

DAFTAR PUSTAKA

- Atwater, E. 1979. *Psychology of Adjustment 2nd Edition*. New Jersey : Prentice-Hall Inc.
- Azwar., S. 2003. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. 1986. *Social Foundation of Thought and Action : A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, New York : Prentice Hall.
- _____, 1997. *Self Efficacy, The Exercise of Control*. New York : Freeman and Company.
- Blyth, D.A., Simmons, R.G., Ford, SC. 1983. The Adjustment of Early Adolescents to School Transitions. *Adolescent Behavior and Society, A Book of Readings 4th Edition*. Singapore : McGraw-Hill Publishing Company.
- Calhoun, J.F., Acocella, J.R. 1990. *Psychology of Adjustment and Human Relationship 3rd Edition*. New York : Mac Graw-Hill. Inc.
- Chaplin, J.P. 1999. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Chauhan, S.S. 1979. *Advance Educational Psychology*. New Delhi : Vikas Publisher House.
- Chemers, M. M., Hu, L., Garcia, B.F. 2001. Academic Self-Efficacy and First-Year College Student Performance and Adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93, 55-64.
- Fuhrmann, B.S. 1990. *Adolescence, Adolescents*. Illinois : Scott, Foresman and Company.
- Hurlock, E.B. 1997. *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih Bahasa Istiwidayanti dan Soedjarwo. Edisi kelima. Jakarta : Erlangga.
- Lazarus, R. 1976. *Pattern of Adjustment 3rd Edition*. New York : Mc Graw Hill Book Company.
- Marsh, H. W., Yeung, A. S., 1997. Causal Effects of Academic Self-Concept on Academic Achievement : Structural Equation Models of Longitudinal Data. *Journal of Educational Psychology*, 89, 41 - 54.

- Marsh, H. W., Smith, I. D., Barnes, J. 1985. Multidimensional Self-Concepts: Relation With Sex and Academic Achievement. *Journal of Educational Psychology*, 77, 55-64.
- McAuley, E., Talbot., Martinez, S. 1999. Manipulating Self Efficacy in the Exercise Environment in Women : Influences on Affective Responses. *Health Psychology*, 18, 288-294.
- Mu'tadin, Z. 2002. (Diperoleh : 20 Desember 2005). Penyesuaian Diri Remaja. (Online). Available: <http://www.e-psikologi.com/remaja/160802.htm>.
- Nease, A.A., Mudgett, B.O., and Ouifiones, M.A. 1999. Relationships Among Feedback Sign, Self Efficacy, and Acceptance of Performance Feedback. *Journal of Applied Psychology*, 5, 806-814.
- Newman, P.R., Newman, B.M. 1981. *Living : The Process of Adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Partanto, P.A., Barry, M.D. 1994. *Kamus Ilmiah Populer*. Surabaya : Arloka.
- Pietsch, J., Walker, R., Champman, E. 2003. The Relationship Among Self Concept, Self Efficacy. and Performance in Mathematics During Secondary School. *Journal of Educational Psychology*, 95, 589-603.
- Runyon, R.P., Haber, A. 1984. *Psychology of Adjustment*. Illinois : The Dorsey Press.
- Santrock. 2002. *Life Span Development*. Dallas : Brown and Benchmark Inc.
- Schneiders, A.A.1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York : Holt. Reinhart & Winston Inc.
- Shell, D.F., Murphy, C.C., Bruning, R. H. 1989. Self Efficacy and Outcome Expectancy Mechanism in Reading and Writing Achievement. *Journal of Educational Psychology*, 81, 91 -100.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PTGrasindo.
- Sawrey, J.M., Telford, C.W. 1968. *Educational Psychology 3rd Edition*. Boston Allyn and Bacon, Inc.
- Sugiyono. 2005. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta.
- Vembriarto, S.T. 1993. *Sosiologi Pendidikan*. Jakarta: BPK Gunung Agung.

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
FAKULTAS PSIKOLOGI
MEDAN**

Adik-adik yang manis,

Terlebih dahulu saya mengucapkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas diberikan-Nya kesempatan kepada saya untuk bertemu dengan adik-adik sekalian.

Maksud saya memberi skala ini adalah mengajak adik-adik untuk ikut serta membantu saya dalam rangka penelitian dengan cara mengisi skala yang saya lampirkan disini. Jawaban yang adik-adik berikan akan dijaga kerahasiaannya. Untuk itu adik-adik tidak perlu merasa takut sebab jawaban yang adik-adik berikan tidak ada kaitannya dengan proses belajar mengajar. Data yang saya peroleh nantinya semata-mata untuk tujuan ilmiah.

Bantuan yang adik-adik berikan merupakan partisipasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan teori psikologi pada khususnya. Atas segala pengorbanan adik-adik dan kerja sama yang baik selayaknya saya mengucapkan terima kasih.

