

# HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI BARU

Oleh : Adelina Rahmawati dan Dr. Eny Purwandari

## *THE CORRELATION BETWEEN SELF EFFICATION AND SELF ADJUSMENT AMONG ISLAMIC BOARDING SCHOOL NEW STUDENT*

Mahasiswi Magister Profesi Psikologi

dan Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

E-mail: adelahma@gmail.com, E-mail: enypurwandari75@gmail.com

### **ABSTRACT**

*This research aims to find the correlation between self efficacy and adjustment among Islamic boarding school new students. The object in this project is 114 new students who are sitting in the preparation class for study in the Islamic boarding school and are previously graduating from non Islamic boarding school. Employing population study sample taking and using product moment correlation and comparation analysis with independent sample t-test of SPSS 19,0 for windows program support in analyzing the data, this study finds that there is a positive correlation between self efficacy and adjustment of the Islamic boarding school news tudents. The higher oftheir self efficacy, the higher their adjustment will be, and vice versa. The amount of self efficacy effec tive contribution (EC)to the adjustment of Islamic boarding school new students is 46,9%. Their level of self adjustment and self efficacy is moderate. In addition, male students have higher self efficacy and self adjustment compare with the female ones.*

**Keywords:** *Self adjustment, Islamic boarding school new student, self efficacy.*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 114 orang, yaitu santri baru yang sedang menjalani kelas persiapan belajar di pesantren dan berasal dari sekolah luar non pesantren. Teknik pengambilan sampel menggunakan studi populasi. Analisis data dilakukan dengan analisis korelasi product moment dan analisis komparasi dengan independent sample t-test menggunakan program bantu SPSS 19,0 for windows. Berdasarkan analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki santri baru maka semakin tinggi penyesuaian diri yang dilakukan, begitu juga sebaliknya. Sumbangan efektif (SE) efikasi diri terhadap penyesuaian diri santri baru sebesar 46,9%. Tingkat penyesuaian diri santri baru dan tingkat efikasi diri tergolong sedang. Santriwan memiliki tingkat penyesuaian diri dan efikasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan santriwati.

**Kata Kunci:** penyesuaian diri, santri baru, efikasi diri

## PENDAHULUAN

### LatarBelakang Masalah

Remaja memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi untuk bertahan dan melanjutkan tugas dalam setiap tahap perkembangannya. Remaja tidak terlepas dari tahapan demi tahapan perkembangan yang harus dilalui. Perkembangan tersebut dapat bersumber dari bermacam-macam faktor baik dari dalam diri remaja, keluarga, atau lingkungan sosial. Masalah-masalah yang muncul dalam kehidupan remaja memberikan suatu kekuatan bagi para remaja agar mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial mereka. Santrock (2007) berpendapat permasalahan dalam kehidupan remaja disebabkan oleh berbagai macam pertimbangan bahwa masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan perubahan pada aspek biologis, kognitif, dan sosio-emosional.

Perubahan intelektual remaja merupakan karakteristik yang paling menonjol dari semua periode perkembangan dan mampu mengintegrasikan diri ke dalam masyarakat dewasa. Posisi remaja yang berada di antara anak dan orang dewasa membuat remaja dikenal dengan fase mencari jati diri. Ali dan Asrori (2014) berpendapat pesatnya perkembangan fisik dan psikis pada diri remaja menimbulkan kendala dalam penyesuaian diri terhadap kegiatan belajarnya. Remaja secara umum mengetahui bahwa untuk menjadi orang yang sukses harus rajin belajar. Faktor pencarian identitas diri yang kuat menyebabkan remaja lebih senang mencari kegiatan-kegiatan yang menyenangkan bersama-sama dengan kelompoknya selain kegiatan belajar dan yang muncul dipermukaan adalah remaja yang malas dan tidak disiplin dalam belajar. Perubahan yang terjadi pada diri remaja dan lingkungan sosial yang baru menuntut remaja untuk melakukan penyesuaian diri.

