

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI TAHUN
PERTAMA KELAS X MADRASAH ALIYAH
PONDOK PESANTREN PUTRI LATIFIYYAH I
TAMBAK BERAS JOMBANG**

SKRIPSI



**Oleh :
Yasmina Aulia Hadi
14410166**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULAANA MALIK IBAHIM MALANG
2021**

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PENYESUAIAN DIRI SANTRI TAHUN PERTAMA KELAS X
MADRASAH ALIYAH PONDOK PESANTREN PUTRI LATIFIYYAH I
TAMBAK BERAS JOMBANG**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi Uin Maulana Malik Ibrahim
Malang Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi)**

**Oleh
Yasmina aulia hadi
14410166**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULAANA MALIK IBAHIM MALANG
2021**

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PENYESUAIAN DIRI SANTRI TAHUN PERTAMA KELAS X
MADRASAH ALIYAH PONDOK PESANTREN PUTRI LATIFIYYAH I
TAMBAK BERAS JOMBANG**

SKRIPSI

**Oleh
Yasmina Aulia Hadi
14410166**

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing,



**Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si
NIP. 19760512 200312 1 002**

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
Malang**



**Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001**

SKRIPSI
PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PENYESUAIAN DIRI SANTRI TAHUN PERTAMA KELAS X
MADRASAH ALIYAH PONDOK PESANTREN PUTRI LATIFIYYAH I
TAMBAK BERAS JOMBANG

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji

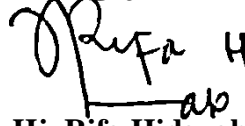
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, Msi
NIP. 19760512 200312 1 002

Anggota Penguji lain
Penguji Utama



Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2 001

Ketua Penguji



Nurul Shofiah, M.Pd
NIP 19900627201802012201


Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 18 Mei 2020

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang




Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 00

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yasmina Aulia Hadi

NIM : 14410166

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa penelitian yang saya lakukan dengan judul Pengaruh Efikasi diri dan Dukungan sosial terhadap Penyesuaian diri Santri Tahun Pertama Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang adalah benar-benar hasil karya peneliti sendiri, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya. Apabila pernyataan ini tidak benar maka peneliti siap dan bersedia menerima sanksi akademis.

Malang, 29 April 2020

Peneliti,



Yasmina Aulia Hadi

14410166

“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain”
“Jika kalian berbuat baik, sesungguhnya kalian berbuat baik bagi diri kalian sendiri” (QS. Al-Isra:7)

Lakukan hal yang sulit ketika hal tersebut masih mudah
dan lakukan hal besar ketika hal tersebut masih kecil.
Perjalanan ribuan mil harus dimulai dari satu langkah.
(Lao Zi)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

Untuk kedua orangtuaku, yang cinta dan kasihnya terus mengalir hingga kini.

Untuk Suamiku, yang senantiasa menyemangati dan mendukung impianku.

Untuk ketiga anak-anakku, Ghazi, Ghaisan dan adiknya, semoga kalian menjadi pemuda yang tangguh, sholeh, cerdas dan bermanfaat bagi Ummat.

KATA PENGANTAR

Puji syukur *Alhamdulillah* senantiasa peneliti ucapkan ke hadirat Allah *Subhanahu wa ta'ala* yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa peneliti haturkan ke hadirat Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi wa Sallam*, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak di hari akhir.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Muhammad Jamaaluddin, M.Si, selaku Ketua Jurusan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr.Fathul Lubabin Nuqul, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, nasihat, dan bimbingan kepada penulis.
5. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Malana Malik Ibrahim Malang terutama seluruh dosen, terima kasih atas segala ilmu dan bimbingannya.
6. Kedua orangtua saya yang telah melimpahkan kasih sayang, cinta, motivasi, bimbingan dan pembelajaran hidup sehingga saya menjadi seperti sekarang. Terimakasih. Semoga Abi dan Ummi senantiasa dalam penjagaan dan lindunganNya.

7. Inas dan Mutmainnah, dua saudara yang menjadi sahabat terbaik, teman curhat yang asyik dan dari kalian saya banyak belajar bagaimana menjadi kakak yang baik. Semoga Allah senantiasa menjaga dan mempertemukan kalian dengan pendamping hidup yang shalih.
8. Suamiku Gumilang Oktantyo, terimakasih atas waktu, motivasi, dan bantuan yang engkau lakukan sehingga saya tetap bisa melanjutkan kuliah meski banyak rintangan menghadang. Semoga kita bisa menjadi pasangan yang solid, saling menguatkan, dan selalu bersama di dunia dan akhirat. Amiiin.
9. Ghazi dan Ghaisan, kedua anakku yang sangat aku cintai. Dari kalian Umi belajar untuk menjadi lebih baik setiap harinya. Semoga kalian menjadi pemuda yang sholeh, sukses dunia akhirat, bermanfaat bagi nusa bangsa. Doa Ummi selalu mengalir untuk kalian.
10. Keluarga besar : ayah, ibu mertua, kakak-adik ipar dan saudara lain yang membantu mengasuh Ghazi dan Ghaisan saat saya kuliah. Terima kasih banyak.
11. Maryam Hakim, sahabatku sejak SD. Meski jarak di antara kita terbentang begitu jauh, tapi komunikasi kita tidak pernah putus. Terimakasih telah banyak membantu proses skripsi ini dan semoga kita bisa segera bertemu di lain waktu.
12. Sahabat *akhwat* di KAMMI, Puput, Nurus, Mba Yunita dan akhwat-akhwat lain yang telah banyak memberi saya pelajaran, pengalaman luar biasa, cerita-cerita mengagumkan yang membuat saya terinspirasi hingga kini.
13. Sahabat di pondok Daarul Qur'an Malang, Dek Nisa, Sarah, Robiatun, Mbak Nela, Ustadzah Mamba, dan teman-teman seperjuangan dalam menghafal al

Qur'an. Semoga Allah memampukan kita untuk menjaga kalamNya dan semoga hafalan kita selalu *mutqin*. Amiiin.

14. Teman-teman seperjuangan kuliah (Nadya, Mery, Hani, Luluk, Nadia, Ines, Mba Ranidll) PKL dan Skripsi (Mia, Sofie, Sabrina) Semoga kita semua bisa sukses dan memperoleh apa yang kita citakan. Amiin. Terimakasih atas pembelajaran dan kebaikan yang kalian berikan.
15. Wahyu Putri, my roommate semester 3 dan 4 dan sahabat yang baik sampai sekarang. Semoga Allah memudahkan semua urusanmu dan mengabulkan semua cita-citamu. Amiin.
16. Seluruh teman-teman di angkatan 2014, yang berjuang bersama-sama untuk meraih mimpi. terima kasih atas pengalaman dan pembelajaran selama 4 tahun kuliah bersama kalian.
17. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini baik moril maupun materiil yang tak mampu saya sebutkan satu persatu. Terima kasih banyak. Semoga Allah membalas kebaikan kalian.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, saya mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk mengevaluasi dan memperbaiki penelitian yang selanjutnya.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti dan bagi pembaca. Amiiin.

Jombang, 29 April 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT.....	xix
المخلص	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan Penelitian.....	14
D. Manfaat Penelitian.....	15
BAB II KAJIAN TEORI.....	16
A. Penyesuaian Diri.....	16

1. Pengertian Penyesuaian Diri	16
2. Indikator Penyesuaian Diri.....	17
3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri.....	21
4. Penyesuaian Diri dalam Prespektif Islam	26
B. Efikasi Diri	29
1. Pengertian Efikasi Diri.....	29
2. Sumber Efikasi Diri.....	31
3. Dimensi Efikasi Diri	33
4. Fungsi Efikasi Diri	35
5. Efikasi Diri dalam Prespektif Islam	38
C. Dukungan Sosial.....	41
1. Pengertian Dukungan Sosial	41
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	43
3. Sumber Dukungan Sosial.....	43
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial	44
5. Dukungan Sosial Dalam Prespektif Islam.....	46
D. Landasan Teoritik.....	51
1. Hubungan Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri	51
2. Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri.....	52
3. Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri	53
E. Hipotesis Penelitian	54
1. Hipotesis Mayor	54
2. Hipotesis Minor.....	54

BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	55
A.	Rancangan Penelitian	55
B.	Identifikasi Variabel Penelitian	55
C.	Definisi Operasional	57
D.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	58
E.	Teknik Pengumpulan Data	59
F.	Validitas dan Reliabilitas Isi.....	65
1.	Uji Validitas	65
2.	Reliabilitas.....	66
G.	Metode Analisis Data	66
1.	Uji Asumsi	66
2.	Analisis Deskriptif	67
3.	Uji Hipotesis.....	69
4.	Uji Analisis Pembentuk Utama Aspek.....	69
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	70
A.	Gambaran Lokasi Penelitian.....	70
1.	Profil Pondok Pesantren Putri Latifiyyah I Tambak Beras Jombang	70
2.	Visi dan Misi Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang	71
B.	Pelaksanaan Penelitian	71
C.	Hasil Penelitian Lapangan	71
1.	Hasil Uji Validitas.....	71
2.	Hasil Uji Reliabilitas	73

3. Katagorisasi.....	74
4. Hasil Uji Asumsi	82
a. Hasil Uji Normalitas	82
b. Hasil Uji Linearitas.....	82
5. Hasil Uji Hipotesis	83
a. Hasil Uji Hipotesis Mayor	83
b. Hasil Uji Hipotesis Minor.....	85
D. Pembahasan	86
1. Tingkat Penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang	86
2. Tingkat Efikasi diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang	88
3. Tingkat Dukungan sosial santri kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang	89
4. Hubungan antara Efikasi diri dengan Penyesuaian diri santri kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.....	90
5. Hubungan antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri santri kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.....	93

6. Pengaruh Efikasi diri dan Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian diri santri kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang	96
BAB V PENUTUP	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA.....	104

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Penyesuaian Diri	61
Tabel 3.2 Skala Efikasi Diri.....	63
Tabel 3.3 Skala Dukungan Sosial.....	64
Tabel 3.4 Norma Kategorisasi	68
Tabel 4.1 Validitas Skala Penyesuaian Diri	72
Tabel 4.2 Validitas Skala Efikasi Diri.....	72
Tabel 4.3 Validitas Skala Dukungan Sosial	73
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas.....	74
Tabel 4.5 Kategorisasi Skor Hipotetik	74
Tabel 4.6 Tingkat Penyesuaian Diri Santri kelas X	75
Tabel 4.7 Aspek Pembentuk Utama Penyesuaian diri	76
Tabel 4.8 Tingkat Efikasi Diri Diri Santri kelas X.....	77
Tabel 4.9 Aspek Pembentuk Utama Efikasi Diri	78
Tabel 4.10 Tingkat Dukungan Sosial Santri kelas X	79
Tabel 4.11 Aspek Pembentuk Utama Dukungan Sosial.....	80
Tabel 4.12 Sumber Dukungan Sosial	81
Tabel 4.13 Uji Normalitas Saphiro-Wilk	82
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas	82
Tabel 4.15 Hasil Uji Hipotesis Mayor.....	84
Tabel 4.16 R <i>Square</i>	85
Tabel 4.17 Analisis Regresi Berganda	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Pengaruh antar Variabel.....	57
Gambar 4.1 Diagram Kategorisasi Penyesuaian Diri	76
Gambar 4.2 Diagram Kategorisasi Efikasi Diri.....	78
Gambar 4.3 Diagram Kategorisasi Dukungan Sosial	80

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala Penelitian.....	110
Lampiran 2	Blueprint Skala	115
Lampiran 3	Uji Validitas dan Reliabilitas	118
Lampiran 4	Kategorisasi Data Skor Hipotetik	127
Lampiran 5	Uji Asumsi	130
Lampiran 6	Uji Analisis Regresi Berganda.....	132
Lampiran 7	Uji Analisis Per Aspek.....	133

ABSTRAK

Hadi, Yasmina Aulia (2020). Pengaruh Efikasi diri dan Dukungan sosial terhadap Penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Dr.Fathul Lubabin Nuqul, M.Si.

