



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 5 Tahun 2023 Page 461-473

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru di Universitas HKBP Nommensen

Bestian Lumban Gaol<sup>1✉</sup>, Asina C. Rosito<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan, Indonesia

Email :[bestian.lumbangaol@student.uhn.ac.id](mailto:bestian.lumbangaol@student.uhn.ac.id)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk Mengetahui Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Di Universitas Hkbp Nommensen. Sampel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Mahasiswa baru di Universitas HKBP Nommensen Medan Angkatan 2022. Populasi yang diambil ialah Mahasiswa Angkatan 2022 di universitas HKBP Nommensen Medan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik probability yaitu purposive sampling dengan pengambilan sampel berdasarkan atas pertimbangan tertentu. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan di kota medan pada mahasiswa baru di Universitas HKBP Nommensen. Peneliti menyebarkan skala secara online kepada mahasiswa baru se-kota medan yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Skala yang dilakukan dalam penelitian ini adalah skala Likert, yaitu skala yang berisi pernyataan-pernyataan sikap (attitude statement) yang terdiri dari skala Efikasi Diri dengan menggunakan skala yang disusun berdasarkan 3 (tiga) aspek menurut Bandura (1986), yaitu magnitude, generality, strength. Analisis data dilakukan agar peneliti nantinya memperoleh suatu kesimpulan. Hasil uji korelasi Pearson Product Moment antara variabel Efikasi Diri dan variabel Penyesuaian Diri, diperoleh korelasi sebesar  $r = -0,036$  dengan signifikansi 0,005. Berdasarkan hasil penelitian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima artinya terdapat hubungan signifikan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri mahasiswa baru Universitas HKBP Nommensen Medan.

Kata Kunci: *Efikasi Diri, Penyesuaian Diri, Mahasiswa Baru*

## Abstract

The aim of this research is to determine the relationship between self-efficacy and self-adjustment in new students at Hkbp Nommensen University. The research sample used in this research was new students at HKBP Nommensen University, Medan, Class of 2022. The population taken was students from Class of 2022 at HKBP Nommensen University, Medan. The sampling technique in this research is a probability technique, namely purposive sampling with sampling based on certain considerations. This research was carried out in the city of Medan among new students at HKBP Nommensen University. Researchers distributed the scale online to new students in the city of Medan who were the samples in this study. The scale used in this research is a Likert scale, namely a scale containing attitude statements consisting of a Self-Efficacy scale using a scale arranged based on 3 (three) aspects according to Bandura (1986), namely magnitude, generality, strength. Data analysis is carried out so that researchers can later reach a conclusion. The results of the Pearson Product Moment correlation test between the Self-Efficacy variable and the Personal Adjustment variable, obtained a correlation of  $r = -0.036$  with a significance of 0.005. Based on the research results, the hypothesis proposed in this study is declared accepted, meaning that there is a significant relationship between Self-Efficacy and Self-Adjustment of new students at HKBP Nommensen University, Medan.

Keyword: *Self-Efficacy, Self-Adjustment, New Students*

## PENDAHULUAN

Kesadaran akan pentingnya pendidikan sebagai bagian integral kehidupan masyarakat di era globalisasi dapat memberi dan memfasilitasi bagi tumbuh dan berkembangnya keterampilan intelektual, sosial dan personal. Pendidikan harus menumbuhkan berbagai kompetensi mahasiswa yang dimana memiliki, keterampilan intelektual, sosial, dan individu di bangun tidak hanya dengan landasan rasio dan logika saja, tetapi juga inspirasi, kreativitas, moral, intuisi (emosi), dan spiritual (Putri et al., 2023).

Hal tersebut selaras dengan pengertian pendidikan yang termuat dalam UU RI No. 20 Tahun 2003. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar mahasiswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Utami, 2020).

Salah satu bagian yang penting dalam upaya tersebut adalah sekolah sebagai fungsi pendidikan berkewajiban untuk mengembangkan kemampuan serta membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermartabat, khususnya generasi muda sebagai penerus cita-cita perjuangan bangsa dan sumber insani bagi pembangunan nasional (Sariroh & Yulianto,

2019). Kompetensi penyelenggaraan pendidikan yang mengacu pada kompetensi mahasiswa yang diarahkan pada kompetensi multiple intelegensi sangatlah diharapkan. Oleh karena itu upaya pengembangan Potensi Diri mahasiswa sangatlah diperlukan dalam mewujudkan tujuan pendidikan nasional (Hariswanto, 2022).

