

**PENYESUAIAN DIRI DITINJAU DARI *SELF-EFFICACY* PADA
MAHASISWA/MAHASISWI AWAL YANG MERANTAU
DI FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS SARI MUTIARA MEDAN**

*Beby Astri Tarigan, Adinda Fuadillah

*bebyastritarigan@unprimdn.ac.id

Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia

Abstract. This study aims to determine the relationship between self-efficacy with self-adjustment. The hypothesis of this study states that there is a positive relationship between self-efficacy and self-adjustment, assuming that the higher the self-efficacy is, the higher the self-adjustment is, and conversely the lower the self-efficacy is, the lower the self-adjustment is. The subjects of this study were 81 freshman college student at faculty of nursing and midwifery of Sari Mutiara University Medan. Datas were obtained from scales used to measure self-efficacy and self-adjustment. Calculations were performed by testing the analysis requirements (assumption) that consisted of tests for normality and linearity. The data were analyzed using Product Moment Correlation with SPSS 18 for Windows. The results of the data analysis showed that the correlation coefficient was 0.739 with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). It showed that there is a positive relationship between self-efficacy and self-adjustment. The results of this study indicate that the contributions made by the variable of self-efficacy on self-adjustment was 54.6 percent, while the remaining 45.4 percent was influenced by other factors that were not examined.

Keywords: Self-efficacy, self-adjustment

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri, dengan asumsi semakin tinggi *self-efficacy*, maka semakin tinggi penyesuaian diri dan sebaliknya semakin rendah *self-efficacy*, maka semakin rendah penyesuaian diri. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa/mahasiswi fakultas keperawatan dan kebidanan semester awal yang merantau di Universitas Sari Mutiara Medan sebanyak 81 orang. Data diperoleh dari skala untuk mengukur *self-efficacy* dan penyesuaian diri. Perhitungan dilakukan dengan melakukan uji prasyarat analisis (uji asumsi) yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Analisis data yang digunakan adalah menggunakan korelasi *Product Moment* melalui bantuan SPSS 18 *for Windows*. Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0.739 dan nilai signifikansi sebesar $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Ini menunjukkan ada hubungan positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variabel *self-efficacy* terhadap penyesuaian diri sebesar 54.6 persen, selebihnya 45.4 persen di pengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Kata kunci: Self-efficacy, penyesuaian diri

Pengantar

Pendidikan di negara-negara berkembang termasuk di Indonesia merupakan warisan dari pendidikan yang dibawa dan dikembangkan oleh orang Barat, terutama Belanda, Inggris, Spanyol, dan Portugis, yang artinya bukan asli warisan pendidikan dari nenek moyang kita. Bila diteliti pendapat dari para ahli Barat tersebut, maka pendidikan itu mempunyai fungsi penting, yaitu: Pemindahan kebudayaan atau pewarisan kebudayaan, fungsi nilai-nilai pengajaran, promosi mobilitas sosial, perolehan atau pemberian ijazah atau sertifikat, pelatihan pekerjaan, peningkatan hubungan sosial, membangun semangat nasionalisme, pemeliharaan atau perawatan bayi. Kalau kita cermati secara mendalam dan kenyataan yang kita lihat berlaku di tengah masyarakat, memang pendidikan itu merupakan institusi yang mewariskan kebudayaan, dimana tugas anak didik adalah belajar di sekolah bagaimana menghormati guru dan guru juga mengajarkan nilai kebudayaan seperti nilai penghormatan, nilai kasih sayang, nilai persaudaraan, nilai etika, dan lain sebagainya (Spencer & Inkeles, dalam Panjaitan, 2014).

