

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN
EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI
PADA MAHASISWA LUAR JAWA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Disusun oleh:

FIDIANA NURHANTARI

F100150012

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN
EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA
LUAR JAWA**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

FIDIANA NURHANTARI

F 100 150 012

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen Pembimbing



Prof. Dr. Kumaidi, MA, Ph.D

NIDN. 00240307

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN
EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA
LUAR JAWA**

Diajukan oleh :

FIDIANA NURHANTARI

F 100 150 012

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji

Fakultas Psikologi

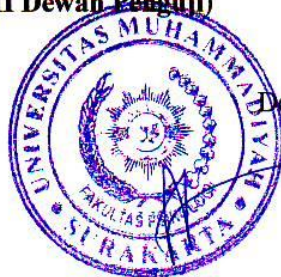
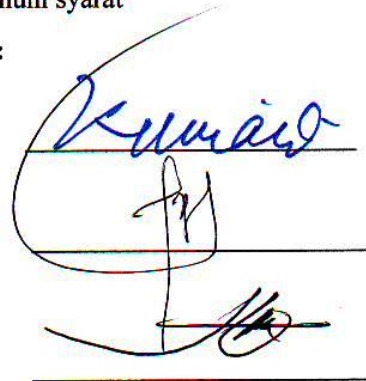
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada Hari Sabtu, 24 Agustus 2019

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji :

1. **Prof. Dr. Kumaidi, MA, Ph.D**
(Ketua Dewan Penguji)
2. **Dr. Yudhi Satria Restu, SE.,S.Psi.,M.Si**
(Anggota I Dewan Penguji)
3. **Achmad Dwityanto O.,S.Psi.,M.Si**
(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,

(Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog)

NIK.838/NIDN.0629037401

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 20 Agustus 2019

Yang menyatakan,



FIDIANA NURHANTARI

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA LUAR JAWA

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri secara bersama sama dengan penyesuaian diri. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berasal dari luar jawa yang berjumlah 140 subjek. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *cluster random sampling*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan alat ukur berupa skala penyesuaian diri, skala dukungan sosial teman sebaya, dan skala efikasi diri. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis linier regresi berganda. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai $F_{(hitung)}$ sebesar 30,938 dengan taraf signifikansi (p) 0,000 dimana $p < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri secara bersama-sama dengan penyesuaian diri. Hasil lainnya terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri ketika efikasi diri dikontrol dengan hasil sumbangan sebesar 0,320 taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 dimana $p < 0,05$. Selanjutnya terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri ketika dukungan sosial teman sebaya dikontrol dengan hasil sumbangan sebesar sebesar 0,252 jika dinyatakan dengan dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,001 dimana $p < 0,05$. Sumbangan dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri bersama sama terhadap penyesuaian diri sebesar 31,1%. Tingkat penyesuaian diri pada subjek termasuk kategori tinggi, tingkat dukungan sosial teman sebaya pada subjek termasuk tinggi, dan tingkat efikasi diri pada subjek termasuk tinggi.

Kata Kunci : penyesuaian diri, dukungan sosial teman sebaya, dan efikasi diri.

Abstract

The purpose of this study is to find out the relationship between peer support and self efficacy together with self-adjustment. Respondent in this research is Muhammadiyah University of Surakarta students who came from outside of Java, amounting to 140 subjects. Sampling is done by *cluster random sampling* technique. The method used in this study is quantitative with a measuring instrument of adjustment scale, peer support scale, and self efficacy scale. The data analyse technique used in this study is multiple linier regression analysis. Based on the result of data analysis, value $F_{(count)}$ of 30,938 with a significance level (p) 0,000 where $p < 0,05$, there is a significant relationship between peer social support and self-efficacy together with self-adjustment. Another result is that there is a significant positive relationship between peer support and self-adjustment when self-efficacy is controlled with a contribution of 0,320 with a significance level (p) of 0,000 where $p < 0,05$. Furthermore, there is a significant positive relationship contribution between self-efficacy and self-adjustment when peer support is controlled with a contribution of 0.252 if expressed as a percentage of 6.3% with a significance level (p) of 0.001 where $p < 0,05$. Effective contribution of peer support and self efficacy to self adjustment of 31,1%. The

level of adjustment in the subject is high, the level of peer social support in the subject is high, and the level of self-efficacy in the subject is high.

