
**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA
SISWA SMP DI MAKASSAR**

Khairunnisa Az-Zahra Syamsuddin¹, Ahmad Razak²
[¹khairunisazzhrh17@gmail.com](mailto:khairunisazzhrh17@gmail.com), [²ahmad7106@gmail.com](mailto:ahmad7106@gmail.com)
Universitas Negeri Makassar

Abstrak

Menjadi seorang siswa dituntut untuk menyesuaikan diri dilingkungan sekolah dimana siswa menghadapi beberapa masalah sehingga membutuhkan penyesuaian diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMP di Makassar. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPIT Darul Fikri Makassar sebanyak 232 siswa dengan sampel sebanyak 87 siswa yang diperoleh melalui Teknik accidental sampling. Data dikumpulkan melalui kuisioner menggunakan skala adaptasi psychological Adjustment Scale yang terdiri dari 19 aitem dan skala general self-efficacy yang terdiri dari 34 aitem. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri secara signifikan memengaruhi penyesuaian diri pada siswa SMPIT Darul Fikri Makassar dan memberikan kontribusi sebesar 59,2%. Hasil analisis data menunjukkan hipotesis diterima terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri. Koefisien korelasi positif yang berarti semakin tinggi efikasi diri siswa maka penyesuaian diri semakin baik. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri siswa maka penyesuaian diri semakin kurang. Implikasi dalam penelitian ini menjadi bahan evaluasi bagi siswa untuk dapat menanamkan sikap keyakinan diri yang positif dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Penyesuaian Diri, Siswa.

Abstract

Being a student requires you to adjust to the school environment and new friends where students face several problems that require self-adjustment. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and self-adjustment in junior high school students in Makassar. The population in this study were 232 students of SMPIT Darul Fikri Makassar with a sample of 87 students obtained through the accidental sampling technique. Data were collected through a questionnaire using the psychological Adjustment Scale adaptation scale consisting of 19 items and the general self-efficacy scale consisting of 34 items. The results of this study indicate that self-efficacy significantly influences self-adjustment in students of SMPIT Darul Fikri Makassar and contributes 59,2%. The results of data analysis indicate that the hypothesis is accepted that there is a positive relationship between self-efficacy and self-adjustment. The positive correlation coefficient means that the higher the student's self-efficacy, the better the self-adjustment. Conversely, the lower the student's self-efficacy, the less self-adjustment. The implications of this study are evaluation materials for students to be able to instill a positive self-confidence attitude in adjusting to the school environment.

Keywords: Self-Adjustment, Self-Efficacy, Students.

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang dibentuk untuk mewujudkan tujuan pendidikan. Sekolah merupakan lembaga yang difungsikan untuk keberlangsungan kegiatan belajar mengajar sesuai bidang tertentu dengan tujuan agar ilmu yang diberikan mampu bermanfaat bagi individu untuk menjadi manusia yang berguna bagi nusa dan bangsa serta agama (Parinsi, Mewengkang, & Rantung, 2021). Sekolah Darul Fikri merupakan lembaga pendidikan Islam berada di kota Makassar yang membina beberapa jenjang Pendidikan mulai dari TK, SD, SMP hingga SMA. Pada tingkat SMP siswa terbagi atas dua program kelas yaitu boarding dan full day.

Siswa yang tinggal di lingkungan sekolah berasrama (boarding school) penting untuk memiliki kemampuan beradaptasi atau penyesuaian diri yang baik, agar terhindar dari perilaku menyimpang, frustrasi, ketegangan emosi dan konflik dengan teman seasrama serta dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Pada fenomena sekolah yang menerapkan boarding school, banyak ditemui siswa belum mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan asrama. Diperoleh data bahwa hampir 75% siswa yang sekolah boarding adalah kemauan dari orang tua siswa bukan dari siswa itu sendiri. Akibatnya, dibutuhkan waktu yang lama (rata-rata 4 bulan) untuk siswa menyesuaikan diri dan masuk kedalam konsep pendidikan boarding yang integratif (Ramadhani & Kustanti, 2018).