Hormat saya

Melly Mogun

DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut ini sesuai dengan keadaan diri adik-adik :

1. Nama : _____
2. Jenis Kelamin : _____
3. Usia : _____

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan ke dalam bentuk skala. Adik-adik diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala tersebut dengan cara memilih :

SS = Bila merasa SANGAT SESUAI dengan pernyataan yang diajukan.

S = Bila merasa SESUAI dengan pernyataan yang diajukan.

TS = Bila merasa TIDAK SESUAI dengan pernyataan yang diajukan.

STS = Bila merasa SANGAT TIDAK SESUAI dengan pernyataan yang diajukan.

Adik-adik hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban pada setiap pernyataan dengan cara memberikan tanda silang (X) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihan masing-masing.

Contoh :

Biasanya saya akan marah jika pekerjaan saya dikomentari orang

~~SS~~ S TS STS

Tanda silang (X) menunjukkan seseorang itu merasa SANGAT SESUAI dengan pernyataan yang diajukan

SKALA EFIKASI DIRI

NO	PERNYATAAN	Pilihan Jawaban			
1.	Saya suka mengerjakan pekerjaan yang menantang.	SS	S	TS	STS
2.	Seringkali tugas di asrama yang belum pernah saya kerjakan, hanya membuat saya menjadi pusing.	SS	S	TS	STS
3.	Saya akan terus belajar agar kemampuan saya dalam belajar dapat meningkat.	SS	S	TS	STS
4.	Saya segan bertanya kepada orang yang lebih berpengalaman untuk meningkatkan kemampuan saya dalam belajar.	SS	S	TS	STS
5.	Saya yakin dapat menyelesaikan semua pekerjaan dari pesantren dengan baik.	SS	S	TS	STS
6.	Saya sering ragu-ragu dalam mengerjakan pekerjaan yang diberikan guru.	SS	S	TS	STS
7.	Saya belum mau berhenti sebelum tugas pesantren selesai saya kerjakan.	SS	S	TS	STS
8.	Jika sudah bosan mengerjakan tugas asrama, maka saya akan memilih menghentikannya.	SS	S	TS	STS
9.	Saya suka meminta pengalaman dari teman untuk meningkatkan keterampilan saya dalam belajar.	SS	S	TS	STS
10.	Tidak ada gunanya bertanya kepada teman mengenai pelajaran, karena hanya membuat saya menjadi malu.	SS	S	TS	STS
11.	Saya yakin mampu menyelesaikan tugas yang dibebankan kepada saya walaupun tugas itu berat.	SS	S	TS	STS
12.	Saya tidak yakin dengan hasil kerja saya sendiri.	SS	S	TS	STS
13.	Saya akan bekerja dengan serius bila menghadapi tugas yang berat.	SS	S	TS	STS
14.	Saya merasa sangat kesulitan apabila disuruh membersihkan kamar.	SS	S	TS	STS
15.	Saya akan terus bekerjasama dengan teman-teman agar saya dapat lebih mudah menyelesaikan pendidikan.	SS	S	TS	STS
16.	Saya merasa teman di pesantren sulit untuk diajak kerjasama.	SS	S	TS	STS
17.	Saya yakin mampu meraih prestasi yang lebih baik dari teman pesantren yang lain.	SS	S	TS	STS
18.	Sulit bagi saya untuk dapat menyelesaikan masalah saya sendiri.	SS	S	TS	STS
19.	Saya merasa bahwa tugas-tugas yang diberikan guru saya kerjakan tanpa kesulitan.	SS	S	TS	STS
20.	Apabila diminta menyelesaikan tugas dari guru dalam waktu singkat, maka biasanya saya akan banyak melakukan kesalahan.	SS	S	TS	STS
21.	Saya mampu mengerjakan tugas-tugas lain walaupun saya sedang banyak tugas dari pesantren.	SS	S	TS	STS
22.	Saya merasa tidak memiliki kemampuan mengerjakan tugas pesantren yang banyak.	SS	S	TS	STS
23.	Sekalipun menghadapi pekerjaan rumah yang banyak, namun saya mampu untuk tetap tenang dalam mengerjakannya.	SS	S	TS	STS
24.	Pekerjaan rumah saya akan terbengkalai jika saya sedang ada masalah.	SS	S	TS	STS

