

EFIKASI DIRI DAN PENYESUAIAN DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII

Oleh:

Nina Nadya Mantyawati¹

Dyah Siti Septiningsih²

Rr. Setyawati³

Dyah Astorini Wulandari⁴

ABSTRACT

This research was conducted based on the problem of efficacy and self-adjustment in class VII students, West Java, Indonesia. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and self-adjustment in class VII students of SMP N 3 Lakbok. This study uses a quantitative approach with the correlational research. Respondents of the study was class VII students, amounting to 175 students. Data collection tools in the form of self-efficacy scale and self-adjustment scale Cronbach's Alpha. The validity test in this study uses the Product Moment correlation technique, while the reliability test uses Cronbach's Alpha. Validity test with $N = 58$ $df = 56$ and $r_{table} 0.258$ self-efficacy scale there are 29 valid items and 11 items fall with a reliability of 0.815. The self-adjustment scale contained 21 valid items and 19 dropped items with a reliability of 0.769. Based on the results of data analysis, the correlation value was obtained at $p = 0.000$ ($p < 0.05$), so it can be concluded that the higher the self- efficacy, the higher the self-adjustment of seventh grade students. Self-efficacy provides an effective contribution of 26.5% to self-adjustment, while there are still 73.5% of other factors that influence self-adjustment that were not examined by researchers.

Keywords: *Learners, Self-Adjustment, Self-Efficacy*

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan berdasarkan permasalahan efikasi dan penyesuaian diri pada peserta didik kelas VII di SMP N 3 Lakbok. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada peserta didik kelas VII. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah peserta didik kelas VII yang berjumlah 175 siswa. Alat pengumpulan data berupaskala efikasi diri dan skala penyesuaian diri. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* sedangkan uji reliabilitas dengan *Alpha Cronbach*. Uji validitas dengan $N = 58$ $df = 56$ dan $r_{tabel} 0,258$ skala efikasi diri terdapat 29 aitem valid dan 11 aitem gugur dengan Reliabilitas 0,815. Skala penyesuaian diri terdapat 21 aitem valid dan 19 aitem gugur dengan Reliabilitas 0,769. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai korelasi pada $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan jika semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri pada peserta didik kelas VII. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 26,5% terhadap penyesuaian diri, sedangkan masih ada 73,5% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri yang tidak diteliti oleh peneliti.

Kata kunci : *Efikasi Diri, Penyesuaian Diri, Peserta Didik*

¹Nina Nadya Mantyawati, Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Purwokerto, ninanadya38@gmail.com

²Dyah Siti Septiningsih, Dosen Universitas Muhammadiyah Purwokerto, dyah_nieng@yahoo.com

³Rr. Setyawati, Dosen Universitas Muhammadiyah Purwokerto rorosetyawati1975@gmail.com

⁴Dyah Astorini Wulandari, Dosen Universitas Muhammadiyah Purwokerto rinirifqi@gmail.com

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu berhubungan dengan oranglain dalam masyarakat, keluarga dan lingkungan termasuk lingkungan sekolah. Interaksi/hubungan sosial anak pada tahun pertama sangat terbatas, interaksi pada anak usia pertama hanya pada ibu dan ayah. Ketika anak mulai belajar di sekolah, anak akan mulai belajar untuk mengembangkan interaksi sosial, belajar menerima pandangan terhadap nilai dan norma sosial. Beragam pergaulan yang dialami anak menuntut peserta didik untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan sosialnya seperti disekolah (Suroso, 2014).

Penyesuaian diri mengacu pada keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk melakukan perilaku tertentu atau mencapai hasil yang diinginkan (Feldman, 2012). Efikasi diri adalah keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk mengatur dan mengambil tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Gangloff, 2017). Efikasi diri adalah keyakinan pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan mengambil tindakan yang diperlukan untuk hasil yang maksimal (Lorente et al., 2011).