Menurut Undang-Undang No. 20 tahun 2003 pendidikan ialah usaha sadar dan terencana yang dilakukan untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya, memiliki kekuatan spiritual keagamaan, memiliki pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinyadalam masyarakat, bangsa, dan negara. Dalam dunia pendidikan, pemerintah mewajibkan agar anak-anak di Indonesia menempuh pendidikan wajib selama 12 tahun yang dimulai dari tingkat Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, hingga Sekolah Menengah Atas. Program wajib belajar 12 tahun ini tertera pada pasal 6 ayat 1 UU No. 20 tahun 2003 dimana program pendidikan minimal yang telah ditentukan tersebut merupakan tanggung jawab pemerintah dan pemerintah daerah.

Para peserta didik di dalam dunia pendidikan sangatlah beragam macam, ada yang kanak-kanak hingga remaja. Masa remaja, menurut Mappiare (dalam Ali & Asrori, 2004) berlangsung antara umur 12-21 tahun bagi wanita, dan 13-22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan usia 17/18 tahun yang merupakan remaja awal, 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun yang disebut sebagai remaja akhir. Transisi dai

masa remaja ke dewasa disebut sebagai beranjak dewasa (*emerging adulthood*) yang terjadi dari usia 18 tahun sampai 25 tahun (Arnett, dalam Santrock, 2012). Rata-rata remaja menyelesaikan sekolah lanjutan pada usia kurang lebih dari 18 tahun. Pada waktu ini, ada dorongan besar untuk melanjutkan sekolah ke perguruan tinggi, hingga bila ada suatu kemungkinan para remaja tersebut ingin melanjutkan pendidikan mereka (Haditono, 2001).

Dewasa ini, kebanyakan individu di negara maju yang setelah lulus dari sekolah dan langsung melanjutkan kuliah merupakan aspek penting dalam transisi menuju kedewasaan, (Brown, dalam Santrock, 2010). Sama halnya seperti transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah yang juga menyebabkan perubahan dan stres, begitu juga dengan transisi dari sekolah menengah atas hingga ke perguruan tinggi. Dua masa transisi tersebut punya banyak kesamaan, dari sebagai senior di sekolah atas sampai menjadi anak baru di kampus yang dinamakan mengulang fenomena *top-dog*, dimana individu yang tadinya termasuk dalam kelompok siswa yang paling tua dan berkuasa menjadi kelompok siswa yang paling muda dan lemah yang sudah terjadi sebelumnya ketika masa kedewasaan dimulai.

Bagi banyak siswa, transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi melibatkan pergerakan ke arah struktur yang lebih besar dan interpersonal; interaksi dengan teman-teman dari latar belakang geografis dan etnis yang lebih beragam; dan peningkatan fokus terhadap pencapaian beserta asesmennya. Sama halnya dengan transisi di sekolah dasar menuju sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas, transisi dari sekolah menengah atas menuju universitas juga melibatkan fitur-fitur positif. Mahasiswa menjadi lebih dewasa, punya banyak pilihan terhadap mata kuliah yang ingin diambil, punya lebih banyak waktu untuk bergaul dengan teman-teman, punya kesempatan yang lebih besar untuk mengeksplorasi nilai dan gaya hidup yang beragam, menikmati kebebasan yang lebih besar dari pantauan akademis (Santrock & Halonen, dalam Santrock 2012).

Mahasiswa masa kini mengalami stres yang lebih besar dan merasa lebih depresi dari masa sebelumnya, menurut studi nasional terhadap lebih dari 200.000 mahasiswa baru di lebih dari 400 perguruan tinggi (Pryer, dkk., dalam Santrock 2012). Sebuah studi nasional yang baru-baru ini dilakukan oleh Asosiasi Kesehatan Universitas Amerika di tahun 2008 terhadap lebih dari 90.000 mahasiswa di 177 kampus mengungkapkan bahwa merasa tidak punya harapan, merasa kewalahan dengan hal-hal yang harus mereka lakukan, mengalami kelelahan mental, sedih dan merasa depresi dimana hal tersebut menjadi lazim terjadi pada mahasiswa.