25.	Saya berusaha semaksimal mungkin menyelesaikan tugas yang diberikan guru dalam waktu yang singkat.	SS	S	TS	STS
26.	Saya merasa jenuh dengan tugas-tugas asrama sehari-hari.	SS	S	TS	STS
27.	Saya tidak malu untuk belajar mengenai sesuatu yang belum saya ketahui.	SS	S	TS	STS
28.	Jika saya tidak tahu dalam mengerjakan sesuatu, maka saya akan diam saja.	SS	S	TS	STS
29.	Walaupun teman-teman meragukan kemampuan saya, namun saya yakin mampu menyelesaikan pekerjaan yang diberikan guru dengan baik.	SS	S	TS	STS
30.	Jika teman-teman tidak mendukung, maka pekerjaan dari guru tidak akan selesai.	SS	S	TS	STS
31.	Saya akan belajar mengerjakan tugas yang saya anggap sulit untuk dikerjakan.	SS	S	TS	STS
32.	Jika teman-teman kesulitan menyelesaikan suatu pekerjaan, maka sayapun yakin tidak mampu.	SS	S	TS	STS
33.	Bila diberi kesempatan, saya mau mencoba suatu materi pelajaran yang baru.	SS	S	TS	STS
34.	Saya tidak berani jika diminta mengerjakan tugas di depan kelas.	SS	S	TS	STS
35.	Dengan kemampuan yang saya miliki, saya yakin mampu menemukan jalan keluar dari setiap permasalahan yang saya hadapi.	SS	S	TS	STS
36.	Saya sering kesulitan dalam memecahkan suatu masalah.	SS	S	TS	STS
37.	Saya penasaran bila belum mampu menyelesaikan tugas yang diberikan guru.	SS	S	TS	STS
38.	Saya harus mampu mengerjakan suatu pekerjaan yang dianggap orang lain sulit.	SS	S	TS	STS
39.	Saya yakin bahwa saya mampu bila disuruh mengerjakan tugas bidang lain.	SS	S	TS	STS
40.	Saya takut gagal dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru.	SS	S	TS	STS
41.	Saya merasa bangga dengan kemampuan yang saya miliki.	SS	S	TS	STS
42.	Saya sering merasa bimbang dengan masukan-masukan yang disampaikan teman.	SS	S	TS	STS
43.	Dalam mengatasi masalah, saya tidak begitu bergantung kepada orang lain.	SS	S	TS	STS
44.	Saya akan menghindari pekerjaan dari guru yang berat, karena hanya menyusahkan saja.	SS	S	TS	STS
45.	Membaca buk bagi saya hanya membuang waktu saja bagi saya	SS	S	TS	STS
46.	Jika tidak didukung oleh teman yang lain, maka saya yakin saya tidak mampu mengatasi masalah.	SS	S	TS	STS

SKALA PENYESUAIAN DIRI

NO	PERNYATAAN	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Dalam kondisi yang bagaimanapun, saya berusaha untuk tetap menyesuaikan diri.	SS	S	TS	STS
2.	Karena banyak sekali masalah yang saya hadapi, maka saya malas untuk beribadah.	SS	S	TS	STS
3.	Saya siap menghadapi berbagai masalah.	SS	S	TS	STS
4.	Setiap kali ada masalah, saya merasa kacau.	SS	S	TS	STS
5.	Saya bangga dengan bentuk tubuh saya.	SS	S	TS	STS
6.	Saya malu jika teman-teman membicarakan tentang bentuk tubuh saya.	SS	S	TS	STS
7.	Bila saya sedang tidak suka pada seseorang, maka saya akan menyampaikannya secara langsung.	SS	S	TS	STS
8.	Jika tidak suka pada seseorang, maka saya tidak akan menemuinya.	SS	S	TS	STS
9.	Setiap kali bertemu dengan teman, saya berusaha terlebih dahulu yang memulai pembicaraan.	SS	S	TS	STS
10.	Rasanya lebih baik diam jika ustad atau ustazah sedang ada masalah.	SS	S	TS	STS
11.	Jika ada suatu masalah, lebih baik saya mengalah daripada akhirnya bertengkar dengan teman.	SS	S	TS	STS
12.	Saya merasa malu jika harus meminta maaf secara langsung kepada teman.	SS	S	TS	STS
13.	Setiap masalah akan saya selesaikan meski tidak dibantu orang lain.	SS	S	TS	STS
14.	Banyak masalah yang tidak mampu saya selesaikan seorang diri.	SS	S	TS	STS
15.	Saya merasa sanggup melakukan kegiatan apa saja dengan kondisi seperti saat ini.	SS	S	TS	STS
16.	Soal bentuk tubuh membuat saya menjadi rendah diri.	SS	S	TS	STS
17.	Saya merasa sedih jika ada orang yang menghina saya di depan umum.	SS	S	TS	STS
18.	Saya tidak mempedulikan walau orang menghina saya.	SS	S	TS	STS
19.	Saya akan meminta maaf terlebih dahulu kepada ustad atau ustazah di pesantren jika saya berbuat salah.	SS	S	TS	STS
20.	Saya merasa asing bila teman saya bersikap diam seharian.	SS	S	TS	STS
21.	Saya akan menjaga setiap tindakan saya agar tidak menyinggung perasaan orang lain.	SS	S	TS	STS
22.	Kritikan bagi saya adalah suatu tindakan yang sangat memalukan.	SS	S	TS	STS
23.	Bagi saya, walau ada masalah namun saya berusaha tetap tenang.	SS	S	TS	STS
24.	Pikiran saya langsung terganggu jika ada masalah yang berat.	SS	S	TS	STS
25.	Saya bersyukur dengan kondisi fisik saya yang sehat.	SS	S	TS	STS
26.	Terkadang saya menyesal memiliki bentuk tubuh seperti ini.	SS	S	TS	STS
27.	Bila sudah keterlaluan tindakan yang dilakukan teman, maka saya akan menunjukkan rasa marah kepadanya.	SS	S	TS	STS