Sekolah sebagai institusi pendidikan dan miniatur masyarakat perlu mengembangkan pembelajaran sesuai tuntutan era global. Berdasarkan konstruktivisme, pembelajaran merupakan proses membangunkan pengetahuan, bukan duplikasi pengetahuan (Anggana & Pedhu, 2021). Pengetahuan membangunkan berdasarkan kebenaran, didalam kelas sehingga mendorong terciptanya kebermaknaan belajar bagi mahasiswa. Belajar juga tidak hanya akan menjadi proses menghafal saja, melainkan mahasiswa memiliki keterikatan dengan apa yang dipelajarinya. Faktanya, banyak mahasiswa mampu menyajikan tingkat hafalan yang baik terhadap materi yang diterimanya, namun mereka tidak memahaminya.

Penyesuaian diri sering disebut dengan istilah *adjustment*, yang berarti suatu proses untuk mencari titik temu antara kondisi diri dan tuntutan lingkungan. Manusia dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, kejiwaan dan lingkungan alam sekitarnya. Kehidupan itu secara alamiah juga mendorong manusia untuk terus-menerus menyesuaikan diri. Dengan demikian Fatimah (2006) menjelaskan penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya.

Secara sudut pandang yang luas, bahwa proses penyesuaian diri itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tdak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi 2 (dua) kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka (Tamari & Akmal, 2018).

Dari beberapa definisi yang di paparkan tentang teori penyesuaian diri oleh para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah sesuatu yang dimana kemampuan seseorang untuk melakukan perubahan terus-menerus selama hidupnya, dalam menciptakan hubungan yang memuaskan, harmonis, dan serasi antara orang lain dan lingkungan, beserta segala macam tuntutan yang ada didalamnya. Namun tetap menjaga kenyamanan kondisi dari diri individu itu sendiri.

Mahasiswa yang ada di Univesitas HKBP Nommensen yang telah diterima akan memasuki lingkungan baru, yaitu lingkungan Universitas. Transisi dari Sekolah Menengah Atas ke lingkungan kuliah yang melibatkan banyak perubahan dan tantangan yang lebih

besar bagi Mahasiswa baru, mulai dari teman baru, suasana lingkungan Universitas, dan lain-lain (Fatmawati et al., 2023).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, dengan dilakukan di Universitas HKBP Nommensen tepatnya pada Mahasiswa baru yaitu fakultas ekonomi. Terdapat gejala-gejala pada beberapa mahasiswa yang menunjukkan adanya kesulitan dalam penyesuaian diri ini ditunjukkan dengan beberapa tingkah laku, yaitu adanya kesulitan dalam diri mahasiswa untuk bergaul dengan teman-temannya seperti hanya sendirian di kelas ketika jam istirahat, terlihat tidak tergabung dalam kelompok pertemanan (Indria et al., 2019).

Peneliti melakukan survey terhadap 60 orang mahasiswa baru di Universitas HKBP Nommensen tentang efikasi dan penyesuaian diri. Hasil survey menunjukkan 59,7% mahasiswa tidak bisa menyelesaikan masalah yang berat dengan berusaha, 63,5% mahasiswa tidak dapat menemukan jalan keluar dari setiap permasalahan, 58,7% mahasiswa kesulitan dalam menjalani tugas yang di berikan dosen, 62,4 % mahasiswa sulit menyesuaikan diri dalam lingkungan kampus, 46,7% Saya mampu menyelesaikan masalah saat berada di kampus, 43,6% mahasiswa mempunyai solusi dari setiap permasalahan, 68,9% mahasiswa tidak yakin dapat menyelesaikan masalah dengan baik, 44,7% mahasiswa mampu mengatasi setiap kesulitan karena mempunyai banyak ide, 41,6% mahasiswa Biasanya saya dapat memikirkan solusi dari kesulitan yang ada, 37,6% mahasiswa biasanya dapat menghadapi permasalahan yang terjadi (Habibah, 2019).