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada siswa SMP Darul Fikri Makassar ditemukan siswa yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan memperlihatkan beberapa perilaku tertentu seperti, sering di kamar dan jarang bergaul, lebih suka menyendiri, sering melamun dan terkadang menangis, sering tidak makan, diam dan kurang merespon orang lain baik guru maupun teman, tidak mengikuti pelajaran di kelas atau tidak memperhatikan penjelasan guru, tidak punya minat, tidak berpartisipasi dalam kelompok, perasaan rindu yang sangat terhadap rumah dan keluarga dan tidak mengerjakan tanggung jawabnya.

Kehidupan baru sebagai siswa di lingkungan sekolah menengah pertama merupakan periode transisi antara bergantungnya individu dengan orangtua dan kemandirian status serta identitas yang harus diraih. Siswa dituntut untuk belajar mandiri, bertanggungjawab, bersikap dewasa, melakukan penyesuaian diri yang baik, berprestasi dan dapat menyelesaikan tugas yang diberikan dengan benar. Lingkungan sekolah yang kental akan aturan-aturan dan batasan-batasan juga membuat siswa harus berusaha untuk menyesuaikan diri dengan hal-hal itu (Afifah & Saloom, 2018). Perubahan-perubahan ini mencakup hal-hal yang berkaitan dengan perubahan guru, ruang kelas, sekolah, peraturan dan prosedur kelas, ekspektasi kinerja, kesulitan pekerjaan, dan pertemanan (Rahmayati & Lubis, 2015).

Pada masa transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama dimana pada tahun pertama di sekolah menengah pertama dapat menjadi situasi yang sulit bagi banyak siswa. Hirsch dan Rapkin mengemukakan bahwa sebuah penyelidikan mencoba mempelajari transisi dari kelas enam disekolah dasar, menuju kelas tujuh di sekolah menengah pertama menunjukkan persepsi para remaja mengenai kualitas kehidupan sekolah merosot di kelas tujuh. Di kelas tujuh, para siswa kurang puas dengan sekolah, kurang memiliki komitmen terhadap sekolah, dan kurang menyukai guru-gurunya (Rahmayati & Lubis, 2015). Hal ini dikarenakan masa transisi remaja banyak menimbulkan kesulitan-kesulitan dalam penyesuaian terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan dan perkembangan pada remaja pada hakekatnya adalah usaha penyesuaian diri yaitu usaha secara aktif mengatasi tekanan dan mencari jalan keluar dari berbagai masalah (Firmansyah & Sovitriana, 2021).

Berdasarkan hasil survey awal di SMP IT Darul Fikri Makassar, peneliti melakukan wawancara dan menyebarkan kuesioner kepada responden sebanyak 35 siswa. Hasil wawancara peneliti memperoleh data siswa mengalami kesulitan dalam penyesuaian terhadap peraturan dan proses pembelajaran di sekolah. Dari penyebaran angket ditemukan

permasalahan yang paling dominan yakni sebesar 68% siswa merasa sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan disekolah seperti kurang percaya diri dalam mengeluarkan pendapat dikelas, kurang mampu mengatasi tantangan, siswa sulit mengatur waktu, siswa mengalami permasalahan nilai akademik, siswa sulit untuk mengontrol diri, siswa merasa terasingkan. Agar siswa dapat mencapai penyesuaian diri yang efektif, siswa perlu memiliki kepercayaan diri.

Ketika siswa beralih ke sekolah menengah pertama, siswa baru dituntut memiliki kemampuan penguasaan dalam lingkungan yang tidak individu kenal. Situasi kehidupan yang sering kali berubah menuntut siswa agar lebih efektif menyesuaikan diri dengan keadaan baru. Faktor internal seperti efikasi diri juga memengaruhi penyesuaian diri. Efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan tindakan yang akan menghasilkan hasil yang diinginkan. Salah satu faktor penting dalam perkembangan kesehatan mental siswa adalah penyesuaian diri. Banyak siswa yang mengalami kesulitan dan tidak dapat menemukan kepuasan dalam hidupnya karena tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Yahya dan Wulandari (2023) diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada santri kelas VII SMP Islam boarding school dengan arah yang positif, artinya semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh santri SMP Islam boarding school maka akan semakin tinggi penyesuaian diri. Begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki oleh santri SMP Islam boarding school maka akan semakin rendah penyesuaian diri yang dirasakan oleh santri SMP Islam boarding school. Adapun sumbangan efektif dari variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri sebesar 56%.

