatan yang diselenggarakan oleh fakultas/ universitas.				
35	Saya merasa tidak cocok dengan lingkungan baru diperguruan tinggi.				
36	Saya menjadi lebih mandiri daripada saat menduduki bangku sekolah menengah.				
37	Saya merasa kesal ketika teman sekelompok tidak dapat bekerja sama.				
38	Saya merasa sehat selama menjalani perkuliahan.				
39	saya merasa lelah akibat rutinitas perkuliahan				
40	Saya merasa tidak nyaman dengan teman-teman baru di fakultas.				
41	Saya puas dengan fasilitas dan lingkungan yang disediakan fakultas/ prodi				
42	Saya berbesar hati dan menyadari ketika mendapatkan nilai jelek.				
43	Saya merasa puas dengan pelayanan yang diberikan oleh fakultas psikologi.				
44	Saya tidak berpikir untuk pindah ke rodi/ fakultas/ universitas lain				
45	Saya ada rasa malu dan minder ketika berkumpul dengan teman-teman baru dikampus.				
46	Saya kurang puas dengan ruangan dan alat pembelajaran yang disediakan oleh fakultas/prodi				
47	Berat badan saya tetap stabil meskipun memiliki masalah/ banyak tugas di perguruan tinggi				
48	Saya berpikir untuk berhenti kuliah.				
49	Saya mampu menyesuaikan diri terhadap dosen, karyawan dan petugas kampus				

50	Saya tidak suka dengan banyaknya tugas dari kampus.				
51	Kuliah disini tidak sesuai dengan harapan saya sebelumnya.				
52	Saya merasa puas dengan segala kebijakan dan informasi yang diberikan fakultas/ prodi				
53	Saya tidak berani bertanya kepada dosen, karyawan dan petugas kampus.				
54	Saya tidak mengerti dengan informasi yang diberikan fakultas/prodi				

Link; <https://forms.gle/M8qB18DcGwik4Dz97>





Nama :

Kelas :

Jurusan :

Jenis kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN ANGGKET

- Isilan identitas dengan lengkap (identitas anda dijaga kerahasiannya dan tidak di publikasikan)
- Jawablah dengan sejujurnya , karena pengisian anda akan mempengaruhi hasil dari angket
- Pilihlah pernyataan yang paling sesuai dengan anda, dan memberi tanda ceklis (√) pada kolom :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin dapat mengingat materi yang telah diajarkan.				
2.	Saya tidak suka atau dinilai hasil tugas saya				
3	Saya yakin dapat memahami materi secara mendalam				
4	Saya akan menunda ketika tugas tersebut sulit.				
5	Saya yakin dapat menjelaskan materi kuliah ketika ada teman yang bertanya.				
6	Pertanyaan secara tiba-tiba oleh dosen tidak mampu saya menjawabnya.				
7	Saya bisa menghadapi masalah apapun untuk mencari solusinya				
8	Saya tidak yakin mampu menjelaskan ulang materi				

	yang sudah diajarkan				
9	Saya akan menunda mengerjakan tugas yang tidak saya mengerti				
10	Saya tidak akan berpartisipasi aktif dalam mengerjakan tugas kelompok				
11	Saya yakin bahwa saya mampu menjawab soal-soal ujian/kuis dengan lancar				
12	Saya tidak yakin mampu menyampaikan pendapat saya kepada dosen atau teman.				
13	Saya percaya dapat menghadapi tugas yang sulit.				
14	Saya tidak begitu aktif dalam tugas kelompok.				
15	Saya akan bertanya kepada dosen ketika tugas yang diberikan belum saya pahami				
16	Saya ragu mampu mendapatkan nilai A atau B pada sebagian besar mata kuliah.				
17	Saya yakin dapat memahami materi-materi yang akan diujikan				
18	Saya tidak setuju keputusan yang diberikan teman sekelompok				
19	Saya mampu mengerjakan semua tugas-tugas dengan baik.				
20	Saya tidak bisa menanggung jawabi dengan tugas yang sulit.				
21	Saya tidak keberatan harus bergadang dalam mengerjakan tugas				
22	Saya tidak belajar meskipun besok ujian				
23	Saya tidak yakin mendapat nilai yang baik pada semua mata kuliah.				
24	Saya tidak mengulang kembali pelajaran yang telah disajikan sebelumnya				
25	Saya merasa bingung menjelaskan hasil tugas saya.				
26	Saya tidak yakin dapat bergabung dengan teman-teman lainnya				
27	Ketika ada diberikan tugas kelompok, saa aktif mengerjakn tugas tersebut				
28	Letika ada tugas yang sulit, saya akan menempah tugas				