Desmita (2012) menyatakan penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respons mental dan tingkah laku, individu berusaha untuk berhasil mengatasi

kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan di mana ia tinggal. Remaja harus mampu untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan tersebut, sehingga mampu menghadapi perubahan yang terjadi dalam diri remaja atau lingkungan sosial disekitarnya. Ali dan Asrori (2014) menyebutkan karakteristik penyesuaian diri yang terjadi pada remaja dapat terlihat dari penyesuaian diri terhadap peran dan identitas, pendidikan, kehidupan seks, norma sosial, penggunaan waktu luang, penggunaan uang, dan penyesuaian terhadap kecemasan, konflik, dan frustrasi.

Menyesuaikan diri dalam menghadapi situasi baru bukan hal yang mudah untuk dilakukan, terlebih jika situasi yang dihadapi sangat berbeda dengan keadaan sebelumnya. Salah satunya adalah melanjutkan pendidikan disekolah dengan sistem pesantren. Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan dan penyebaran agama Islam yang dapat dikatakan sebagai wujud proses perkembangan sistem pendidikan nasional. Menurut Qomar (2006) pesantren didefinisikan sebagai suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan pelajaran agama Islam dan didukung asrama sebagai tempat tinggal santri yang bersifat permanen. Hal tersebut sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 55 Tahun 2007 tentang Pendidikan Agama dan Pendidikan Keagamaan Pasal 1 Ayat 4 yang menyatakan bahwa pesantren atau pondok pesantren adalah lembaga pendidikan keagamaan Islam berbasis masyarakat yang menyelenggarakan pendidikan diniyah atau secara terpadu dengan pendidikan jenis lainnya. Pesantren sendiri memiliki karakteristik yang unik dan sedikit berbedadari sekolah formal pada umumnya, seperti pelajaran agama yang lebih banyak dan lebih ditekankan. Siswa yang belajar dipesantren dikenal dengan sebutan santri dan diwajibkan untuk tinggal di lingkungan pesantren.

Santri yang tinggal secara terpisah dari orang tua dan keluarga diharuskan untuk siap dalam menjalani kehidupan secara mandiri. Menurut Irfani (2004) gambaran penyesuaian santri baru, pada umumnya santri membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menyesuaikan diri terhadap kegiatan di lingkungan pesantren. Ketika pertama kali melihat peraturan-peraturan di pesantren, santri baru merasa bahwa peraturan yang ada sangat berat. Pernyataan ini sesuai dengan yang dialami oleh parasantri baru Madrasah Takhas susyiah di Pondok Pesantren Modern Islam Assalaam Sukoharjo yang masih terbiasa dengan pola kegiatan di rumah dan gaya belajar-mengajar di sekolah luar dan para santri baru membutuhkan penyesuaian diri terhadap perubahan lingkungan tempat tinggal yang baru yaitu di pondok pesantren. Kemampuan dari masing-masing santri baru untuk menyesuaikan diri akan sangat menentukan sejauh mana santri baru dapat bertahan dalam lingkungan pesantren. Santri baru membutuhkan waktu untuk mempelajari kebiasaan-kebiasaan baru di lingkungan pondok pesantren.

Penyesuaian diri diperlukan oleh para santri baru agar terjadi keselarasan antara pribadi remaja dengan lingkungan pesantren, sehingga remaja dapat tinggal di lingkungan pesantren dengan nyaman dan dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan lebih efektif. Irfani (2004) menyatakan bahwa penyesuaian diri para santri tersebut dapat berhasil apabila mereka mampu memenuhi tuntutan yang berasal dari dalam diri seperti makan, minum, kasih sayang, dan tuntutan dari luar diri mereka seperti peraturan, norma agama, dan norma sosial yang berlaku di lingkungan pesantren. Santri mampu memenuhi tuntutan tersebut dengan cara *adjustment* yaitu: kemampuan mengatasi stres dan kecemasan, ketika mengalami kesulitan keuangan santri berusaha meminjam dari teman atau menelpon orangtua untuk meminta tambahan uang.