Kata kunci : Penyesuaian diri, Efikasi diri, Dukungan sosial.

Penyesuaian diri merupakan suatu keniscayaan yang akan dilalui setiap santri pada tahun pertama mereka di pesantren. Kehidupan di pesantren yang sangat berbeda dengan kehidupan santri sebelumnya membuat santri harus mampu menyesuaikan diri agar dapat menjalankan tugas serta mampu bergaul dengan baik. Efikasi diri merupakan faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri. Dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi keberhasilan penyesuaian diri.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) menjelaskan tingkat penyesuaian diri, tingkat efikasi diri, dan tingkat dukungan sosial santri, (2) menjabarkan pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian diri santri (3) menjabarkan pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri dan (4) menguraikan pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi berganda. Populasi Penelitian adalah seluruh santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang yang berjumlah 98 santri. Sampel penelitian menggunakan teknik *random sampling* dengan sampel sebanyak 41 santri. Instrumen penelitian menggunakan tiga skala penelitian, skala penyesuaian diri dikembangkan dari teori Baker dan Synk (1985) skala efikasi diri diadaptasi dari *General Self Efficacy Scale* dari Schwarzer dan Jerusalem (1995) dan skala dukungan sosial diadaptasi dari aspek-aspek teori dukungan sosial Cohen dan Willis (1985). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri santri kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang mayoritas berada pada kategori sedang (82,9%) tingkat efikasi diri mayoritas santri berada pada kategori sedang (73,2%) dan tingkat dukungan sosial mayoritas santri berada pada kategori sedang (73,2%).

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh positif terhadap penyesuaian diri dengan nilai β sebesar 0,672 dan signifikansi 0,000. Dukungan sosial tidak berpengaruh positif terhadap penyesuaian diri karena nilai β sebesar 0,020 dengan signifikansi 0,839. Adapun secara bersama-sama, efikasi diri dan dukungan sosial memberi pengaruh sebesar 64,8% (r hitung: 0,648) terhadap penyesuaian diri. Efikasi diri menyumbang 64% dan dukungan sosial menyumbang 0,8% terhadap penyesuaian diri santri pesantren putri Latifiyyah 1 Jombang.

ABSTRACT

Hadi, Yasmina Aulia (2020). The effect of self-efficacy and social support on the adjustment of students in the first year of class X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang. Thesis. Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang.

Thesis Advisor : Dr.Fathul Lubabin Nuqul, M.Si.

Keywords : self-adjustment, self-efficacy, social support.

Adjustment is required for every student in their first year at the boarding school. Life in the boarding school is completely different from the usual life of regular students out there. Hence, one must be able to adjust properly to decently do the task as a student and get along well with others. It is noted that self-efficacy is the internal factor to achieve successful adjustment along with social support as the external factor.

The study aims to: (1) determine the level of self-adjustment, the level of self-efficacy, and the level of social support of students, (2) understand the effect of self-efficacy on the adjustment of students (3) be informed of the effect of social support on the adjustment of students and (4) know the effect of self-efficacy and social support on the adjustment of students.

This research used a quantitative approach using multiple regression analysis methods. The population was all first-year students of class X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang, in total 98 students. The sampling technique utilized was random sampling, using a sample of 41 students. The results showed that the majority of class X students' adjustment rate was in the moderate category (82.9%) the majority of self-efficacy rates were in the moderate category (73.2%) and the majority of social support levels were in the moderate category (73.2%). Hypothesis test results indicated that self-efficacy positively affected self-adjustment with a value of t of 0.672 and a significance of 0.000. In contrast, social support did not have a positive effect on adjustment because the value of t was 0.020 with a significance of 0.839. As together, self-efficacy and social support had an influence of 64.8% (r count: 0.648) on adjustment. Self-efficacy contributed 64% and social support contributed 0.8% to the self-adjustment of the students of the Islamic boarding school Putri Latifiyyah 1 Jombang.

ملخص البحث

هادي ، ياسميناً أوليا (2020). تأثير الكفاءة الذاتية والداعمة الاجتماعية على التكيف الذاتيلطلاب في السنة الأولى لفصل العاشر فيالمدرسة الثانويةلمدرسة الاسلاميةفوتري لطيفة 1 جومبانج. البحث الجامعي. كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج
المشرف: الدكتور فتح اللباب النقل، الماجستير.

الكلمات الرئيسية: التكيف الذاتي، الكفاءة الذاتية، الداعمة الاجتماعية
التكيف الذاتي هو حتمية التي تبدأ لكل طالب في السنة الأولى في المدرسة الإسلامية. الحياة في المدرسة الإسلامية التي تختلف كثيراً عن الحياة السابقة للطلاب سيجعلون قادرة على التكيف لانينفذوا المهام ويساعدا مع الاخر بشكل جيد. الكفاءة الذاتية هي عامل داخلي يؤثر على التكيف. الداعمة الاجتماعية هي أيضا عامل خارجي يؤثر على التكيف الذاتي
يهدف هذا البحث لان: (1) يحدد مستوى التكيف الذاتي، ومستوى الكفاءة الذاتية ، ومستوى الداعمة الاجتماعية للطلاب ، (2) يحدد تأثير الكفاءة الذاتية على التكيف الذاتيلطلاب (3) يحدد تأثير الداعمة الاجتماعية على التكيف الذاتيلطلاب و (4) معرفة أثر الكفاءة الذاتية والداعمة الاجتماعية علىالتكيف الذاتي للطلاب.
استخدم هذا البحث نهجاً كمياً باستخدام طرق تحليل الانحدار المتعددة. السكان البحث هو جميع الطلاب السنة الأولى من الفصل العاشر المدرسة الثانوية لمدرسة الاسلاميةفوتري لطيفة 1 جومبانج، اي 98 طلاب. تقنية أخذ العينات هي أخذ عينات عشوائية ، باستخدام عينة من 41 طلاب.
دلت النتائج البحث أن مستوى التكيف الذاتي غالبية لطلاب الفصلالعاشر هو في الفئة المعتدلة (82.9%) ، و مستوى الكفاءة الذاتية غالبية هو في الفئة المعتدلة (73.2%) و مستوى الداعمة الاجتماعية غالبية هو في الفئة المعتدلة (73.2%) . دلت نتائج اختبار الفرضية إلى أن الكفاءة الذاتية لها تأثير إيجابي على التكيف الذاتي بقيمة \square يعني 0.672 وأهمية 0.000. الداعمة الاجتماعيةتؤثر إيجابية على التكيف الذاتي لأن قيمة \square هي 0.020 مع أهمية 0.839. ومعاً اثرت الكفاءة الذاتية والداعمة الاجتماعية إلى 64.8% (ر-حساب:0،648) على التكيف الذاتي. ساهمت الكفاءة الذاتية بنسبة 64% وساهمت الداعمة الاجتماعية بنسبة 0.8% على التكيف الذاتي لطلاب المدرسة الإسلامية فوتري لطيفة 1 جومبانج.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang fundamental bagi kehidupan manusia. Pendidikan secara sederhana dapat diartikan sebagai aktivitas untuk mengembangkan seluruh aspek kepribadian manusia sesuai dengan nilai-nilai di dalam masyarakat dan kebudayaan. (Syaam, 1988) Undang-Undang Republik Indonesia nomor 20 Tahun 2003 menyatakan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual dan keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlaq mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Terdapat beberapa lembaga pendidikan yang diakui di Indonesia, salah satunya adalah lembaga pendidikan islam. Lembaga pendidikan islam merupakan hasil pemikiran yang dicetuskan oleh kebutuhan-kebutuhan masyarakat yang didasari, digerakkan dan di kembangkan oleh jiwa Islam. Lembaga pendidikan Islam muncul dan berkembang dalam berbagai bentuk yang bervariasi, seperti madrasah, surau, meunasah dan pesantren.(Akhiruddin, 2015).

Madrasah merupakan lembaga pendidikan islam yang mengajarkan ilmu pengetahuan keagamaan dan ilmu pengetahuan umum lainnya. Secara

hierarchy, madrasah memiliki tiga perjenjangan yaitu Madrasah Ibtidaiyyah (setara dengan SD) Madrasah Tsanawiyah (setara dengan SMP) dan Madrasah Aliyah (setara dengan SMA). Sedangkan surau merupakan lembaga pendidikan Islam tradisional yang menggunakan sistem pengajaran halaqoh. Materi yang diajarkan di surau meliputi cara membaca al Qur'an, materi tentang aqidah, akhlaq, fiqih, pengajian kitab kuning (*nahwu shorof*) dan lain sebagainya. Sementara Meunasah merupakan tingkat pendidikan Islam terendah yang berasal dari Aceh. Materi pelajaran yang diajarkan di Meunasah mencakup belajar membaca al Qur'an, menghafal surah-surah pendek, mempelajari pokok-pokok ajaran agama seperti rukun iman, rukun Islam dan lain sebagainya. Metode pengajarannya menggunakan kitab-kitab kuning dalam bahasa Aceh. (Akhiruddin, 2015).

Di samping madrasah, surau dan meunasah, pesantren juga merupakan lembaga pendidikan Islam di Indonesia yang memiliki karakteristik khusus. Menurut Nasir (2005, dalam Hidayat 2009) Pesantren adalah lembaga keagamaan yang memberikan pendidikan dan pengajaran serta mengembangkan dan menyebarkan ilmu agama Islam. Pesantren dikenal sebagai salah satu lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia dan menjadi lembaga yang memiliki kontribusi penting dalam ikut serta mencerdaskan bangsa. Banyaknya jumlah pesantren menjadikan lembaga ini layak diperhitungkan dalam kaitannya dengan pembangunan bangsa di bidang pendidikan dan moral.

Kedudukan Pesantren dalam sistem pendidikan Indonesia telah di atur dalam UUD Sisdiknas no 20 tahun 2003 tentang pendidikan keagamaan.

Pesantren merupakan salah satu bentuk dari pendidikan keagamaan yang diselenggarakan oleh pemerintah / kelompok masyarakat dari pemeluk agama, serta dapat diselenggarakan pada jalur formal, non formal atau informal. Sedangkan perbedaan sistem pendidikan pesantren dengan sistem pendidikan lain yaitu di pesantren selama 24 jam para santri wajib tinggal di asrama. (Pritaningrum dan Hendriani 2013).

Pelajar di pesantren dikenal dengan sebutan santri. Para santri tinggal di pondok atau asrama yang dipisahkan antara laki-laki dan perempuan. Bashori (dalam Fauzia, 2016) menyatakan bahwa di pesantren santri hidup dalam suatu komunitas yang khas, dengan kyai, ustadz, santri dan pengurus pesantren. Sehingga, berbeda dengan lembaga pendidikan lainnya, lingkungan kehidupan pesantren memiliki ciri khas berupa lingkungan sosial yang bersifat multikultural, dimana para santri dari beragam latar belakang keluarga dan budaya bertemu di dalam satu wadah pendidikan dan dalam waktu yang lama bersama-sama menjalani aktifitas. Oleh karenanya, para santri harus mampu menyesuaikan diri pada masa awal-awal beradaptasi dengan lingkungan pesantren.

Penyesuaian diri adalah suatu keniscayaan yang akan dilalui setiap individu. Fahmi (1977) menjelaskan bahwa dalam hidup, manusia akan terus menerus menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Fahmi menjabarkan bahwa penyesuaian diri adalah proses dinamis terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dengan tuntutan lingkungannya.

Masa awal tinggal di pesantren merupakan sesuatu yang cukup memberatkan untuk sebagian santri. Kehidupan di pesantren yang sangat berbeda dengan kehidupan santri sebelumnya membuat santri harus melakukan penyesuaian diri agar bisa bertahan hingga menyelesaikan pendidikan di pesantren. Setiap hari santri dibebani oleh kegiatan-kegiatan pesantren yang tidak ringan, dari bangun pagi hingga tidur kembali. Padatnya jadwal yang diterima oleh santri memberikan dampak baru bagi kehidupannya, sehingga ia harus mampu menyesuaikan diri (Isham & Warshi, 2013).

