



Academic Adjustment Mahasiswa Baru Ditinjau dari Self Esteem, Self Efficacy, dan Self Concept

Rosyana Amelia Sabela¹, Rizma Fithri¹

¹Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Sunan Ampel Surabaya

DOI: <http://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.738>

Abstract : *Academic adjustment is the individual's ability to deal with academic demands and requirements to be fulfilled properly. This research aims to study the correlation between self-esteem, self-efficacy, and self-concept with academic adjustment among new students of UIN Sunan Ampel Surabaya Class of 2020. The sample of this study was 364 new students of UIN Sunan Ampel Surabaya Class of 2020 taken by simple random sampling technique. The scales used in this study are Rosenberg's self-esteem scale, Matthias Jerusalem and Ralf Schwarzer's self-efficacy scale, Eider Goñi's self-concept scale, and Joel R. Anderson, Yao Guan, and Yasin Koc's academic adjustment scales. Data analysis was conducted by a multiple linear regression test. The results show that there is a correlation between self-esteem, self-efficacy, and self-concept in academic.*

Keywords : *Academic adjustment, Self esteem, Self efficacy, Self concept*

Abstrak : *Academic adjustment yaitu kemampuan individu untuk menghadapi tuntutan dan syarat akademik agar terpenuhi dengan baik. Tujuan penelitian ini ingin melihat hubungan serta perbedaan *academic adjustment* yang ditinjau dari *self esteem*, *self efficacy*, dan *self concept* pada mahasiswa baru UIN Sunan Ampel Surabaya angkatan tahun 2020. Sampel penelitian ini berjumlah 364 mahasiswa baru UIN Sunan Ampel Surabaya angkatan tahun 2020 yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *self esteem* milik Rosenberg, skala *self-efficacy* milik Matthias Jerusalem dan Ralf Schwarzer, skala *self concept* milik Eider Goñi, dan skala *academic adjustment* milik Joel R. Anderson, Yao Guan, dan Yasin Koc. Analisis data dilakukan dengan uji regresi linear berganda dan uji *friedman*. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan serta perbedaan *academic adjustment* yang ditinjau dari *self esteem*, *self-efficacy*, dan *self concept* pada mahasiswa baru UIN Sunan Ampel Surabaya angkatan tahun 2020.*

Kata kunci : *Academic adjustment, Self esteem, Self efficacy, Self concept*

Pendahuluan

Academic adjustment merupakan sebuah kemampuan individu dalam pengelolaan keilmuan, psikologis, dan sosial saat mengalami transisi ke kehidupan perkuliahan (Anderson & Guan, 2018). Seorang siswa saat bertransisi menjadi mahasiswa baru tentunya akan menghadapi berbagai tantangan yang berbeda dari sebelumnya dan diharapkan mereka dapat menyesuaikan diri di segala aspek pada kehidupan perkuliahan terutama aspek akademiknya (Astrini, 2011). *Academic adjustment* yang baik disebutkan oleh Schneider yang dikutip oleh (Ridha, 2021) apabila mahasiswa dapat memenuhi sejumlah kriteria yaitu prestasi yang memuaskan, usaha yang dilakukan secara maksimal, menguasai pengetahuan melalui upaya akademis, memanfaatkan keahliannya untuk memecahkan suatu masalah, tujuan akademiknya tercapai, dan mampu memuaskan kebutuhan dan minat. Mahasiswa yang memiliki penyesuaian akademik yang baik maka ia akan mampu mengontrol emosinya saat menghadapi kegagalan dan menganggap kegagalan tersebut sebagai keberhasilan yang tertunda (Hartina & Mudjiran, 2015). Ketika mahasiswa tidak memiliki *academic adjustment* yang baik maka mereka akan merasakan sulit bahagia, tidak pernah puas dengan apa yang dikerjakan, selalu membandingkan dirinya dengan orang lain, mudah kecewa saat terjadi kegagalan hingga mengalami stres dan depresi (Rozali, 2015).