Santri baru yang tinggal di Pondok Pesantren Modern Islam Assalaam Sukoharjo tergolong remaja awal, rentang usia antara 12 tahun hingga 17 tahun. Masa remaja awal menurut Mappiare (Ali & Asrori, 2014) berada pada rentang usia 12/13 tahun sampai dengan usia 17/18 tahun. Monks, Knoers, dan Haditono (2006) menyatakan bahwa masa remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik dan psikisnya.

Kemampuan siswa untuk melakukan penyesuaian diri mempunyai pengaruh yang cukup besar pada keadaan siswa untuk memberikan respon pada setiap keadaan yang dihadapi. Pola asuh yang diberikan oleh orang tua dan pengaruh teman sebaya juga memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap keberhasilan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial di sekolah. Hal ini disebabkan interaksi sosial yang pertama diperoleh individu adalah di dalam keluarga, yang kemudian dikembangkan di masyarakat. (Kusdiyanti, Halimah, dan Faisaluddin, 2011)

Fenomena santri baru yang melakukan pelanggaran sehingga diberikan sanksi dan hukuman merupakan gambaran dari kurangnya keyakinan diri santri baru pada kemampuannya untuk dapat memenuhi tuntutan yang diberikan serta menghadapi persoalan yang dihadapi dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan pondok pesantren. Pamardi dan Widayat (2014) menyatakan bahwa peranan efikasi diri akan mempengaruhi seberapa jauh individu tersebut memandang suatu beban, tuntutan, dan kewajiban yang akan dijalankan. Menurut Bandura (Feist & Feist, 2011) manusia yang yakin dapat melakukan sesuatu yang mempunyai potensi untuk dapat mengubah kejadian di lingkungannya, akan lebih mungkin bertindak dan lebih mungkin untuk menjadi sukses daripada manusia yang mempunyai efikasi diri yang rendah. Keyakinan manusia mengenai efikasi diri mempengaruhi bentuk tindakan yang akan

dipilih untuk dilakukan, sebanyak apa usaha yang akan diberikan ke dalam aktivitas ini, selama apa manusia akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta ketanggungan mengikuti adanya kemunduran.

Penelitian tentang penyesuaian diri di PPMI Assalaam sudah pernah ditemui, antara lain yaitu penelitian yang dilakukan oleh Yuniar, Abidin, dan Astuti (2005) mengenai gambaran penyesuaian santri baru di PPMI Assalaam dan diketahui hasil penelitian bahwa 5-10% dari santri baru mengalami masalah dalam melakukan proses penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan bahwa untuk mampu melakukan penyesuaian diri yang baik diperlukan faktor-faktor pendukung, salah satunya yaitu efikasi diri. Penelitian penyesuaian diri santri baru yang dikorelasikan dengan efikasi diri di PPMI Assalam belum pernah ditemui, sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian ini baru.

Remaja yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengontrol fungsi diri dan lingkungannya akan mampu untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang baru. Hal tersebut berlaku juga dalam penyesuaian diri santri baru terhadap lingkungan di pondok pesantren. Santri baru yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi diharapkan lebih mudah untuk melakukan penyesuaian diri terhadap semua kegiatan dan lebih mudah untuk bersosialisasi dengan semua orang di pondok pesantren.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan rumusan masalah, apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada santri baru di Pondok Pesantren Modern Islam Assalaam. Untuk mengkaji permasalahan secara empiris maka peneliti mengajukan judul penelitian: "Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri Santri Baru"

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:  
a) hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru, b) tingkat efikasi pada santri baru, c) tingkat penyesuaian diri pada santri baru, d) sumbangan efektif efikasi diri terhadap penyesuaian diri santri baru.