Begitupula yang dialami santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang. Pada wawancara yang peneliti lakukan dengan pengurus pesantren Latifiyyah 1 (22/7/19), ia menjelaskan bahwasanya kegiatan di pesantren cukup padat. Jam 3 pagi santri harus bangun untuk mandi dan shalat tahajud. Kemudian setelah shalat subuh santri wajib mengikuti kegiatan mengaji kitab kuning. Pukul 7 pagi hingga jam 1 siang santri menjalani kegiatan sekolah di Madrasah Aliyah yang letaknya hanya beberapa meter dari asrama. Pulang dari sekolah pun santri hanya di beri waktu istirahat sebentar sebelum mengikuti les bahasa arab dan bahasa inggris yang diselenggarakan setelah shalat Ashar. Setelah shalat magrib berjamaah, santri diwajibkan membaca al Qur'an dan dilanjutkan dengan mengaji kitab kuning. Baru setelah jam 10 malam, santri dijadwalkan untuk tidur. Kegiatan-kegiatan tersebut dilakukan selama hari Ahad sampai Kamis. Santri hanya diberi waktu libur pada hari Jum'at.

Jadwal dan kegiatan Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang yang padat dirasa cukup memberatkan bagi sebagian santri tahun pertama, sebagaimana yang dinyatakan oleh seorang santri berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti :

“Awal-awal tinggal di pesantren terasa berat sekali, karena belum kenal dengan teman-teman yang lain. Dan kita kan tidak hanya beradaptasi dengan teman saja, tapi juga dengan lingkungan baru dan pastinya kegiatan baru. Awal-awal di sana saya pengen pulang rasanya, tapi lama kelamaan bisa betah sendiri” (Santri N, 16/8/19).

Pada dasarnya setiap santri baru di pesantren pasti menjalani masa penyesuaian diri, dimana prosesnya membutuhkan waktu yang cukup lama untuk dapat beradaptasi dengan kegiatan yang ada di pesantren. Penelitian dari Irfani (2004, dalam Laely 2017) menyatakan bahwa pada awal masuk pesantren banyak santri yang melanggar aturan pesantren, namun pada akhirnya hal tersebut berkurang dengan sendirinya seiring dengan proses belajar yang mereka lakukan. Artinya, penyesuaian diri merupakan proses alami yang dijalani setiap santri sampai mereka terbiasa dengan suasana pesantren.

Akan tetapi penting bagi santri untuk dapat melakukan proses penyesuaian diri dengan baik. Sebab jika mereka tidak segera berhasil menyesuaikan diri, maka hal ini dapat menghambat proses belajar mereka di pesantren, dapat menimbulkan konflik batin dalam diri mereka, perasaan kesepian, cenderung menarik diri dari lingkungan bahkan mengakibatkan santri tersebut tidak betah dan puncaknya mereka bisa pindah dari pesantren.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan pada ketua pesantren (1/9/19), dari keseluruhan santri tahun pertama, ada santri yang bisa menyesuaikan diri

dengan cepat, namun ada juga yang tidak. Santri yang bisa menyesuaikan diri dengan cepat paling tidak membutuhkan waktu satu sampai dua minggu untuk bisa berbaur dengan santri lain dan mengikuti kegiatan pesantren dengan baik. Namun, bagi santri yang kurang bisa menyesuaikan diri, mereka menunjukkan sikap seperti lebih memilih menyendiri di kamar, sering menangis sendirian, tidak mau berbaur dengan teman-teman dan enggan mengikuti kegiatan pesantren. Hingga saat ini, terhitung dua bulan sejak santri tahun pertama menempati pesantren Latifiyyah I Jombang, masih terdapat beberapa santri yang mengadukan jika mereka merasa tidak betah di pesantren. Dalam hal ini, pengurus pesantren berperan untuk mengatasi permasalahan santri tersebut, antara lain dengan mengajaknya bicara, menghibur dan menasehatinya, menemaninya *sowan* (bertemu) dengan bu Nyai, sampai mengenalkannya dengan teman-teman baru supaya bisa betah dan segera menyesuaikan diri di pesantren.

Penelitian dari Meidiana Pritaningrum dan Wiwin Hendriani (2013) pada santri tahun pertama di pesantren Nurul Izzah Gresik, menjabarkan bahwa masih banyak santri baru yang mengalami masalah dalam penyesuaian diri, sehingga setiap tahun selalu ada santri yang keluar sebelum lulus atau tetap bertahan namun dalam kondisi terpaksa sehingga sering mengakibatkan santri tersebut menunjukkan perilaku yang tidak terarah dan prestasi akademik yang buruk. Penelitian lain yang mengkaji penyesuaian diri santri tahun pertama di lingkungan pesantren Ma'had Al Ittihad Sampang Madura, menjabarkan bahwa terdapat beberapa santri yang kurang mampu

menyesuaikan diri, ini diperlihatkan dari beberapa perilaku tertentu yang ditunjukkan oleh santri tersebut, seperti sering menangis, suka menyendiri, sering tidak makan, diam dan kurang merespon orang lain baik teman maupun guru, tidak punya minat, tidak berpartisipasi dalam kehidupan kelompok, dan perasaan rindu yang sangat terhadap rumah dan keluarga serta sering tidak mengerjakan tanggung jawabnya (Pritaningrum, Hendriani, 2013) Penelitian dari Riza Luthfian (2018) menjelaskan berbagai permasalahan yang biasa dialami santri baru, antara lain hambatan penyesuaian diri, kesulitan bergaul, sulit berkomunikasi dengan teman maupun beradaptasi dengan kegiatan yang baru di pesantren.

Hal ini berbeda dengan santri yang berusaha membentuk penyesuaian diri yang tinggi, ia akan lebih baik dan bisa memperkaya hubungan dengan lingkungan di manapun ia berada. Santri yang bisa berinteraksi dengan lingkungannya akan lebih terbuka dan percaya diri, sehingga hal tersebut bisa menekan rasa kesepian dan perasaan terisolasi oleh lingkungan. (Rahmi, 2015 dalam Laely 2017).

Di lingkungan pesantren ada tingkatan khusus bagi seorang santri. Santri yang tinggal lebih dari satu tahun disebut santri lama sedangkan santri yang tinggal kurang dari satu tahun di sebut santri baru (Ubaidillah, 2017). Santri tahun pertama di Madrasah Aliyah digolongkan sebagai usia remaja. Menurut Mappiare (1982 dalam Ali dan Anshori 2006) masa remaja berlangsung dari usia 12 tahun hingga 21 tahun. Rentang usia remaja dibagi menjadi tiga bagian,yaitu remaja awal, remaja tengah dan remaja akhir.

Biasanya santri Madrasah Aliyah tergolong sebagai usia remaja pertengahan, yakni berkisar antara usia 15-18 tahun.

Tugas perkembangan remaja antara lain ialah memiliki rasa tanggung jawab, mampu mencapai identitas pribadinya serta mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya. Transisi dalam kehidupan ini juga mengharuskan remaja untuk dapat melakukan penyesuaian diri. Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntutnya untuk mampu menyesuaikan tidak hanya pada dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya, sehingga dengan demikian remaja dapat mengadakan interaksi yang seimbang antara diri dengan lingkungan sekitar (Kumalasari dan Nur, 2012).

Pentingnya penyesuaian diri bagi santri tahun pertama di pesantren ialah demi terciptanya hubungan yang baik antara dirinya dengan lingkungannya. Sebagaimana yang di ungkapkan Wilis (dalam Rahmawati 2015) bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar dengan lingkungan sehingga individu merasa puas terhadap diri dan lingkungannya. Penyesuaian diri dilakukan untuk melepaskan diri dari hambatan-hambatan dan ketidakenakan sehingga akan mendapatkan suatu keseimbangan psikis.

Ada beberapa faktor intenal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri, diantaranya kecerdasan emosi, trait, serta evaluasi diri inti atau *self core evaluation* (Aspleimer, McGill dalam Dewi 2017). Evaluasi diri inti adalah penilaian mendasar tentang kompetensi dan kemampuan individu, yang

meliputi harga diri, efikasi diri dan stabilitas emosi (Judge, Erez dkk dalam Dewi 2017) Sehingga, kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya cenderung terkait dengan keyakinan diri (*self efficacy*) dan kesanggupan diri (Mahmudi dan Suroso, 2014).

Menurut Bandura (dalam Feist 2010) efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Efikasi diri adalah bentuk dari evaluasi diri (penilaian diri) yang mempengaruhi keputusan seseorang tentang perilaku apa yang hendak dilakukan, seberapa banyak usaha dan ketekunan untuk menghadapi rintangan. Secara umum, perasaan efikasi diri berperan penting dalam mempengaruhi motivasi dan perilaku individu. (Igbaria dan Livari , 1995 dalam Widyani dan Anak Agung 2017).

Parmadi dan Hidayat (2014, dalam Rahmawati 2015) menyatakan bahwa peranannya efikasi diri dapat mempengaruhi cara pandang individu terhadap beban, tuntutan, dan kewajiban yang harus di jalankannya. Efikasi diri yang tinggi diharapkan dapat membantu santri tahun pertama untuk melakukan penyesuaian diri di lingkungan pesantren dengan baik.

Efikasi diri dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan, dan diturunkan melalui empat sumber yaitu pengalaman performasi, pengalaman vikarius, persuasi sosial dan keadaan emosi (Alwisol, 2009) Salah satu sumber yang bisa meningkatkan efikasi diri seseorang adalah pengalaman vikarius, yaitu pengalaman keberhasilan yang dilihat individu dari orang lain yang memiliki kemiripan dengannya. Sebagaimana pernyataan salah seorang santri berikut ini:

“Di pesantren temen-temen ku banyak yang berasal dari luar pulau Jawa. Kan jauh-jauh gitu. Kadang saya mikir mereka yang jauh aja dan notebene nya bukan dari Jawa bisa betah di sini, saya juga harus lebih bisa”(N, 16/8/19).

Selain pengalaman vikarius, dalam kondisi yang tepat persuasi sosial juga dapat mempengaruhi tingkat efikasi diri seseorang. Kondisi tersebut ialah rasa percaya individu kepada pemberi persuasi dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan (Alwisol,2009) Hal ini sebagaimana yang dinyatakan seorang santri berdasarkan hasil wawancara :

“Sebelum mondok orangtua saya bilang bahwa saya pasti bisa mengikuti pelajaran dan kegiatan pondok sampai selesai. Itu yang membuat saya jadi semangat kak”

Penelitian Adelina Rahmawati (2015) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru di PPMI Assalam. Dalam penelitian ini efikasi diri dinyatakan memiliki peranan atau sumbangan efektif yang cukup besar terhadap penyesuaian diri santri baru. Artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya. Penelitian lain dari Teguh Puji Raharjo (2007) pada 60 santri remaja di Pesantren Daarul Hadist AL Faqihyyah Malang menyatakan terdapat korelasi positif yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian sosial.

Selain efikasi diri, dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri. Menurut Sarafino (2006, dalam Mahmudi dan Suroso 2014) dukungan sosial merupakan sebuah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain. Dukungan sosial adalah suatu bentuk perhatian, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang diberikan kepada seseorang baik secara individu maupun berkelompok.

Manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan keberadaan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya. Dukungan sosial merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang bersifat menolong orang lain yang melibatkan aspek emosi, pemberian informasi, bantuan, instrumental dan penilaian oleh lingkungan sosialnya (House dan Kahn 1985, dalam Cohen 2004) Berada di lingkungan baru dan jauh dari orang tua membuat santri di pesantren membutuhkan dukungan dari lingkungannya. Dukungan sosial yang diterima santri dari lingkungan berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang. Baik berasal dari teman-teman maupun pengasuh pesantren. Jika individu diterima dan dihargai secara positif, maka individu tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri serta mampu menyesuaikan diri dengan baik (Kumalasari dan Nur,2012)

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah seorang santri (16/8/19), dukungan sosial membuat proses penyesuaian diri di lingkungan pesantren menjadi lebih mudah.