Hubungan antara penelitian di atas yang menyatakan bahwa masalah penyesuaian diri dipengaruhi oleh kemampuan individu dan kepercayaan diri, dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti bahwa penyesuaian diri merupakan salah satu syarat terciptanya individu yang baik dan sehat secara mental. Tingkat penyesuaian diri yang rendah membuat banyak siswa tidak dapat membentuk hubungan yang harmonis dengan teman sekelas, guru, bahkan kebijakan sekolah. Dengan demikian, ada hubungan antara penyesuaian diri siswa dan efikasi diri. Siswa yang kesulitan dalam penyesuaian diri harus memiliki keyakinan dan kepercayaan diri yang tinggi. Berdasarkan permasalahan yang di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMP di Makassar. Hipotesis pada penelitian ini yakni terdapat hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMP Darul Fikri Makassar.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Definisi operasional Efikasi diri merupakan keyakinan atau kepercayaan diri yang dimiliki siswa bagaimana kemampuan dirinya untuk melakukan tugas, mencapai tujuan, dan menghasilkan sesuatu (Bandura, 1997). Penyesuaian diri merupakan proses yang mencakup respon perilaku dan mental. Individu berusaha mencegah ketegangan, frustrasi, kebutuhan dan konflik yang terdapat dalam dirinya dengan baik, dan menyesuaikan antara tuntutan yang berasal dari dalam diri dengan lingkungannya. (Schneiders, 1964).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPIT Darul Fikri Makassar sebanyak 232 siswa dengan sampel sebanyak 87 siswa yang diperoleh melalui Teknik accidental sampling. Data dikumpulkan melalui kuisioner menggunakan skala adaptasi psychological Adjustment Scale yang terdiri dari 19 aitem dan skala general self-efficacy yang terdiri dari 34 aitem. Teknik analisis data terdiri atas uji deskriptif, uji hipotesis dan analisis tambahan.

Koefisien Reliabilitas skala penyesuaian diri pada uji coba dengan 19 aitem dan menggunakan 185 subjek yang memiliki nilai koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar

0,938. Nilai koefisien tersebut menunjukkan bahwa skala tersebut reliabel dan termasuk kategori sangat bagus. Koefisien Reliabilitas skala efikasi diri pada uji coba dengan 34 aitem dan menggunakan 185 subjek yang memiliki nilai koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,823. Nilai koefisien tersebut menunjukkan bahwa skala tersebut reliabel dan termasuk kategori bagus.

HASIL PENELITIAN

Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMP Darul Fikri Makassar. Berikut hasil analisis uji hipotesis menggunakan metode analisis korelasi Spearman Rank menggunakan bantuan aplikasi SPSS 20 for windows. Metode analisis ini merupakan metode statistic non parametric yang sebelumnya tidak dikenai uji asumsi untuk melakukan uji hipotesis.

Tabel 1. Uji Hipotesis

Variabel	r	p	Keterangan
Penyesuaian Diri dan Efikasi Diri	0,592	0,001	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa hasil analisis korelasi antara efikasi diri dengan penyesuaian diri siswa sebesar $r = 0,592$ dengan signifikansi $p = 0,001$. Kaidah yang digunakan jika nilai signifikansi dibawah 0,05 ($p < 0,05$), maka hipotesis diterima. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa $0,001 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMP Darul Fikri Makassar.

Koefisien korelasi pada penelitian ini sebesar 0,592 yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang bernilai positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri siswa, terdapat hubungan yang bersifat positif dimana semakin tinggi efikasi diri siswa maka tingkat penyesuaian dirinya semakin baik. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri siswa maka semakin rendah juga tingkat penyesuaian diri yang dimiliki siswa. Berikut uji beda skor penyesuaian diri berdasarkan program kelas siswa.

Tabel 2. Uji Beda berdasarkan Program Kelas

Program Kelas	M	p	Keterangan
<i>Boarding</i>	47,10	0,211	Tidak Signifikan
<i>Full Day</i>	45,92		

Berdasarkan tabel di atas, rata-rata skor penyesuaian diri pada siswa boarding sebesar 47,10 dan pada siswa full day sebesar 45,92. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor penyesuaian diri antara siswa boarding dan full day. Nilai $p = 0,211 > 0,05$ menandakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor penyesuaian diri siswa boarding dan siswa full day.

Berikut uji beda skor efikasi diri berdasarkan program kelas siswa.