Keywords : self-adjustment, peer support, and self-efficacy.

1. PENDAHULUAN

Menurut Hurlock (2017) mahasiswa masuk ke dalam kategori perkembangan masa dewasa dini yaitu usia 18 hingga 40 tahun. Di era globalisasi seperti sekarang ini, banyak individu yang memilih meninggalkan rumah dan kampung halamannya demi menempuh pendidikan ke jenjang perguruan tinggi diluar daerah tempat tinggalnya, sebab keinginan untuk mendapatkan kampus terbaik terkadang tidak bisa didapatkan di daerah sendiri. Perguruan tinggi yang ada di pulau jawa (UMY, UAJY, UPN, UII, UNBRAU, UNAIR, ITS, UNDIP, IPB, UI, ITB, UGM, dll.) memiliki kualitas dan kuantitas yang lebih layak dibandingkan dengan perguruan tinggi di daerah tempat asal mereka sehingga sebagian orang memilih merantau untuk mendapatkan pendidikan yang lebih berkualitas (Niam, 2009). Seseorang yang memiliki keputusan untuk menuntut ilmu di jenjang perkuliahan diluar daerah asalnya dalam jangka waktu tertentu disebut dengan mahasiswa perantau (Mochtar, 1979).

Di dunia perkuliahan, mahasiswa rantau dituntut untuk melakukan penyesuaian diri baik penyesuaian akademik maupun penyesuaian di lingkungan sosial. Mahasiswa yang melakukan penyesuaian diri yang baik maka ia akan terhindar dari tekanan-tekanan yang terjadi disekitarnya, namun pada kenyataannya, tidak semua mahasiswa luar jawa mampu melakukan penyesuaian diri. Pada saat masuk ke dalam lingkungan baru terkadang menimbulkan permasalahan (Mahmudi & Suroso, 2014). Permasalahan penyesuaian akademik di dunia perkuliahan seperti kesulitan dalam memahami mata kuliah, salah mengambil jurusan, tugas yang banyak, nilai IPK yang menurun, sistem KRS yang jadwalnya berubah-ubah, dan kuliah yang tidak segera lulus. Sedangkan permasalahan sosial seperti perubahan interaksi sosial, pola hidup, kemandirian karena jauh dari orangtua, masalah pertemanan, bertanggung jawab dengan segala tindakannya, serta dituntut untuk mampu menyesuaikan diri (Rufaida & Kustanti, 2017). Sejalan dengan hal itu, faktor-faktor umum yang terkait dengan permasalahan penyesuaian diri pada mahasiswa luar jawa diantaranya jauh dari rumah, keluarga, teman-teman, kemampuan penyesuaian budaya, bahasa, cuaca,

tata krama, adat istiadat, dan interaksi dengan lingkungan yang baru (Esmael, Ebrahim & Misganew, 2018 ; Rufaida & Kustanti, 2017).

Fenomena yang ditemukan oleh Syarifa dan Indrawati (2017) yang dilansir dari Liputan6.com mahasiswa memiliki masalah dalam penyesuaian dirinya seperti tidak memiliki teman, memutuskan untuk berhenti kuliah dan kembali ke kota asal, cenderung pendiam, tidak mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari, dan tidak mampu berinteraksi dengan baik dengan lingkungannya. Penelitian yang dilakukan oleh English, Davis, Wei, dan Gross (2017) menyatakan setiap tahun terdapat jutaan siswa yang meninggalkan rumah untuk kuliah dan rentan mengalami kerinduan pada kampung halaman. Mahasiswa yang sering rindu dengan kampung halamannya, kemungkinan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dalam perguruan tinggi kemudian akan berdampak pada kesulitan bersosialisasi dan akademik. *American Health Association* melakukan survey terhadap 99.000 mahasiswa dan menemukan bahwa mahasiswa yang belum mampu menyesuaikan diri merasa putus asa, depresi, sedih, kewalahan dengan semua yang dilakukan (Santrock, 2011). Mahasiswa yang sulit dalam melakukan penyesuaian diri dilaporkan mengalami kecemasan, ketegangan mental, menjadi mudah marah, merasa kesepian, dan menjadi pesimis (Sharma, 2012).