“awalnya aku ga betah, tapi karena udah deket dengan teman-teman pondok, lama-lama jadi betah sendiri. Alhamdulillah mereka baik-baik dan enjoy semua orangnya. Kita sering tukar-tukaran dan sharing cerita” (N, 16/8/19)

Dukungan sosial yang diperoleh santri tersebut berupa dukungan emosional dan dukungan persahabatan dari temannya. Sementara santri lain bercerita jika ia mendapat dukungan informasi berupa nasehat dari orangtuanya.

“Awalnya aku ga mau masuk pondok. Tapi karena orangtua yang meminta, akhirnya aku dipondokkan. Orangtua cerita kalau di pondok itu menyenangkan, kita jadi punya banyak teman. Orangtua juga menasehati kalau aku harus nurut aturan dan kegiatan selama mondok. Dan di pondok sini orangtua boleh nyambangi setiap hari” (F, 1/9/19).

Sementara berdasarkan hasil wawancara dengan ketua pesantren (1/9/19), jika ada santri yang mendapat masalah selama di pesantren baik ketika ia menyesuaikan diri dengan teman maupun kesulitan mengikuti pelajaran, maka pengurus pesantren segera menanggapi dan menyelesaikan permasalahan tersebut. Hal ini menjadikan santri tersebut merasa diperhatikan dan didukung untuk betah tinggal di pesantren.

Penelitian dari Luthfil Hakim (2017) pada 45 orang santri Al Ishlah Semarang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang di dapatkan santri dari lingkungan pesantren, semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian dirinya, begitupun sebaliknya. Penelitian serupa dari Mukhodatul Afifah (2017) yang meneliti mengenai hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru SMA 1 Model NU Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Lamongan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri. Sehingga dapat dinyatakan baik efikasi diri dan dukungan sosial sama-sama memiliki kontribusi untuk memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri santri baru.

Penelitian dari Tao, Pancer dkk (2000, dalam Julia dan Veni 2012) mengidentifikasi bahwa dukungan sosial adalah faktor yang sangat penting

bagi penyesuaian diri pelajar untuk mengurangi dan menghindari dampak-dampak negatif pada masa transisi mereka seperti gangguan mental, kecemasan, kesepian dan lain lain.

Berdasarkan penjabaran diatas, mengingat pentingnya masalah penyesuaian diri pada santri tahun pertama di pesantren, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Putri Latifiyyah I Tambak Beras Jombang.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat penyesuaian diri pada santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang?
2. Bagaimana tingkat efikasi diri pada santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang?
3. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang?
4. Bagaimana hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang?

5. Bagaimana hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang?
6. Bagaimana pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, dapat diketahui tujuan dari penelitian yaitu:

1. Menjelaskan tingkat penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang.
2. Menjelaskan tingkat efikasi diri pada santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang.
3. Menjelaskan tingkat dukungan sosial pada santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang.
4. Menjabarkan hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang.
5. Menjabarkan hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang.

6. Menguraikan pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Al Latifiyyah Tambak Beras Jombang.

D. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Kontribusi ilmiah terhadap keilmuan psikologi, menambah khazanah keilmuan dalam Ilmu Psikologi Sosial terutama tentang aspek efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri.
 - b. Sebagai bahan telaah bagi peneliti sebelumnya.
2. Manfaat Praktis
 - a. Penyusunan dapat digunakan sebagai sumbangan kajian ilmu di bidang akademis khususnya di lingkungan fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
 - b. Penyusunan dapat digunakan sebagai informasi untuk membuat desain pengembangan perilaku penyesuaian diri.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Baker dan Siryk (1984, dalam Petersaan, Johann Louw, dkk 2009) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah proses interaksi multidimensional antara individu dengan lingkungannya agar terjadi keharmonisan antara apa yang dibutuhkan individu dengan tuntutan lingkungan.

Sementara Robinson (2009 dalam Mutambara Julia dkk 2012) menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah proses atau langkah yang individu upayakan untuk berdamai dengan rasa stress, ketegangan dan konflik dalam diri yang muncul karena ada perbedaan antara kebutuhan dan tuntutan lingkungannya.

Menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri merupakan suatu proses respon mental dan tingkah laku individu sebagai usaha agar ia berhasil memenuhi kebutuhan-kebutuhan yang ada pada dirinya, mengatasi stress, frustrasi, dan konflik yang dialami, hingga terjadi keselarasan antara tuntutan di dalam dirinya dengan apa yang diharapkan di lingkungannya.

Schneiders (1964 dalam Rini dan Ghufron 2010) juga berpendapat bahwa penyesuaian diri mempunyai empat unsur. Pertama, *adaption* yang

artinya penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan beradaptasi. Orang yang penyesuaian dirinya baik berarti dia mempunyai hubungan yang memuaskan dengan lingkungan. Kedua, *conformity* yang artinya seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik bila memenuhi kriteria sosial dan hati nuraninya. Ketiga, *mastery* yang berarti individu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasikan suatu respon diri sehingga dapat menyusun dan menanggapi suatu masalah dengan efisien. Keempat, *individual variation*, artinya ada perbedaan individual pada perilaku dan responnya dalam menghadapi berbagai masalah.

Masih menurut Schneiders (1964 dalam Rini dan Ghufron 2010) penyesuaian diri mengandung banyak arti, antara lain usaha manusia untuk menguasai tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan usaha menyelaraskan individu dengan realitas.

Dari beberapa pengertian di atas, dapat di simpulkan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, dengan cara mengubah diri dan mengatasi konflik agar tercapai hubungan harmonis antara dirinya dengan tuntutan lingkungannya.

2. Indikator Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri yang baik berkaitan erat dengan kepribadian yang sehat. Oleh sebab itu, penyesuaian diri yang sehat lebih merujuk pada konsep “sehatnya” kehidupan pribadi seseorang, baik dalam hubungannya

dengan diri sendiri, dengan orang lain maupun dengan lingkungannya (Desmita, 2010) Menurut Fromm dan Gilmore (1974, dalam Riza Luthfian, 2018) secara garis besar aspek-aspek penyesuaian diri yang sehat adalah sebagai berikut :

- a. Kematangan emosional, mencakup aspek-aspek :
 - 1) Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain antara lain percaya diri, berani, dan mampu menerima kelebihan serta kekurangan, baik yang ada dalam dirinya maupun pada orang lain.
 - 2) Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan, antara lain mampu bersikap santai dalam melaksanakan tugas-tugas, mengerjakan tugas dengan senang hati dan mampu mengungkapkan perasaan marah atau jengkel terhadap orang lain.
 - 3) Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri antara lain menerima diri apa adanya walau memiliki kekurangan atau cacat dan mampu menghadapi kegagalan dengan sikap rasional dan berupaya untuk mampu mengatasi permasalahan.
- b. Kematangan intelektual termasuk aspek-aspek :
 - 1) Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri antara lain kemampuan mengenali diri sendiri, baik fisik, kecerdasanan, potensi, bakat dan ketrampilan yang dimiliki.

- 2) Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya antara lain kemampuan menghargai pendapat atau saran orang lain, dan mampu memahami sifat serta watak orang lain.
- 3) Kemampuan mengambil keputusan antara lain memikirkan akibat (konsekuensi) sebelum mengambil suatu keputusan, mampu memecahkan masalah dan mencari alternatif pada saat menghadapi masalah.
- 4) Keterbukaan dalam mengenal lingkungan antara lain kemampuan untuk mematuhi peraturan-peraturan yang ada di lingkungan serta keterbukaan dalam mengenal lingkungan.

c. Kematangan sosial mencakup aspek-aspek:

- 1) Keterlibatan dalam partisipasi sosial antara lain keterlibatan dalam kegiatan-kegiatan sekolah seperti bakti sosial, ekstrakurikuler, pentas seni dan lain sebagainya.
- 2) Kesiediaan untuk bekerjasama antara lain mampu bekerjasama dengan teman-teman kelompok, menghargai pendapat teman lain serta berperan aktif dalam kegiatan kelompok.
- 3) Kemampuan kepemimpinan antara lain berani tampil di depan umum, seperti di depan kelas saat pelajaran tertentu dan terlibat dalam organisasi tertentu di sekolah.
- 4) Sikap toleransi antara lain kemampuan untuk menghormati keyakinan yang di anut orang lain serta menghargai perbedaan pendapat.

5) Keakraban dalam pergaulan antara lain menjalin persahabatan dengan teman-teman dan berteman tanpa eksklusif. Mampu bersikap hormat terhadap guru di sekolah.

d. Tanggung jawab mencakup aspek-aspek:

1) Sikap produktif dalam mengembangkan diri antara lain mampu menjaga dan memelihara hidup dengan menghindarkan diri dari perbuatan yang merugikan serta mampu mengembangkan potensi dan bakat diri.

2) Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal antara lain memiliki sifat *altruism*, empati, bersikap peduli dan memahami perasaan orang lain serta menjalin persahabatan dengan baik.

3) Kesadaran akan etika dan hidup jujur antara lain kemampuan untuk mengikuti nilai-nilai dan peraturan dalam lingkungan, serta kemampuan untuk berkata dan berbuat jujur.

4) Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai antara lain membuat keputusan dengan pertimbangan terlebih dahulu dan bersikap sesuai dengan nilai-nilai yang diyakini.

5) Kemampuan bertindak independen antara lain tidak bergantung dengan orang lain, berperilaku sesuai dengan norma yang ada dan mampu menjalani hidup apa adanya.

Sementara De Ridder, Geenen dkk (2008, dalam Pamala D Larsen) mengidentifikasi lima indikator yang menggambarkan kesuksesan penyesuaian diri seseorang, yakni :

- a. Sukses dalam menyelesaikan dan menampilkan performa pada tugas-tugas dengan baik.
- b. Tidak mengalami gangguan psikis.
- c. Adanya pengaruh negatif yang rendah dan pengaruh positif yang tinggi dari lingkungannya.
- d. Berfungsi secara sosial (contoh bisa belajar, bisa bekerja).
- e. Merasa puas dan sejahtera dengan berbagai aspek kehidupannya.

3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Baker dan Synk (1985, dalam Allison 2012) membagi aspek-aspek penyesuaian diri menjadi empat bagian, yakni:

- a. Penyesuaian diri akademik, yakni kemampuan dan motivasi pelajar untuk menyelesaikan tugasnya dan performa akademiknya dengan baik.

Bagi santri tahun pertama, terjadinya perubahan atau transisi dari lingkungan rumah ke lingkungan pesantren menuntut berbagai perubahan, termasuk perubahan kebiasaan-kebiasaan dalam belajar. Biasanya mereka harus belajar lebih keras untuk meningkatkan kebiasaan belajar yang baik, karena selain belajar pelajaran umum, santri juga diwajibkan untuk belajar pelajaran agama. Di pesantren

santri juga belajar bagaimana cara menentukan dan menyeimbangkan prioritas.

- b. Penyesuaian sosial, yakni adaptasi pelajar dengan orang lain di lingkungan sekolahnya.

Santri yang dulu tinggal bersama keluarga kini harus berpisah jauh dari rumah dan keluarganya. Mereka bisa mengalami *homesick* dan tidak familiar dengan lingkungan baru. Tidak jarang mereka merasa kesepian karena kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru.

Penyesuaian sosial sangat penting bagi santri tahun pertama, oleh karenanya ia perlu beradaptasi dengan lingkungan pesantren yang baru. Di pesantren santri membutuhkan “pengganti” keluarganya yang bisa *mensupport* mereka. Oleh karena itu, biasanya santri tahun pertama mempunyai kebutuhan besar untuk disukai dan diterima oleh lingkungan barunya.

