

## PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN EFIKASI DIRI TERHADAP PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU DI KARAWANG

Arfin Apriana<sup>1</sup> [ps19.arfinapriana@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:ps19.arfinapriana@mhs.ubpkarawang.ac.id),  
Nuram Mubina<sup>2</sup> [nuram.mubina@ubp.karawang.ac.id](mailto:nuram.mubina@ubp.karawang.ac.id),  
Dinda Aisha<sup>3</sup> [Dinda.aisha@ubp.karawang.ac.id](mailto:Dinda.aisha@ubp.karawang.ac.id)

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Karawang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan teknik pengumpulan data menggunakan skala yaitu *Psychological Adjustment Scale* (PAS) yang dikembangkan oleh Haber & Runyon (dalam Indrawati dan Fauziah, 2012) yang digunakan untuk mengukur variabel penyesuaian diri. *The Multidimensional Scale of Perceived Sosial Suport* (MSPPS) yang memiliki 12 item. Alat ukur ini dikembangkan oleh Zimet (dalam Winahyu et al, 2015) yang digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial. *General Self-Efficacy Scale 12* (GSES-12) yang dikembangkan oleh Bosscher & Smit (1997) yang digunakan untuk mengukur variabel efikasi diri. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 orang, dan menggunakan teknik *non probability sampling* dengan desain penelitian *convenience sampling*. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikan dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri sebesar  $p = 0,000 < 0,050$  dan nilai koefisien determinasi *R Square* 0,240 maka  $H_{a1}$  terima  $H_{01}$  tolak artinya ada pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri santri baru di Karawang sebesar 24 %. Dukungan sosial terhadap penyesuaian diri menunjukkan nilai signifikan sebesar  $p = 0,000 < 0,050$  dan koefisien determinasi 0,170 maka  $H_{a2}$  terima  $H_{02}$  tolak artinya ada pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri baru di Karawang sebesar 17%. Efikasi diri terhadap penyesuaian diri mendapatkan nilai signifikan sebesar  $p=0,000 < 0,050$  dan koefisien determinasi 0,101 maka  $H_{a3}$  terima  $H_{03}$  tolak artinya ada pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian diri santri baru di Karawang sebesar 10,1%.

**Kata Kunci:** Dukungan sosial, efikasi diri, penyesuain diri

**Abstrack.** *This study aims to determine the influence between social support and self-efficacy on self-adjustment in new students in Karawang Regency. This study uses quantitative methods and data collection techniques using the Psychological Adjusment Scale (PAS) developed by Haber & Runyon (in Indrawati and Fauziah, 2012) which is used to measure self-adjustment variables. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPPS) which has 12 items. This measuring instrument was developed by Zimet (in Winahyu et al, 2015) which is used to measure social support variables. General Self-Efficacy Scale 12 (GSES-12) developed by Bosscher & Smit (1997) which is used to measure self-efficacy variables. The sample in this study amounted to 100 people, and used non-probability sampling techniques with desain convenience sampling. The results showed a significant value of social support and self-efficacy on self-adjustment of  $p = 0,000 < 0,050$  and the coefficient of determination *R Square* 0,240,  $H_{a1}$  accept  $H_{01}$  reject, meaning that there is an influence of social support and self-efficacy on the self-adjustment of new students in Karawang by 24%. Social support on self-adjustment shows a significant value of  $p = 0,000 < 0,050$  and a coefficient of determination of 0,170, so  $H_{a2}$  accepts  $H_{02}$  rejects, meaning that there is an effect of social support on the self-adjustment of new students in Karawang by 17%. Self-efficacy on self-adjustment gets a significant value of  $p = 0,000 < 0,050$  and a coefficient of determination of 0,101, so  $H_{a3}$  accepts  $H_{03}$  rejects, meaning that there is an effect of self-efficacy on the self-adjustment of new students in Karawang by 10,1%.*

