

Peranan *Self Efficacy* dengan *Academic Self Adjustment* pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Oleh:

Hilda Dwi Ariska

Ghozali Rusyid Affandi

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

September, 2023

Pendahuluan

- Sejumlah penelitian mengatakan bahwa dengan mengambil perguruan tinggi maka seseorang mendapatkan kesuksesan, namun kenyataannya tidak dapat menutup sepenuhnya fakta bahwa tahun pertama dari perkuliahan adalah sebuah masa yang berat, masa beratinilah yang dapat menyebabkan seorang mahasiswa baru kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan perkuliahan .
- *Academic Self Adjustment* didefinisikan sebagai persepsi diri dalam penyesuaian berbagai aspek perkuliahan termasuk hubungan dengan rekan kuliah, kehidupan kampus, emosi, dan kepuasan akan kegiatan perkuliahan.
- Mahasiswa baru yang tidak dapat melakukan *self adjustment* yang baik terhadap lingkungan akademik kampus akan menyebabkan beberapa masalah diantaranya stress, kurang dapat berinteraksi sosial dengan orang lain di sekitar lingkungannya, munculnya perasaan kesepian atau yang disebut *homesickness*, atau yang paling parah adalah memutuskan untuk tidak melanjutkan program pendidikannya.
- Faktor2 *academic self adjustment* stress, dukungan social dan juga harga diri.

Pendahuluan

- *Self adjustment* juga dikaitkan dengan keyakinan diri seseorang. Salah satu bentuk dari keyakinan diri seseorang adalah *self efficacy*. *Self efficacy* adalah salah satu bentuk dari persepsi seseorang kepada dirinya.
- Lebih lanjut, *self efficacy* akan mempengaruhi bagaimana seseorang merasa, berpikir, bertindak dimana seseorang tersebut memiliki pemikiran positif akan dapat menghadapi berbagai stressor yang datang [19]. Seseorang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan sangat berpengaruh pada performa akademik seseorang [20], dan lebih lanjut mengatakan berhubungan dengan *self adjustment* mahasiswa pada tahun pertama [21]

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah *Self Efficacy* dapat memprediksi *Academic Self Adjustment* pada mahasiswa baru fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan ?

Metode

Metode Penelitian



Kuantitatif *cross sectional study*

Teknik Sampling



Non-Probability Sampling metode *Accidental sampling*

Subjek Penelitian



Mahasiswa FIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang berjumlah 354 pada tahun 2022/2023

Alat Ukur



Alat ukur yang digunakan yaitu mengadopsi dari beberapa skala ukur yang teruji validitas dan reliabilitasnya :

- Alat ukur Self efficacy mengadopsi penelitian yang dilakukan oleh Wiranita [29]. Adapun dilakukan uji *tryout* untuk mengukur validitas dan reliabilitas item sehingga didapatkan 25 item dengan skor validitas 0,315-0,625 dan skor reliabilitas *alpha Cronbach* sebesar 0,830.

Metode

Alat ukur *Academic self adjustment* mengadopsi alat ukur dari penelitian Garnis [7]. Adapun dilakukan tryout untuk menguji validitas dan reliabilitas kembali dari alat ukur sehingga tersisa 20 item dengan skor validitas 0,305-0,671 dan skor reliabilitas *alpha Cronbach* 0,825.

Teknik Analisis Data



Teknik analisa yang digunakan adalah analisa korelasi dengan menggunakan *Simple Linear Regresion*. Adapun software aplikasi yang digunakan untuk membantu proses analisa data dalam penelitian ini adalah *SPSS* versi 26 for Windows.

Hasil

Uji Asumsi

Uji Normalitas

| Variabel | Signifikan | Keterangan |
|-----------------|------------|----------------------|
| Self efficacy | 0,218 | Terdistribusi normal |
| Self adjustment | 0,266 | Terdistribusi normal |

Berdasarkan uji asumsi yang dilakukan, ditemukan bahwa data terdistribusi secara normal dengan nilai signifikansi kedua variable berada diatas 0,05 sehingga uji asumsi normalitas telah terpenuhi.

Hasil

Uji Asumsi

Uji Linearitas

| Variabel | Signifikansi | Keterangan |
|-------------------------------|--------------|------------|
| Self efficacy-self adjustment | 0,000 | Linear |

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa variabel *self efficacy* dan *academic self adjustment* memiliki hubungan yang linear dengan nilai signifikansi dari *linearity* sebesar 0,000.