Masa semester awal di perkuliahan merupakan waktu yang paling krusial bagi mahasiswa baru karena di masa ini mereka akan menghadapi berbagai tantangan baru seperti sistem pembelajaran yang berbeda atau materi yang lebih susah (Rahayu & Arianti, 2020). Menurut American College Health Association pada tahun 2015 yang dikutip oleh (Herdiansyah, Rahmi, & Sari, 2021) lebih dari 53,5% mahasiswa baru memiliki gejala stres yang tinggi. Hal ini juga didukung oleh penelitian dari McDermott dan Pettijohn yang dikutip oleh (Ali, Ahmad, & Khan, 2018) bahwa di seluruh dunia ada tingkat permasalahan psikologis yang sangat tinggi di antara para siswa yang memasuki universitas. Fenomena di Indonesia sendiri menurut data dari Kemendikbudristek menyebutkan bahwa pada tahun 2020 sebanyak 601.333 mahasiswa yang tidak lagi melanjutkan kuliah di tahun pertama mereka. Pernyataan dari Gardner & Jewler (1997) yang dikutip oleh (Sopiyanti, 2011) menyatakan bahwasannya semester awal termasuk masa krusial untuk menyesuaikan diri mahasiswa dengan kehidupan akademis yang dijalankan. Budaya akademik perkuliahan berbeda dari SMA sehingga mahasiswa baru belum terlalu memahami proses dan sistem belajar mengajar, serta sarana dan prasarana yang dipakai dalam memberi dukungan kegiatan belajar mengajar di lingkungan perguruan tinggi (Fitri & Kustanti, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 8 mahasiswa baru angkatan 2020 UIN Sunan Ampel Surabaya yang dilaksanakan pada tahun 2021 didapatkan fakta bahwa ketika mendapat tugas dari dosen pada semester awal, sebagian besar dari mereka terkejut karena tugas tersebut sangat berbeda dari tugas yang ada di Sekolah Menengah Atas. Beberapa orang juga sampai menangis saat mendapatkan tugas yang banyak, sulit, dan hanya mendapat waktu pengumpulan tugas yang cepat yaitu 1 minggu. Ada juga mahasiswa baru yang merasa ingin menyerah saat awal semester perkuliahan karena merasa salah jurusan. Mahasiswa baru juga banyak yang merasa berat ketika harus menjalani perkuliahan intensif Bahasa Arab, Bahasa Inggris dan juga Ma'had. Hal ini karena mereka merasa kesulitan dari segi materi karena ada yang tidak punya dasar berbahasa Arab, dan juga ada yang tidak menyukai Bahasa Inggris.

Pernyataan dari Friedlander yang dikutip oleh (Sakinah, 2017) menyebutkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *academic adjustment* mahasiswa yaitu stres, dukungan sosial, *self esteem*, *self efficacy*, *self concept*, dan *self regulation*. Menurut (Credé & Niehorster, 2012) *self esteem* merupakan salah satu *predictor* kemampuan mahasiswa baru untuk melaksanakan penyesuaian dirinya saat di perguruan tinggi. Mahasiswa baru yang merasa baik tentang dirinya akan mempunyai strategi yang efektif dalam berhadapan dengan tuntutan akademik maupun sosial yang ada di lingkungan universitas (Friedlander

et al., 2007). Individu dengan *self esteem* tinggi maka akan kian tinggi pula penyesuaian akademiknya (Mandoa, Saud, & Reba, 2021). Penelitian Permatasari dan Savira (2018) juga menunjukkan hubungan *self-esteem* dengan penyesuaian diri mahasiswa Psikologi angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. Mahasiswa dengan *self esteem* tinggi akan memiliki rasa percaya diri, yakin pada kemampuannya, memiliki perasaan berguna dan yakin bahwa dirinya diperlukan di dunia ini. Riset yang dilaksanakan (Permatasari & Savira, 2018) menunjukkan hasil bahwasannya dijumpai hubungan yang cukup kuat dan positif dari *self-esteem* dengan penyesuaian diri mahasiswa psikologi angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya.