**Keyword:** *Social support, self-efficacy, self-adjustment*

### Pendahuluan

Pendidikan merupakan kebutuhan bagi setiap individu, melalui pendidikan manusia mempunyai keterampilan, pengetahuan dan wawasan. Undang-undang dasar nomor 20 tahun 2003 mengatur tentang sistem pendidikan nasional. Berdasarkan undang-undang dasar nomor 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 11 dan 12 pendidikan dibagi menjadi pendidikan formal dan pendidikan non formal yaitu pendidikan pesantren (Umroh dan Maryam, 2021). Dalam sistem pendidikan Indonesia, pondok pesantren diatur dalam UU Sisdiknas no. 20 tahun 2003 tentang pendidikan agama pasal 30 bahwa Pondok Pesantren adalah salah satu bentuk pendidikan agama yang diselenggarakan oleh pemerintah dan kelompok masyarakat dari pemeluk agama. (Kemenag.go.id, 2015).

Lembaga pendidikan berbasis pondok pesantren menekankan para peserta didik untuk tinggal di asrama yang telah disediakan dengan aturan khusus yang dibuat oleh masing-masing pondok pesantren selaras dengan peraturan perundang-undangan nomor 20 tahun 2003 pasal 30 ayat 1, dan dapat diselenggarakan pada jalur formal, nonformal dan informal ayat 3. Sedangkan perbedaan sistem pendidikan pondok pesantren dengan yang lain adalah di pesantren selama 24 jam siswa diharuskan tinggal di asrama (Kemenag.go.id, 2015).

Menurut Qomar dalam Hamid (2013) Pesantren merupakan tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan pada pelajaran agama Islam dan ditunjang dengan asrama sebagai tempat tinggal tetap bagi santri. Bagi peserta didik yang menempuh pendidikan di pondok pesantren biasa dikenal dengan sebutan santri. Menurut Said dan Mutho (2016) pengertian santri ialah panggilan untuk seorang yang sedang menimba ilmu pendidikan agama Islam selama kurun waktu tertentu dengan jalan menetap disuatu pondok pesantren.

Para santri baru dihadapkan dengan proses perpindahan kebiasaan tinggal bersama orang tua menuju tinggal di asrama pondok pesantren lengkap dengan semua peraturan yang telah dibuat oleh pondok pesantren secara mandiri (Pritaningrum & Hendriani, 2013). Fenomena yang terjadi di Pekalongan, Jawa Tengah, tujuh santri kabur dari pondok pesantren karena mengakui begitu tak betah dan ketatnya peraturan pondok pesantren dan banyak pelajaran kitab-kitab yang harus dipelajari sehingga para santri tidak mampu (Nugroho, 2017). Data fenomena serupa terjadi di daerah Grati Pasuruan Jawa Timur terdapat santri kabur dari pesantren karena merasa tidak betah dan dengan ketatnya peraturan dipondok pesantren (Armanto, 2021).

Menurut Sa'adah dan Laksmiwati (2017) temuan fenomena yang terjadi di lapangan tidak semua santri mampu melakukan menyesuaikan diri terutama santri baru masih banyak kesulitan dalam menyesuaikan diri pada lingkungan baru di pondok pesantren karena santri bertemu dengan teman baru, tempat tinggal baru, dan peraturan baru. Santri terdiri dari berbagai rentang usia mulai dari remaja hingga dewasa hal tersebut mampu mempengaruhi kehidupan di pondok pesantren pada penelitian ini berfokus pada santri baru yang tinggal di pondok pesantren dengan rentang usia awal yaitu 12-15 tahun kemudian karakteristik santri baru yaitu santri tingkat awal masuk pondok pesantren hingga pertengahan tahun atau berada rentan enam bulan pertama.

Fenomena diatas sejalan dengan hasil pra penelitian yang dilakukan pada bulan Maret 2023 dengan metode wawancara terhadap 10 santri baru dan seorang Kepala santri di salah satu pondok pesantren di Karawang. menyatakan bahwa sebagian besar santri baru mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri terutama pada awal masuk pesantren santri mengatakan bahwa kesulitan terhadap peraturan ketat di pondok pesantren, bentuk kesulitan yang dialami santri yaitu rindu rumah atau *homesick*, peraturan yang ketat dengan hukuman atau *ta'ziran*, *culture shock* perbedaan kebiasaan lingkungan dirumah dengan lingkungan pondok pesantren, pelajaran formal dan mempelajari kitab dan ketika mandi harus antri dan makan harus mampu masak sendiri. Pernyataan tersebut selaras dengan Lathifah (2015) menegaskan bahwa tidak selamanya santri mampu dalam menyesuaikan diri terhadap peraturan baru dan masalah yang dihadapi setiap santri. Santri mengakui bahwa penyesuaian diri tinggi karena merasa mendapatkan dukungan sosial khususnya dari orang tua dan teman sebaya santri, yang menjadikan santri mampu menyelesaikan tugas-tugasnya menjadi seorang santri. Sumber diatas menyebutkan bahwa santri baru memiliki kecenderungan untuk sulit dalam melakukan penyesuaian diri.