	pada teman				
29	Saya percaya akan mendapatkan nilai yang baik dari hasil ujian				
30	Saya tidak akan pergi mencari hiburan ketika dihadapi masalah				
31	Saya yakin dapat mempresentasikan hasil tugas saya dengan baik.				
32	Saya mampu menjawab dengan baik pertanyaan dosen terkait materi kuliah				
33	Saya tidak akan mengerjakan tugas yang diberikan dosen				
34	Saya akan memahami poin-poin penting materi yang akan diujikan besok.				
35	Saya yakin bisa berinteraksi dengan mahasiswa lainnya				
36	Saya berusaha bertanya kepada teman atau senior mengenai tugas yang belum saya pahami				
37	Saya dapat memberikan solusi pada sekelompok ketika menemui masalah				
38	Saya tidak yakin mampu menjawab sal ujian dengan benar.				
39	Saya akan mengerjakan tugas apabila besok dikumpul				
40	Saya dapat menerima kritik dari orang lain pada diri saya				
41	Saya akan memilih poin-poin penting dari semua matakuliah sebelum ujian dilaksanakan				
42	Melalui kelompok masalah lebih mudah dipecahkan				

Link; <https://forms.gle/M8qB18DcGwik4Dz97>



LAMPIRAN C

HASIL DATA MENTAH PENYESUAIAN DIRI



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

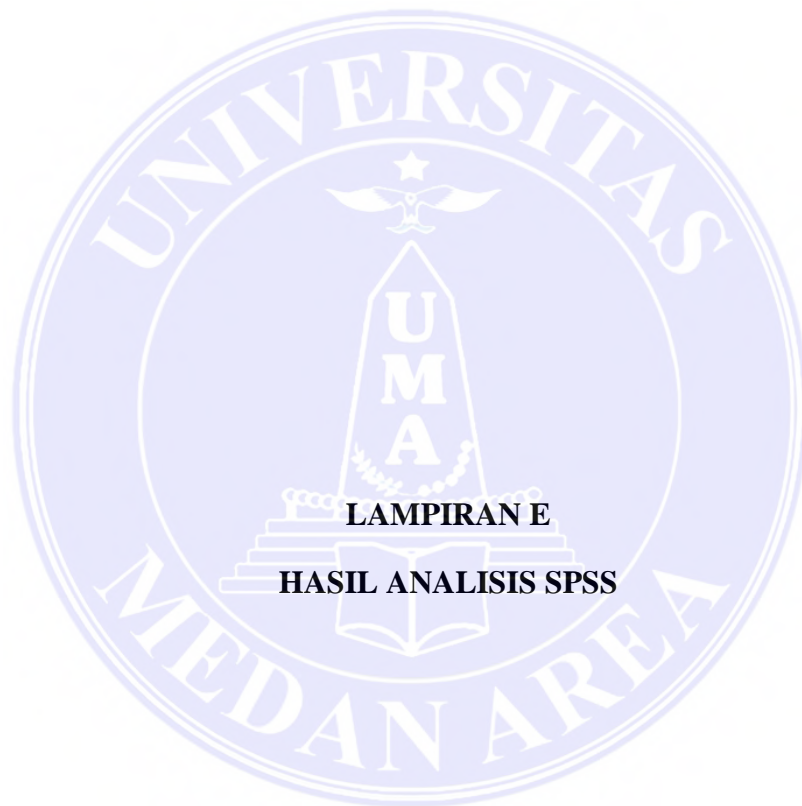
Document Accepted 24/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)24/6/22