Self efficacy merupakan keyakinan diri individu atas kemampuannya dalam melakukan suatu pekerjaan (Bandura, 1997, Astuti, Permana, Harahap, & Budi, 2016). Penelitian Pek dkk (2019) menyebutkan bahwa *self efficacy* berkorelasi positif dan signifikan dengan *academic adjustment*. Mahasiswa baru yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan merasa dirinya bisa mengerjakan dan menjalani berbagai hal di dunia perguruan tinggi yang baru saja dilaluinya. Individu jika memiliki efikasi diri yang baik, maka penyesuaian akademik akan tercapai karena mahasiswa baru memiliki motivasi yang kuat dan pandangan positif bahwa mereka mampu (Hartina & Mudjiran, 2015). Penelitian Fitri dan Kustanti (2018) menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa rantau. Mahasiswa dengan *self-efficacy* yang tinggi kemungkinan dapat melaksanakan beragam macam tantangan yang terdapat di universitas sehingga mahasiswa dapat mencapai *academic adjustment* yang baik pula (Khotimatussannah dkk, 2021)

Hasil riset lainnya dari (Fitri & Kustanti, 2018) menunjukkan bahwasannya dijumpai hubungan positif yang signifikan dari efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa rantau sehingga kian tingginya skor efikasi diri akademik menandakan kian tinggi penyesuaian diri akademik, sebaliknya kian rendah skor efikasi diri akademik, penyesuaian diri akademik akan kian rendah. Penelitian lain dilakukan oleh (Olagoke & Wasiu, 2016) memperlihatkan hasil bahwasannya *self concept* mempunyai pengaruhnya yang signifikan pada *academic adjustment* mahasiswa dan bisa ditarik kesimpulannya bahwasannya *self concept* memainkan peran besar dalam menentukan pola penyesuaian mahasiswa tersebut. Penelitian Nindira dan Sitasari (2021) melihat hubungan *self-efficacy* dengan penyesuaian akademik dimana *self-efficacy* pada siswa akan mempengaruhi pula penyesuaian akademiknya. Individu dengan *self-efficacy* tinggi mempercayai bahwasannya mereka mempunyai kemampuan menghadapi segala tantangan di kehidupannya. Adapun individu dengan *self-efficacy* rendah berpikir bahwa dirinya tidak dapat menghadapi semua tantangan yang dijumpai di kehidupannya.

Sementara *self-concept* menurut Hurlock yang dikutip oleh (Rahman, 2012) merupakan gambaran seseorang mengenai dirinya sendiri yang meliputi fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi yang telah dicapai. Penelitian Olagoke & Wasiu (2016) memperlihatkan bahwasannya *self concept* memainkan peran besar dalam menentukan *academic adjustment* siswa. Penelitian dari (Olagoke & Wasiu, 2016) menyebutkan bahwasannya ada pengaruhnya yang signifikan antara *self-concept* dengan penyesuaian akademik mahasiswa di universitas. Mahasiswa dengan *self-concept* yang tinggi akan dapat menyesuaikan diri dengan baik dalam bidang akademik. Penelitian Olagoke dan Wasiu (2016) juga menunjukkan pengaruh *self-concept* terhadap penyesuaian akademik. Tingkat *self-concept* seorang siswa berperan besar dalam menentukan pola penyesuaian diri akademik mereka.

Mahasiswa baru yang tidak dapat memenuhi tuntutan dalam bidang akademik pada perkuliahan cenderung akan mengalami stres akademik dan jika dibiarkan akan berakibat fatal pada prestasinya di perkuliahan (Mamahit & Christine, 2020). Agar dapat mengatasi tuntutan akademik dibutuhkan penyesuaian akademik yang baik dari mahasiswa baru agar dapat mahasiswa dapat berhasil dalam kehidupan akademik di perkuliahannya (Putra &

Ahmad, 2020). Fenomena *academic adjustment* pada mahasiswa baru ini perlu untuk diteliti karena jika mahasiswa baru tidak memiliki *self-esteem*, *self-efficacy*, dan *self concept* merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh mahasiswa baru untuk dapat mencapai penyesuaian akademik. Penelitian sebelumnya telah banyak membahas hubungan dari variabel *academic adjustment* dengan variabel *self esteem*, *self efficacy*, dan *self concept* secara terpisah namun penelitian ini akan melihat pengaruh ketiga variabel tersebut terhadap *academic adjustment*.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui *academic adjustment* ditinjau dari *self-esteem*, *self-efficacy*, dan *self-concept*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 364 mahasiswa baru yang berkuliah di UIN Sunan Ampel Surabaya angkatan tahun 2020 terdiri atas 85 laki-laki dan 279 perempuan yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Analisis data yang digunakan adalah regresi linear berganda dan uji *friedman* dengan bantuan SPSS 16 for windows.