Hasil

Uji Asumsi

Uji Multikolinearitas

| Variabel | Vif | Keterangan |
|-------------------------------|-------|------------|
| Self efficacy-self adjustment | 1,000 | terpenuhi |

Selanjutnya uji asumsi multikolinearitas menunjukkan bahwa nilai VIF mendapatkan skor 1 dan berada dibawah 10. Hasil ini menunjukkan bahwa hasil dari uji Multikolinearitas telah terpenuhi.

Hasil

Uji Hipotesis

Uji korelasi pearson

| | | |
|---------------------------------|---------------------|---------------|
| | | |
| | | Self Efficacy |
| Academic Self Adjustment | Pearson Correlation | .286** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 181 |

Hasil dari uji korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *academic self adjustment*. Adapun koefisien korelasi yang didapatkan sebesar $r = 0.286$ dengan nilai $\text{sig} = 0,000$. Adapun hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkatan *self efficacy* yang dimiliki oleh seseorang maka akan semakin tinggi pula tingkatan *academic self adjustment* yang dimiliki.

Hasil

Uji Hipotesis

Uji regresi linear

| Model | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-------|------------|----------------|-----|-------------|--------|-------------------|
| 1 | Regression | 343,549 | 1 | 343,549 | 15,979 | .000 ^b |
| | Residual | 3848,429 | 179 | 21,500 | | |
| | Total | 4191,978 | 180 | | | |

Berdasarkan uji yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *self efficacy* dapat mempengaruhi *academic self adjustment* dengan nilai $F=15,979$. Adapun nilai f hitung tersebut lebih besar dari F tabel yaitu 3,84 sehingga F Hitung $>$ F Tabel. Adapun nilai $\text{sig}=0,000$ sehingga dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* dapat mempengaruhi *academic self adjustment* secara signifikan.

Hasil

Nilai Sumbangan Efektif

| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error Of The Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1 | .286 ^a | 0,082 | 0,077 | 4,637 |

Nilai sumbangan efektif yang didapatkan dari nilai R square menunjukk bahwa *self efficacy* memberikan sumbangan efektif sebesar 8,2% kepada *academic self adjustment*.

Pembahasan

- Hasil analisa data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan *academic self adjustment* dengan koefisien korelasi $r=0,286$ dengan signifikansi $<0,05$. Hasil ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkatan *self efficacy* dari seseorang, maka akan semakin tinggi pula tingkat *academic self adjustment* yang dimiliki oleh mahasiswa.
- Hasil ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Novita [31] yang menunjukkan hubungan positif antara *self efficacy* dengan *self adjustment* dengan nilai $r=0,467$. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sulistyoningrum [32] dengan nilai korelasi $r=0,279$ menunjukkan pula bahwa ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *academic self adjustment* pada populasi mahasiswa.
- Lebih lanjut Denovan dan Macaskill [34] dalam artikel penelitian menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan melihat tugas, kesulitan, dan juga beberapa hambatan dalam perkuliahan sebagai sebuah tantangan untuk dihadapi. Mereka akan menggunakan *problem-focused coping* untuk mengatasi masalah dan kesulitan yang dihadapi, sehingga akan cenderung memiliki tingkatan stress yang rendah dan *well-being* yang baik. Melakukan *coping* yang berfokus pada masalah adalah strategi yang baik bagi mahasiswa untuk mengatasi beberapa stressor baru yang akan mereka hadapi ketika baru masuk kuliah sehingga mereka dapat menurunkan stress yang mereka miliki.
- Beberapa pendapat dan penjelasan dari penelitian terdahulu menegaskan bahwa *self efficacy* dapat mempengaruhi *academic self adjustment* dari mahasiswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukan untuk bagi lembaga dan institusi terkait agar memberikan perhatian lebih pada tingkatan *self efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa yang baru saja menjalani perkuliahan, sehingga harapannya mereka dapat melakukan penyesuaian diri yang baik dalam menjalani perkuliahan.

Temuan Penting Penelitian

- Hasil uji penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan *academic self adjustment*, bahwa semakin tinggi tingkat *self efficacy* yang dimiliki oleh individu maka akan semakin tinggi pula *academic self adjustment* yang dimiliki.
- adapun *self efficacy* memberikan sumbangan efektif sebesar 8,2% kepada *academic self adjustment*.

Manfaat Penelitian

- Manfaat praktis bagi mahasiswa untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya memiliki kepercayaan kemampuan diri dalam bidang akademik, agar harapannya mahasiswa dapat mencari beberapa alternatif solusi yang dia rasakan ketika merasa tidak percaya diri dan kesulitan dalam menyesuaikan diri seperti mengikuti beberapa kegiatan, komunitas, dan organisasi yang berada dibawah naungan kampus.
- Manfaat teoritis penelitian ini juga dapat menjadi bahan referensi lembaga perguruan tinggi untuk lebih sadar akan pentingnya kepercayaan diri di bidang akademik tahun pertama dan pengaruhnya kepada penyesuaian diri mahasiswa. Harapannya lembaga dapat melakukan beberapa pelatihan atau seminar yang bertujuan untuk meningkatkan *self efficacy* mahasiswa sehingga mahasiswa tersebut dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik.