Menurut Schneider dalam Ali dan Asrori (2014) penyesuaian diri adalah salah satu proses yang melibatkan reaksi mental dan perilaku, yang merupakan upaya individu untuk berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya untuk mencapai tujuannya. Menurut Fitri (2017) menyebutkan bahwa dampak negatif penyesuaian diri yang rendah pada santri yaitu ketika santri kesulitan dalam menyesuaikan diri akan berpengaruh pada prestasi akademik santri. Menurut Chaplin dalam Alfayadl (2022) santri yang kesulitan menyesuaikan diri rentan mengalami stres. Seseorang yang tidak mampu mengatasi tuntutan dari lingkungan akan mengalami suatu kondisi tertekan, baik dari segi fisik maupun psikologis. Menurut Schneider dalam Nuryani (2019) penyesuaian diri yang tinggi pada santri juga tergambar pada kemampuan mengarahkan diri, menghadapi masalah, konflik, frustrasi menggunakan kemampuan berpikir secara rasional dan mampu mengarahkan diri dalam tingkah laku yang baik.

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu kondisi fisik, kepribadian, kemauan dan kemampuan untuk berubah, regulasi diri, realisasi diri, intelegensi, efikasi diri, determinasi psikologis, lingkungan agama budaya dan dukungan sosial (Schneider dalam Ali & Asrori, 2014). Dukungan sosial yaitu persepsi individu terhadap dukungan yang diterimanya saat menghadapi tekanan dalam hidup (Schneiders dalam Ali & Asrori, 2014). Menurut Sarason dalam Fatwa (2014) dukungan sosial diperoleh dari hubungan sosial yang dekat seperti orang tua, saudara, guru, teman sebaya dan lingkungan masyarakat atau dari keberadaan santri yang membuat santri merasa diperhatikan, dinilai dan dicintai. Menurut Kusriani dan Prihartini (2014) manfaat diperolehnya dukungan sosial dari orang terdekat akan merasa dihargai, diperhatikan, dan dicintai, santri yang memperoleh dukungan sosial akan merasa senang, merasa diberikan bantuan orang lain berdasarkan dari hubungan yang dekat. Menurut Dhamayanti (2018) manfaat dukungan sosial mampu meningkatkan kepercayaan diri santri dalam meraih prestasi akademik, terjalinnnya dukungan sosial dalam diri santri mampu menumbuhkan interaksi positif santri dan membantu dalam membangun hubungan terhadap peran-peran yang dimiliki santri.

Faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu efikasi diri (Schneider dalam Ali & Asrori, 2014). Efikasi diri merupakan keyakinan individu mengenai sejauhmana kemampuannya untuk berusaha dan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan serta ketangguhan dalam menyelesaikan suatu tugas untuk mencapai hasil yang diharapkan (Bandura dalam Feist & Feist, 2016). Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan menyelesaikan tugas-tugas yang didasarkan atas kesadaran diri. ada pula definisi dari efikasi diri sebagai satu sebagai suatu perasaan seseorang terhadap kemampuannya untuk menguasai tantangan dan mencapai tujuan (Papalia dkk, 2009).

Manfaat efikasi diri yaitu memberikan suatu ketahanan dan kekuatan bagi santri dalam menghadapi keadaan sulit di pesantren, santri yang mempunyai efikasi diri tinggi dinilai mampu dan sanggup menguasai berbagai tugas pelajaran yang diberikan, dan mampu meregulasi cara belajar sehingga dapat mencapai kesuksesan dalam bidang akademik (Schunk & Pajares dalam Zagoto, 2019). Penelitian terdahulu terkait pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri mendapatkan hasil bahwa, ada pengaruh yang signifikan dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri (Maemunah, 2020).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dilakukan penelitian yang berjudul pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Karawang. Maka tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri pada santri baru di Karawang.