NO	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89		
1	3	1	3	1	2	1	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2		
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	4	4	3	2	4	3	4	3	3		
3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3		
4	4	3	3	4	3	1	3	1	4	4	4	3	3	3	3	1	4	3	4	4	2	1	2	1	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3		
5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	
6	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	4	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	
7	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	
8	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	
9	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	
10	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	4	3	3		
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
12	3	2	2	4	2	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	2	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	3	4	3	2	4	3	4	3	4		
13	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	
15	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	
16	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2
17	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	
18	2	3	4	1	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	2	3	1	2	2	3	3	3	4	4	1	4	4	4	4		
19	3	2	3	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
20	2	3	2	2	2	3	4	3	2	4	2	3	2	4	3	4	2	3	3	4	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
21	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
22	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	

23	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	
24	3	2	4	3	4	2	4	2	3	4	4	4	4	3	4	1	4	3	4	2	1	4	1	1	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
26	3	4	4	1	4	3	4	3	1	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3
27	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
28	3	4	3	2	3	2	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	4	4	3	4	4
29	3	3	3	1	3	3	4	3	1	4	3	3	3	4	4	2	3	4	4	3	4	3	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4
30	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
31	3	3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3
32	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4
33	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3
34	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	
35	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	
36	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3
37	4	3	4	2	4	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4
38	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	4	3	1	3	3	4	3
39	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
40	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	1	3	4	1	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3
41	3	2	3	2	3	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	1	4	4	4	3	4	3	2	3	4	1	1	4	4
42	2	3	3	1	3	1	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3
43	3	4	1	3	4	3	4	3	3	3	4	1	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	1	4	1	1	4	4
44	3	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2
45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	
46	2	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	3	4	3	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	3
47	3	2	3	2	1	4	1	4	4	2	3	4	3	4	2	1	4	2	4	3	4	3	1	1	1	3	4	3	2	3	2	1	2	1
48	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

49	2	4	3	3	3	2	3	2	4	4	3	2	4	4	3	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	4	3	3	1	3	2	4	3	3			
50	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4				
51	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4				
52	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3			
53	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4			
54	3	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3			
55	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3			
56	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3			
57	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3			
58	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3			
59	3	3	2	3	2	2	2	3	2	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2	3	2	4	2	4	2	3	3	3	3	4	3	4		
60	3	3	4	4	3	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	3	2	2	4	1	3	2	4	3	4	3	3			
61	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3			
62	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3			
63	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3			
64	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	4	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3		
65	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3		
66	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3			
67	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
68	3	3	3	4	4	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	2			



Reliability**Scale: Penyesuaian Diri****Case Processing Summary**

	N	%
Valid	68	100,0
Cases Excluded ^a	0	,0
Total	68	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,852	54

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N

PD1	3,24	,550	68
PD2	3,04	,818	68
PD3	3,74	,444	68
PD4	2,79	,764	68
PD5	3,22	,484	68
PD6	2,06	,808	68
PD7	2,82	,732	68
PD8	3,03	,622	68
PD9	1,69	,950	68
PD10	2,75	,677	68
PD11	3,32	,531	68
PD12	3,24	,461	68
PD13	3,54	,502	68
PD14	2,90	,794	68
PD15	3,22	,484	68
PD16	3,37	,544	68
PD17	2,44	,632	68
PD18	2,85	,653	68
PD19	3,15	,497	68
PD20	2,38	,734	68
PD21	2,81	,526	68