- c. Penyesuaian personal-emosi, yakni kemampuan pelajar untuk mengatasi masalah hubungan intrapersonal dan kondisi psikis dirinya.

Penyesuaian emosi mempengaruhi prestasi belajar secara tidak langsung. Pelajar yang tidak stabil dan tidak bisa menyesuaikan diri dengan baik biasanya secara kecerdasan akademik tidak sebanding dengan pelajar lain yang bisa beradaptasi dengan baik. Gagal menyesuaikan diri di lingkungan baru biasanya menjadi awal dari masalah psikologis (Allison, 2012) Tantangan yang dihadapi santri tahun pertama antara lain adaptasi dalam menghadapi tekanan di lingkungan pesantren, manajemen waktu dan manajemen tugas.

Penyesuaian emosi dan pribadi yang baik memudahkan santri untuk berbaur dengan teman-temannya yang lain.

- d. *Attachment*/kelekatan, yakni kemampuan pelajar untuk menyesuaikan diri dengan membangun kelekatan antar dirinya dengan lingkungan sekolah serta komitmen dirinya terhadap tugas dan kegiatan sekolah baik yang umum maupun spesifik.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (1984, dalam Ali dan Anshori 2006) setidaknya ada lima faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu:

- a. Kondisi fisik

Aspek-aspek kondisi fisik yang mempengaruhi proses penyesuaian diri adalah hereditas dan kontitusi fisik, sistem utama tubuh serta kesehatan fisik. Hereditas mempengaruhi tempramen seseorang. Tempramen merupakan komponen utama karena dari tempramen tersebut muncul karakteristik yang paling dasar dari kepribadian, khususnya dalam hubungan emosi dengan penyesuaian diri. Jadi, kemungkinan besar disposisi seperti sifat periang, penyabar atau pemaarah, sebagian ditentukan oleh genetis/ hereditas. Dan sifat ini dapat mempengaruhi proses penyesuain diri.

Penyesuaian diri akan lebih mudah dilakukan dalam kondisi fisik yang sehat daripada sakit. Kondisi fisik yang sehat dapat memunculkan rasa penerimaan diri, percaya diri, harga diri, dan

sebagainya, yang akan menjadi kondisi yang menguntungkan bagi proses penyesuaian diri.

b. Kepribadian

Unsur-unsur kepribadian yang penting pengaruhnya terhadap proses penyesuaian diri antara lain kemauan dan kemampuan untuk berubah. Kemauan dan kemampuan ini merupakan karakteristik kepribadian yang sangat menonjol terhadap proses penyesuaian diri. Sebab, jika seorang individu kaku dan tidak ada kemauan serta kemampuan untuk merespon lingkungan, semakin besar kemungkinannya untuk mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Kemampuan dan kemauan untuk berubah ini akan berkembang melalui proses belajar.

Di samping itu, pengaturan diri (*self regulation*) dan realisasi diri (*self realization*) juga mempengaruhi proses penyesuaian diri. Sebab kemampuan pengaturan diri dapat mencegah individu dari keadaan malasuaasi dan penyimpangan kepribadian. Sebaliknya, kemampuan pengaturan diri yang baik dapat mengarahkan individu pada kepribadian normal dan mencapai realisasi diri. Selanjutnya, faktor internal lain seperti kecerdasan emosi, trait, evaluasi diri inti atau *self core evaluation* juga mempengaruhi proses penyesuaian diri. (Aspleimer, Mc Gill dalam Clara Dewi 2017).

c. Edukasi/ Pendidikan

Faktor edukasi atau pendidikan yang mempengaruhi proses penyesuaian diri antara lain proses belajar, sebab pada umumnya respon-respon dan sifat-sifat kepribadian yang diperlukan bagi proses penyesuaian diri diperoleh dan menyerap ke dalam diri individu melalui proses belajar. Selanjutnya pengalaman. Ada dua jenis pengalaman yang sangat signifikan terhadap proses penyesuaian diri yaitu 1) Pengalaman yang menyenangkan, yaitu peristiwa yang menyenangkan yang dirasakan dalam hidup individu. Pengalaman seperti ini dijadikan dasar untuk ditransfer oleh individu tersebut ketika ia menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. 2) Pengalaman traumatik. Pengalaman seperti ini bisa menjadikan individu merasa ragu-ragu, kurang percaya diri, cemas dan takut untuk menyesuaikan diri.

Disamping proses belajar dan pengalaman, latihan juga mempengaruhi penyesuaian diri. Penyesuaian diri adalah suatu proses yang kompleks, maka diperlukan latihan yang sungguh-sungguh agar mencapai proses penyesuaian diri yang baik. Latihan ini yang menjadikan individu yang sebelumnya kaku, akan menjadi terbiasa dan nyaman dengan lingkungan barunya.

d. Lingkungan

Lingkungan, seperti lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat turut mempengaruhi penyesuaian diri. Konsekuensi dari nilai-nilai, sikap aturan, moral, norma dan perilaku masyarakat akan

diidentifikasi oleh individu yang berada dalam lingkungan masyarakat tersebut sehingga akan berpengaruh terhadap proses perkembangan penyesuaian dirinya.

Sedangkan menurut Desmita (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dilihat dari konsep psikogenik dan sosio-genik. Psikogenik memandang bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh riwayat kehidupan sosial individu, terutama pengalaman khusus yang membentuk perkembangan psikologis individu tersebut. Pengalaman khusus ini lebih banyak berkaitan dengan latar belakang kehidupan keluarga. Sementara itu dilihat dari konsep sosiopsikogenik, penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor iklim lembaga sosial dimana individu terlibat didalamnya. Seperti hubungan seorang peserta didik dengan gurunya, apakah hubungan tersebut bersifat demokratis atau otoriter maupun hubungan peserta didik dengan iklim intelektual sekolah (Desmita, 2010).

5. Penyesuaian Diri dalam Prespektif Islam

Islam merupakan agama yang sempurna dan mengatur seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk hubungan sosial antar satu individu dengan individu lainnya. Dalam Islam tidak hanya di tekankan mengenai hubungan manusia dengan Allah (*hablumminallah*) saja, melainkan juga hubungan manusia dengan sesama manusia (*hablumminannas*). Bahkan Allah menciptakan manusia dan menjadikannya berbeda suku dan

bangsa supaya mereka saling mengenal. Hal ini dijelaskan dalam Q.S Al Hujurat : 13.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya:

Hai Manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sungguh, yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertaqwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Maha Teliti.

Dalam ayat ini Allah memberitahukan bahwa Dia menciptakan laki-laki dan perempuan dari asal-usul dan diri yang satu, yakni keturunan Adam dan Hawa. Kemudian Allah menjadikan mereka berbangsa-bangsa dan bersuku-suku, dengan tujuan agar mereka saling mengenal satu sama lain. Sebab andai masing-masing orang menyendiri, tentu tidak akan tercapai tujuan saling mengenal, yang bisa menimbulkan saling tolong-menolong, bahu membahu, serta saling mewarisi satu sama lain (Abdurrahman bin Natsir, 2016)

Dalam proses mengenal, tentu diperlukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru. Penyesuaian diri adalah sebuah keniscayaan dan di antara ciri orang yang memiliki sehat mental adalah dia yang mampu

menyesuaikan diri dengan baik, sebagaimana yang diungkap oleh Dr. Zakiyah Darajat “kesehatan mental didefinisikan sebagai terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri dan lingkungannya berdasarkan keimanan dan ketaqwaan serta bertujuan untuk mencapai kebahagiaan dunia akhirat“ (Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir :2002).

Ibnu Qoyyim menjelaskan bahwa pada dasarnya manusia diciptakan dengan rasa senang berbaaur dan berkumpul dengan sesama manusia. Beliau berkata bahwa manusia adalah makhluk berperadaban, tidak bisa hidup berpisah dengan orang lain. Manusia memiliki keinginan, gambaran dan keyakinan yang merupakan alat untuk beradaptasi. Jika ia tidak bisa beradaptasi dengan nilai dan norma yang berlaku, masyarakat akan menghukumnya.(Abdul Aziz Al Ahmad, 2006).

Ibnu Qoyyim juga menjabarkan, bahwa dalam hidup, manusia selalu beradaptasi dengan dua hal, yakni dengan diri sendiri dan dengan masyarakat sosial. Beliau juga menjelaskan bahwa adaptasi sosial dibangun atas dasar prinsip menjunjung tinggi kebenaran, yang dapat ditunjukkan melalui sikap kerjasama dengan orang lain dalam hal kebaikan dan ketaatan. Menurut beliau, Islam sangat menganjurkan untuk melakukan adaptasi positif dengan kelompok. Islam juga menjelaskan kepada kaum muslim tentang jalan yang akan menuntunnya ke tempat tujuan (akhirat) dengan sikap kooperatif, toleran, dan kasih sayang. Di sisi lain, Islam melarang kaum muslim beradaptasi dengan keburukan dan

memerintahkan untuk menjauhi iri dengki, *negative thinking*, dan sikap bermusuhan. (Abdul Aziz Al Ahmad, 2006).

Meski demikian, dalam menjalin hubungan sosial, tidak bisa dipungkiri bahwa konflik dan pertengkaran antar sesama manusia kerap terjadi. Al Qur'an telah memberikan solusi bahwa seorang muslim wajib mendamaikan saudaranya yang bertengkar. Sebagaimana yang tercantum dalam Q.S Al Hujurat : 10.

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

Artinya:

Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah antara kedua saudaramu (yang berselisih) dan bertaqwalah kepada Allah agar kamu mendapat rahmat.

Dalam ayat ini, Allah dan RasulNya memerintahkan umat muslim untuk menunaikan hak-hak kaum muslimin satu sama lain yang dapat mewujudkan persatuan, saling mencintai dan saling menyambung di antara mereka. Untuk itu, jika terjadi perselisihan di antara sesama muslim yang bisa menyebabkan perpecahan hati, maka hendaknya kaum muslimin lainnya mendamaikan saudara-saudaranya serta berusaha melenyapkan kedengkian di antara mereka yang berselisih. (Abdurrahman bin Natsir, 2016) Agar kemudian tercipta kedamaian dan rasa kasih sayang antar sesama umat muslim.

B. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Bandura (1994) mendefinisikan efikasi diri sebagai kepercayaan individu mengenai kemampuan dirinya untuk mengorganisasi atau melakukan suatu tugas dalam upaya menghasilkan tingkat kinerja tertentu. *Self efficacy* mempengaruhi bagaimana individu berfikir, merasakan, berperilaku dan termotivasi terhadap diri mereka.

Bandura (dalam Alwilsol 2009) juga membedakan antara ekspektasi mengenai hasil dan ekspektasi mengenai efikasi. Efikasi merujuk pada keyakinan seseorang bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk melakukan suatu perilaku sedangkan ekspektasi hasil merujuk pada prediksi dari kemungkinan konsekuensi perilaku tersebut. Efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau yang buruk, tepat atau salah, dan bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai yang dipersyaratkan.

Efikasi diri memberikan dasar bagi motivasi manusia, kesejahteraan dan prestasi pribadi. Hal ini terjadi karena manusia percaya bahwa tindakan yang dilakukannya dapat mencapai hasil yang diinginkan, meskipun harus memiliki sedikit insentif untuk bertindak atau untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan.

Sementara Schwarzer dan Jerusalem (1995, dalam Fernando dan Francois 2012) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan seseorang tentang kompetensi atau kemampuan mereka dalam menghadapi berbagai situasi dan mengatasinya secara efektif.

Sedangkan Feist dan Fesit (2010) mengemukakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan individu bahwa dia mampu melakukan suatu

tindakan dan dapat mencapai apa yang diharapkan. Individu yang yakin bahwa mereka dapat melakukan sesuatu dan memiliki potensi untuk dapat merubah kejadian di lingkungannya, akan lebih mudah untuk bertindak dan lebih mungkin untuk menjadi sukses daripada individu yang mempunyai efikasi yang rendah.