Ghufro dan Risnawita (2010) mengartikan penyesuaian diri sebagai kemampuan seseorang dalam menghadapi berbagai tantangan baik tantangan yang berasal dari lingkungan sekitar maupun tantangan yang berasal dari diri sendiri, sehingga tercapai keharmonisan antara diri individu dengan realitas yang ada. Manusia dalam melakukan tugas penyesuaian dirinya membutuhkan bantuan dan dukungan dari orang lain sebab manusia merupakan makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri dan selalu bergantung pada orang lain.

Mahasiswa luar jawa yang tinggal jauh dari orangtuanya dituntut untuk berinteraksi dengan lingkungan baru yang ada disekitarnya serta membentuk kelompok pertemanan untuk saling membantu satu sama lain, karena jarak yang jauh dari orangtua tidak lagi memungkinkan mereka untuk selalu bergantung pada orang tua. Setiap individu membutuhkan dukungan yang berasal dari orang lain untuk melakukan tugas-tugas perkembangannya. Hal ini sejalan dengan teori yang dipaparkan oleh Papalia dan Feldman (2015) bahwa kelompok teman sebaya juga

mempengaruhi sikap dan perilaku, minat, dan penampilan yang lebih besar daripada keluarga karena individu cenderung lebih bertumpu pada teman sebayanya dibandingkan dengan orangtuanya. Wade dan Travis (2007) menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat menimbulkan penyesuaian diri yang baik dalam perkembangan kepribadian individu.

Dukungan sosial teman sebaya termasuk faktor eksternal dari penyesuaian diri yang mempengaruhi keberhasilan individu dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan yang baru, karena teman sebaya dapat memberikan dukungan kepada individu dengan cara memberi masukan, sebagai tempat berbagi cerita agar individu mampu menyesuaikan dirinya dengan baik (Rufaida & Kustanti, 2017). Dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya dapat berupa dukungan informasi, instrumental, kasih sayang, perhatian yang membuat mahasiswa merasa disayangi dan merasa dirinya berharga.

Selain dukungan sosial teman sebaya, faktor internal dari penyesuaian diri ialah kepribadian. Jika dirinci kembali, kepribadian meliputi keyakinan atau efikasi diri. Efikasi diri adalah pendapat dan kepercayaan seseorang mengenai kompetensi atau kemampuan untuk menunjukkan perilaku yang mengarah pada hasil serta tujuan yang diharapkan (Nurihsan & Yusuf ; Mukhid, 2009). Mahasiswa luar jawa dituntut untuk mempunyai kompetensi penyesuaian diri dalam menguasai lingkungan baru yang belum pernah ditemui sebelumnya. Dalam menghadapi masa peralihan ke dalam lingkungan baru tersebut, mahasiswa membutuhkan keyakinan dalam diri mereka untuk menghadapi berbagai tuntutan (Suprpti & Irfan, 2014). Keyakinan dalam diri tersebut disebut juga dengan efikasi diri. Ahmad, Anwar, dan Khan (2017) menyatakan bahwa penyesuaian diri mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi lebih baik daripada penyesuaian diri mahasiswa dengan efikasi diri sedang dan rendah.

Berdasarkan pemaparan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi dengan penyesuaian diri mahasiswa luar jawa, dengan demikian peneliti memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri secara bersama-sama terhadap penyesuaian diri, untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri, dan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri terhadap penyesuaian diri, untuk mengetahui sumbangan efektif

dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri pada penyesuaian diri, untuk mengetahui tingkat dukungan sosial teman sebaya, efikasi diri, dan penyesuaian diri. Peneliti juga mengajukan hipotesis mayor terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri secara bersama sama terhadap penyesuaian diri serta hipotesis minor terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri dan terdapat hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri.

2. METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode penelitian kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berasal dari luar jawa yang berjumlah 140 mahasiswa. Peneliti menentukan jumlah subjek yang akan diteliti sebanyak 17%. Penelitian ini menggunakan teknik sampling *cluster random sampling*. Peneliti melakukan pengambilan data melalui *google form* dengan cara mengirimkan *link* skala *google form* tersebut kepada ketua organisasi daerah luar jawa dan juga mengirimkan *link* tersebut secara personal kepada mahasiswa luar jawa yang tidak tergabung dalam organisasi daerah.