28.	Saya akan memendam rasa marah saya walaupun terasa sakit sekali.	SS	S	TS	STS
29.	Saya siap mendengar keluhan yang disampaikan teman-teman.	SS	S	TS	STS
30.	Keluhan yang disampaikan teman hanya menambah beban.	SS	S	TS	STS
31.	Saya akan menyesuaikan diri dengan peraturan yang ada di pesantren.	SS	S	TS	STS
32.	Saya terkadang tidak memikirkan akibat dari tindakan yang saya lakukan.	SS	S	TS	STS
33.	Sekalipun masalah yang saya hadapi berat, saya yakin mampu mengatasinya.	SS	S	TS	STS
34.	Saya tidak mampu menangani masalah jika tidak dibantu teman.	SS	S	TS	STS
35.	Saya akan memberi maaf kepada teman yang mau mengaku salah.	SS	S	TS	STS
36.	Jika teman-teman sedang bercanda, saya akan menjauh agar tidak terkena ejekan.	SS	S	TS	STS
37.	Saya akan menunjukkan kegembiraan bila mendapat sesuatu yang istimewa.	SS	S	TS	STS
38.	Saya takut kegembiraan saya mengganggu orang oarng lain.	SS	S	TS	STS
39.	Saya memahami betul apa yang disampaikan ustad atau ustazah kepada saya.	SS	S	TS	STS
40.	Terkadang saya merasa kesulitan untuk mengetahui apa yang diinginkan ustad atau ustazah.	SS	S	TS	STS
41.	Saya siap menemani bila teman membutuhkan saya sebagai tempat untuk bertukar pikiran.	SS	S	TS	STS
42.	Saya kurang suka mengunjungi teman yang sakit.	SS	S	TS	STS
43.	Bagi saya masalah harus dihadapi bukan untuk dihindari.	SS	S	TS	STS
44.	Daripada menghadapi masalah, lebih baik saya menghindarinya.	SS	S	TS	STS
45.	Kelemahan yang saya miliki tidak membuat saya menjadi minder.	SS	S	TS	STS
46.	Saya akan menyembunyikan kelemahan saya agar orang lain tidak tahu.	SS	S	TS	STS
47.	Saya akan menyatakan rasa kecewa saya kepada orang yang menyakiti saya.	SS	S	TS	STS
48.	Bila saya kecewa, maka saya akan bersikap diam.	SS	S	TS	STS
49.	Saya akan bersikap terbuka jika teman-teman jika mengajak saya untuk bertukar pikiran.	SS	S	TS	STS
50.	Saya akan mencari-cari alasan agar ustad atau ustazah jangan mengetahui kesalahan saya.	SS	S	TS	STS



YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM HAJJAH NYAK KAGY (YAFINKA)
MA'HAD MUHAMMAD SAMAN
(ISLAMIC SCHOOL BUT MODERN SYSTEM)

Alamat : Desa Telaga Sari Glugur Rimbun Diski KM 15,5 Medan - Binjai
Kecamatan Sunggal Deli Serdang Sumatera Utara

SURAT KETERANGAN

Nomor : 042/MMS.01/a/HM/2011

Direktur Ma'had Muhammad Saman Desa Telaga Sari Kec. Sunggal Kab. Deli Serdang,
menerangkan bahwa :

Nama : Mely Mogun
NPM : 07.860.0289
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

adalah benar telah mengadakan riset di Ma'had Muhammad Saman pada tanggal 12 September 2011, guna mendapatkan data seperlunya dalam rangka melengkapi persyaratan isi skripsi yang bersangkutan dengan judul : **"HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI DI MA'HAD MUHAMMAD SAMAN SUNGGAL"**.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, agar maklum dan dapat dipergunakan seperlunya.

Sunggal, 13 September 2011

Direktur Ma'had Muhammad Saman



MUHAMMAD BASORI, S.AG