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kurang mampu dalam menyesuaikan diri, dan juga efikasi diri rendah.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri salah satunya adalah lingkungan (Rizdanti & Akbar, 2022). Pada dasarnya di lingkungan Universitas memiliki pengaruh pada pembentukan perilaku penyesuaian diri mahasiswa di lingkungan. Kemampuan individu dalam proses belajar memberi hasil dari kemampuannya untuk mengatasi stress dan penghargaan dari orang lain sehingga memberikan rasa percaya dirinya.

Bandura (1982) mengemukakan bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu. Keyakinan akan seluruh kemampuan ini meliputi kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh tekanan. Bandura melanjutkan bahwa peran yang dimainkan oleh efikasi diri, dapat meningkatkan kepercayaan mengenai kapasitas personal bagi Mahasiswa. Efikasi diri mendasari keyakinan Mahasiswa akan kemampuan mereka untuk melakukan perilaku tertentu atau memberikan

hasil yang diharapkan. Efikasi diri merupakan suatu keyakinan atau kepercayaan diri individu mengenai kemampuannya untuk mengorganisasi, melakukan suatu tugas, menghasilkan sesuatu dan mengimplementasikan tindakan untuk mencapai kecakapan tertentu.

Menurut Bandura (dalam A'yunina & Abdurrohimi, 2021) menyatakan 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. Dalam setiap diri Mahasiswa/Mahasiswi yang memiliki efikasi diri, akan tetap bertahan dalam menghadapi hambatan atau tantangan yang dialaminya. Oleh karena itu, setiap mahasiswa akan dituntut memiliki efikasi diri sebagai salah satu upaya dalam mewujudkan tujuan pendidikan tersebut. Efikasi diri ini tidak berkaitan dengan kemampuan yang sebenarnya, melainkan berhubungan dengan keyakinan yang dimiliki Mahasiswa/Mahasiswi atas kemampuan dirinya.

Bandura (1982) juga menyatakan bahwa Efikasi diri pada setiap Mahasiswa/Mahasiswi akan berbeda antara satu dengan yang lainnya dengan berdasarkan dari 3 dimensi, yaitu: dimensi tingkat (level), luas bidang perilaku (generality), dan tingkat kekuatan (strength). Dalam setiap diri Mahasiswa/Mahasiswi yang memiliki efikasi diri, akan membantunya untuk tetap bertahan dalam menghadapi hambatan atau tantangan yang dialaminya. Oleh karena itu, setiap Mahasiswa/Mahasiswi akan dituntut memiliki efikasi diri sebagai salah satu upaya dalam mewujudkan tujuan pendidikan tersebut. Efikasi diri ini tidak berkaitan dengan kemampuan yang sebenarnya, melainkan yang berhubungan dengan keyakinan yang dimiliki Mahasiswa/Mahasiswi atas kemampuan dirinya, Bandura (1982).

Oleh sebab itu, peneliti dapat mengkaitkan efikasi diri dari hasil fenomena berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, bahwa pada bagian efikasi diri merupakan suatu karakter yang merujuk pada keyakinan yang dimiliki oleh individu untuk dapat menyelesaikan tugas spesifik tertentu dan keyakinan mengenai hasil yang diperolehnya nanti. Adanya efikasi diri merupakan salah satu aspek yang berpengaruh dalam keberhasilan Mahasiswa dalam menghadapi tuntutan kehidupan seperti tugas mata kuliah yang akan deadline. Efikasi menjadi penting untuk menjawab tuntutan kehidupan atau tugas kuliah yang diberikan, karena dengan efikasi diri Mahasiswa atau Mahasiswi tidak mudah menyerah hingga tercapainya hasil yang diharapkan (dalam Handayani, 2022).

Penyesuaian diri yakni kemampuan Mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan orang lain di dalam lingkungan sekitar kampus, sehingga diharapkan dapat tercipta hubungan yang harmonis antaranya. Dalam menciptakan penyesuaian diri yang baik diperlukan rasa percaya diri sebagai keyakinan yang dimiliki Mahasiswa untuk menentukan

bagaimana harus berperilaku sesuai dengan apa yang dibutuhkan pada saat itu, menurut Minarsi (2017).