Skala pertama yaitu skala penyesuaian diri yang disusun oleh peneliti dengan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Schneiders (1960) yaitu keharmonisan diri pribadi, keharmonisan dengan lingkungan, serta kemampuan mengatasi ketegangan, frustrasi, dan konflik. Skala penyesuaian diri terdiri dari 35 aitem dengan jumlah aitem *favorable* 20 dan *unfavorable* 15. Skala kedua yaitu dukungan sosial teman sebaya yang disusun oleh Amrullah (2012) dan sudah di modifikasi oleh peneliti. Skala dukungan sosial teman sebaya tersebut disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh House & Kahn (1985) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan. Skala dukungan sosial teman sebaya terdiri dari 32 aitem dengan jumlah aitem *favourable* 15 dan *unfavorable* 17. Skala ketiga yaitu efikasi diri yang disusun oleh Pamunkas (2018) dan sudah di modifikasi oleh peneliti. Skala efikasi diri disusun berdasarkan aspek yang dijelaskan oleh Smet (1994) yaitu *outcome expectancy* (pengharapan hasil), *efficacy expectancy* (pengharapan efikasi), dan *outcome value* (nilai hasil), dengan jumlah aitem 38, 22 *favorable* dan 16 *unfavorable*.

Skala-skala tersebut sudah diuji validitas dan reliabilitas. Validitas dengan menggunakan validitas isi dengan menggunakan *expert judgment* yang dilakukan oleh 3 dosen Fakultas Psikologi UMS, dan diuji validitas menggunakan formula *aiken's*, dapat diketahui jumlah aitem skala penyesuaian diri dan efikasi diri tidak ada yang gugur, sedangkan aitem dukungan sosial teman sebaya dinyatakan gugur 1 aitem yaitu aitem nomor 27. Setelah dilakukan validitas, kemudian dilakukan reliabilitas *Cronbach Alpha* dan didapatkan angka penyesuaian diri memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,906. Dukungan sosial teman sebaya memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,938. Efikasi diri memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,830.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri bersama-sama terhadap penyesuaian diri. Berdasarkan hasil analisis regresi ganda dengan bantuan SPSS 16.0. Berdasarkan hasil analisis diperoleh hasil 0,558 dengan $F_{(hitung)}$ 30,938 dengan taraf signifikansi (p) 0,000 dimana $p < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri secara bersama-sama terhadap penyesuaian diri, dengan demikian hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Dapat diketahui saat mahasiswa luar jawa dituntut untuk melakukan penyesuaian diri baik secara sosial maupun akademik di kota rantauannya, mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya berupa cinta, bantuan, perhatian, kasih sayang, nasehat untuk membantu menyelesaikan berbagai permasalahan, jasa baik berupa materi maupun non materi dan sudah memiliki efikasi diri yang baik dari dalam dirinya ia akan yakin dengan kemampuannya dalam memecahkan berbagai tantangan mengenai persoalan penyesuaian diri.

Battaglini, Diaz, dan Pattachini (2017) menyatakan bahwa dukungan sosial bersumber dari orang-orang yang memiliki hubungan berarti dengan individu, salah satunya hubungan individu dengan teman sebayanya. Sejalan dengan itu House dan Kahn menjelaskan aspek-aspek dukungan sosial teman sebaya diantaranya dukungan emosional yang meliputi pemberian rasa empati, peduli, kasih sayang sehingga individu merasa dihargai, dukungan informatif

meliputi pemberian saran dan nasehat mengenai permasalahan penyesuaian diri individu, dukungan instrumental meliputi bantuan berupa sarana dan prasarana baik berupa materi maupun non materi, dan dukungan penghargaan dimana individu diberikan dorongan positif dari teman seperti memberi keyakinan ketika mahasiswa ragu dengan permasalahannya.