## Landasan Teori

Menurut Chaplin (dalam Arfianto, 2016) penyesuaian pada arti pertama, yaitu variasi fungsi organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memenuhi kebutuhan, yaitu memiliki situasi pemecahan masalah, dimana organisme atau orang memiliki kebutuhan yang tidak dapat dipenuhi dengan cara konvensional. Dalam situasi itu perilaku dimodifikasi sampai respon yang memuaskan ditemukan. Dalam pengertian kedua yaitu terpeliharanya hubungan yang serasi dengan lingkungan fisik dan sosial. Menurut Haber dan Runyon (dalam Indrawati dan Fauziah, 2012) penyesuaian diri merupakan suatu proses dan bukan keadaan yang statis sehingga efektivitas dari penyesuaian diri itu sendiri ditandai dengan seberapa baik individu mampu menghadapi situasi serta kondisi yang selalu berubah, dimana individu merasa sesuai dengan lingkungan dan merasa mendapatkan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya.

Menurut Haber dan Runyon (dalam Indrawati dan Fauziah, 2012) penyesuaian diri memiliki lima aspek, yaitu:

- a. Ketepatan persepsi terhadap realitas  
Individu seringkali berhati-hati dalam mengatur tujuannya, sehingga individu mampu menentukan tujuan yang sesuai dengan kemampuannya. Serta mengharapkan individu dapat membuat penilaian terhadap konsekuensi pada masing-masing tindakan dan yang paling penting adalah kemampuan untuk mengenal konsekuensi atas tindakannya dan untuk menentukan perilaku individu yang sesuai.
- b. Kemampuan untuk mengatasi stres dan cemas  
Individu mempunyai pengalaman dan kemampuan untuk mengatasi stres dan kecemasan. Untuk mengukur penyesuaian diri adalah bagaimana individu mengatasinya dengan mengatur kembali persoalan dan konflik.
- c. Gambaran diri yang positif  
Gambaran diri yang positif berkaitan dengan penilaian individu tentang dirinya sendiri. Individu mempunyai gambaran diri yang positif dapat dilihat melalui penilaian kepribadian maupun penilaian orang lain.
- d. Kemampuan untuk mengekspresikan perasaan  
Jika individu dapat mengekspresikan perasaannya, individu dapat memiliki ekspresi emosi dan kontrol yang baik.
- e. Hubungan interpersonal yang baik  
Sebagai makhluk sosial, individu memiliki hubungan interpersonal yang baik. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik dapat membentuk hubungan sosial dengan cara yang berkualitas dan bermanfaat.

Menurut Schneider (dalam Ali & Asrori, 2014) faktor faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu:

- a. Kondisi fisik  
Kondisi fisik merupakan faktor yang berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja sebab keadaan sistem-sistem tubuh yang baik merupakan salah satu faktor terpenting dalam penyesuaian diri yang baik. Aspek-aspek yang berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah hereditas dan konstitusi fisik, sistem utama tubuh (sistem saraf, kelenjar, otot), dan kesehatan fisik.
- b. Kepribadian
  - 1) Kemauan dan kemampuan untuk berubah

Merupakan karakteristik kepribadian yang pengaruhnya sangat menonjol terhadap proses penyesuaian diri. sebagai suatu proses yang dinamis dan berkelanjutan, penyesuaian diri membutuhkan kecenderungan untuk berubah dalam bentuk kemampuan, perilaku, sikap, dan karakteristik sejenis lainnya.

2) Regulasi diri

Regulasi diri sama pentingnya dengan proses penyesuaian diri dan pemeliharaan stabilitas mental, kemampuan untuk mengatur diri, dan mengarahkan diri. kemampuan mengatur diri dapat mencegah penyimpangan kepribadian. Kemampuan pengaturan diri dapat mengarahkan kepribadian normal mencapai pengendalian diri dan realisasi diri.