Skala yang digunakan pada penelitian ini yaitu skala *self-esteem* milik Rosenberg yang berjudul *Rosenberg Self Esteem Scale*, skala *self-efficacy* milik Matthias Jerusalem dan Ralf Schwarzer yang berjudul *General Self-Efficacy*, skala *self-concept* milik Eider Goñi, José M. Madariaga, Inge Axpe, dan Alfredo Goñi yang berjudul *Personal Self Concept*, dan skala *academic adjustment* milik Joel R. Anderson, Yao Guan, dan Yasin Koc yang berjudul *The Academic Adjustment Scale*. Keempat skala tersebut telah diadaptasi dan dimodifikasi serta telah dilakukan penilaian oleh *expert judgement* sebelum digunakan.

Hasil Penelitian

Sebelum melakukan analisis data terlebih dahulu dilakukan kategorisasi untuk dapat mengetahui kategori skor jawaban subjek. Kategorisasi dibagi menjadi 2 yaitu kategori dua jenjang untuk variabel *self-concept* dan *academic adjustment* serta kategori tiga jenjang untuk variabel *self-esteem* dan *self-efficacy*.

Tabel 1
Kategorisasi Variabel Self Esteem, Self Efficacy, dan Self Concept

Variabel	Kategori	Kriteria	Jumlah Subjek	Presentase
Self Esteem	Rendah	$X \leq 22,41$	59	16,2%
	Sedang	$22,41 \leq X < 29,37$	217	59,6%
	Tinggi	$29,37 \leq X$	88	24,2%
Total			364	
Self Efficacy	Rendah	$X \leq 28,40$	48	13,2%
	Sedang	$28,40 \leq X < 35,88$	218	59,9%
	Tinggi	$35,88 \leq X$	98	26,9%
Total			364	
Self Concept	Negatif	$X \leq 45,78$	181	49,7%
	Positif	$X > 45,78$	183	50,3%
Total			364	
Academic Adjustment	Buruk	$X \leq 26,76$	174	47,8%
	Baik	$X > 26,76$	190	52,2%
Total			364	

Berdasarkan tabel di atas mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya mayoritas memiliki tingkat *self-esteem* dan *self-efficacy* sedang serta tingkat *self-concept* yang positif dan tingkat *academic adjustment* yang baik.

Tabel selanjutnya merupakan hasil uji T yang digunakan untuk melihat pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat.

Tabel 2
Hasil Uji T

Model	Unstandarized Coefficient		Standarized Coefficient	t	Sig
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	4.033	1.198		3.367	.001
Self Esteem	.227	.041	.245	5.588	.000
Self Efficacy	.286	.037	.331	7.627	.000
Self Concept	.167	.023	.319	7.384	.000

Berdasarkan Hasil uji T diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel *self-esteem* adalah $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung sebesar $5,588 >$ nilai t tabel yaitu 1, 649949. Maka dapat dikatakan bahwa variabel *self-esteem* berpengaruh secara parsial terhadap variabel *academic adjustment*. Nilai signifikansi pada variabel *self-efficacy* adalah $0.000 < 0.05$ dan nilai t hitung pada variabel *self-efficacy* sebesar $7,627 >$ nilai t tabel yaitu 1, 649949. Dengan kata lain variabel *self-efficacy* berpengaruh secara parsial terhadap variabel *academic adjustment*. Nilai signifikansi pada variabel *self-concept* adalah $0.000 < 0.05$ dan nilai t hitung pada variabel *self-concept* sebesar $7,384 >$ nilai t tabel yaitu 1, 649949. Pada akhirnya variabel *self-concept* berpengaruh secara parsial terhadap variabel *academic adjustment*.