Hubungan antara Penyesuaian diri dengan Efikasi diri ini, bahwa dapat dijelaskan dengan mengenai konsep reciprocal determinism. Reciprocal determinism dapat menjelaskan mengenai perilaku mahasiswa dalam bentuk timbal balik yang terus menerus antara faktor kognitif, perilaku, dan lingkungan kampus. Mahasiswa dapat menentukan perilakunya dengan mengontrol kekuatan di lingkungan kampus. Faktor kognisi berperan dalam menentukan tingkat efikasi diri dan penyesuaian diri dalam bentuk perilaku Mahasiswa di lingkungan kampus (Rasit dkk, 2015). Penyesuaian Diri Schneiders (1964) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu kemampuan untuk berinteraksi secara efektif dan bermanfaat terhadap realitas, situasi dan relasi sosial sehingga kriteria yang harus dipenuhi dalam kehidupan sosialnya dapat terpenuhi dengan caracara yang dapat diterima dan memuaskan. Variabel penyesuaian diri diukur berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Schneiders (1964) (a) Kontrol terhadap emosi yang berlebihan, (b) Mekanisme pertahanan diri yang minimal, (c) Frustrasi personal yang minimal, (d) Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, (e) Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, (f) Sikap realistik dan objektif.. Bandura (1995) mengemukakan bahwa efikasi diri akademik adalah penilaian diri sendiri atas suatu kemampuan untuk mengatur dan melaksanakan kegiatan belajar untuk mencapai hasil prestasi berdasarkan tingkatan yang ditunjukkan. Variabel efikasi diri , self-efficacy dengan menerapkan aspek-aspek dari teori efikasi diri dari Bandura (1995) yaitu (a) level, (b) generality, (c) strength.

## METODE PENELITIAN

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan di kota medan pada mahasiswa baru di Universitas HKBP Nommensen. Peneliti menyebarkan skala secara online kepada mahasiswa baru se-kota medan yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Sampel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Mahasiswa baru di Universitas HKBP Nommensen Medan Angkatan 2022. Populasi yang diambil ialah Mahasiswa Angkatan 2022 di universitas HKBP Nommensen Medan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik probability yaitu purposive sampling dengan pengambilan sampel berdasarkan atas pertimbangan tertentu. Kriteria yang dipakai dalam penelitian ini ada seluruh stambuk 2022 di Universitas HKBP Nommensen Medan (Marpaung & Wati, 2020).

Skala yang dilakukan dalam penelitian ini adalah skala Likert, yaitu skala yang berisi pernyataan-pernyataan sikap (attitude statement) yang terdiri dari skala Efikasi Diri dengan

menggunakan skala yang disusun berdasarkan 3 (tiga) aspek menurut Bandura (1986), yaitu magnitude, generality, strength (Sarah, 2022).

Analisis data dilakukan agar peneliti nantinya memperoleh suatu kesimpulan. Data yang sudah terkumpul akan dianalisis secara statistic dengan menggunakan teknik Korelasi Pearson Product Moment. Alasan peneliti menggunakan Korelasi Pearson Product Moment dalam menganalisis data untuk menguji hipotesis sosiatif (uji hubungan) dua variabel. Tujuan dari uji hipotesis adalah untuk menetapkan suatu dasar sehingga dapat mengumpulkan bukti yang berupa data-data dalam menentukan keputusan apakah menolak atau menerima dari pertanyaan atau asumsi yang dibuat. Uji hipotesis penelitian ini menggunakan rumus kolerasi Pearson Product Moment.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 9 – 10 September 2023 pada Mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan, yang dilakukan secara online kepada 331 masiswa/i yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Melalui skala yang telah disebarakan kepada subjek, peneliti terlebih dahulu mendeskripsikan responden penelitian berdasarkan sekolah, kelas serta jenis kelamin. Setelah itu dilakukan dengan uji asumsi terhadap Efikasi Diri dan Penyesuaian Diri, yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

### Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin, dapat dilihat bahwa subjek yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 185 orang (55,89 %) dan perempuan sebanyak 146 orang (44,11 %), gambaran selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Penyebaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentasi
Laki-laki	185 orang	55,89 %
Perempuan	146 orang	44,11 %
Jumlah	331 orang	100 %

### Uji Asumsi

Uji yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah suatu data terdistribusi normal atau tidak, pada penelitian ini variabel Efikasi Diri dan variabel Penyesuaian Diri berdistribusi normal.

## Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian dari variabel Efikasi Diri dan variabel Penyesuaian Diri terdistribusi secara normal. Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan uji One Sample Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan SPSS for windows 20. Kategori atau ketentuan yang digunakan dalam uji normalitas dalam penelitian ini adalah jika  $p > 0,05$  maka sebarannya dikatakan normal dan sebaiknya jika  $p < 0,05$  maka sebaran dikatakan tidak normal.