3) Realisasi diri

Regulasi diri mengimplikasikan potensi dan kemampuan ke arah realisasi diri. proses penyesuaian diri dan pencapaian hasilnya secara bertahap sangat erat hubungannya dengan perkembangan kepribadian.

4) Intelligensi

Intelegensi sangat penting bagi perolehan perkembangan gagasan, prinsip, dan tujuan memainkan peranan penting dalam penyesuaian diri.

5) Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan individu dalam mengevaluasi kemampuannya untuk mencapai tujuan, mengatasi hambatan dan menyelesaikan tugas tertentu.

c. Determinasi Psikologis

Dalam determinasi diri, individu itu sendiri harus mampu menentukan dirinya sendiri untuk melakukan proses penyesuaian diri secara tuntas, atau bahkan untuk merusak diri sendiri.

d. Lingkungan

Faktor lingkungan yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu:

1) Lingkungan keluarga

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan utama yang sangat penting atau bahkan tidak ada yang lebih penting dalam kaitannya dengan penyesuaian diri individu.

2) Lingkungan sekolah

Sebagaimana lingkungan keluarga, lingkungan sekolah juga dapat menjadi kondisi yang memungkinkan berkembangnya atau terhambatnya proses perkembangan penyesuaian diri. Pada umumnya, sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk mempengaruhi kehidupan dan perkembangan intelektual, sosial, nilai-nilai, sikap, dan moral siswa.

3) Lingkungan masyarakat

Lingkungan masyarakat menjadi faktor yang dapat berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri. Konsistensi nilai-nilai, aturan-aturan, norma, moral, dan perilaku masyarakat akan diidentifikasi oleh individu yang berada dalam masyarakat tersebut sehingga akan berpengaruh terhadap proses perkembangan dirinya. Kenyataannya menunjukkan bahwa tidak sedikit kecenderungan ke arah penyimpangan perilaku dan kenakalan remaja, sebagai salah satu bentuk penyesuaian diri yang tidak baik, berasal dari pengaruh lingkungan masyarakat.

e. Agama dan budaya

Agama memberikan sumbangan nilai-nilai, keyakinan, praktik-praktik yang memberi makna yang sangat mendalam, tujuan serta kestabilan dan keseimbangan hidup individu. Selain agama, budaya juga memberikan faktor yang berpengaruh terhadap kehidupan individu.

f. Dukungan sosial

Dukungan sosial sangatlah penting dalam berbagai aspek kehidupan individu, mengingat individu adalah makhluk sosial yang saling berhubungan satu dengan lainnya.

Menurut Etzion dalam Handono dan Bashori (2013) mengartikan dukungan sosial sebagai hubungan antar pribadi yang didalamnya terdapat satu atau lebih ciri-ciri, antara lain bantuan atau pertolongan dalam bentuk fisik, perhatian emosional, pemberian informasi dan pujian. Zimet dalam Winahyu dkk (2015) menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan yang berasal dari luar diri individu kemudian di persepsikan sebagai sebuah dukungan yang akan dapat memberikan keyakinan serta motivasi pada individu bahwa dirinya diperhatikan, dicintai dan dihargai.

Menurut Zimet (dalam Winahyu dkk, 2015) dukungan sosial mempunyai tiga aspek, yaitu:

a. Keluarga

Aspek dukungan keluarga merupakan bantuan yang diberikan oleh keluarga terhadap individu baik secara emosional dan kebutuhan secara fisik.

b. Teman

Dukungan teman merupakan bantuan yang diberikan oleh teman terhadap individu dalam membantu kegiatan sehari-hari.

c. *Significant Other*

Dukungan orang tertentu atau orang istimewa yang diberikan oleh orang spesial dalam hidup individu dalam meningkatkan motivasi, rasa nyaman serta dihargai.

Menurut Bandura dalam Feist dan Feist (2016) mendefinisikan efikasi diri merupakan keyakinan manusia mengenai sejauh mana individu mampu untuk berusaha dan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan serta ketangguhan dalam menyelesaikan suatu tugas untuk mencapai hasil yang diharapkan. Menurut Papalia dkk, (2009) Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan menyelesaikan tugas-tugas yang didasarkan atas kesadaran diri. adapula definisi dari efikasi diri sebagai satu sebagai suatu perasaan seseorang terhadap kemampuannya untuk menguasai tantangan dan mencapai tujuan.