Tabel selanjutnya adalah hasil uji F yang digunakan untuk melihat pengaruh variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

Tabel 3
Hasil Uji F

Model	Sum Of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1 Regresion	1912.349	3	637.450	122.465	.000
Residual	1873.857	360	5.205		
Total	3786.206	363			

Hasil uji f di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dan f hitung sebesar $122,465 > 2,64$ (nilai f tabel) maka dapat dikatakan bahwa variabel *independent (self esteem, self efficacy, dan self concept)* berpengaruh secara simultan terhadap variabel *dependen (academic adjustment)*.

Tabel selanjutnya yaitu hasil uji koefisien determinasi untuk mengetahui seberapa besar variabel terikat dipengaruhi oleh variabel terikat.

Tabel 4
Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Squares	Adjusted R Squares	Std. Error of The Estimate
1	.711 ^a	.505	.501	2.281

Hasil uji koefisien determinasi di atas menunjukkan bahwa nilai *r square* sebesar 0,505 sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh variabel *self esteem, self efficacy, dan self concept* terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya sebesar 50,5% dan sisanya yaitu sebesar 49,5% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Tabel 5
Hasil Uji Chi Square Variabel Self Esteem, Self Efficacy, Self Concept dan Academic Adjustment

N	364
Chi-Square	889.501
Df	3
Asymp Sig.	.000

Penelitian ini juga melihat adakah perbedaan kualitas *academic adjustment* yang ditinjau dari tingkat *self-esteem*, *self-efficacy*, dan kualitas *self-concept*. Nilai *Chi-square* hitung sebesar 889,501 yang lebih besar dibandingkan dengan *Chi-square* tabel yaitu 5,59 dan nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$ menjelaskan bahwa terdapat perbedaan kualitas *academic adjustment* yang ditinjau dari tingkat *self-esteem*, *self-efficacy*, dan kualitas *self-concept*.

Penelitian ini juga dilakukan *mean rank* untuk membandingkan ketiga variabel bebas yang ada. *Mean ranks* variabel *self-efficacy* sebesar 1,78 dan tingkat variabel *self-esteem* sebesar 1,52. Hal tersebut menggambarkan bahwa tingkat variabel *self-efficacy* lebih tinggi dalam mempengaruhi variabel *academic adjustment*. *Mean ranks* berikutnya adalah antara *self-efficacy* sebesar 1,78 dan *self concept* sebesar 1,22 sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *self-efficacy* lebih tinggi dalam mempengaruhi *academic adjustment*. Terakhir yaitu *mean ranks* antara *self esteem* sebesar 1,76 dan *self-concept* sebesar 1,24 dan *self-esteem* lebih tinggi dalam mempengaruhi *academic adjustment*.

Tabel 6
Hasil Uji Analisis Mean Rank Variabel Self-Esteem, Self-Efficacy, Self-Concept dan Academic Adjustment Secara Terpisah

	Mean Rank
<i>Academic Adjustment</i>	3.00
<i>Self Efficacy</i>	1.78
<i>Self Esteem</i>	1.52
	Mean Rank
<i>Academic Adjustment</i>	3.00
<i>Self Efficacy</i>	1.78
<i>Self Concept</i>	1.22
	Mean Rank
<i>Academic Adjustment</i>	3.00
<i>Self Esteem</i>	1.76
<i>Self Concept</i>	1.24

Tabel selanjutnya yaitu hasil analisis uji *friedman* yang terdiri atas uji *Chi-square* untuk melihat perbedaan kualitas *academic adjustment* yang ditinjau dari tingkat *self-esteem*, tingkat *self-efficacy*, dan kualitas *self-concept* secara terpisah.