Dari beberapa pengertian di atas dapat di simpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu tentang kemampuannya dalam mencapai hal yang dia inginkan serta bagaimana ia mengarahkan dirinya dalam mencapai hal tersebut dan mengatasi hambatan yang terjadi.

2. Sumber Efikasi Diri

Bandura menyatakan bahwa efikasi diri terus berkembang sepanjang hidup manusia. Menurut Bandura (dalam Alwisol,2009) efikasi diri atau keyakinan diri ini dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan, melalui salah satu atau kombinasi empat sumber berikut:

a. Pengalaman Performasi

Pengalaman performasi adalah prestasi yang pernah dicapai pada masa yang telah lalu. Sebagai sumber, pengalaman performasi menjadi pengubah efikasi diri yang paling kuat pengaruhnya. Apabila seseorang terlibat dalam suatu tugas, maka ia akan menilai hasil pekerjaannya. Hasil penilaian ini akan digunakan untuk mengembangkan keyakinan atas kemampuan untuk menghadapi tugas-tugas berikutnya. Prestasi di masa lalu yang bagus bisa

meningkatkan ekspektasi efikasi, sedang kegagalan akan menurunkan efikasi.

b. Pengalaman Vikarius

Pengalaman vikarius diperoleh melalui model sosial. Efikasi akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi akan menurun jika mengamati orang yang kira-kira kemampuannya sama dengan dirinya ternyata gagal. Jika figur yang diamati berbeda dengan diri si pengamat, pengaruh vikarius tidak besar. Sebaliknya ketika mengamati kegagalan figur yang setara dengan dirinya, pengalaman vikarius cukup mempengaruhi (Alwilsol 2009). Meski demikian, secara umum pengalaman vikarius atau modeling sosial ini tidak sekuat dampak yang diberikan oleh pengalaman performansi dalam meningkatkan efikasi diri, tetapi dapat mempunyai dampak yang kuat saat memperhatikan penurunan efikasi (Feist, 2010).

c. Persuasi Sosial

Efikasi diri juga dapat diperoleh melalui persuasi sosial. Meski dampak dari sumber ini terbatas, tetapi pada kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi efikasi diri. Kondisi itu adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan (Alwilsol 2009). Bandura (1986, dalam Feist 2010) berhipotesis bahwa daya yang lebih efektif dari persuasi sosial

ini berhubungan langsung dengan status dan otoritas yang dipresepsikan dari orang yang melakukan persuasi.

d. Keadaan Emosi

Keadaan emosi yang mengikuti suatu kejadian/kegiatan akan mempengaruhi efikasi di bidang kegiatan tersebut. Emosi yang kuat, biasanya akan mengurangi performa, seperti saat seseorang mengalami ketakutan yang kuat, kecemasan akut atau tingkat stress tinggi, kemungkinan akan mempunyai efikasi yang rendah. Walaupun begitu, dalam beberapa kondisi, jika rangsangan emosional tidak terlalu intens, maka tidak menurunkan tingkat efikasi diri.

3. Dimensi Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997, dalam Rini dan Ghufroon 2010) efikasi diri pada tiap individu akan berbeda dengan individu lainnya berdasarkan tiga dimensi. Berikut tiga dimensi tersebut:

a. Dimensi tingkat (*level*)

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang atau bahkan meliputi tugas-tugas yang sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang ia rasakan untuk

memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat.

b. Dimensi kekuatan (*strenght*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Dimensi ini biasanya berkaitan dengan dimensi *level*, yaitu apabila makin tinggi taraf kesulitan tugas, maka makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

c. Dimensi generalisasi (*generalitaty*)

Dimensi ini berkaitan dengan penguasaan individu terhadap bidang atau tugas pekerjaan. Individu dapat menyatakan dirinya memiliki efikasi diri pada aktivitas yang luas atau terbatas pada fungsi tertentu saja. Individu dengan efikasi diri yang tinggi akan mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas. Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah hanya menguasai sedikit bidang yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas.

Dari penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga dimensi efikasi diri, yakni 1) Dimensi *level* yang berkaitan dengan seberapa sulit tugas yang dilakukan individu 2) Dimensi *strenght* yang

berkaitan dengan seberapa kuat keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas dan 3) Dimensi *generality* yang berkaitan dengan seberapa besar penguasaan individu terhadap bidang atau tugas yang dikerjakannya.

4. Fungsi Efikasi Diri

Menurut Bandura (1994) fungsi *Self Efficacy* ada empat yaitu :

a. Fungsi Kognitif

Efikasi diri mempengaruhi proses kognitif dalam berbagai variasi. Banyak dari perilaku manusia yang diatur oleh proses pemikirannya. Tujuan individu sangat dipengaruhi oleh keyakinan mengenai kemampuan yang ia miliki. Semakin kuat efikasi diri dalam diri seseorang, semakin tinggi pula tantangan dan upaya yang ia lakukan untuk mencapai tujuan tersebut.

Fungsi utama kognitif adalah agar manusia bisa memprediksi dan mengontrol kejadian-kejadian yang terjadi dalam hidup mereka. Misalnya saat memprediksi atau mengatur sesuatu, seseorang harus memiliki gambaran dari pengetahuan yang ia miliki. Dibutuhkan efikasi diri yang tinggi agar individu tetap berorientasi pada tugasnya bahkan dalam menghadapi tuntutan yang mendesak atau ketika gagal sekalipun. Individu yang memiliki efikasi diri dan daya juang (*resilien*) yang tangguh bisa menentukan sendiri tujuan yang ingin

mereka gapai serta menggunakan pikiran dan analisis mereka dengan baik untuk memberikan hasil kinerja yang optimal.

b. Fungsi motivasi

Efikasi diri memainkan peran penting dalam mengatur motivasi diri individu. Orang-orang memotivasi diri mereka sendiri dan mengarahkan prilakunya dari apa yang mereka pikirkan mengenai masa depannya. Mereka mengantisipasi kemungkinan hasil dari tindakan mereka. Mereka mengatur tujuan untuk diri mereka dan merencanakan berbagai cara agar bisa mewujudkan apa yang dicita-citakan.

Efikasi diri berkontribusi terhadap motivasi dari berbagai cara, di antaranya efikasi diri dapat menentukan tujuan individu dan apa yang ingin di capai, berapa banyak upaya yang mereka keluarkan, berapa lama mereka tahan menghadapi berbagai kesulitan/ rintangan dan resiliensi diri mereka terhadap kegagalan yang mungkin saja terjadi.

c. Fungsi afektif

Kepercayaan individu terhadap kemampuan *coping* mereka mempengaruhi ketika mereka merasa stress atau depresi dalam situasi yang sulit. Efikasi diri bisa mengurangi rasa stress yang mengakibatkan perasaan cemas. Dengan efikasi diri individu percaya bahwa mereka bisa mengontrol ancaman tanpa memunculkan pola pikir yang mengganggu.

Efikasi diri mengurangi perilaku 'menghindar' dan mengatasi kecemasan. Perilaku menghindar antara lain yakni keyakinan individu bahwa ia tidak bisa mengatasi kecemasan yang dirasakan, melihat banyak aspek dari lingkungan sebagai suatu ancaman yang berbahaya dan memperbesar parahannya kemungkinan ancaman dan cemas dengan apa yang akan terjadi. Kekuatan efikasi diri menjadikan orang-orang lebih berani menantang rintangan atau ancaman, serta meningkatkan kemampuan koping mereka dalam mengatasi rasa stress dan situasi yang menekan.

d. Fungsi selektif

Efikasi diri mampu membuat orang-orang menciptakan lingkungan yang menguntungkan dan melakukan kontrol terhadap masalah yang mereka temui setiap hari. Kepercayaan *self efficacy* dapat mempengaruhi aktivitas dan lingkungan yang individu pilih. Sehingga individu siap melakukan aktivitas yang menantang dan situasi yang mereka anggap bisa mereka lalui. Efikasi diri mempengaruhi pemilihan aktivitas atau tujuan yang akan diambil oleh individu.

Pilihan karir dan pengembangan adalah salah satu contoh dari kekuatan efikasi diri yang mempengaruhi proses jalan kehidupan seseorang. Dengan efikasi diri yang kuat, individu bisa memiliki pilihan karir yang luas serta mempertimbangkannya dengan serius, minat mereka pun semakin berkembang dan semakin baik pula mereka

dalam mempersiapkan pendidikan untuk pekerjaan di masa depan sehingga mereka dapat melangkah menuju kesuksesan.

5. Efikasi Diri dalam Prespektif Islam

Islam menggambarkan kondisi mental manusia yang tenang dan tentram dalam dua bentuk, yang pertama ialah adanya kemampuan individu dalam menghadapi perubahan dan persoalan zaman. Misalnya, jika ia terkena musibah maka musibah itu ia serahkan dan dikembalikan kepada Allah. Di samping itu ia mampu bersikap bersahaja dalam menghadapi sesuatu, dan senantiasa ber*huznuuzon* kepada Allah. (Abdul Aziz Al Ahmad, 2006) Sebab Allah tidak akan membebani seseorang di luar kemampuan orang tersebut, sebagaimana yang difirmankan Allah dalam QS. Al Baqarah: 286 :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya:

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari kebajikan yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa) “ Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan

kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir”

Setiap orang muslim hendaknya meyakini bahwa ketika Allah memberinya ujian, maka Allah akan memampukannya untuk menghadapi ujian tersebut. Sehingga musibah atau rintangan apapun yang terjadi dalam hidupnya, ia yakin bahwa ia sesungguhnya sanggup mengatasi rintangan yang ada. Dalam psikologi istilah tersebut dinamakan efikasi diri. Efikasi diri merupakan keyakinan individu mengenai kemampuannya dalam mencapai sesuatu serta bagaimana ia mengarahkan dirinya dalam mencapai hal tersebut dan mengatasi hambatan yang terjadi. Efikasi diri juga merupakan salah satu kriteria fungsi psikologis yang sehat. Melalui ayat ini, hendaknya setiap muslim memiliki efikasi diri yang kuat. Sebab ayat ini menyiratkan pada kita bahwa manusia hidup di dunia telah Allah persiapkan bekal berupa kemampuan dan keahlian, yang digunakan untuk *problem solving* setiap permasalahan yang terjadi. Oleh karena itu, jiwa manusia dapat menjadi tenang tatkala ia meyakini bahwa Allah tidak akan memberinya ujian di luar batas kemampuannya.

Sedangkan kondisi mental tenang yang kedua adalah kemampuan individu untuk tetap optimis dan menganggap baik ujian dalam kehidupan,

sebab setiap kesulitan pasti akan datang kemudahan, sebagaimana yang difirmankan Allah dalam Q.S Al Insyirah : 5 -6 :

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٥) فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ (٦)

Artinya :

5. Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan

6. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan

Dalam ayat ini Allah mengabarkan berita gembira bahwa setiap kali ada kesulitan dan kesusahan yang di rasakan manusia, selalu ada kemudahan dan solusi di baliknya. Dengan demikian, setiap orang muslim hendaknya optimis bahwa selalu ada hikmah di balik ujian. Jangan sampai orang muslim merasa tidak kuat dengan ujian yang di bebankan kepadanya, lalu ia tidak yakin datangnya kemudahan setelah kesulitan, sehingga iapun berputus asa.

Dalam Q.S Az Zumar: 53 Allah memerintahkan hambaNya agar tidak berputus asa dari Rahmat Allah.

قُلْ يٰعِبَادِىَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ ۗ
 إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا ۗ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

Artinya:

Katakanlah, “Wahai hamba-hambaKu yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri!Janganlah kamu berputus asa dari rahmat

Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sungguh, Dialah yang Maha Pengampun, Maha Penyayang.