Menurut Bosscher dan Smit (1998) efikasi diri mempunyai tiga aspek, yaitu:

1. *Initiative*

Merupakan kemauan seseorang untuk berperilaku lebih dulu. Aspek ini mengacu pada perilaku individu untuk siap menghadapi segala situasi. Beberapa individu percaya bahwa mereka hanya mampu menghasilkan beberapa perilaku tertentu dalam keadaan tertentu saja. Sementara itu ada juga individu yang mampu beradaptasi dengan kondisi apapun.

2. *Effort*

Merupakan kesiapan seseorang dalam berusaha menyempurnakan perilaku, berkaitan dengan keyakinan dalam menghadapi tantangan. Pandangan penerimaan dan keyakinan seseorang terhadap suatu tugas yang berbeda, memungkinkan seseorang hanya terbatas pada tugas-tugas yang sederhana, menengah, atau sulit. Ada yang menganggap suatu tugas itu sulit, sedangkan orang lain mungkin tidak merasa demikian. Lalu, pengalaman, harapan, dan dukungan dari pihak lain menjadi kekuatan seseorang untuk terus berusaha menyempurnakan perilaku.

3. *Persistence*

Merupakan ketekunan seseorang dalam menghadapi kesulitan yang dihadapi. Seseorang yang mempunyai keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya untuk mengerjakan suatu tugas akan terus bertahan dalam usaha menghadapi dan mengatasi tantangan. Begitu pula sebaliknya, seseorang dengan keyakinan yang lemah akan lebih mudah menyerah dalam menghadapi tantangan yang akan datang.

## Metode Penelitian

Metode pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019) metode penelitian kuantitatif merupakan sebuah metode mendapatkan data dalam bentuk angka untuk tujuan dan kegunaan tertentu dengan cara ilmiah, rasional, empiris dan sistematis. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis asosiatif kausal. Menurut Sugiyono (2016) asosiatif kausal yaitu penelitian yang bertujuan mencari sebab akibat atau hubungan antara dua variabel atau lebih. Jumlah populasi pada karakteristik penelitian ini tidak diketahui, jumlah populasi yang tidak teridentifikasi jumlahnya maka penelitian ini menggunakan teknik Lemeshow (Levy & Lemeshow, 2013). Berdasarkan hasil hitung rumus Lemeshow jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu 96 responden dan dibulatkan menjadi 100 responden.

Teknik pengumpulan data menggunakan skala yaitu *Psychological Adjustment Scale* (PAS) yang dikembangkan oleh Haber & Runyon (dalam Indrawati dan Fauziah, 2012) yang digunakan untuk mengukur variabel penyesuaian diri. *The Multidimensional Scale of Perceived Sosial Suport* (MSPPS) yang memiliki 12 item. Alat ukur ini dikembangkan oleh Zimet (dalam Winahyu et al, 2015) yang digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial. *General Self-Efficacy Scale 12* (GSES-12) yang dikembangkan oleh Bosscher & Smit (1997) yang digunakan untuk mengukur variabel efikasi diri.

## Hasil dan Pembahasan

**Table 1**  
 Data Demografi Jenis Kelamin dan Usia

		Frequency	Percent
Jenis Kelamin	Perempuan	40	40
	Laki-laki	60	60
Total		100	100
Usia	Usia 12	12	12
	Usia 13	79	79
	Usia 14	9	9
Total		100	100

**Table 2**  
 Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	Df	Sig.
Dukungan Sosial	0.063	100	.200*
Efikasi Diri	0.047	100	.200*
Penyesuaian Diri	0.07	100	.200*

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil hitung dengan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dengan nilai *Sig.* pada variabel dukungan sosial, efikasi diri dan penyesuaian diri sebesar 0,200 jadi nilai *Sig.* 0,200 > 0,050 artinya data pada setiap variabel diatas berdistribusi secara normal.