Tabel 3. Uji Beda berdasarkan Program Kelas

Program Kelas	M	p	Keterangan
<i>Boarding</i>	65,39	0,029	Signifikan
<i>Full Day</i>	62,07		

Berdasarkan tabel di atas, rata-rata skor efikasi diri pada siswa boarding sebesar 65,39 dan pada siswa full day sebesar 62,07. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor efikasi diri antara siswa boarding dan full day. Nilai $p = 0,029 < 0,05$ menandakan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor efikasi siswa boarding dan siswa full day.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besar peran efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMP Darul Fikri Makassar ditemukan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat peranan efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMP Darul Fikri Makassar. Besar peranan efikasi diri terhadap penyesuaian diri dapat dilihat pada r sebesar 0,592 (59%) yang artinya efikasi diri memberikan peran sebesar 59% terhadap penyesuaian diri dan 41% lainnya dipengaruhi oleh variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis uji Spearman Rank menyatakan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,592$ dan $p = 0,001$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara efikasi diri dengan penyesuaian diri siswa SMPIT Darul Fikri Makassar. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Pudjiastuti (2012) yang mengemukakan bahwa individu yang memiliki efikasi diri tinggi merasa yakin akan kompetensi yang akan dimilikinya dalam mengerjakan soal-soal ujian. Selain itu, individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan mempersiapkan diri sebaik-baiknya sebelum menghadapi keadaan atau situasi yang tidak sesuai harapan individu.

Hasil penelitian Wijaya (2012) juga mengemukakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara keyakinan diri akademik dengan penyesuaian diri siswa asrama SMA Pangudi Luhur Van Lith Muntilan. Hubungan yang signifikan tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar $r = 0,611$ dengan Tingkat signifikansi sebesar $p = 0,001$ ($p < 0,05$) mengindikasikan adanya hubungan positif yaitu semakin tinggi keyakinan diri akademik maka penyesuaian diri siswa akan semakin baik, sebaliknya semakin rendah keyakinan diri akademik maka penyesuaian diri akan semakin buruk. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yahya dan Wulandari (2023) menyatakan bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh santri SMP Islam boarding school maka akan semakin tinggi penyesuaian diri. Begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki oleh santri SMP Islam boarding school maka akan semakin rendah penyesuaian diri yang dirasakan oleh santri SMP Islam boarding school.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif efikasi diri menunjukkan bahwa terdapat 10 siswa (11,49%) yang berada pada kategori tinggi, 76 siswa (87,36%) yang berada pada kategori sedang, dan 1 siswa (1,49%) yang berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil analisis tersebut, maka efikasi diri yang diperoleh siswa berada pada kategori sedang. Siswa yang berada dalam kategori sedang ini telah menunjukkan gejala-gejala efikasi diri, namun masih dalam tingkat yang sedang. Siswa dengan kategori efikasi diri sedang tentu berbeda dengan siswa yang memiliki efikasi diri tinggi karena siswa yang memiliki efikasi diri tinggi memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan mampu menyelesaikan tugas maupun masalah yang dihadapinya.

Baron dan Byrne (2015) menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan suatu evaluasi individu mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya dalam melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Bandura (Ghufron & Risnawita, 2011) mengemukakan faktor yang memengaruhi efikasi diri yaitu informasi tentang kemampuan diri. Efikasi diri seseorang akan meningkatkan atau menurun jika mendapat informasi yang positif atau negatif.

Ghufron & Risnawita (2011) mengemukakan empat sumber informasi efikasi diri salah satunya yaitu pengalaman keberhasilan. Sumber informasi ini dapat memberikan pengaruh besar pada diri seseorang karena didasarkan pada pengalaman-pengalaman pribadi seseorang secara nyata berupa keberhasilan dan kegagalan. Pengalaman keberhasilan akan meningkatkan efikasi diri individu, sedangkan pengalaman kegagalan akan menurunkan efikasi diri individu.

Penelitian yang dilakukan Nuraini, Rini, dan Pratitis (2021) mengemukakan beberapa karakteristik individu yang memiliki efikasi diri bagi (Bandura, 1997) ialah individu percaya bahwa dirinya mampu menanggulangi secara efisien kejadian serta suasana yang dialami, individu tekun dalam menuntaskan tugasnya, mempunyai rasa percaya diri, memandang kesusahan sebagai tantangan bukan ancaman suka mencari suasana yang baru, meningkatkan komitmen terhadap dirinya, fokus pada tugas dan merancang strategi dalam menghadapi kegagalan serta ancaman.

Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan merasa kesulitan dalam menghadapi tantangan. Individu merasa tidak percaya akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas yang sulit, mengatasi konflik dengan teman maupun pada saat menghadapi ujian. Individu juga cenderung berusaha untuk meninggalkan keadaan yang tidak sesuai dengan keinginan, sehingga membuat individu merasa tidak nyaman dengan lingkungannya.

Individu dengan efikasi diri tinggi lebih cenderung menetapkan tujuan, berkomitmen terhadap tantangan yang lebih sulit dan berusaha memenuhi tujuan yang diinginkan (Zulkosky, 2009). Zimmerman (2000) mengemukakan manfaat dari efikasi diri bagi mahasiswa dalam konsep belajar, mahasiswa lebih mampu mengatur waktu, lebih giat, dan lebih baik dalam memecahkan masalah konseptual. Bandura (Santrock, 2009) juga mengemukakan bahwa efikasi diri merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam menentukan apakah individu berprestasi atau tidak. Artinya individu dengan efikasi diri yang tinggi mempunyai kepercayaan diri yang baik dalam menyelesaikan setiap tugas yang ada.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif penyesuaian diri pada siswa SMPIT Darul Fikri Makassar menunjukkan bahwa tidak terdapat siswa yang berada pada kategori tinggi, 86 siswa (98,85%) berada pada kategori sedang, dan 1 siswa (1,15%) yang berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil tersebut maka penyesuaian diri siswa SMP berada pada kategori sedang. Subjek yang termasuk dalam kategori sedang pada variabel penyesuaian diri dianggap cukup baik dalam hal untuk mencapai dan menyelesaikan tugas disekolah. Siswa dengan penyesuaian diri sedang mampu menghadapi tantangan dalam lingkungan sekolah dan menyesuaikan diri dengan perubahan, tetapi mereka mungkin memerlukan lebih banyak waktu atau dukungan untuk melakukannya dibandingkan dengan siswa yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang sangat baik.

Endra mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan setiap individu untuk mempertahankan eksistensi dan memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani serta dapat membuat relasi yang memuaskan pada tuntutan sosial individu. Fatimah (2006) menambahkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis, yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya.

Chaplin (2002) mengemukakan bahwa penyesuaian diri juga merupakan suatu variasi dalam kegiatan individu untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan atau kemampuan menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik

dan sosial. Kebutuhan untuk diterima dalam kelompok sangat dibutuhkan oleh individu baru didalam suatu lingkungan yang juga baru. Keyakinan diri yang tinggi akan menunjang dalam proses mendapatkan kebutuhan-kebutuhan tersebut. Pada konteks belajar, penyesuaian diri mengacu pada kemampuan akademik siswa. Siswa diharapkan mampu mengontrol emosi dalam menghadapi masalah sehingga dapat berpikir jernih dalam mencari solusi. Penyesuaian diri yang baik ditandai oleh kemampuan mengakui kegagalan tanpa mudah menyerah dan terus berusaha untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Agmeilia, Suroso, & Rista, 2023).

Berapa faktor penghambat individu dalam proses penyesuaian diri yaitu munculnya sikap negatif terhadap mata pelajaran dan dosen tertentu, seperti mengalami kesulitan dan kendala dalam memahami mata pelajaran dan kemauan guru di dalam kelas, sehingga timbulnya keinginan individu untuk bolos. Selain itu timbulnya sikap inferiority complex atau rasa rendah diri terhadap siswa lain. Serta timbulnya keterikatan dalam grup tertentu yang tidak terbimbing, dan tidak senang di rumah bahkan meninggalkan rumah apabila terjadi konflik dengan orang tua menjadi variable lain yang memengaruhi penelitian ini.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan informasi untuk memperluas pengetahuan tentang hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMP. Adapun kelemahan dalam penelitian ini adalah subjek dalam penelitian ini hanya berasal dari satu tempat dan sekolah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian dapat disimpulkan bahwa efikasi diri secara signifikan memengaruhi penyesuaian diri pada siswa SMPIT Darul Fikri Makassar dan memberikan kontribusi sebesar 59,2%. Hasil analisis data menunjukkan hipotesis diterima terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri. Koefisien korelasi positif yang berarti semakin tinggi efikasi diri siswa maka penyesuaian diri semakin baik. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri siswa maka penyesuaian diri semakin kurang.