Referensi

- [1] S. Baum, J. Ma, and K. Payea, "Education Pays, 2010: The Benefits of Higher Education for Individuals and Society. Trends in Higher Education Series.," *Coll. Board Advocacy Policy Cent.*, 2010.
- [2] K.-F. Lee, C.-S. Ang, and G. Dipolog-Ubanan, "My First Year in The University": Students' Expectations, Perceptions and Experiences," *J. Soc. Sci. Res.*, vol. 14, pp. 3134–3145, 2019.
- [3] A. Rahmadani and Y. R. Mukti, "Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional : studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama," *J. Konseling dan Pendidik.*, vol. 8, no. 3, p. 159, 2020, doi: 10.29210/145700.
- [4] G. Zhang, X. Tu, N. Ding, J. T. F. Lau, P. Wang, and X. Yang, "Prospective relationships between college adjustment, self-esteem, and mental health status among Chinese undergraduates," *J. Am. Coll. Heal.*, vol. 0, no. 0, pp. 1–7, 2021, doi: 10.1080/07448481.2021.1909036.
- [5] T. S. Mamesah and R. Y. E. Kusumiati, "Hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Provinsi NTT yang merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga," *Psikol. Konseling*, vol. 14, no. 1, 2019.
- [6] M. N. Ghufron, "Penyesuaian Akademik Tahun Pertama Ditinjau Dari Efikasi Diri Mahasiswa," *KONSELING EDUKASI "Journal Guid. Couns.*, vol. 1, no. 1, 2018, doi: 10.21043/konseling.v1i1.3860.
- [7] F. E. Garnis, "Hubungan antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Negeri Sidoarjo," Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2021.
- [8] M. N. M. Rahayu and R. Arianti, "Adjustment of First-Year Students in College: Study on UKSW Psychology Faculty Students," *J. Psychol. Sci. Prof.*, vol. 4, no. 2, p. 73, 2020.

Referensi

- [9] B. Widodo, "Gambaran Penyesuaian diri Mahasiswa Baru Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun Tahun Akademik2020/2021," *JlIP - J. Ilm. Ilmu Pendidik.*, vol. 4, no. 8, pp. 899–907, 2021, doi: 10.54371/jiip.v4i8.364.
- [10] N. Khotimatussannah, N. Khairunisya, T. Pitaliki, and A. Anggraeni, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Akademik Dimasa Pembelajaran Online Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung," *J. RASI*, vol. 3, no. 1, pp. 29–36, 2021, doi: 10.52496/rasi.v3i1.120.
- [11] E. C. M. Van Rooij, E. P. W. A. Jansen, and W. J. C. M. van de Griff, "First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment," *Eur. J. Psychol. Educ.*, vol. 33, pp. 749–767, 2018.
- [12] M. Thompson, C. Kuruwita, and E. M. Foster, "Transitions in suicide risk in a nationally representative sample of adolescents," *J. Adolesc. Heal.*, vol. 44, no. 5, pp. 458–463, 2009.
- [13] M. K. Sari, "Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu Dalam Menghadapi Wabah Covid 19 Dan Perkuliahan Daring Di Stikes Karya Husada Kediri," *J. Ilm. Pamenang*, vol. 2, no. 1, pp. 31–35, 2020, doi: 10.53599/jip.v2i1.36.
- [14] F. U. N. Erindana, H. F. Nashori, and M. N. F. Tasaufi, "Penyesuaian Diri Dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama," *Motiv. J. Psikol.*, vol. 4, no. 1, p. 11, 2021, doi: 10.31293/mv.v4i1.5303.
- [15] U. Sakinah, "Identifikasi Faktor-Faktor Penyesuaian Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama Pendidikan Tata Boga UNIMED," *SP - Psychol.*, no. 2-Oct-2017, 2017, [Online]. Available: <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/8444>
- [16] P. Mudhovozi, "Social and Academic Adjustment of First-Year University Students," *J. Soc. Sci.*, vol. 33, no. 2, pp. 251–259, 2012, doi: 10.1080/09718923.2012.11893103.
- [17] P. Fajar and Y. I. Aviani, "Hubungan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri: Sebuah Studi Literatur," *J. Pendidik. Tambusai*, vol. 6, no. 1, pp. 2186–2194, 2022.
- [18] H. R. Riggio, "The Psychology of Self-Efficacy.," *Self-efficacy in school and community settings*. in Perspectives on cognitive psychology. Nova Science Publishers, Riggio, Heidi R.: California State University, Los Angeles, 5151 State University Drive, Los Angeles, CA, US, 90032, hrriggio@calstatela.edu, pp. 1–18, 2012.