Tabel 7
Hasil Uji Analisis Mean Ranks Variabel Self-Esteem, Self-Efficacy, Self-Concept dan Academic Adjustment

	Mean Rank
<i>Academic Adjustment</i>	3.00
<i>Self Esteem</i>	2.23
<i>Self Efficacy</i>	2.30
<i>Self Concept</i>	1.46

Hasil diatas menunjukkan *mean ranks* untuk kualitas variabel *academic adjustment* sebesar 3.00, tingkat variabel *self-esteem* sebesar 2,23, tingkat variabel *self-efficacy* sebesar 2,30 dan kualitas variabel *self-concept* sebesar 1,46. Dari hal tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat variabel *self-efficacy* lebih tinggi dalam mempengaruhi variabel *academic adjustment*.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan antara *self-esteem* dengan *academic adjustment*. Hasil ini senada riset yang dilaksanakan oleh (Mandoa et al., 2021) menyebutkan bahwa variabel *self-esteem* berpengaruh besar pada penyesuaian diri akademik pada mahasiswa. Pasha dan Munaf (2013) juga menjelaskan bahwa *self-esteem* mempunyai hubungan dengan semua area penyesuaian pada kehidupan di universitas secara signifikan. Dalam kehidupan di perguruan tinggi, mahasiswa dengan harga diri yang tinggi akan mempunyai rasa percaya diri, dan akan merasa yakin bahwa dirinya bisa meraih prestasi yang diharapkannya atau orang lain, oleh karenanya keyakinan tersebut akan memberi motivasi dirinya, mendorongnya untuk meraih cita-citanya (Meliawati, 2020). Sebaliknya harga diri yang rendah dapat berperan dalam gangguan mental dan berbagai masalah social misalnya kecemasan, depresi, kekerasan, perilaku beresiko tinggi, dan konsumsi narkoba (Sholichah, Paulana, & Putri, 2018).

Hasil penelitian juga menunjukkan pengaruh secara parsial variabel *self-efficacy* terhadap *academic adjustment*. Hasil tersebut mendukung penelitian Nindira dkk (2021) yang menjelaskan hubungan yang positif antara *self-efficacy* dan penyesuaian akademik. *Self-efficacy* yang cukup baik akan mempengaruhi *adjustment* individu terhadap lingkungan sosialnya (Fajar & Aviani, 2022). *Self-efficacy* yang tinggi menyebabkan individu berjuang lebih keras, pantang menyerah dalam menghadapi tantangan baru, dan lebih mudah beradaptasi dengan situasi baru (Mahendrani & Rahayu, 2014). *Self-efficacy* memiliki hubungan yang positif dengan *academic adjustment*. Penelitian Fajar dan Aviani (2022) juga menjelaskan bahwa *self efficacy* yang tinggi akan membuat suatu keselarasan antara individu, lingkungan sosial, dan tujuannya hingga itu berpengaruh pada *academic adjustment* yang dimiliki.

Pengaruh parsial *self-concept* terhadap *academic adjustment* juga terlihat dalam penelitian ini. Hasil ini senada riset dari (Garnis & Widyastuti, 2021) yang menyebutkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Penelitian Candrawati (2019) juga menggambarkan hubungan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri mahasiswa. Individu yang memiliki konsep diri positif akan berinteraksi secara aktif dan baik dengan orang lain, mampu menerima kondisi diri apa adanya serta merespon orang lain dengan baik sehingga mampu menyesuaikan diri di situasi apapun (Marimbuni, Syahniar, & Ahmad, 2017).

Terdapat pula hubungan yang positif dan signifikan antara *self-esteem*, *self-efficacy*, dan *self-concept* dengan *academic adjustment*. Sesuai dengan pernyataan Friedlander yang dikutip oleh (Sakinah, 2017) dimana faktor yang dapat mempengaruhi baik atau buruknya *academic adjustment* pada mahasiswa baru adalah *self esteem*, *self-efficacy*, dan *self-concept*. Namun dalam penelitian ini *self-efficacy* paling tinggi kontribusinya dalam mempengaruhi *academic adjustment* diantara ketiga variabel yang diuji. *Self efficacy* menurut Assaat yang dikutip oleh (Nutaella, 2020) merupakan keyakinan pada kemampuan diri individu untuk berhasil pada suatu tugas yang harus dikerjakannya. Apa yang diyakini individu terhadap kemampuannya akan membuat mereka mudah menyesuaikan diri dengan sejumlah tuntutan yang dihadapi. Peiffer, Ellwart, & Preckel (2020) menyebutkan bahwa *self efficacy* hanya terdiri dari komponen kognitif.