### **Pengertian Penyesuaian Diri**

Sobur (2011) mengartikan secara luas bahwa proses penyesuaian diri itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka. Willis (2008) menyatakan pandangan yang senada dengan Sobur (2011), Willis (2008) menyatakan penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya. Menurut Schneiders (dalam Wijaya, 2007) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah: keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, keadaan lingkungan, dan tingkat religiusitas serta kebudayaan. Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Ruyon dan Haber (Artha & Supriyadi, 2013) antara lain yaitu; persepsi terhadap realitas, kemampuan mengatasi stress dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, dan hubungan interpersonal yang baik.

### **Pengertian Efikasi Diri**

Bandura (dalam Feist & Feist, 2009) menyatakan bahwa keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengontrol fungsi diri dan lingkungannya dinamakan efikasi diri. Menurut Bandura, (dalam Friedman & Schustack, 2006) efikasi diri menentukan apakah kita akan menunjukkan perilaku tertentu, sekuat apa kita dapat bertahan saat menghadapi kesulitan atau kegagalan, dan bagaimana kesuksesan atau kegagalan dalam suatu tugas tertentu mempengaruhi perilaku kita di masa depan. Bandura (dalam Yulia, 2010) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas atau melakukan suatu

tindakan yang diperlukan dalam mencapai hasil tertentu. Efikasi diri ini tidak berkaitan dengan kemampuan yang sebenarnya, melainkan berhubungan dengan keyakinan yang dimiliki individu atas kemampuan dirinya. Efikasi diri pada seseorang akan berbeda antara satu dengan yang lainnya berdasarkan dari tiga dimensi berikut, yaitu: dimensi tingkat (*level*), luas bidang perilaku (*generality*), dan tingkat kekuatan (*strength*).

Hubungan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Santri Baru

Menurut Bandura (dalam Rasit, 2015) perilaku sosial dibentuk melalui penguatan dari konteks sosial. Hal ini menunjukkan bahwa manusia dapat berpikir dan mengatur perilaku mereka sendiri tanpa dipengaruhi oleh lingkungan. Faktor lingkungan sekitar saja tidak cukup untuk menimbulkan perubahan perilaku seseorang karena faktor personal dan faktor lingkungan saling berkaitan. Bandura menjelaskan bahwa faktor personal yang meliputi kognitif, emosi, persepsi, pengertian, dan pengetahuan yang mempengaruhi efikasi diri sebagai faktor intervensi perilaku. Faktor lingkungan membentuk interaksi yang melibatkan sumber model representasi dan norma norma sosial masyarakat yang dapat mempengaruhi perilaku manusia. Faktor perilaku meliputi semua tindakan, pemilihan keputusan, dan ekspresi verbal individu melalui keterampilan yang dimiliki dan praktek.

Bandura (dalam Rasit, 2015) menjelaskan mengenai konsep *reciprocal determinism*. Konsep hubungan timbal balik ini merupakan dasar utama dalam menganalisis fenomena psikososial dalam perkembangan perilaku santri baru di lingkungan pesantren. Reciprocal determinism dapat menjelaskan mengenai perilaku santri baru dalam bentuk timbal balik yang terus menerus antara faktor kognitif, perilaku, dan lingkungan. Santri baru dapat menentukan perilakunya dengan mengontrol kekuatan lingkungan, tetapi juga dapat dikontrol oleh kekuatan lingkungan. Faktor kognisi berperan dalam menentukan

tingkat efikasi diri dan bentuk perilaku santri baru dalam mengendalikan lingkungan pesantren. Demikian pula dengan lingkungan pesantren yang juga memiliki pengaruh pada pembentukan perilaku penyesuaian diri santri baru di lingkungan pesantren.