PD22	2,63	,751	68
PD23	2,87	,667	68
PD24	2,43	,676	68
PD25	3,35	,540	68
PD26	2,22	,750	68
PD27	2,57	,779	68
PD28	2,69	,553	68
PD29	2,94	,543	68
PD30	2,74	,785	68
PD31	2,69	,718	68
PD32	2,40	,715	68
PD33	3,25	,608	68
PD34	2,69	,652	68
PD35	3,04	,438	68
PD36	3,28	,542	68
PD37	1,62	,574	68
PD38	2,82	,645	68
PD39	2,44	,741	68
PD40	2,93	,654	68
PD41	2,97	,517	68
PD42	2,93	,676	68

PD43	3,01	,473	68
PD44	3,01	,763	68
PD45	2,24	,848	68
PD46	2,82	,517	68
PD47	2,49	,723	68
PD48	3,46	,633	68
PD49	3,00	,573	68
PD50	2,29	,754	68
PD51	3,01	,532	68
PD52	3,00	,518	68
PD53	2,82	,668	68
PD54	2,87	,544	68

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PD1	149,90	133,765	,343	,850
PD2	150,09	131,783	,351	,850
PD3	149,40	135,318	,159	,851
PD4	150,34	125,630	,639	,841

PD5	149,91	131,813	,460	,847
PD6	151,07	133,920	,138	,853
PD7	150,31	138,933	-,134	,858
PD8	150,10	129,138	,540	,845
PD9	151,44	130,459	,367	,850
PD10	150,38	134,568	,136	,852
PD11	149,81	131,858	,412	,847
PD12	149,90	133,258	,347	,849
PD13	149,59	134,365	,319	,850
PD14	150,24	128,839	,426	,846
PD15	149,91	131,425	,496	,846
PD16	149,76	132,332	,362	,848
PD17	150,69	130,187	,456	,846
PD18	150,28	131,249	,367	,848
PD19	149,99	132,851	,355	,848
PD20	150,75	132,190	,363	,850
PD21	150,32	130,759	,510	,846
PD22	150,50	131,567	,392	,849
PD23	150,26	132,108	,301	,849
PD24	150,71	129,644	,459	,846
PD25	149,78	133,309	,386	,849

PD26	150,91	130,500	,356	,848
PD27	150,56	132,011	,354	,850
PD28	150,44	132,937	,307	,849
PD29	150,19	134,276	,306	,851
PD30	150,40	133,825	,150	,852
PD31	150,44	133,683	,179	,851
PD32	150,74	135,362	,077	,853
PD33	149,88	133,687	,321	,850
PD34	150,44	133,922	,386	,851
PD35	150,09	134,171	,376	,850
PD36	149,85	132,665	,337	,848
PD37	151,51	136,462	,028	,853
PD38	150,31	131,799	,334	,848
PD39	150,69	131,052	,328	,848
PD40	150,21	131,539	,346	,848
PD41	150,16	136,078	,068	,853
PD42	150,21	135,838	,055	,854
PD43	150,12	131,658	,487	,847
PD44	150,12	136,195	,022	,855
PD45	150,90	131,019	,379	,850
PD46	150,31	132,903	,335	,849

PD47	150,65	132,172	,369	,850
PD48	149,68	132,162	,316	,849
PD49	150,13	131,161	,432	,847
PD50	150,84	130,645	,345	,848
PD51	150,12	131,837	,412	,847
PD52	150,13	131,430	,460	,847
PD53	150,31	132,127	,399	,849
PD54	150,26	130,526	,510	,846

mean hipotetik : $(43 \times 1) + (43 \times 4) : 2 = 107,5$

Reliability

Scale: Skala Efikasi Diri

Case Processing Summary

		N	%
Valid		68	100,0
Cases	Excluded ^a	0	,0
Total		68	100,0

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)24/6/22

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,789	42

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
ED1	2,93	,398	68
ED2	2,94	,543	68
ED3	2,87	,571	68
ED4	2,50	,743	68
ED5	2,91	,539	68
ED6	2,50	,635	68
ED7	3,01	,560	68
ED8	2,57	,555	68
ED9	2,53	,743	68
ED10	3,34	,704	68
ED11	3,04	,403	68
ED12	2,63	,644	68