Dalam ayat ini Allah mengabarkan kepada hamba-hambanya mengenai keluasan ampunan dan kebaikannya. Allah menyeru hambaNya agar tidak berputus asa meski hamba tersebut telah melakukan dosa-dosa besar dan merasa berkecil hati serta hilang harapan untuk kembali bertaubat kepada Allah. Untuk menghindari keputusasaan, manusia dianjurkan untuk selalu berusaha serta mengaktualisasikan seluruh potensinya secara maksimal dalam kebaikan dan kemudian menyerahkan hasilnya (*tawakkal*) kepada Allah. Betapapun pedih dan susahny hidup ini, manusia harus menempuhnya dengan baik dan sabar serta tidak boleh berputus asa. Ia wajib meyakini bahwa ia mampu menghadapi hambatan, cobaan dan ujian yang terjadi dalam hidupnya di dunia.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Smet (1994, dalam Moh Hadi dan Suroso 2014) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah adanya interaksi interpersonal yang ditunjukkan dengan memberikan bantuan pada individu lain, dimana bantuan itu umumnya diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan. Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman ataupun anggota keluarga.

Sedangkan menurut Sarafino (2006, dalam Moh Hadi, Suroso 2014) dukungan sosial merupakan sebuah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain. Dukungan sosial adalah suatu bentuk perhatian, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang diberikan kepada seseorang baik secara individu maupun berkelompok.

Dukungan sosial mengacu pada pengalaman individu untuk di hargai, di perhatikan, dan di cintai oleh orang lain dalam hidupnya. Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, guru, komunitas atau kelompok sosial. Dukungan sosial bisa datang dalam bentuk bantuan nyata yang diberikan oleh orang lain saat di butuhkan, termasuk penghargaan, strategi koping yang efektif dan dukungan emosi (Mariam Adawiah dan Md Aris, 2009)

Dukungan sosial dapat berupa pemberian informasi, bantuan tingkah laku, jasa maupun materi serta hal-hal yang mampu membuat individu merasa terbantu, diperhatikan, disayangi dan dihargai keberadaannya sehingga mampu memunculkan efikasi dirinya, dimana individu tersebut merasa bahwa dirinya mampu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang ada, serta berusaha dengan sungguh-sungguh dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya (Hafidz Rifki Anshori, 2016 dalam Munela Zulfa 2018)

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah pemberian bantuan atau dukungan nyata yang didapatkan individu

dari hubungan sosialnya dengan orang sekitar, sehingga individu tersebut merasa diperhatikan dan di hargai.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Cohen dan Wilis (1985, dalam Irvin Schonfeld 1991) mengidentifikasi empat aspek dukungan sosial, yakni :

a. *Apparsial or confidant support*

Yakni dukungan berupa pemberian informasi, bantuan atau nasehat yang bisa meringankan dan mengatasi permasalahan individu.

b. *Tangible or instrument support*

Yakni dukungan berupa kesediaan untuk membantu secara materi seperti kesediaan untuk meminjamkan uang atau bantuan fisik yang meringankan tugas individu.

c. *Belonging or companionship support*

Yakni dukungan berupa terjalinnya persahabatan yang akrab, termasuk meminta individu untuk berpartisipasi dalam kehidupan pertemanan, seperti mengajak olahraga atau makan malam.

d. *Self esteem or emotional support*

Yakni dukungan berupa ucapan atau perkataan yang ditunjukkan kepada individu agar ia merasa di hargai, termasuk meyakinkan individu bahwa dia kompeten di berbagai bidang, bersikap menyenangkan , humoris dan lain sebagainya.

3. Sumber Dukungan Sosial

Sumber dukungan sosial banyak diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya. Sumber dukungan sosial merupakan aspek yang penting untuk diketahui dan difahami. Dengan pengetahuan tersebut, seseorang akan tahu pada siapa ia akan mendapatkan dukungan sosial yang sesuai dengan situasi dan keinginannya. Sehingga dukungan sosial yang diberikan akan bermakna bagi kedua belah pihak. Dukungan sosial bisa berasal dari pasangan, anggota keluarga, teman kelompok, sahabat, teman kerja, dan sebagainya (Smet, 1994 dalam Humaida 2017)

Sementara Goetlieb (dalam Afifah, 2017) mengatakan bahwa ada dua macam hubungan dalam dukungan sosial, yaitu profesional yang bersumber dari orang-orang ahli seperti konselor, psikolog, dokter atau pengacara. Serta hubungan non profesional yang bersumber dari orang-orang terdekat seperti keluarga, teman maupun relasi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat bersumber dari pasangan, keluarga, teman, relasi, konselor dan lain sebagainya. Dalam penelitian ini menfokuskan sumber dukungan sosial yang berasal dari orangtua, teman dan pengurus pesantren.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Menurut Myers (2012), ada 4 faktor yang menyebabkan terbentuknya dukungan sosial, yaitu:

- a. Empati

Kemampuan dan kecenderungan berempati kepada individu lain merupakan motif utama dalam tingkah laku yang mendorong individu untuk memberikan dukungan sosial. Rasa empati membuat seseorang ikut serta mengalami emosi yang dialami orang lain. Dengan berempati seseorang dapat memberikan motivasi kepada orang lain untuk mengurangi masalah yang sedang dihadapi.

b. Norma

Norma yang diterima oleh seseorang selama pertumbuhan dan perkembangan serta pengalaman bersosialisasinya, dapat mengarahkan orang tersebut untuk bertingkah laku secara tepat dan mengharuskan individu untuk menjalankan kewajiban-kewajiban dalam kehidupan sosial. Hal tersebut akan membentuk kepedulian untuk memberikan pertolongan kepada individu lain.

c. Pertukaran Sosial

Dalam teori pertukaran sosial dijelaskan adanya interaksi manusia yang berpedoman pada ekonomi sosial, yaitu adanya *reward* dan ganti rugi dengan cara memberi dan menerima. Teori ini mengatakan bahwa individu mencoba untuk melakukan interaksi dengan memaksimalkan *reward* dan meminimalkan beban sehingga dapat digunakan untuk meramalkan tingkah laku orang lain.

d. Sosiologi

Teori ini beranggapan bahwa perilaku menolong dianggap lebih menguntungkan bila dilakukan pada individu yang mempunyai

hubungan darah sehingga keturunannya tetap *survive* daripada menolong individu lain yang dapat menghabiskan waktu dan tenaga. Jika akhirnya individu memutuskan untuk menolong orang lain, itu disebabkan karena ia mengharapkan bantuan yang sebaliknya dari individu yang ditolong.

5. Dukungan Sosial Dalam Prespektif Islam

Islam sangat menekankan pentingnya berbuat baik dan saling membantu antara individu satu dengan individu lain. Bahkan, tolak ukur jiwa manusia yang sehat ialah ketika ia memiliki hubungan yang baik dengan Allah dan hubungan yang baik pula dengan manusia. Ibnu Qoyyim menegaskan bahwa pola hidup yang baik dan sehat tidak dicapai jika individu bersikap egois. Sikap saling membantu antar sesama muslim merupakan kebutuhan dasar dalam mengisi kekurangan diri sendiri dan orang lain, sehingga terwujudlah kebahagiaan dan kesehatan psikologi secara sosial yang selama ini diharapkan oleh masyarakat (Abdul Aziz Al-Ahmad, 2006)

Ada beberapa bentuk kooperasi (kerjasama) yang menurut Ibnu Qoyyim dapat menunjang individu untuk memberikan kontribusi dan manfaat kepada orang lain. Beliau berkata, “Persamaan bagi kaum yang beriman ada beberapa bentuk, yaitu: persamaan dalam materi, persamaan dalam kedudukan, persamaan dalam fisik dan pelayanan, persamaaan dalam saran dan bimbingan, persamaan dalam doa dan ampunan serta persamaan dalam penderitaan” (Abdul Aziz Al-Ahmad, 2006). Sehingga

dari pernyataan Ibnu Qoyyim dapat disimpulkan bahwa sesama muslim harus saling berempati, mendukung dan bermanfaat untuk orang lain, sebab mereka memiliki persamaan dalam persaudaraan.

Dalam buku Nuansa Psikologi Islam karya Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir (2002) dijelaskan bahwa salah satu tanda orang muslim yang memiliki jiwa yang sehat adalah ia yang mampu membina hubungan sosial yang baik yang di landasi rasa saling percaya dan saling mengisi. Apabila orang lain tertimpa musibah, ia ikut membantunya. Apabila ia mendapat keluasan rezeki, maka orang lain ikut menikmatinya. Sebab, masing-masing orang menyadari bahwa ia tidak bisa hidup sendiri, ia selalu memerlukan dan diperlukan orang lain.

Dalam Islam juga telah dijelaskan bentuk-bentuk dukungan sosial, antara lain sebagaimana yang diterangkan dalam Al Qur'an dan hadist berikut ini:

المُسْلِمُ أَخُو الْمُسْلِمِ لَا يَظْلِمُهُ وَلَا يُسْلِمُهُ وَمَنْ كَانَ فِي حَا جَةِ أَخِيهِ كَانَ
اللهُ فِي حَا جَتِهِ وَمَنْ فَرَّجَ عَن مُسْلِمٍ كُرْبَةً فَرَّجَ اللهُ عَنهُ كُرْبَتًا مِّنْ
كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

Ibnu Umar meriwayatkan, Rasulullah SAW bersabda :”Seorang muslim adalah saudara orang muslim lainnya. Ia tidak akan menganiaya dan tidak pula menyerahkannya (pada pihak musuh). Siapa yang memenuhi kebutuhan saudaranya maka Allah akan memenuhi kebutuhannya. Siapa melampirkan kesulitan seorang muslim, maka Allah

akan melapangkan satu kesulitan dari beberapa kesulitan pada hari kiamat karenanya. Dan siapa saja menutupi aib seorang muslim, maka Allah akan menutupi aibnya pada hari Kiamat” (Muttafaqun Alaih)

Dalam hadist di atas di jelaskan bahwa setiap orang muslim adalah bersaudara. Sebagai saudara, apabila saudara yang lain kesusahan dan membutuhkan bantuan, maka ia akan membantu dan menolongnya. Setiap orang muslim juga tidak diperbolehkan mendzalimi maupun membuka aib muslim lainnya. Hadist di atas juga memberikan motivasi bahwa siapa yang menolong sesama muslim, maka Allah juga akan menolongnya pada hari kiamat kelak.

Menolong sesama muslim antara lain ikut meringankan bebannya, melapangkan kesempitannya, membantunya baik secara materi maupun non materi. Sebagaimana yang diterangkan dalam sebuah hadist:

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا : أَنَّ رَجُلًا سَأَلَ النَّبِيَّ صَلَّى
 اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيُّ الْإِسْلَامِ خَيْرٌ؟ قَالَ تُطْعِمُ الطَّعَامَ، وَتَقْرَأُ السَّلَامَ عَلَى
 مَنْ عَرَفْتَ وَمَنْ لَمْ تَعْرِفْ

Abdullah bin Amr bin Al- Ash meriwayatkan, ada seorang lelaki yang bertanya kepada Rasulullah SAW “Amalan Islam manakah yang terbaik?” Beliau bersabda “Engkau memberi makanan dan mengucapkan salam kepada orang yang kamu kenal dan tidak kamu kenal” (Muttaqun ‘Alaih).

Hadist di atas menunjukkan betapa besar perhatian islam mengenai pentingnya membina hubungan sosial yang baik antar manusia. Bahkan,

perbuatan-perbuatan sederhana seperti memberi makan dan mengucapkan salam antar sesama muslim, yang dikenal maupun tidak, dinyatakan sebagai perbuatan yang paling baik. Di catat sebagai pahala di sisi Allah.