Referensi

- [19] Shamsul Siddiqui, "Impact of Self-Efficacy on Psychological Well-Being among Undergraduate Students," *Int. J. Indian Psychol.*, vol. 2, no. 3, 2015, doi: 10.25215/0203.040.
- [20] D. Hernawati and M. Amin, "Analisis Self Efficacy Mahasiswa Melalui Kemampuan Presentasi di Kelas," vol. 2, no. 1, pp. 26–33, 2017.
- [21] S. M. A. Yadak, "The Impact of the perceived self-efficacy on the academic adjustment among qassim university undergraduates," *Open J. Soc. Sci.*, vol. 5, no. 01, p. 157, 2017.
- [22] L. Girelli *et al.*, "Autonomy Supportive Contexts, Autonomous Motivation, and Self-Efficacy Predict Academic Adjustment of First-Year University Students," *Front. Educ.*, vol. 3, no. November, pp. 1–11, 2018, doi: 10.3389/feduc.2018.00095.
- [23] R. Fitri and E. R. Kustanti, "Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang," *J. EMPATI*, vol. 7, no. 2, pp. 491–501, 2020, doi: 10.14710/empati.2018.21669.
- [24] F. Mandoa, H. Saud, and Y. A. Reba, "Penyesuaian Diri Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Self-Esteem," *Psychocentrum Rev.*, vol. 3, no. 1, pp. 119–127, 2021, doi: 10.26539/pcr.31595.
- [25] K. A. Levin, "Study design III: Cross-sectional studies," *Evid. Based. Dent.*, vol. 7, no. 1, pp. 24–25, 2006, doi: 10.1038/sj.ebd.6400375.
- [26] R. V Krejcie and D. W. Morgan, "Determining sample size for research activities," *Educ. Psychol. Meas.*, vol. 30, no. 3, pp. 607–610, 1970.
- [27] A. S. Acharya, A. Prakash, P. Saxena, and A. Nigam, "Sampling: Why and How of It," *Indian J. Med. Spec.*, vol. 4, no. 2, pp. 330–333, 2013.
- [28] I. Etikan and K. Bala, "Sampling and Sampling Methods," *Bio[1] I. Etikan K. Bala, "Sampling Sampl. Methods," Biometrics Biostat. Int. J.*, vol. 5, no. 6, pp. 5–7, 2017, doi 10.15406/bbij.2017.05.00149.
- [29] A. T. Wiranita, "Hubungan antara Self Efficacy dengan Pemilihan Karir pada Siswa di SMK Trisakti Tulangan," Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2017.

Referensi

- [30] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- [31] E. Novita, "Hubungan Self-efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Pertanian The Correlation of Self-Efficacy with Adjustment to Higher Education in New Students of the Faculty of Agriculture," vol. 3, no. 2, pp. 154–159, 2022.
- [32] S. Endah, "Hubungan Antara Self Efficacy dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Asal Nusa Tenggara Timur di Univeristas Wijaya Putra Surabaya." Universitas Wijaya Putra, 2020.
- [33] S. Sa'idah and H. Laksmiwati, "Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren," *J. Psikol. Teor. dan Terap.*, vol. 7, no. 2, p. 116, 2017, doi: 10.26740/jppt.v7n2.p116-122.
- [34] A. Denovan and A. Macaskill, "Stress and Subjective Well-being among First Year UK Undergraduate Students," vol. 18 pp. 505–525, 2016, [Online]. Available: <http://shura.shu.ac.uk/12114/>
- [35] L. G. Aspinwall and S. E. Taylor, "Modeling Cognitive Adaptation: a Longitudinal Investigation of the Impact of Individual Differences and Coping on College Adjustment and Performance.," *J. Pers. Soc. Psychol.*, vol. 63, no. 6, p. 989, 1992.
- [36] H. Hytinen, A. Toom, and L. Postareff, *Unraveling the Complex Relationship in Critical Thinking, Approaches to Learning and Self-efficacy Beliefs among First-Year Educational Science Students*, vol. 67. 2018. doi: 10.1016/j.lindif.2018.08.004.
- [37] A. Haktanir *et al.*, "Resilience, Academic Self-Concept, and College Adjustment Among First-Year Students," *J. Coll. Student Retent. Res. Theory Pract.*, vol. 23, no. 1, pp. 161–178, 2021, doi: 10.1177/1521025118810666.