Tekanan dan tuntutan sebagai mahasiswa di perguruan tinggi yang kebanyakan dialami oleh mahasiswa. Mahasiswa yang rata-rata berada diusia remaja lanjut kerap kali apabila menghadapi berbagai kesulitan dalam

penyesuaian diri mereka tidak mampu mengatasinya sendiri. Bahkan banyak mahasiswa membutuhkan bantuan baik dalam menyesuaikan diri ke statusnya yang baru sebagai mahasiswa, berbagai persoalan dalam pergaulan maupun dalam studi. Sehingga perlu diberikan bimbingan yang baik oleh pembimbingnya, penasehat akademik, ataupun oleh dosen.

Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2004) mengatakan bahwa penyesuaian diri dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment* dan dilihat dari tiga sudut pandang, yaitu: penyesuaian diri sebagai adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*), dan yang terakhir penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*).

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu *self-efficacy*, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pramardi, dkk., (2014), dengan hasil dari analisis data tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri.

Bandura menjelaskan bahwa *self-efficacy* adalah kepercayaan bahwa “saya bisa” ketidakberdayaan adalah kepercayaan bahwa “saya tidak bisa” (Bandura, dkk., dalam Satrock, 2007). Bandura (dalam Ghufroon & Risnawati, 2016) juga mendefinisikan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.

Berkaitan dengan hal tersebut Irfan, dkk., (2014) melakukan penelitian untuk tentang hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri terhadap 89 orang partisipan. Hasilnya menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi pula penyesuaian diri namun sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* maka semakin rendah pula penyesuaian diri yang terjadi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi tingkat penyesuaian diri seseorang maka, semakin tinggi tingkat *self-efficacy* dan sebaliknya semakin rendah penyesuaian diri seseorang, maka semakin rendah tingkat *self-efficacy*.

Metode Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah para mahasiswa/mahasiswi awal yang merantau di Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Sari Mutiara Medan. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *total sampling*, sehingga jumlah sampel pada penelitian ini adalah para mahasiswa/mahasiswi awal yang merantau di Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Sari Mutiara Medan yang berjumlah 81 orang.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan metode pembagian skala untuk mengukur penyesuaian diri dan *self-efficacy*. Jenis skala yang digunakan adalah skala Likert. Skala penyesuaian diri dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Supratiknya (2001), yaitu aspek sikap terhadap diri sendiri, aspek persepsi terhadap realitas, aspek integrasi, aspek kompetensi, aspek otonomi, aspek pertumbuhan aktualisasi diri. Skala *self-efficacy* disusun berdasarkan teori aspek-aspek *self-efficacy* menurut Bandura (dalam Ghufroon & Risnawita, 2014) *self-efficacy* yaitu tingkat (*level*), keluasan (*generality*), kekuatan (*strength*). Metode analisis data menggunakan korelasi *Product Moment (Pearson Correlation)* dengan bantuan SPSS 18 *for windows* untuk mengetahui bagaimana hubungan antara variabel *Self-Efficacy* dengan variabel penyesuaian diri.

Pembahasan

Sebelum dilakukan analisis *Product Moment (Pearson Correlation)*, data yang terkumpul terlebih dahulu ditentukan normalitas sebaran dan linieritas hubungannya. Dari uji normalitas dan uji linieritas diketahui bahwa hasilnya memenuhi asumsi tersebut. Hasil uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan dapat dilihat pada Tabel 1 dan Tabel 2 yaitu sebagai berikut.

Tabel 1.
Hasil Uji Normalitas

Variabel	SD	KS-Z	Sig	P	Keterangan
Penyesuaian Diri	8.361	1.129	0.078	p>0.05	Sebaran normal
<i>Self-Efficacy</i>	11.189	0.607	0.427	p>0.05	Sebaran normal

Tabel 2.
Hasil Uji Linieritas Hubungan

Variabel	F	Sig	Keterangan
Penyesuaian Diri <i>Self-Efficacy</i>	129.081	0.000	Linear

Hipotesis dalam penelitian ini adalah hubungan positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa/mahasiswi awal yang merantau di

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Sari Mutiara Medan. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada Tabel 3 yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.
Korelasi Antara *Self-Efficacy* dengan Penyesuaian Diri

Variabel	Pearson Correlation	Signifikansi (p)
<i>Self-Efficacy</i> dan Penyesuaian Diri	0,739	0,000

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri, diperoleh koefisien korelasi *product moment* sebesar 0.739 dengan sig sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri.