Aspek penyesuaian diri menurut Schneiders (1960) yaitu, Pengakuan, Partisipasi, Persetujuan sosial, Alturisme, Kesesuaian. Faktor penyesuaian diri menurut Powell (1983) yaitu, faktor internal 1. Kemampuan dan kekuatan Fisik Secara umum kesehatan, tingkat energi, dan daya sembuh seorang individu sangat berperan dalam menghadapi persoalan yang sedang dialami. 2. Kemampuan Koginitif Kemampuan kognitif seorang individu seperti kemampuan memecahkan masalah dan kemampuan verbal seringkali membuat individu tidak membutuhkan bantuan profesional dalam memecahkan masalah dalam hidupnya. 3. Minat Minat dapat berfungsi sebagai *buffer* (penahan) yang bisa meminimalkan dan membantu individu dalam mentolerir ketegangan yang di sebabkan oleh permasalahan yang sedang dialami sehingga dapat membantu mempertahankan penyesuaian diri individu. 4. Impian Impian dapat berupa cita-cita, tujuan hidup ataupun persepsi individu terhadap dirinya sendiri. Dengan memiliki mimpi, maka individu dapat memusatkan diri untuk tetap bertahan menghadapi permasalahan di hidupnya dan merasa bahwa yang dilakukan adalah berharga. 5. Keyakinan Keyakinan adalah yang di yakini seorang individu lebih berkuasa daripada dirinya sendiri bisa berupa agama ataupun tradisi. Dengan memiliki sebuah keyakinan maka individu akan selalu memiliki harapan dan tempat bergantung yang membuatnya selalu bertahan dan berjuang. Faktor eksternal 1. Kemampuan ekonomi dan lingkungan Kemampuan ekonomi dan lingkungan termasuk kedalam biaya, sarana dan fasilitas yang dimiliki, serta informasi-informasi yang dibutuhkan. Ketersediaan dan kemudahan dalam memperoleh hal tersebut membantu mempermudah individu dalam menyelesaikan masalahnya. 2. Kerja Bekerja dapat membantu seorang individu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, bergaul dengan orang lain (memiliki hubungan pertemanan), dan membuat dirinya merasa mampu melakukan sesuatu yang berharga bagi dirinya sendiri.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah peserta didik Kelas VII SMP N 3 Lakbok yang berjumlah 175 peserta didik, seluruh peserta didik di gunakan sebagai sample dengan teknik *non-probability sampling* (*sampling* jenuh) yang dimana seluruh anggota populasi digunakan sebagai sampel. Metode pengumpulan data menggunakan skala penyesuaian diri dan skala efikasi diri. Koefisien reliabilitas masing-masing menggunakan *alpha cronbach* sebesar 0,769 untuk penyesuaian diri dan 0,815 untuk efikasi diri. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Korelasi *Person Product Moment* Sugiyono, (2013) dengan bantuan SPSS For Windows Release Versi 25.0.

HASIL

Uji Validitas

Penelitian ini mengungkap tentang hubungan efikasi diri antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada peserta didik kelas VII SMP N 3 Lakbok, berdasarkan hasil perhitungan pada validitas dengan teknik *product moment* diperoleh bahwa pada skala penyesuaian diri bergerak dari 0,278 sampai 0,702, dan pada skala efikasi diri bergerak dari 0,265 sampai 0,537 dengan taraf signifikan 5% yang diperoleh r_{tabel} sebesar 0,258.

Uji Reliabilitas

Hasil perhitungan uji reliabilitas skala penyesuaian diri dan efikasi diri menggunakan rumus Alpha Cronbach, dengan bantuan SPSS Versi 25.0 pada tabel berikut :

Tabel. 1
Uji Reliabilitas

| Variabel | Alpha Cronbach | Keterangan |
|------------------|----------------|---------------|
| Penyesuaian Diri | 0,769 | Tinggi |
| Efikasi Diri | 0,815 | Sangat Tinggi |

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skala penyesuaian diri menunjukkan angka koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,769$ sedangkan pada skala efikasi diri terdapat angka koefisien sebesar $\alpha = 0,815$ berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa skala penyesuaian diri dan skala efikasi diri yang digunakan adalah reliabel.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran pada variabel-variabel penelitian ini. Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS Versi 25.0, dan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* untuk menguji normalitas. Dapat ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel. 2
Uji Normalitas

| | Statistic | Df | Sig |
|------------------|-----------|-----|-------|
| Efikasi Diri | 0,097 | 175 | 0,064 |
| Penyesuaian Diri | 0,087 | 175 | 0,133 |

Uji normalitas pada variabel efikasi diri sebesar 0,064 ($p > 0,05$), dan pada variabel penyesuaian diri sebesar 0,133 ($p > 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut berbentuk normal dan memiliki nilai signifikan ($p > 0,05$).

Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk melihat apakah kedua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak memiliki hubungan yang linear. Hasil uji linearitas dapat ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel. 3
Uji Linearity

| Variabel X | Variabel Y | Sig. Linierity | Sig. Deviation | Ket |
|-----------------|---------------------|-------------------|-------------------|--------|
| Efikasi Diri | Penyesuaian Diri | 0,000 | 0,654 | Linier |

Hasil uji linearitas, variabel efikasi diri dan variabel penyesuaian diri menunjukkan nilai signifikansi deviation from linearity sebesar 0,654 ($p > 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa kedua variabel dinyatakan linear.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada peserta didik kelas VII SMP N 3 Lakbok, peneliti menggunakan teknik korelasi *Person Product Moment* dengan bantuan program SPSS Versi 25.0, hasil uji korelasi dapat ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel. 4
Uji Korelasi

| | | Efikasi | Penyesuaian |
|--------------------|---------------------|---------|-------------|
| Efikasi | Pearson Correlation | 1 | 0,515 |
| | Sig | | 0,000 |
| | N | 175 | 175 |
| Penyesuaian | Pearson Correlation | 0,515 | 1 |
| | Sig | 0,000 | |
| | N | 175 | 175 |