ED13	3,15	,554	68
ED14	3,22	,595	68
ED15	3,03	,546	68
ED16	2,66	,725	68
ED17	3,04	,438	68
ED18	2,87	,544	68
ED19	3,22	,514	68
ED20	2,99	,586	68
ED21	2,97	,791	68
ED22	3,06	,596	68
ED23	2,59	,696	68
ED24	2,65	,617	68
ED25	2,66	,589	68
ED26	2,90	,602	68
ED27	3,10	,550	68
ED28	3,12	,659	68
ED29	3,03	,517	68
ED30	2,76	,755	68
ED31	3,07	,654	68
ED32	2,85	,554	68
ED33	3,43	,606	68

ED34	3,12	,474	68
ED35	3,07	,606	68
ED36	3,07	,630	68
ED37	2,99	,532	68
ED38	2,59	,553	68
ED39	2,49	,743	68
ED40	3,13	,516	68
ED41	3,10	,352	68
ED42	3,18	,622	68

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ED1	119,96	63,326	,353	,785
ED2	119,94	62,414	,377	,784
ED3	120,01	62,552	,345	,785
ED4	120,38	62,478	,375	,788
ED5	119,97	61,283	,417	,779
ED6	120,38	62,001	,369	,784
ED7	119,87	62,087	,305	,783
ED8	120,31	64,097	,077	,790

ED9	120,35	62,500	,174	,788
ED10	119,54	58,968	,520	,773
ED11	119,84	63,630	,402	,786
ED12	120,25	62,041	,360	,784
ED13	119,74	61,720	,352	,781
ED14	119,66	60,973	,405	,779
ED15	119,85	60,874	,460	,778
ED16	120,22	63,130	,125	,790
ED17	119,84	63,362	,320	,786
ED18	120,01	62,970	,311	,786
ED19	119,66	61,302	,438	,779
ED20	119,90	61,318	,374	,780
ED21	119,91	65,992	-,119	,802
ED22	119,82	61,252	,374	,780
ED23	120,29	63,106	,136	,789
ED24	120,24	62,332	,344	,785
ED25	120,22	60,533	,460	,777
ED26	119,99	61,836	,306	,783
ED27	119,78	63,189	,383	,787
ED28	119,76	64,421	,022	,793
ED29	119,85	63,411	,471	,787

ED30	120,12	61,867	,323	,786
ED31	119,81	62,067	,352	,785
ED32	120,03	62,477	,364	,784
ED33	119,46	61,565	,332	,782
ED34	119,76	61,705	,424	,780
ED35	119,81	62,127	,372	,784
ED36	119,81	61,470	,326	,782
ED37	119,90	61,825	,356	,781
ED38	120,29	63,047	,398	,786
ED39	120,40	62,452	,378	,788
ED40	119,75	61,892	,362	,781
ED41	119,78	63,219	,313	,784
ED42	119,71	63,793	,092	,790

mean hipotetik : $(35 \times 1) + (36 \times 4) : 2 = 87,5$

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	PenyesuaianDiri	Efikasi Diri
N	68	68
Normal Parameters ^{a,b} Mean	123,41	103,26

	Std.		
	Deviation	10,869	7,580
Most Extreme Differences	Absolute	,135	,079
	Positive	,135	,079
	Negative	-,076	-,052
Kolmogorov-Smirnov Z		1,116	,652
Asymp. Sig. (2-tailed)		,165	,790

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
EfikasiDiri *	68	100,0%	0	0,0%	68	100,0%
PenyesuaianDiri						

Report

EfikasiDiri

PenyesuaianDiri	Mean	N	Std. Deviation
105	94,00	1	.
107	90,00	1	.
108	95,00	2	8,485
109	99,00	1	.
111	96,00	2	,000
112	100,00	1	.
114	98,80	5	11,584
115	100,75	4	3,304
116	99,00	2	5,657
117	101,00	4	5,477
118	96,50	2	2,121
120	102,60	5	5,413
121	101,00	4	12,410
122	105,00	3	4,583
123	106,00	3	2,646
124	111,00	3	5,292
125	101,00	2	2,828
126	112,00	2	7,071
127	101,80	5	2,168