Kewajiban santri baru untuk tinggal secara mandiri di pesantren menuntut para santri memiliki kemampuan menyesuaikan diri terhadap semua aktivitas, aturan, dan kebiasaan yang terdapat di lingkungan pesantren. Lingkungan yang ditinggali santri baru sebelum masuk ke lingkungan pondok pesantren memiliki pengaruh terhadap kemampuan santri untuk melakukan penyesuaian diri di lingkungan pesantren. Willis (2008) menyatakan penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya. Penyesuaian diri merupakan proses belajar yang dilakukan seseorang supaya mampu memenuhi semua kebutuhan-kebutuhan dan untuk mendapatkan keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dari lingkungan tempat tinggal.

Dalam proses penyesuaian diri pada santri baru tidak hanya faktor eksternal saja yang dapat mempengaruhi santri baru untuk berhasil dalam mencapai kebutuhan dan keselarasan. Melainkan juga terdapat faktor internal yaitu efikasi diri, berupa keyakinan dalam diri santri baru untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan pesantren.

Efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk melakukan suatu aktivitas dalam mencapai harapan yang dikehendaki. Santri baru yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi akan mampu melakukan kegiatan dengan lebih terarah dan dapat mencapai harapannya. Bandura meletakkan penekanan tertentu pada peran yang dimainkan oleh efikasi diri, kepercayaan mengenai kapabilitas personal seseorang. Efikasi diri mendasari keyakinan seseorang akan kemampuan mereka

untuk melakukan perilaku tertentu atau memberikan hasil yang diharapkan (Feldman, 2012). Harapan akan efikasi diri berkenaan dengan harapan terhadap kemampuan diri dalam mengatasi tantangan yang kita hadapi, harapan terhadap kemampuan diri untuk dapat menampilkan tingkah laku terampil, dan harapan terhadap kemampuan diri untuk dapat menghasilkan perubahan hidup yang positif (Nevid, 2005).

Hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada santri baru, apabila keyakinan diri atau efikasi diri pada santri baru untuk mengatasi masalah meningkat, maka santri baru dapat melakukan kegiatan di pondok pesantren. Sehingga apabila santri baru memiliki efikasi diri yang tinggi maka dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Subjek yang diambil dalam penelitian ini adalah santri baru Madrasah Takhassusiyah yang sedang menjalani kelas persiapan belajar di pesantren serta berasal dari sekolah luar nonpesantren berjumlah 114 santri. Menggunakan teknik pengambilan sampel studi populasi. Metode pengumpulan data menggunakan skala penyesuaian diri dan skala efikasi diri yang disusun oleh peneliti secara mandiri. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *product moment* dan uji komparasi *independent sample t-test*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada penelitian ini subjek yang diambil adalah santri baru Madrasah Takhassusiyah PPMI Assalaam tahun ajaran 2014/2015 berjumlah 114 santri yang terdiri dari 56 santriwan dan 58 santriwati. Karena jumlah populasi yang digunakan dalam penelitian ini terbatas dan telah ditentukan sebelumnya, maka penelitian ini menggunakan teknik studi populasi. Proses pengumpulan data dengan menggunakan try out terpakai. Try out terpakai yaitu menggunakan subjek penelitian dalam uji coba sekaligus sebagai

subjek penelitian (Hadi, 2007). Alasan peneliti menggunakan try out terpakai dikarenakan jumlah populasi penelitian yang sedikit dan tidak memungkinkan untuk melaksanakan penelitian dengan try out terpisah. Try out terpakai dilaksanakan pada tanggal 31 Maret 2015 di PPMI Assalaam, setelah mendapatkan izin penelitian dari pimpinan pondok dan Kepala Madrasah Takhassusiyah.

Reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini diuji menggunakan teknik formula Cronbach's Alpha. Reliabilitas diperlukan untuk melihat sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Apabila koefisien Cronbach's Alpha lebih dari 0,6 ( $\alpha > 0,6$ ) maka hasil pengukurannya dapat dipercaya. Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas, koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha pada skala penyesuaian diri sebesar 0,835 sedangkan koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha pada skala efikasi diri sebesar 0,890.