Berdasarkan hasil uji korelasi *person product moment*, yaitu terkait dengan hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri akademik, dengan nilai signifikan sebesar 0,000 ($P < 0,05$), sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri akademik karena nilai signifikan di bawah ($P < 0,05$). Hasil menunjukkan bahwa besarnya korelasi *person product moment* antara efikasi diri dengan penyesuaian diri adalah 0,515 yang menghasilkan korelasi positif yang ditunjukkan oleh tanda positif di depan nilai koefisien korelasi

Adapun hasil koefisien determinasi dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel. 5
Koefisien Determinasi Penelitian

| Model | R | R Square | Adj. R Square | Std. Error |
|-------|-------|----------|---------------|------------|
| 1 | 0,515 | 0,265 | 0,261 | 5,70694 |

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa R square koefisien korelasi sebesar 0,265. Sehingga hasil menunjukkan efektif sebesar 26,5% terhadap efikasi diri, sedangkan 73,5% dipengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diteliti.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri akademik. Hal ini didasarkan pada uji hipotesis. Berdasarkan hasil analisis korelasi *Person Product Moment* antara variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri akademik yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan hipotesis diterima yang artinya ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri akademik. Penelitian ini juga menunjukkan besarnya korelasi antara efikasi diri dengan penyesuaian diri akademik adalah 0,515. Hasil menunjukkan bahwa hipotesis menghasilkan korelasi arah positif. Jadi semakin tinggi nilai efikasi diri maka akan semakin tinggi pula nilai penyesuaian diri akademik pada peserta didik kelas VII di SMPN 3 Lakbok.

Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 26,5% terhadap penyesuaian diri, sedangkan masih ada 73,5% faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Efikasi diri memiliki sifat positif bagi peserta didik, seseorang yang memiliki efikasi diri akan cenderung lebih yakin dan percaya diri.

Hal ini didukung dalam penelitian yang dilakukan oleh (Permatasari, 2017), yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi yang dimiliki seseorang maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri pada seseorang. Efikasi diri akademik memberikan kontribusi sebesar 26,63% pada penyesuaian diri di perguruan tinggi. Penelitian ini didukung juga dalam penelitian yang dilakukan oleh (Hartina & Mudjiran, 2019) yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri akademik pada mahasiswa tersebut. Efikasi diri menyumbang sebesar 22,0% pada penyesuaian diri. Besaran presentase pada penelitian tersebut lebih kecil dari pada penelitian ini. Subjek pada penelitian tersebut adalah mahasiswa tingkat pertama jurusan psikologi.

Menurut (Kustanti, 2018) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa jika nilai efikasi tinggi maka penyesuaian diri pun akan tinggi begitu juga sebaliknya. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 50,8% pada penyesuaian diri akademik, sisanya 49,2% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkapkan pada penelitian ini. Dalam penelitian tersebut. Peneliti melihat bahwa kebanyakan peserta didik kelas VII di SMP N 3 Lakbok Kabupaten Ciamis memiliki efikasi diri yang cukup rendah dikarenakan selama kurang lebih dari dua tahun para peserta didik melakukan pembelajaran jarak jauh atau sistem pembelajaran daring, sehingga kurangnya interaksi dengan teman sekolah maupun guru-guru disekolah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan penyesuaian diri dengan efikasi diri pada peserta didik kelas VII di SMP N 3 Lakbok.

Saran

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan lebih banyak lagi teori, variabel yang digunakan dalam penelitian ini hanya menggunakan satu variabel independent dan satu variabel dependent. Penelitian juga menyarankan untuk melakukan penelitian tidak hanya pada kelas VII saja.

DAFTAR PUSTAKA

- Feldman, R. S. (2012). *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Gangloff. (2017). Normative Characteristics of Perceived Self-Efficacy. *Social Sciences*, 6(139), 1–18. <https://doi.org/doi:10.3390/socsci6040139ww>
- Kustanti. (2018). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang. *Empati*, 7(2), 66–77.
- Lorente, L., Salanova, M., & Martínez, I. (2011). Developing a Job-Related Self-Efficacy Scale Among Construction Workers. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 30(2), 149–160.
- Powell. (1983). A framework for understanding gifted adolescents' psychological maladjustment. *Roeper Review*, 6(2), 70–73. <https://doi.org/10.1080/02783198309552759>
- Schneiders. (1960). *Personal adjustment and mental health*. <https://doi.org/10.1037/14399-018>
- Sugiyono, P. D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif Dan R&D*. Penerbit Alfabeta Bandung.
- Suroso. (2014). Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 183–194. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i0>