Tabel 2. Uji Normalitas Efikasi Diri

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		VAR00008
N		331
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	12.95
	Std. Deviation	2.689
Most Extreme Differences	Absolute	.148
	Positive	.093
	Negative	-.148
Kolmogorov-Smirnov Z		2.685
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000

Pada hasil uji statistic diatas, dapat dilihat bahwa pada subjek jenis kelamin Mahasiswa/I baru Universitas HKBP Nommensen Medan nilai signifikansi , yaitu 0.000, maka dapat diartikan sebaran data dalam penelitian ini dikatakan tidak normal

Tabel 3. Uji Normalitas Penyesuaian Diri

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		VAR00009
N		331
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	59.30
	Std. Deviation	6.695
Most Extreme Differences	Absolute	.170
	Positive	.107
	Negative	-.170
Kolmogorov-Smirnov Z		3.091
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000
a. Test distribution is Normal.		

b. Calculated from data.

Pada hasil uji statistic diatas, dapat dilihat bahwa pada subjek jenis kelamin Mahasiswa/I baru Universitas HKBP Nommensen Medan nilai signifikansi, yaitu 0.000, maka dapat diartikan sebaran data dalam penelitian ini dikatakan tidak normal.

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian memiliki pengaruh yang linier atau tidak, uji ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS for windows 20. Nilai linieritas antara variabel Efikasi Diri dengan variable Penyesuaian Diri sebesar 0,679 hal ini berarti nilai signifikansi  $0,005 < 0,05$ , maka variabel Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri bersifat linier. Maka dapat disimpulkan adanya hubungan antara effikasi diri dan penyesuaian diri pada Mahasiswa/I baru Universitas HKBP Nommensen Medan.

#### Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri. Uji ini dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi pearson product moment sederhana dengan menggunakan program SPSS for Windows 20

Tabel 4. Uji Hipotesis Efikasi Diri dan Penyesuaian Diri

Correlations				
			Effikasi Diri	Penyesuaian Diri
Spearman's rho	effikasi diri	Correlation Coefficient	1.000	-.036
		Sig. (2-tailed)		.512
		N	33	33
	penyesuaian diri	Correlation Coefficient	-.036	1.000
		Sig. (2-tailed)	.512	
		N	33	33

Hasil uji korelasi Pearson Product Moment antara variabel Efikasi Diri dan variabel Penyesuaian Diri, diperoleh korelasi sebesar  $r = -0,036$  dengan signifikansi 0,005. Berdasarkan hasil penelitian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima artinya terdapat hubungan signifikan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri mahasiswa baru Universitas HKBP Nommensen Medan.

#### Pembahasan

Salah satu tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui terdapat hubungan positif antara Efikasi Diri diperoleh korelasi sebesar  $r = -0,036$  dengan signifikansi 0,005.

Berdasarkan hasil penelitian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima artinya terdapat hubungan signifikan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri mahasiswa baru Universitas HKBP Nommensen Medan.

Pada penelitian ini dilandasi oleh analisa kategorisasi data yang diperoleh dari responden yang menjadi sampel dari penelitian ini, hasil pengkategorian ini diperoleh dari alat ukur yang digunakan peneliti yaitu Efikasi Diri dan Penyesuaian Diri. Dalam pengkategorian penelitian ini dibagi menjadi 3 (tiga) kategori yaitu tinggi, sedang, rendah. Data pengkategorisasian diketahui bahwa mahasiswa baru Universitas HKBP Nommensen Medan berdasarkan jenis kelamin berada pada kategori rendah sebanyak 331 mahasiswa/i (100 %). Dengan jumlah laki-laki 185 dan perempuan 146.

Berdasarkan hasil statistik kategori kedua variabel, mahasiswa baru Universitas HKBP Nommensen Medan memiliki Efikasi Diri dengan kategori rendah dan Penyesuaian Diri dengan kategori rendah. Dalam hal ini dapat diartikan jika data Efikasi Diri tinggi maka besar kemungkinan tingkat Penyesuaian Diri juga tinggi (Helmi & Dian, 2023).