**Table 3**  
 Uji Linearitas

Variabel		F	Sig.
Penyesuaian Diri * Dukungan Sosial	(Combined)	4.008	0.000
	Between Groups Linearity	32.155	0.000
	Deviation from Linearity	3.037	0.000

Berdasarkan tabel uji linearitas variabel dukungan sosial dengan variabel penyesuaian diri mendapatkan hasil hitung nilai *Sig. Linearity* 0.000 jadi nilai *Sig. Linearity* 0.000 < 0.050 artinya variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri bersifat linear.

**Table 4**  
 Uji Linearitas

Variabel		F	Sig.
Penyesuaian Diri * Efikasi Diri	(Combined)	3.461	0.000
	Between Groups Linearity	16.777	0.000
	Deviation from Linearity	2.949	0.000

Berdasarkan tabel uji linearitas variabel dukungan sosial dengan variabel penyesuaian diri mendapatkan hasil hitung nilai *Sig. Linearity* 0,000. jadi nilai *Sig. Linearity* 0,000 < 0,050 artinya variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri bersifat linear.

**Table 4**  
 Uji Hipotesis

		F	Sig.
Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri	Regression Residual	15.321	0.000

Berdasarkan tabel analisis regresi berganda diatas yaitu menguji seluruh variabel *independent* terhadap *dependent* secara bersama mendapatkan nilai *Sig.*0.000 jadi *Sig.* 0.000 < 0.050 maka  $H_{a1}$  diterima  $H_{01}$  ditolak artinya ada pengaruh variabel dukungan sosial dan efikasi terhadap penyesuaian diri.

**Table 5**  
 Koefisien

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Dukungan Sosial	0.254	0.06	0.376	4.207	0.000
Efikasi Diri	0.312	0.104	0.267	2.992	0.004

Berdasarkan hasil uji pada table 20 diatas, maka:

- Nilai Sig. 0,000 < 0,050 maka Ha2 diterima H02 ditolak artinya terdapat kontribusi pada variabel dukungan sosial secara parsial terhadap variabel penyesuaian diri.
- Nilai Sig. 0,004 < 0,050 maka Ha3 diterima H03 ditolak artinya terdapat kontribusi pada variabel efikasi diri secara parsial terhadap penyesuaian diri.

#### Uji Koefisien Determinasi

	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri	.490 <sup>a</sup>	0.240	0.224	6.716

Berdasarkan tabel diatas memperoleh hasil hitung *R Square* sebesar 0.240 artinya pengaruh yang disumbangkan variabel dukungan sosial dan efikasi terhadap variabel penyesuaian diri adalah sebesar 24 % maka 76 % dipengaruhi oleh variabel lain.

#### Pembahasan

Hasil tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Maimunah (2020) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dan efikasi diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri. Menurut Caplin (dalam Rahma, 2011) menyebutkan bahwa kehadiran dukungan sosial akan membantu menghadapi tekanan dan rintangan dalam penyesuaian diri. Smet (dalam Ekanita dan Putri, 2019) mengatakan bahwa setiap individu yang mendapatkan dukungan sosial dilingkungan sekitarnya mampu memudahkan dalam menghadapi tekanan penyesuaian diri. Hasil tersebut selaras dengan yang diungkapkan oleh Mahendrani dan Rahayu (2014) bahwa efikasi diri mampu mempengaruhi penyesuaian diri, individu yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan cenderung lebih trampil dalam menyesuaikan diri dan mendapatkan tujuannya.

#### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada variabel dukungan sosial dan efikasi diri sebagai prediktor variabel penyesuaian diri pada santri baru di Kabupaten Karawang

- Terdapat pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Kabupaten Karawang.
- Terdapat pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Kabupaten Karawang.
- Terdapat pengaruh Efikasi diri terhadap penyesuaian diri santri baru di Kabupaten Karawang.