Berdasarkan hasil perhitungan analisis *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,685$ ;  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri, begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula penyesuaian diri. Hasil tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Schneider (dalam Wijaya, 2007) bahwa salah satu faktor yang memberikan pengaruh pada penyesuaian diri adalah keadaan psikologisnya itu keyakinan diri (efikasi diri). Kondisi psikologis yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras terhadap tuntutan dari dalam diri individu maupun tuntutan dari lingkungan luar.

Tingkat keyakinan diri terhadap kemampuan dalam melakukan suatu tindakan atau efikasi diri yang tinggi dipersepsikan akan mampu memberikan motivasi pada santri baru secara kognitif untuk bertindak lebih terarah dan dapat mengontrol lingkungan sekitarnya sehingga dapat menampilkan perilaku-

perilaku tertentu sesuai yang diharapkan yaitu mampu menjalani kegiatan di pesantren dengan baik dan nyaman. Menurut Bandura (dalam Yulia, 2010) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas atau melakukan suatu tindakan yang diperlukan dalam mencapai hasil tertentu.

Santri baru di PPMI Assalaam memiliki kewajiban untuk mengikuti berbagai macam aktivitas yang telah ditentukan oleh pihak pondok pesantren, khususnya dalam penelitian ini yaitu pada santri Madrasah Takhassusiyah (TKs). Perubahan yang terjadi pada diri dan lingkungan sosial seperti: jadwal kegiatan yang padat 24 jam di lingkungan pondok pesantren, kurikulum pelajaran dengan menggunakan bahasa Arab, dan perbedaan budaya dari asal daerah santri dengan budaya di pesantren menuntut santri baru untuk melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri menurut Semiun (2006) merupakan suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah lakuyang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan, frustrasi, dan konflik batin yang dialami serta menyelaraskan tuntutan-tuntutan batin individu dengan tuntutan-tuntutan lingkungan yang dikenakan kepadanya. Pada santri baru yang tinggal di lingkungan pondok pesantren, kemampuan personal sangatlah penting untuk dapat menyesuaikan diri, salah satunya yaitu keyakinan terhadap kemampuan diri dalam mengontrol perilaku dan lingkungan sehingga dapat melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan pondok pesantren dengan baik.

Penyesuaian diri memiliki rerata empirik (RE) dan rerata hipotetik (RH) yang tergolong sedang. Sebagian besar santri baru memiliki kemampuan penyesuaian diri yang tergolong tinggi yaitu sebesar 66,7%. Ini menunjukkan bahwa santri baru memiliki kemampuan penyesuaian diri di atas rata-rata. Kondisi ini dapat diinterpretasikan bahwa dalam penelitian ini santri baru Madrasah Takhassusiyah atau subjek penelitian memiliki penyesuaian diri

yang cukup baik. Santri baru cukup mampu dalam memenuhi semua kebutuhan dan kewajiban yang diberikan kepadanya, serta dapat menyelaraskan antara tuntutan yang berasal dari diri santri baru dan lingkungan pesantren. Berdasarkan hasil analisis diketahui variabel efikasi diri memiliki rerata empirik (RE) dan rerata hipotetik (RH) pada subjek yang tergolong sedang. Sebagian besar santri baru memilikis korefikasi diri yang tergolong sedang sebesar 45,6% dan yang tergolong tinggi sebesar 46,5%. Kondisi ini dapat diinterpretasikan bahwa dalam penelitian ini, santri baru atau subjek penelitian memiliki efikasi diri yang cukup baik terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan suatu tindakan yang bertujuan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki. Sumbangan efektif efikasi diri terhadap penyesuaian diri cukup besar yaitu sebesar 46,9%. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh efikasi diri. Meskipun efikasi diri memiliki sumbangan yang cukup besar terhadap penyesuaian diri santri baru, masih terdapat variabel lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian di luar efikasi diri seperti keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan lingkungan, tingkat pendidikan dan kebudayaan (Schneiders, dalam Wijaya, 2007).