Sehubungan dengan fenomena yang di dapat oleh peneliti melalui survey dan wawancara diawal dengan mahasiswa/i di universitas HKBP Nommensen Medan, adanya beberapa mahasiswa yang menunjukkan adanya kesulitan dalam penyesuaian diri ini ditunjukkan dengan beberapa tingkah laku, yaitu adanya kesulitan dalam diri mahasiswa untuk bergaul dengan teman-temannya seperti hanya sendirian di kelas Ketika pergantian jam perkuliahan, terlihat tidak tergabung dalam kelompok pertemanan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Siti, F.L (dalam Nuraini et al., 2021) mengenai self-efficacy akademik dan penyesuaian diri siswa kelas x sma Patra Nusa menyatakan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara variabel Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri. Dimana semakin tinggi Efikasi Diri seseorang akan semakin tinggi pula Penyesuaian Diri (Kawilarang, 2021).

Dalam proses Penyesuaian Diri pada siswa tidak hanya faktor eksternal saja yang dapat mempengaruhi siswa untuk berhasil dalam mencapai kebutuhan dan keselarasan. Melainkan juga terdapat faktor internal yaitu efikasi diri, berupa keyakinan dalam diri siswa untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Bandura (1982) meletakkan penekanan tertentu pada peran yang dimainkan oleh efikasi diri, kepercayaan mengenai kapabilitas personal seseorang (Sormin, 2020).

Adanya efikasi diri merupakan salah satu aspek yang berpengaruh dalam keberhasilan siswa dalam menghadapi tuntutan kehidupan. Efikasi menjadi penting untuk menjawab tuntutan kehidupan atau tugas yang diberikan, karena dengan efikasi diri individu atau siswa tidak mudah menyerah hingga tercapainya hasil yang diharapkan, menurut Bandura (1982).

Mahasiswa/l yang memiliki Efikasi Diri yang tinggi akan memiliki keyakinan saat ia mengerjakan tugas-tugas atau tuntutan serta ia merasa yakin dapat mengerjakan berbagai macam tugas yang berat atau sedang sehingga lebih mampu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor serta melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar. Sebaliknya jika mahasiswa/l memiliki Efikasi Diri yang rendah maka akan mempengaruhi mahasiswa/l dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu (Mantyawati et al., 2022).

Penyesuaian diri yang tinggi memberikan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan sekitar kampus, sehingga diharapkan dapat tercipta hubungan yang harmonis (Maulana & Alfian, 2021). Dalam menciptakan penyesuaian diri yang baik diperlukan rasa percaya diri sebagai keyakinan yang dimiliki siswa untuk menentukan bagaimana harus berperilaku sesuai dengan apa yang dibutuhkan pada saat itu. Sedangkan Penyesuaian Diri yang rendah, akan mempengaruhi mahasiswa/l dalam menyesuaikan diri di lingkungan perkuliahan (Fitri & Kustanti, 2020).

## SIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan beberapa hal, yaitu:

1. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada mahasiswa/i di universitas HKBP Nommensen Medan . Hasil uji korelasi Pearson Product Moment antara variabel yang satu dengan variabel kedua diperoleh sebesar  $r = -0,036$  dengan signifikan  $0,005$  sehingga dinyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri.
2. Berdasarkan data pengkategorisasian Efikasi Diri pada mahasiswa/i di universitas HKBP Nommensen Medan, diketahui bahwa Efikasi Diri dibagi menjadi 3 kategori. Dimana kategori rendah, sedang dan tinggi , didapat bahwa pada mahasiswa/i untuk Efikasi Diri dan penyesuaian diri ditemukan sebanyak 185 pada laki-laki dan 146 pada perempuan
3. Dari hasil mean hipotetik effikasi diri (35) dan mean empiric (12,95) dan pada penyesuaian diri mean hipotetik (100) dan mean empiric (59,3) pada mahasiswa/i di universitas HKBP Nommensen Medan pada kategori rendah.