129	107,00	1	.
130	106,00	2	7,071
133	105,00	1	.
134	106,00	2	2,828
135	112,00	1	.
136	98,00	1	.
137	115,00	1	.
140	114,00	1	.
144	117,00	1	.
145	111,00	1	.
147	113,00	1	.
148	120,00	1	.
149	107,00	1	.
156	104,00	1	.
Total	103,26	68	7,580

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
EfikasiDiri *	Between	(Combined)	2255,185	32	70,475	1,547	,104
PenyesuaianDiri	Groups	Linearity	1272,563	1	1272,563	27,941	,000

Deviation from Linearity	982,622	31	31,697	,696	,846
Within Groups	1594,050	35	45,544		
Total	3849,235	67			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
EfikasiDiri * PenyesuaianDiri	,575	,331	,765	,586

Correlations

Correlations

	PenyesuaianDiri	EfikasiDiri
	Iri	i
Pearson		
PenyesuaianDiri Correlation	1	,575**
i Sig. (2-tailed)		,000
N	68	68
Pearson		
EfikasiDiri Correlation	,575**	1

Sig. (2-tailed)	,000	
N	68	68

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

HASIL PENELITIAN

Daftar Tabel

1. Reliabelitas Sebelum Uji Coba

Skala	Cronbach Alpha	Keterangan
Penyesuaian Diri	0,852	Reliabel
Efikasi Diri	0,789	Reliabel

2. Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	RERATA	K-S	SD	Sig	Keterangan
Penyesuaian Diri	123,41	1,116	10,869	0,165	Normal
Efikasi Diri	103,26	0,652	7,580	0,790	Normal

Kriteria P (sig) > 0.05 maka dinyatakan sebaran normal

3. Hasil Perhitungan Uji linearitas

Korelasional	F beda	P beda	Keterangan
X-Y	27,941	0,000	Linear

Kriteria : P beda < 0.05 maka dinyatakan linear.

4. Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment Koefesian Determinan

Statistik	Koefisien (r_{xy})	Koefisien Determinan (r^2)	BE%	P	ket
X-Y	0,575	0,331	33,1%	0,000	significant

5. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik

Variabel	SD	Nilai Rata-rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
Penyesuaian Diri	10,869	107,5	123,41	Tinggi
Efikasi Diri	7,580	87,5	103,26	Tinggi

LAMPIRAN F
SURAT KETERANGAN BUKTI PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)24/6/22



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 2968/UMA/B/01.7/VII/2021
 Lamp. : 1 (satu) Berkas
 Hal : Izin Penelitian Dan Pengambilan Data

05 Juli 2021

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

di - M e d a n

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 621/FPSI/01.10/VI/2021 tertanggal 24 Juni 2021 perihal Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data Tugas Akhir di Universitas Medan Area oleh mahasiswa sebagai berikut :

Nama : Edenia Putri Br Pasaribu
No. Pokok Mahasiswa : 178600319
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan pengambilan data di Lingkungan Universitas Medan Area, untuk penunjang tugas akhir dengan judul Skripsi “**Hubungan Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area**” Dengan tetap mengikuti protokol Covid-19.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Wakil Rektor Bidang Administrasi,

Dr. Ariy Maharany Barus, S.H, M.Hum.

Tembusan :

1. Mahasiswa Ybs
2. File





UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)24/6/22



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 3482/UMA/B/01.7/VIII/2021

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Edenia Putri Br Pasaribu
No. Pokok Mahasiswa	: 178600319
Fakultas	: Psikologi
Program Studi	: Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area pada Tanggal 06 Juli sd 12 Agustus 2021 dengan Judul skripsi “Hubungan Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area”.

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 26 Agustus 2021
An Rektor,
Wakil Rektor Bidang Administrasi



Dr. Astary Maharani Barus, SH, M.Hum

Tembusan :

1. Fakultas Psikologi
2. Arsip