Berdasarkan hasil analisis komparasi yang telah dilakukan, diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat penyesuaian diri dan efikasi diri yang signifikan antara santrivan dengan santriwati, di mana santrivan memiliki tingkat penyesuaian diri dan efikasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan santriwati. Perbedaan tingkat penyesuaian diri antara santrivan dan santriwati ini dapat dijelaskan melalui keterangan yang dinyatakan oleh Hadiyono dan Kahn (dalam Safura & Supriyantini, 2006) bahwa anak laki-laki mempunyai penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan dengan anak perempuan, di mana anak perempuan memiliki unsur-unsur yang kurang mendukung penyesuaian dirinya.

Tangkudung (2014) menggambarkan bahwa anak laki-laki lebih mampu menyesuaikan diri dikarenakan memiliki jiwa petualang. Laki-laki dengan jiwa petualang lebih mudah untuk mengatasi masalah, sedangkan perempuan membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menyesuaikan diri disebabkan oleh faktor emosi yang melekat pada mereka.

Perbedaan efikasi diri antara santriwan dan santriwati, di mana efikasi diri santriwan lebih tinggi dibandingkan efikasi diri santriwati sesuai dengan pendapat Zimmerman (Woolfolk, 2004) mengatakan bahwa terdapat perbedaan pada perkembangan kemampuan dan kompetensi antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki berusaha untuk membanggakan kemampuan dirinya dan perempuan sering kali meremehkan kemampuannya. Selain itu, peran orang tua dalam memberikan stereotype mengenai perbedaan kemampuan antara laki-laki dan perempuan, di mana orang tua menganggap bahwa perempuan memiliki kemampuan lebih rendah daripada laki-laki dapat membuat perempuan memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya menjadi semakin rendah. Sehingga keyakinan diri (efikasi diri) pada perempuan lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### a. Kesimpulan

Pertama, ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru. Artinya semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin tinggi tingkat penyesuaian dirinya, begitu pula sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka akan semakin rendah penyesuaian diri santri baru.

Kedua, tingkat efikasi diri pada santri baru tergolong sedang. Ini membuktikan bahwa rata-rata santri baru memiliki keyakinan diri yang cukup baik terhadap kemampuan dalam melakukan suatu tindakan yang bertujuan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki.

Ketiga, tingkat penyesuaian diri pada santri baru tergolong sedang. Ini membuktikan bahwa kemampuan santri baru dalam memenuhi semua kebutuhan-kebutuhan dan

untuk mendapatkan keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dari lingkungan pesantren tergolong cukup baik.

Keempat, efikasi diri memiliki peranan atau sumbangan efektif yang cukup besar terhadap penyesuaian diri santri baru. Dan yang kelima, santriwan memiliki tingkat penyesuaian diri dan efikasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan santriwati.

### b. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka penulis memberikan sumbangan saran yang diharapkan dapat bermanfaat, yaitu:

#### 1. Bagi santri

Santri baru yang memiliki penyesuaian diri tinggi diharapkan mampu mempertahankan penyesuaian diri dan membagikan pengalaman-pengalaman dirinya dengan santri baru yang lain sehingga membantu meningkatkan penyesuaian diri santri baru yang penyesuaian dirinya sedang dan rendah. Cara yang dapat dipakai untuk mempertahankan dan meningkatkan penyesuaian diri salah satunya adalah dengan meningkatkan keyakinan diri terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan kegiatan. Keyakinan diri dapat dioptimalkan dengan mengenali potensi atau kemampuan dan kekurangan yang ada dalam diri, menerima dirinya apa adanya dengan tidak membandingkan dirinya dengan kemampuan yang dimiliki orang lain, melakukan tindakan yang berguna untuk orang lain, seperti bersikap ramah dengan teman dan guru di pondok pesantren, saling menyapa, dan saling membantu teman yang sedang mengalami kesulitan menjalani kegiatan di pesantren.