Efikasi diri merupakan penilaian seseorang mengenai dirinya sendiri, apabila individu percaya dan yakin bahwa ia mampu menyelesaikan segala tuntutan yang ada termasuk tuntutan dalam menyesuaikan diri, maka ia akan bekerja keras agar tuntutan tersebut dapat diselesaikan dengan baik (Alwisol, 2016). Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik dapat membantu mereka dalam melakukan penyesuaian diri dan menyelesaikan tugas bagaimanapun hambatan dan tingkat kesulitannya (Purnamasari, 2011).

Dengan demikian dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri secara bersama sama mempengaruhi keberhasilan penyesuaian diri pada mahasiswa luar jawa. Dari pendapat-pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa ketika mahasiswa luar jawa memiliki dukungan sosial dari teman sebayanya untuk melakukan penyesuaian diri dan dari dalam dirinya sudah memiliki keyakinan atau efikasi diri yang baik maka mahasiswa sudah mampu mengatasi masalah penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil perhitungan yang diperoleh dengan menggunakan analisis regresi berganda. diperoleh hasil sebesar 0,320 dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 dimana $p < 0.05$ yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri ketika efikasi diri dikontrol, dengan demikian hipotesis minor pertama yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Seperti yang diketahui bahwa dalam kesehariannya di perkuliahan, mahasiswa sering berinteraksi dengan teman sebayanya. Chaplin (dalam Komarudin, 2013) menyatakan bahwa pada saat dihadapkan situasi yang penuh tekanan, seseorang membutuhkan dukungan sosial, begitu pula mahasiswa luar jawa yang membutuhkan dukungan sosial dari teman sebayanya untuk membantu mereka dalam mengatasi permasalahan penyesuaian diri. Setiap individu memerlukan dukungan untuk dirinya sendiri, yang akan menjadikan individu merasa lebih berarti.

Soeparwato (2004) menjelaskan terdapat dua faktor dalam penyesuaian diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal, pertemanan sebaya termasuk ke dalam faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri individu. Wade dan Travis (2007) bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat menimbulkan penyesuaian diri yang baik dalam perkembangan kepribadian individu, karena individu cenderung lebih dekat dan terbuka dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya.

Dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya berupa dukungan emosional yang mencakup pemberian perhatian, empati, simpati akan membuat mahasiswa mampu menerima dirinya sendiri baik positif maupun negatif karena merasa dihargai dan disayangi. Dukungan penghargaan yaitu dukungan dengan memberikan dorongan positif agar individu bisa terus maju, dukungan instrumental berupa bantuan barang atau jasa, dan dukungan informatif berupa saran dan nasehat. Dengan dukungan-dukungan tersebut mahasiswa bisa memiliki penyesuaian diri positif daripada mahasiswa yang tidak mendapatkan dukungan dari teman sebayanya.

Sejalan dengan teori fungsi pertemanan menurut Kelly dan Hasen (dalam Desmita, 2010) mahasiswa yang mendapat dukungan teman sebaya akan melakukan percakapan dengan teman sebayanya dan bisa membuat remaja mengutarakan perasaannya, mengekspresikan ide-ide dan memiliki kemampuan penyelesaian masalah yang baik. Menurut Sharma (2012), dukungan sosial teman sebaya berperan penting sebagai sumber dukungan kepada diri pribadi individu, karena individu dan teman sebaya memiliki pengalaman yang sama.

Hasil penelitian Rufaida dan Kustanti (2017) menyatakan ada korelasi positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri, dimana semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri. Dapat diartikan bahwa individu yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang baik akan merasa terbantu saat melakukan penyesuaian diri karena merasa dihargai dan disayangi. Dari hasil penelitian Kumalasari dan Ahyani (2012) analisis data yang diperoleh hasil ada korelasi antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Semakin tinggi skor dukungan sosial yang didapatkan, semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil perhitungan yang diperoleh dengan menggunakan analisis regresi berganda, diperoleh hasil sebesar 0,252 dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,001 dimana $p < 0.05$ yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri ketika dukungan sosial teman sebaya dikontrol, dengan demikian hipotesis minor kedua yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Tidak cukup bila penyesuaian diri yang baik hanya karena mendapat dukungan sosial dari teman sebaya, namun dibutuhkan pula faktor dari dalam diri mahasiswa yang mempengaruhi keberhasilan penyesuaian diri, salah satu faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa yaitu efikasi diri. Sejalan Dalam melakukan proses penyesuaian diri, diperlukan keyakinan serta kesanggupan diri, keyakinan dan kesanggupan diri ini disebut dengan efikasi diri.

Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik, ia percaya bahwa ia akan mampu menyelesaikan segala hambatan dan permasalahan yang dihadapinya seperti permasalahan penyesuaian diri, sebaliknya apabila mahasiswa memiliki efikasi diri yang rendah, ia tidak akan mampu mengatasi permasalahannya. Sejalan dengan Ahmad, Anwar, dan Khan (2017) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi lebih baik daripada penyesuaian diri mahasiswa dengan efikasi diri rendah.

Aspek efikasi diri yang diungkapkan oleh Bandura (1997) keyakinan dan usaha mahasiswa dalam menyelesaikan permasalahan penyesuaian dirinya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik, apabila ia mengalami permasalahan penyesuaian diri baik secara akademik maupun non akademik ia akan berusaha keras dalam mencari solusi untuk menghilangkan permasalahan tersebut walaupun memiliki banyak hambatan.

Alwisol (2016) memaparkan efikasi diri yang berarti manusia memiliki persepsi terhadap diri sendiri tentang seberapa bagus diri seseorang dapat berfungsi dalam menghadapi situasi tertentu, seperti penyesuaian diri. Purnamasari (2011) menyatakan individu yang memiliki efikasi diri yang baik dapat membantu mereka dalam melakukan penyesuaian diri dan menyelesaikan berbagai tugas menenai penyesuaian diri bagaimanapun hambatan dan tingkat kesulitannya. Kondisi psikologis yang baik akan mendorong individu untuk

memberikan respon yang selaras terhadap tuntutan dari dalam diri individu maupun tuntutan dari luar lingkungan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Suprarti dan Ifan (2014) menunjukkan ada korelasi yang positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dengan efikasi diri yang artinya, semakin tinggi skor efikasi diri maka akan baik pula penyesuaian dirinya. Didukung pula oleh hasil penelitian Ramos Sanchez dan Nichols (2007) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik saat mereka memiliki kepercayaan lebih pada kemampuannya atau efikasi diri.

Dukungan sosial teman sebaya dalam penelitian ini mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 10,2%, sedangkan variabel efikasi diri mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 6,35%, artinya masih terdapat 83,41% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri diluar dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri. Faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri menurut Soeparwoto (2004) yaitu minat dan intelegensi, sikap individu, persepsi, konsep diri, motif, pola asuh, prasangka sosial.

Tingkat kategorisasi penyesuaian diri tergolong tinggi dengan rerata empirik 108,57, tingkat dukungan sosial teman sebaya tergolong tinggi dengan rerata empirik 100,27, dan tingkat efikasi diri tergolong tinggi dengan rerata empirik 113,13.

4. PENUTUP

Dari pemaparan hasil dan pembahasan diatas maka dapat diambil kesimpulan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri secara bersama sama terhadap penyesuaian diri mahasiswa luar jawa, terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri ketika efikasi diri dikontrol, dan terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri terhadap penyesuaian diri dengan ketika dukungan sosial teman sebaya dikontrol.

Bagi subjek, Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan diketahui bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki pengaruh lebih tinggi yaitu sebesar 10,2% dibandingkan dengan efikasi diri sebesar 6,3% yang berarti mahasiswa luar jawa harus mempertahankan dukungan sosial teman sebayanya dengan memperhatikan aspek-aspek dukungan sosial seperti aspek emosional,

penghargaan, instrumental, dan informasi. Mahasiswa luar jawa juga bisa memperluas relasi pertemanan sebaya dan mahasiswa yang belum ikut ke dalam organisasi daerahnya bisa ikut mendaftar menjadi anggota orda tersebut agar bisa mendapatkan dukungan sosial teman sebaya yang lebih baik. Mahasiswa luar jawa diharapkan bisa meningkatkan efikasi diri lewat seminar-seminar pelatihan efikasi diri atau membaca buku *self development* yang berkaitan dengan keyakinan untuk menyelesaikan sesuatu.