Tabel 4.
Sumbangan Efektif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.739 ^a	.546	.541	5.667

Berdasarkan tabel 4 sumbangan efektif di atas, dapat disimpulkan dalam penelitian ini diperoleh koefisien determinasi *R Square* (R^2) sebesar 0.546. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa sumbangan 54.6 persen *self-efficacy* mempengaruhi penyesuaian diri dan selebihnya 45.4 persen dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan sosial, konsep diri, kematangan emosi, *hardiness*, dan *attachment*.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ada hubungan positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa keperawatan dan kebidanan di Universitas Sari Mutiara Medan dengan korelasi *Product Moment* (r) sebesar 0,739 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$), artinya semakin tinggi *self-efficacy* yang dialami oleh mahasiswa, maka semakin tinggi penyesuaian diri mahasiswa tersebut, dan sebaliknya jika semakin rendah *self-efficacy*, maka semakin rendah penyesuaian diri pada mahasiswa tersebut.

2. Mean dari penyesuaian diri pada subjek penelitian seluruh mahasiswa/mahasiswi kebidanan dan keperawatan di Universitas Sari Mutiara Medan secara keseluruhan menunjukkan bahwa penyesuaian diri subjek penelitian menunjukkan kategori tinggi. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai empiric sebesar 97.67 lebih tinggi dari mean hipotetik sebesar 75. Berdasarkan kategori, makadapat dilihat terdapat 8 (delapan) orang atau 9,9 persen memiliki penyesuaian diri sedang dan 73 orang atau 90,1 persen memiliki penyesuaian diri yang tinggi.
3. Mean dari *self-efficacy* pada subjek penelitian mahasiswa/mahasiswi keperawatan dan kebidanan di Universitas Sari Mutiara Indonesia secara keseluruhan menunjukkan bahwa *self-efficacy* subjek penelitian menunjukkan kategori tinggi. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai empirik sebesar 125,01 lebih tinggi dari mean hipotetik sebesar 100. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat tidak terdapat mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* rendah, tetapi terdapat 26 orang atau 43,1 persen memiliki *self-efficacy* sedang dan 55 orang atau 56,9 persen memiliki *self-efficacy* yang tinggi.
4. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variabel *self-efficacy* terhadap variabel penyesuaian diri adalah sebesar 54,6 persen, selebihnya 45,4 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti dukungan sosial, konsep diri, kematanganemosi, *hardiness* dan *attachment*.

Referensi

- Ali, M., & Asrori, M. (2008). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Ghufro, M. N., & Risnawita, R. S. (2014). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Haditono, S. R. (2011). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiaannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Irfan, M., & Suprati, V. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Peyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(3). Diakses pada 08 Februari 2017 dari <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jppp47cf73fd802full.pdf>

- Pramardi, B. B., & Widayat, I. W. (2014). *Self-Efficacy* dengan penyesuaian diri pada taruna akademi angkatan laut. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(1). Diakses pada 08 Februari 2017 dari <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpppb8a91178b0full.pdf>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development perkembangan masa-hidup*. Edisi ke 13 Jilid 2. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Supratiknya, A. (2001). *Mengenal perilaku abnormal*. Cetakan Keempat. Yogyakarta: Kanisius.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan anak*. Edisi ke 11 Jilid 2. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Life-Span development, perkembangan masa-hidup*. Edisi ke 13 Jilid 2. Jakarta: Penerbit Erlangga.