#### Kepustakaan

- Ali, M., & Asrori, M. (2014). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Dukungan sosial dengan penyesuaian diri santriwati kelas vii madrasah tsanawiyah (mts) pondok pesantren di sukaharjo. *Psikologika*, 149-154.
- Mahendrani, W., & Rahayu, E. (2014). Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Siswa Akselerasi. *Psikodimensia*, 1-10.
- Armanto, F. (2021, Juni Rabu). *Radar Bromo*. Retrieved Juli Kamis, 2023, from Jawapos.com: <https://radarbromo.jawapos.com/news/1001615298/santri-kabur-dari-pondok-lalu-gantung-diri-kabarnya-tak-betah-mondok>.
- Bosscher, R. J., & Smit, J. H. (1998). Confirmatory factor analysis of the General Self-Efficacy Scale. *Behaviour Research and Therapy*, 339-343.
- Fitri, N. L. (2017). Pengaruh penyesuaian diri dan penyesuaian sosial terhadap prestasi akademik. *Jurnal UNY*, 454-464.
- Indrawati, E. S., & Fauziah, N. (2012). Attachment dan Penyesuaian Diri Dalam Perkawinan. *Jurnal Psikologi*, 40-49.

- Kemenag. (2007). Retrieved Juli 2023, from [simpuh.kemenag.go.id: https://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/pp\\_55\\_07.pdf](https://simpuh.kemenag.go.id/https://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/pp_55_07.pdf)
- Kusrini, W. P. (2014). Hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi bahasa inggris siswa kelas viii smp negeri 6 boyolali . *Jurnal Penelitian Humaniora*.
- Levy, P. S., & Lemeshow, S. (2013). *Sampling of Populations: Methods and Applications, 3 rd ed*. New York: Wiley-Interscience.
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri. *Jurnal Psikoborneo*, 275-282.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development* . New York: The Megraw-Hill Companies, Inc.
- Pritaningrum, M., & Hendriani, W. (2013). Penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren modern nurul izzah gresik pada tahun pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 134-143.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Umroh, N., & Maryam, E. W. (2021). Patience and adjustment to new santri at pondok pesantren manbaul hikmah sidoarjo . *Proceeding of inter-islami University Conference on Psychology Articles* , 1-6.
- Zagoto, S. L. (2019). Efikasi diri dalam proses pembelajaran. *Jurnal Riview Pendidikan dan Pengajaran*, 386-391.
- Hamid, D. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*. Bandung: Alfabeta.
- Haber, A. R. (1984). *Psychollogy of Adjusment*. United States Of America: The Dorsey Press.
- Winahyu, K. M., Hemchayat, M., & Charoensuk, S. (2015). The relationships between health status perceived control of symptoms caregiver burden perceived sosial support and quality of life among family caregivers of patiens with schizophrenia in indonesia. *The Journal of Prapokkloao Hospital Clinical Medical Education Center*, 44-57.
- Amin, K. (2015). *Kemenag*. Retrieved 2023, from [pendis.kemenag.go.id: https://pendis.kemenag.go.id/storage/archives/No.3945Th.2015petunjukteknispemberianpenghargaanapibagikepdaprovdankepdakabkotaTh.2015.PDF](https://pendis.kemenag.go.id/https://pendis.kemenag.go.id/storage/archives/No.3945Th.2015petunjukteknispemberianpenghargaanapibagikepdaprovdankepdakabkotaTh.2015.PDF)
- Nugroho, F. E. (2017). *Liputan 6*. Retrieved Juli 2023, from [Liputan6.com: https://www.liputan6.com/regional/read/3090056/kabur-hingga-nyasar-ke-kota-tegal-7-santri-ponpes-menangis](https://www.liputan6.com/regional/read/3090056/kabur-hingga-nyasar-ke-kota-tegal-7-santri-ponpes-menangis)
- Sa'idah, S., & Laksmiwati, H. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dan self efficacy dengan penyesuaian diri santri tingkat pertama dipondok pesantren Daruttaqwa Gresik. *Character:Jurnal Psikologi Sosial*, 1-10.
- Alfayadl, A. F. (2022). Konseling Individu:Implementasi dalam mengatasi masalah Penyesuaian Diri Santri Baru. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 267-280.
- Said, N., & Mutho, I. (2016). *Santri Membaca Zaman: Percikan Pemikiran Kaum Pesantren*. Kudus: Santrimenara Pustaka.
- Feist, & Feist. (2016). *Teori Kepribadian Buku 2: Theory of Personality*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres lingkungan pada santri baru. *Emphaty Jurnal Fakultas Psikologi*.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* . Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, KUalitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Rahmawati, A. D., & Lestari, S. (2015). Pengaruh teman sebaya terhadap kepatuhan santri di pondok pesantren modern. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 19-28.