Bagi perguruan tinggi, hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri memiliki hubungan dengan penyesuaian diri. Pihak universitas dapat melakukan intervensi pada mahasiswa yang sulit untuk melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan cara meningkatkan efikasi dirinya dengan melakukan seminar atau pelatihan yang disusun berdasarkan faktor dan sumber efikasi diri, selain itu juga mengadakan kegiatan berkelompok dan tugas kelompok agar dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri lebih meningkat lagi.

Bagi peneliti selanjutnya, selanjutnya yang akan mengkaji mengenai penyesuaian diri peneliti menganjurkan untuk mengkaji lebih lanjut mengenai variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri selain dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri karena masih terdapat 83,41% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri. Bagi peneliti selanjutnya, ingin mengambil data menggunakan google form, peneliti menyarankan untuk melakukan *setting* pada kolom asal daerah dengan membatasi daerah daerah luar jawa mana saja yang bisa mengisi kuesioner, untuk menghindari orang-orang non luar jawa yang ingin mengisi skala google form tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M., Anwar, M. N., & Khan, S. (2017). Social adjustments and Self-efficacy of University Students. *Humanities and Social Sciences*, 24(2), 21 - 32.
- Amrullah, N. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Skripsi*. Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.
- Alwisol. (2016). *Psikologi kepribadian*. Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang.

- Ali, M., & Asrori, M. (2004). *Psikologi remaja*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Battaglioni, M., Diaz, C., & Pattachini, E. (2017). Self-Control and Peer Groups: An Empirical Analysis . *Journal of Economic Behavior and Organization*, 240-254.
- English, T., Davis, J., Wei, M., & Gross, J. J. (2017). Homesickness and adjustment across the first year of college: A longitudinal study. *Emotion (Washington, D.C.)*, 17(1), 1-5.
- Esmael, A., Ebrahim, J., & Misganew, E. (2018). Adjustment Problem among First Year University Students in Ethiopia: Across Sectional Survey. *Journal of Psychiatry*, 21(5), 2 - 6 .
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian : Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghufron, M., & Risnawita, R. (2010). *Teori teori psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media
- House, J. S., & Kahn, R. L. (1985). *Measures and concept of social support*. New York: Academic Press.
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Komarudin. (2013). *Psikologi olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 22-24.
- Mahmudi, M. H., & Suroso. (2014). Efikasi Diri, Dukungan Sosial, Dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 184-194.
- Mochtar, N. (1979). *Merantau; pola migrasi suku minangkabau*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mukhid, A. (2009). Self-Efficacy Perspektif Teori Kognitif Sosial dan Implikasinya terhadap Pendidikan. *Jurnal Tradis*, 4(1), 107 - 122.
- Niam, E. K. (2009). Koping Terhadap Stress Pada Mahasiswa Luar Jawa Yang Mengalami Culture Shock. *Indegenous Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 69-77.
- Nurihsan, J., & Yusuf, S. (2008). *Teorii kepribadian*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Pamunkas, C. D. (2018). *Penyesuaian Diri Ditinjau Dari Self-Efficacy Pada Mahasiswa Baru.Skripsi*. Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2015). *Menyelami perkembangan manusia*. Salemba Humanika: Jakarta.

- Purnamasari, N. A. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga, dan Self Regulated Learning pada Siswa Kelas VIII. *Humanitas*, 8(1), 185 - 186. (Universities, 2019)
- Ramos-Sanchez, L., & Nichols, L. (2007). Self-efficacy of first-generation and non-first-generation college students: The relationship with academic performance and college adjustment . *Journal of College Counseling*, 6-18.
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Sumatera Di Universitas Diponegoro . *Jurnal Empati*, 218.
- Santrock, J. W. (2011). *Educational Psychology (5th edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Schneiders, A. A. (1960). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rinehart, and Winston.
- Sharma, B. (2012). Adjustment and Emotional Maturity Among First Year College Student. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 10 (2), 32-36
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Suprpti, V., & Irfan, M. (2014). Hubungan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri terhadap Perguruan Tinggi pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3 (3), 172-178.
- Syarifa, M., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan Antara Kelekatan Aman Terhadap Ibu Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro . *Jurnal Empati*, 276-279.
- Wade, C., & Travis, C. (2007). *Psikologi, edisi kesembilan jilid 2*. Jakarta: Erlangga.