## DAFTAR PUSTAKA

- a'yunina, H., & Abdurrohimi, A. (2021). Hubungan Antara Stres Akademik Dan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster*

*Humanoira.*

- Anggana, W. T., & Pedhu, Y. (2021). Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Penyesuaian Akademik Mahasiswa Angkatan 2019 Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Pendidikan Dan Bahasa, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya. *Psiko Edukasi*, 19(1), 105–115.
- Fatmawati, E., Oktarika, D., Santoso, D., Puspitasari, H., Nurcahyo, R. W., & Sari, M. I. (2023). Kesiapan Kerja Siswa Ditinjau Dari Harga Diri (Self-Esteem) Dan Efikasi Diri (Self-Efficacy). *Edukasi: Jurnal Pendidikan*, 21(1), 1–14. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v21i1.5462>
- Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2020). HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI AKADEMIK DENGAN PENYESUAIAN DIRI AKADEMIK PADA MAHASISWA RANTAU DARI INDONESIA BAGIAN TIMUR DI SEMARANG. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 491–501. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21669>
- Habibah, S. (2019). Kondisi Burnout Pada Guru BK/Konselor Di Sekolah Menengah Atas Negeri Kota Pekanbaru Dan Implikasinya Bagi Peran Kepala Sekolah. *Educational Guidance And Counseling Development Journal*, 2(2), 66. <https://doi.org/10.24014/egcdj.v2i2.8264>
- Handayani, H. H. H. (2022). A, The Mindfulness Sebagai Moderator Pada Hubungan Religiusitas Dengan Stress. *Jurnal Psikologi Islam*, 9(1).
- Hariswanto, Y. T. (2022). *REGULASI DIRI DAN RESILIENSI AKADEMIK PADA FUNGSIONARIS LEMBAGA KEMAHASISWAAN UNIVERSITAS DI MASA PANDEMI COVID-19*. <https://dspace.uir.ac.id/handle/123456789/44878>
- Helmi, Y., & Dian, W. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Baru SMP Boarding School. *Jurnal Perspektif Psikologi Indonesia*, 1(1), 35–43.
- Indria, I., Siregar, J., & Herawaty, Y. (2019). Hubungan Antara Kesabaran Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Pekanbaru. *AN-NAFS*, 13(01), 21–34. <https://migrasi.journal.uir.ac.id/index.php/annafs/article/view/2728>
- Kawilarang, C. N. (2021). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Yang Aktif Dalam Organisasi*. Naskah Publikasi Program Studi Psikologi.
- Mantyawati, N. N., Septiningsih, D. S., Setyawati, R., & Wulandari, D. A. (2022). Efikasi Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Peserta Didik Kelas Vii. *Psimphoni*, 3(2), 132–137.
- Marpaung, I. M. N., & Wati, C. L. S. (2020). Hubungan Antara Harga Diri, Efikasi Diri Akademik, Dan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Para Siswa Kelas Vii Di Smp St. *Kristoforus*, 1, 18–31.
- Maulana, I., & Alfian, I. N. (2021). Pengaruh Efikasi Diri Dan Penyesuaian Diri Terhadap Stres

- Akademik Pada Mahasiswa Masa Pandemi Covid-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (Brpkm)*, 1(1), 829–836.
- Nuraini, A. G., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2021). Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru: Bagaimana Peran Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial? *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 136–144.
- Putri, A., Darmayanti, N., & Menanti, A. (2023). Pengaruh Regulasi Emosi Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Akademik Siswa. *Jiva: Journal Of Behaviour And Mental Health*, 4(1). <https://doi.org/10.30984/jiva.v4i1.2528>
- Rizdanti, S., & Akbar, S. (2022). Hubungan Religiusitas Dengan Tingkat Stres Dalam Menyusun Skripsi Di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. *Jurnal Kedokteran Stm (Sains Dan Teknologi Medik)*, 5(2), 94–100. <https://doi.org/10.30743/stm.v5i2.318>
- Sarah, Y. (2022). Pengaruh Bimbingan Kelompok Dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Dalam Perspektif Islam. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 125–140. <https://doi.org/10.24952/bki.v4i1.5815>
- Sariroh, M. K., & Yulianto, J. E. (2019). *Hubungan Efikasi Diri Akademik Dengan Kesiapan Kerja Mahasiswa Tingkat Akhir Pada Universitas X Surabaya*. <http://dspace.uc.ac.id/handle/123456789/6370>
- Sormin, H. P. (2020). *HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA SMA SE-KOTA MEDAN*.
- Tamari, K. A., & Akmal, S. Z. (2018). Peran Dukungan Dan Hambatan Kontekstual Terhadap Adaptabilitas Karier Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 79–90.
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Nathiqiyah*, 3(1), 1–21. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v3i1.69>