#### 2. Bagi pendidik

Pendidik di lingkungan pondok pesantren diharapkan mampu untuk membantu santri baru dalam meningkatkan penyesuaian diri. Cara yang dapat ditempuh adalah memberikan pendidikan dan pelatihan pada santri baru mengenai tips menjalani kegiatan di lingkungan pondok pesantren, serta memberikan pendampingan dan konsultasi pada santri baru yang mengalami permasalahan penyesuaian diri dan keyakinan diri di pondok pesantren.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik melakukan penelitian dengan topik yang sama, diharapkan dapat lebih memperkaya penelitian ini dengan cara: melibatkan faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri santri baru di asrama, memperluas populasi atau ruang lingkup penelitian sehingga generalisasi menjadi lebih luas, dan melengkapi alat ukur yang akan digunakan sehingga variabel dapat diukur secara lebih mendalam.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. & Asrori, M. 2014. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Artha, Ni Made Wahyu Indrayani., Supriyadi. 2013. *Hubungan Antara Kecerasan Emosi dan Self Efficacy Dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal*. *Jurnal Psikologi Udayana*. Vol, 1. No. 1, 190-202
- Desmita. 2012. *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Pustaka Setia
- Feist, & Feist. 2009. *Teori Kepribadian Jilid 1*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Feldman, Robert S. 2012. *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Friedman, Howard S., & Schustack, M. 2006. *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern*. Jakarta: Erlangga
- Hadi, S. 2007. *Metodologi Research 3*. Yogyakarta: Andi Offset
- Irfani, Rahmat. 2004. *Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren Terhadap Kegiatan Pesantren Studi Kasus di Pondok Pesantren Darunnajah*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Kusdiyanti, Sulisworo., Halimah, Lilim., Fais aluddin. 2011. *Penyesuaian Diri di Lingkungan Sekolah Pada Siswa Kelas XI SMA Pasundan Bandung*. *Jurnal Humanitas*. Vol, VIII, No. 2, Agustus 2011, 171-194.
- Nevid, J. Rathus & Grenney, B. 2005. *Pesantren Dari Transformasi Metodologi Menuju Demokrasi Institusi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Pamardi, Hanindra Bangkit., Widayat. 2014. *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Pada Taruna Akademi Angkatan Laut*. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*. Vol. 3, No. 1, April 2014, 42-29
- Qomar, Mujamil. 2006. *Pesantren : Dari Transformasi Metodologi Menuju Demokratisasi Institusi*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Rasit, Rosmawati Mohd., dkk. 2015. *Educating Film Audience Through Social Cognitive Theory Reciprocal Model*. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 174, 1234-1241
- Safura, Laily & Supriyantini. 2006. *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Di Sekolah Dengan Prestasi Belajar*. *Jurnal Psikologia*. Vol. 2, No. 1, Juni 2006, 27-32
- Santrock, John. W. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Salemba Humanika
- Semiun, Yustinus. 2006. *Kesehatan Mental 3*. Jogjakarta: Kanisius
- Sobur, Alex. 2011. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Tangkudung, Joanne P.M. 2014. *Proses Adaptasi Menurut Jenis Kelamin Dalam Menunjang Studi Mahasiswa Fisip Universitas Sam Ratulangi*. *Jurnal Acta Diurna*. Vol. 3, No. 4, Juni 2014, 1-11
- Wijaya, Novikarisma. 2004. *Hubungan Antara Keyakinan Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Siswa Tahun Pertama Sekolah Asrama SMA Pangudi Luhur Van Lith Muntilan*. Skripsi. Semarang: Universitas Diponegoro
- Willis, Sofyan. S. 2008. *Remaja & Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.
- Woolfolk, Anita. 2004. *Educational Psychology 9th Edition*. Boston: Allyn and Bacon.