Masukan yang dapat peneliti berikan bagi para siswa, khususnya siswa yang memandang lingkungan dari sisi negatif, untuk lebih menanamkan sikap keyakinan diri yang tinggi. Efikasi diri dapat diperoleh dari siswa sendiri mengenai kemampuannya dan adanya dukungan dari lingkungan. Pengalaman-pengalaman menyenangkan yang dimiliki siswa juga sangat membantu dalam meningkatkan efikasi diri. Bagi guru, disarankan untuk memberikan nasihat di akhir pembelajaran untuk menumbuhkan sikap yakin dalam diri siswa serta untuk mengurangi kecanggungan terhadap lingkungan atau sikap negatif pada lingkungan kampus. Bagi orang tua, disarankan untuk memberikan perhatian lebih dalam mengontrol perkembangan akademik anak, dan juga memberikan pandangan positif terhadap setiap tuntutan yang dihadapi siswa di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, S. (2015). Keterkaitan Self Efficacy Dan Self Esteem Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Fokus Konseling*. 1(2). 151-161
- Afidah, M. (2017). Pengaruh Efikasi diri dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Baru SMA NU 1 Model Di Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Sungelebak, Karanggeneng Lamongan. (Skripsi). Universitas Islam Negeri
- Afifah, S., & Saloom, G. (2018). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Sel-Efficacy dalam Penyesuaian Diri Santri Baru. *Dialog*, 41(2), 139–148.
- Agmeilia, I. F., Suroso, D., & Rista, K. (2023). Keterkaitan Efikasi Diri dan Penyesuaian Diri: Kunci Sukses Menghadapi Tantangan Baru. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 230–237.

- Aulia, A. (2019). Pengaruh dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap kepuasan hidup remaja yang mempunyai orang tua tiri. (Skripsi). Universitas Medan Area.
- Azwar, S. (2016). Kelompok Subjek Ini Memiliki Harga Diri Yang Rendah"; Kok, Tahu...? Buletin Psikologi, 1(2), 13–17. <https://doi.org/10.22146/bpsi.13160>
- Azwar, S. (2016). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). Exploratory Intervention With a Scale Measuring Adjustment to College. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 31-38.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2015). *Psikologi Sosial*. Edisi Ketiga Belas.
- Chaplin, J. T. (2002). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Chemers, M.M., Hu, L., & Garcia, F.B (2001). Academic self efficacy and First- Years College Student Performance and Adjustment. *Journal of Educational Psychology*. 93(1), 55-64.
- De Vaus, D. (2002) *Surveys in Social Research*. 5th Edition, Routledge, London.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Pustaka Setia.
- Fauzy, A. (2019). *Metode Sampling*. Banten: Penerbit Universitas Terbuka.
- Firmansyah, F., & Sovitriana, R. (2021). Penyesuaian Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 25–31.
- Fraenkel, J.R & Wallen, N.E. (1993). *How to Design and Evaluate Research in Education*. Seventh Edition. New York: Allyn & Bacon
- Ghufron, M. N., dan Risnawita, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Haber, A. Runyon, R. P. (1994) *Psychology Of Adjustment*. United States Of America: The Dorsey Press, 11-19.
- Hakim, L., & Mustafa, P. S. (2023). *Perkembangan Peserta Didik Dalam Pembelajaran*. UIN Mataram Press.
- Hirsch, B. J., & Rapkin, B. D. (1986). Social networks and adult social identities: Profiles and correlates of support and rejection. *American Journal of Community Psychology*, 14(4), 395–412. <https://doi.org/10.1007/BF00922626>
- <https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/psimphoni/article/view/14266>
- Hutapea, B. (2014). Stres Kehidupan Religiusitas dan Penyesuaian diri warga Indonesia Sebagai Mahasiswa Internasional . *Jurnal makara*, 18(1). 25-40.
- Imam, G. (2011). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 19*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 68.
- Klassen, R.M. (2004). A cross cultural investigation of the efficacy beliefs of south asian immigrant and anglo Canadian nonimmigrant early adolescents. *Journal of Educational Psychology*. 2004. 96(4).731-742.
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2). 275-282.
- Mantyawati, N. N., Septiningsih, D. S., Setyawati, R., & Wulandari, D. A. (2022). Efikasi Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Peserta Didik Kelas Vii. *PSIMPHONI; Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 132–137.
- Matondang, Z. (2009). Validitas dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian. *Jurnal Tabularasa PPS UNIMED*, 6(1), 87–97.
- Myers, G. D. (2010). *Social Psychology*. New York: McGraw-Hill
- Nadlyfah, A. K., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Di Semarang. *Empati*, 7(1), 136–144.
- Novita, E. (2022). Hubungan Efikasi diri Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Pertanian. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 3(2), 154–159.
- Nuraini, A. G., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2021). Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru: Bagaimana Peran Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(02), 136–144.
- Nurdin. (2009). Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Penyesuaian Sosial Siswa di Sekolah. *Jurnal Administrasi Pendidikan* 9(1). 86-108
- Nurfuad, A. (2013). Meningkatkan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Melalui Layanan

- Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas Viii B Smp N 2 Juwana Tahun 2012/2013. (Skripsi). Universitas Negeri Semarang.
- Parinsi, M. T., Mewengkang, A., & Rantung, T. (2022). Perancangan sistem informasi sekolah di sekolah menengah kejuruan. *EduTIK: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 2(5), 227–240.
- Permatasari, R. A., & Savira, S. I. (2018). Hubungan Antara Self-Esteem dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 1–7.
- Pudjiastuti, E. (2012). Hubungan “Self Efficacy” dengan Perilaku Mencontek Mahasiswa Psikologi. *MIMBAR, Jurnal Sosial Dan Pembangunan*, 28(1), 103. <https://doi.org/10.29313/mimbar.v28i1.344>
- Rachmawati, Y. E. (2012). Hubungan antara Self efficacy dengan kematangan karier pada mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir di universitas surabaya. *jurnal ilmiah*, 1 (1). 1-25
- Rahimah A. (2018). Hubungan Self Efficacy Dengan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMPIT Al-Fakhri Sunggal. (Skripsi). Universitas Medan Area
- Rahma, A. (2016). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kemandirian belajar siswa kelas X SMA Excellent AL-YASINI yang tinggal di Pondok Pesantren. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Ibrahim.
- Rahmayati, T. E., & Lubis, Z. (2015). Hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi Uma*, 13(1), 65–69. <http://ojs.urna.ac.id/index.php.analitika/article/view/784>.
- Ramadhani, M. H., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Kelekatan Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Siswa Boarding School Di SMA Pondok Pesantren Modern Selamat Kendal. *Jurnal Empati*, 7(3), 90–99.
- Revita, N. (2019). Hubungan Efikasi diri (Efikasi diri) terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas VII SMPN 1 Tanah Putih. (Skripsi). Universitas Islam Riau
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta : PT. Erlangga.
- Schneiders. (1964). *Personal Adjusment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Shadiqi, M. A. (2023). *Statistik untuk Penelitian Psikologi dengan SPSS*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Syamsuryadin, S., & Wahyuniati, C. F. S. (2017). Tingkat Pengetahuan Pelatih Bola Voli Tentang Program Latihan Mental Di Kabupaten Sleman Yogyakarta. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 13(1), 53–59.
- Tarigan, V. R. (2021). Hubungan Efikasi diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas X Di Sekolah SMA Negeri 1 Berastagi. (Skripsi). Universitas Medan Area
- Wijaya, I. P., & Pratitis, N. T. (2012). Efikasi diri Akademik, Dukungan Sosial Orangtua Dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Dalam Perkuliahan. *Jurnal Pesona*, 1(1), 40–52.
- Yahya, H., & Wulandari, D. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Baru SMP Boarding School. *Jurnal Pespektif Psikologi Indonesia*, 1(1), 35–43.
- Yurni. (2014). Hubungan Antara Efikasi diri dan Konsep diri Akademik dengan Prestasi belajar Mahasiswa FKIP Unbari. *Jurnal Ilmiah*, 14(4). 36-41.
- Zimmerman, B. J. (2000) *Attaining self-regulation: a social cognitive perspective*. USA: Boarkaerts, M., Pintrich Paul R., & Zeidner, M.
- Zulkosky, K. (2009). Efikasi diri: a concept analysis. *Journal compilation*, 44(2), 93-102.