Uji *friedman* menunjukkan bahwa tingkat *academic adjustment* akan berbeda jika tingkat *self-esteem*, tingkat *self-efficacy*, dan kualitas *self-concept* juga berbeda baik secara bersamaan maupun terpisah. Hasil penelitian ini mendukung apa yang dikatakan Habrat (2013) tentang diferensiasi empiris antara *self esteem*, *self efficacy*, dan *self concept* yang dianggap konstruksi universal mengacu pada evaluasi dan nilai-nilai seseorang. Barbara M. Byrne yang dikutip oleh (Leonard & Rice, 2020) menyebutkan *self concept* terkait dengan bagaimana individu mempersepsikan diri pada domain tertentu. Seorang mahasiswa jika dapat menyesuaikan dirinya dengan baik di situasi serta lingkungan yang baru maka akan

mendapatkan keberhasilan serta kepuasan sebaliknya, jika tidak dapat menyesuaikan dirinya dengan baik maka akan mudah merasa kecewa dan gagal (Setiawati, 2015).

Academic adjustment yang baik pada mahasiswa baru merupakan hal yang penting karena jika seorang mahasiswa dapat menyesuaikan diri pada tuntutan akademik dengan baik maka ia akan mendapatkan prestasi yang baik pula di perkuliahannya (Anggana & Pedhu, 2021). *Academic adjustment* pada mahasiswa baru yang dimaksud meliputi seberapa besar keyakinan mahasiswa dalam menganggap pentingnya belajar di perguruan tinggi itu, mempunyai sasaran akademik yang jelas, bersungguh-sungguh dalam mencari tahu isu terkini yang terkait dengan perkuliahan, dan juga dapat mencari dukungan akademik ketika sedang dibutuhkan (Rahmadani & Rahmawati, 2020). Pernyataan dari Cazan yang dikutip oleh (Nisa, Tiatri, & Mularsih, 2018) menyebutkan jika penyesuaian akademik seorang mahasiswa bisa mencapai kualitas yang baik maka akan terlihat pada perilaku belajar serta prestasi akademiknya.

Simpulan dan Saran

Penelitian ini menunjukkan hubungan ketiga variabel baik secara parsial maupun bersama-sama terhadap *academic adjustment*. Gambaran hubungan *self-esteem* dengan *academic adjustment*, *self-efficacy* dengan *academic adjustment*, *self-concept* dengan *academic adjustment*, serta *self-esteem*, *self-efficacy*, dan *self-concept* dengan *academic adjustment* tergambar dalam penelitian ini. Selain itu terdapat perbedaan kualitas *academic adjustment* yang ditinjau dari tingkat *self-esteem*, *self-efficacy*, *self-concept*. *Self-efficacy* adalah konstru paling tinggi pengaruhnya terhadap *academic adjustment*.

Saran untuk penelitian selanjutnya dapat menambah variabel moderator seperti usia, jenis kelamin, dan menambah cakupan subjek yang lebih luas tidak hanya pada satu universitas. Pengambilan data penelitian juga dapat dilakukan secara *offline* dengan tujuan agar dapat mengobservasi tingkah laku subjek pada saat mengisi *instrument* yang diberikan.

Daftar Pustaka

- Ali, A., Ahmad, M., & Khan, S. (2018). Social and Academic Adjustment of the University Students. *Global Social Sciences Review*, *III*(III), 378–394. [https://doi.org/10.31703/gssr.2018\(iii-iii\).21](https://doi.org/10.31703/gssr.2018(iii-iii).21)
- Anggana, W. T., & Pedhu, Y. (2021). Hubungan antara Regulasi Diri dan Penyesuaian Akademik Mahasiswa Angkatan 2019 Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pendidikan dan Bahasa, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya. *Jurnal Psiko-Edukasi*, *19*(1), 105–115.
- Astuti, Permana, H., Harahap, F., & Budi. (2016). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di MTs Al Hikmah Brebes. *Jurnal Hisbah*, *13*(1), 51–68.
- Fajar, P., & Aviani, Y. I. (2022). Hubungan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri : Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *6*(2015), 2186–2194.
- Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2018). Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang. *Empati*, *7*(April), 66–79.
- Ghufron, M. N. (2018). Penyesuaian Akademik Tahun Pertama Ditinjau Dari Efikasi Diri Mahasiswa. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* *1*(1). <https://doi.org/10.21043/konseling.v1i1.3860>
- Habrat, A. (2013). The Effect of Affect on Learning: Self-Esteem and Self-Concept. *Second Language Learning and Teaching*, 239–253. https://doi.org/10.1007/978-3-642-35305-5_14
- Hartina, & Mudjiran. (2015). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Penyesuaian Akademik pada

- Mahasiswa Tingkat Pertama Jurusan Psikologi. *Jurnal Riset Psikologi*, 000(1), 1–10.
- Herdiansyah, R., Rahmi, F., & Sari, L. (2021). Gambaran College Adjustment Pada Mahasiswa Angkatan 2020. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 1(3), 164–170. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v1i3.1229>
- Leonard, V., & Rice, T. S. (2020). *Interpersonal Communication*. California: College of the Canyons.
- Marimbuni, M., Syahniar, S., & Ahmad, R. (2017). Kontribusi Konsep Diri Dan Kematangan Emosi Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Dan Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling. *Insight Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 165–175. <https://doi.org/10.21009/insight.062.05>
- Nisa, K., Tiatri, S., & Mularsih, H. (2018). Peran Dukungan Teman Sebaya Dan Regulasi Diri Belajar Terhadap Penyesuaian Akademis Mahasiswa Perguruan Tinggi Kedinasan Berasrama Xyz. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 318. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1641>
- Novadelian, A., & Rozali, Y. A. (2017). Perbedaan Penyesuaian Akademik Ditinjau dari Kategorisasi Adversity Intelligence pada Santri MTS Pondok Pesantren Daar el-Qolam 1 Jayanti, Tangerang. *UEU Jurnal*.
- Nutaella, C. (2020). *PENGARUH KEPUASAN KERJA TERHADAP KINERJA INDIVIDUAL DENGAN SELF ESTEEM DAN SELF EFFICACY SEBAGAI VARIABEL INTERVENING (Studi Empiris Pada Dealer Yamaha Sumber Baru Motor Magelang)*. Magelang.
- Olagoke, A. A., & Wasiu, O. A. (2016). Self-Concept and Academic Adjustment of University Undergraduates in Ondo State, Nigeria. *The African Symposium: An Online Journal of the African Educational Research Network*, 15(3), 68–75.
- Pasha, H. S., & Munaf, S. (2013). Relationship of Self-esteem and Adjustment in Traditional University Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84(1988), 999–1004. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.688>
- Peiffer, H., Ellwart, T., & Preckel, F. (2020). Ability self-concept and self-efficacy in higher education : An empirical differentiation based on their factorial structure. *PLoS ONE*, 15(7), 1–24. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0234604>
- Permatasari, R. A., & Savira, S. I. (2018). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2).
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Rahmadani, A., & Rahmawati, Y. M. (2020). College Adjustment Terhadap Mahasiswa Tingkat Pertama. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(3), 158–166.
- Rahman, R. (2012). Hubungan Antara Self-Concept Terhadap Matematika Dengan Kemampuan Berpikir Kreatif Matematik Siswa. *Infinity Journal*, 1(1), 19. <https://doi.org/10.22460/infinity.v1i1.4>
- Rozali, Y. A. (2015). Hubungan Efikasi Diri Akademik Dan Dukungan Sosial. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 65–70.
- Sakinah, U. (2017). *Identifikasi Faktor-faktor Penyesuaian Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Pendidikan Tata Boga Universitas Negeri Medan*. Medan.
- Setiawati, E. (2015). Model-model Proses Penyesuaian Diri di Bidang Akademik Mahasiswa BKI Semester II Angkatan 2014 IAIN Mataram. *Al-Tazkiah*, 7(1), 15–23.
- Srisayekti, W., Setiady, D. A., & Sanitioso, R. B. (2015). Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*, 42(2), 141. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7169>