Islam juga mengajarkan pentingnya umat muslim untuk saling berempati dengan muslim lainnya. Empati berarti ikut merasakan apa yang di rasakan orang lain. Sebagaimana hadist berikut:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادُّهِمْ، وَتَعَاطُفِهِمْ، وَتَرَاحُمِهِمْ، مَثَلُ الْجَسَدِ،
إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ تَدَاعَى سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهَرِ وَالْحُمَّى

*An-Nu'am bin Basyir meriwayatkan, Rasulullah SAW bersabda:
"Perumpaan orang yang beriman dalam hal saling mencintai dan saling menyayangi serta saling mengasihi adalah seperti satu tubuh, apabila satu anggota menderita sakit maka yang lain ikut merasakan hingga tidak bisa tidur dan demam"* (Muttaqqun 'Alaih)

Islam memberi perumpamaan kaum mukmin seperti satu tubuh. Apabila satu anggota tubuh sakit, maka anggota tubuh lainnya ikut merasakan sakit. Hadist di atas menyiratkan betapa kaum muslim seharusnya saling terhubung, saling dekat satu sama lain serta saling berempati dengan muslim lainnya.

Termasuk orang beriman adalah mereka yang saling berpesan untuk sabar dan berkasih sayang. Hal ini dinyatakan dalam Q.S Al Balad : 17

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ (١٧)

Termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang.

Dalam ayat ini Allah menjelaskan bahwa sesama muslim harus saling berpesan dan saling mendukung untuk bersabar dan berkasih sayang. Seorang yang beriman kepada Allah wajib membantu mereka yang memerlukan uluran tangan, mengajari mereka yang tidak tahu, menunaikan apa saja yang mereka perlukan dari segala sisinya, serta membantu mereka untuk kepentingan-kepentingan dunia dan akhirat serta mencintai mereka sebagaimana ia mencintai dirinya sendiri (Abdurrahman bin Natsir, 2016) Begitupula dengan firman Allah dalam Q.S Al Ashr: 3

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّاصَوْا بِالصَّبْرِ

Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.

Dalam QS. Al Ashr, diterangkan bahwa setiap orang itu merugi, kecuali mereka yang beriman, mengerjakan kebajikan dan saling menasehati dalam hal kebenaran dan kebaikan. Dalam psikologi, saling menasehati untuk kebaikan dan saling berkasih sayang adalah salah satu bentuk dukungan persahabatan dan dukungan informasi. Sehingga jelas sekali bahwa kedua ayat di atas menekankan pentingnya membangun ikatan persaudaraan yang baik (*ukhuwah*) antar sesama umat muslim.

D. Landasan Teoritik

1. Hubungan Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri

Schneiders (1964) menjelaskan beberapa faktor internal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri, diantaranya unsur kepribadian. Unsur kepribadian antara lain kecerdasan emosi, trait , serta evaluasi diri inti atau *self coreevaluation* (Aspleimer,Mc Gill dalam Clara Dewi 2017). Evaluasi diri inti adalah penilaian mendasar tentang kompetensi dan kemampuan individu terhadap dirinya sendirinya, salah satunya adalah efikasi diri. Efikasi diri mempengaruhi keputusan seseorang tentang perilaku apa yang hendak dilakukan, seberapa banyak usaha dan ketekunan untuk menghadapi rintangan (Igbaria dan Livari, 1995 dalam Widyani dan Anak Agung 2017).

Penelitian dari Adelina Rahmawati (2015) yang meneliti hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada 114 santri baru Madrasah Takhassusiyah menemukan korelasi yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri. Artinya, peran efikasi diri memberikan sumbangan yang cukup efektif terhadap kemampuan penyesuaian diri pada santri baru. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Teguh Puji Raharjo (2007) pada 60 santri remaja pondok pesantren Daarul Hadist Alfaqhiyyah Malang. Dalam penelitian tersebut peneliti menemukan korelasi positif dan sangat signifikan antara efikasi diri

dengan penyesuaian sosial, yang artinya semakin tinggi efikasi diri santri maka semakin baik pula penyesuaian sosialnya.

2. Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri

Schneiders (1964) menjelaskan bahwa lingkungan merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian diri individu. Individu perlu lingkungan yang mendukung dan menerimanya ketika ia melakukan proses penyesuaian diri dengan lingkungan tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Eni Sufiyah Ningsih (2011) pada 105 santri Pesantren Assalam Surakarta menemukan bahwa terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima santri, maka semakin tinggi kemampuan penyesuaian diri santri tersebut, dan begitupula sebaliknya.

Hal ini sejalan dengan Penelitian dari Luthfil Hakim (2017) pada 45 orang santri Al Ishlah Semarang yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial pengurus pesantren dengan penyesuaian diri pada santri. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang di dapatkan santri dari pengurus pesantren, semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian dirinya, begitupun sebaliknya.

Hal ini sejalan dengan teori yang dinyatakan Baker dan Siryk (1984 dalam Muntabara Julia, dkk 2012) bahwa penting bagi pelajar untuk mendapatkan dukungan sebaya, dukungan keluarga, dan dukungan di lingkungan sekolah. Dukungan-dukungan tersebut menjadi penentu

penting dalam keputusan pelajar tersebut untuk bertahan di universitas pada tahun pertama mereka. Tao (2000) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah salah satu faktor penting dalam mengurangi stress dan kecemasan yang dirasakan pelajar dalam tahun pertama masa perkuliahan mereka.

3. Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri

Penelitian dari Mukhodatul Afidah (2017) pada 40 siswa baru SMA NU Model 1 Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Lamongan menemukan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial pada penyesuaian diri siswa baru. Artinya baik efikasi diri maupun dukungan sosial sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri siswa. Penelitian dari Ayu Nuzulia (2011) mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial pada penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan Darul Hadlonah Semarang. Penelitian tersebut menemukan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial memberikan kontribusi yang cukup efektif terhadap proses penyesuaian diri remaja. Baik remaja yang tinggal di panti asuhan maupun santri yang tinggal di pesantren memiliki kesamaan yakni mereka sama-sama tinggal di asrama dengan teman dan pengurus sehingga mereka perlu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dinyatakan bahwa telah ditemukan korelasi yang positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri. Telah ditemukan pula korelasi yang positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Dan telah ditemukan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial sama-sama berkontribusi memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri. Adapaun hipotesa penelitian adalah sebagai berikut:

D. Hipotesis Penelitian

1. Hipotesis Mayor

Terdapat Pengaruh antara Efikasi diri dan Dukungan sosial terhadap Penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang.

2. Hipotesis Minor

- a. Terdapat Hubungan antara Efikasi diri dengan Penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang.
- b. Terdapat Hubungan antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang menggunakan pendekatan dengan menekankan analisisnya pada data-data numerial (angka) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 1999). Mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dari hasilnya, lebih banyak menggunakan angka. Namun selain berupa angka, dalam penelitian kuantitatif juga ada data berupa informasi kualitatif (Arikunto, 2006)

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis korelasi yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya pengaruh antara variabel tergantung dengan variabel bebas, dan apabila ada pengaruh, berapa tingginya pengaruh serta berarti tidaknya pengaruh tersebut (Arikunto, 2006)

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Azwar (1999) menjelaskan bahwa dalam penelitian sosial atau psikologi, variabel penelitian adalah atribut atau sifat yang terdapat pada subyek penelitian yang dapat bervariasi secara kuantitatif maupun kualitatif.

Cooper dan Emory (dalam Anshori dan Iswati 2009) menjelaskan bahwa konsep atau konstruk pada teori dapat diubah menjadi variabel, dengan cara memusatkan pada aspek tertentu dari variabel itu sendiri.

Terdapat beberapa macam variabel, salah satunya adalah variabel bebas dan variabel bergantung. Apabila ada dua variabel yang saling berhubungan, sedangkan bentuk hubungannya adalah bahwa perubahan variabel yang satu mempengaruhi atau menyebabkan perubahan variabel lain, maka variabel yang mempengaruhi atau variabel penyebab tersebut merupakan variabel bebas (*independent variabel*). Sedangkan variabel yang dipengaruhi atau variabel yang disebabkan, merupakan variabel tidak bebas atau bergantung (*dependent variabel*).

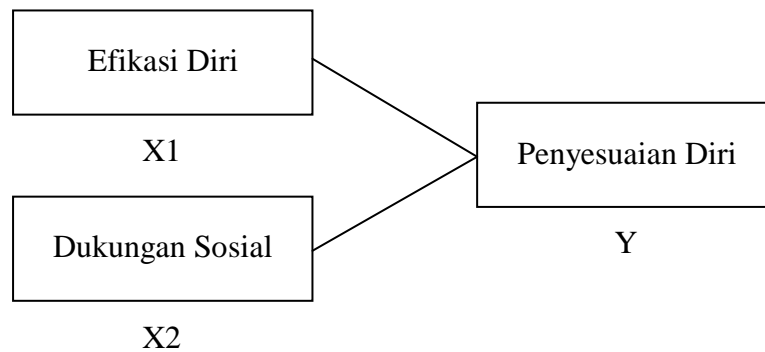
Azwar (1999) mengemukakan bahwa variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi variabel lain, yang pengaruhnya terhadap variabel lain ingin diketahui. Adapun variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah Efikasi diri dan Dukungan sosial. Sedangkan variabel tergantung ialah variabel yang diukur untuk mengetahui besarnya pengaruh dari variabel lain. Dalam penelitian ini, variabel tergantung adalah Penyesuaian diri.

Variabel Terikat (Y): Penyesuaian diri

Variabel Bebas (X1, X2): Efikasi diri dan Dukungan sosial.

Sehingga dalam penelitian ini terdapat tiga variabel, yaitu dua variabel bebas (X= Efikasi diri dan Dukungan sosial) dan satu variabel terikat (Y= Penyesuaian diri).

Gambar 1
Pengaruh antar Variabel



C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel-variabel yang dapat diamati. Hal ini bertujuan supaya variabel dalam penelitian tidak bersifat *ambiguous* atau memiliki makna ganda (Azwar, 1999). Berikut definisi operasional dari variabel dalam penelitian ini:

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, dengan cara mengubah diri dan mengatasi konflik agar tercapai hubungan harmonis antara dirinya dengan tuntutan lingkungannya. Adapun aspek-aspek penyesuaian diri antara lain: 1) Penyesuaian sosial 2) Penyesuaian akademik dan 3) Penyesuaian personal-emosi.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan keyakinan individu tentang kemampuannya dalam mengerjakan suatu tugas serta bagaimana ia mengarahkan dirinya

untuk mencapai hal tersebut dan mengatasi hambatan yang terjadi. Aspek-aspek efikasi diri antara lain : 1) *Level* yang berkaitan dengan tingkat kesulitan suatu tugas 2) *Strenght* yang berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan individu mengenai kemampuannya 3) *Generality*, yang berkaitan dengan penguasaan individu terhadap bidang atau tugas pekerjaan.

3. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan bantuan nyata yang didapatkan individu dari hubungan sosialnya dengan orang sekitar, sehingga individu tersebut merasa diperhatikan dan di hargai. Aspek-aspek dukungan sosial antara lain a) *Apparsial or confidant support* b) *Tangible or instrument support* c) *Belonging or companionship support* d) *Self esteem or emotional support*.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi merupakan sekelompok orang, kejadian atau segala sesuatu yang memiliki karakteristik tertentu. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (Anshori dan Iswati 2009). Adapun dalam penelitian ini, populasi berjumlah 98 orang, yakni keseluruhan santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Latifiyyah I Tambak Beras Jombang.

Sementara sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteritik yang dimiliki oleh populasi. Sebab bila populasi besar, dan tidak memungkinkan

bagi peneliti untuk mempelajari semua yang ada pada populasi, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Sampel harus bersifat representatif (mampu mewakili) dari populasi (Anshori dan Iswati, 2009).

Sampel yang diambil meliputi santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang yang berkisar antara usia 15-16 tahun. Jumlah keseluruhan santri tahun pertama adalah 98 orang. Dengan demikian sampel yang diambil berkisar antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. Penelitian ini mengambil sampel 50% dari jumlah populasi. Sehingga sampel penelitian berjumlah 49 santri. Akan tetapi saat skala telah dibagikan kepada 49 responden penelitian, hanya 41 skala yang kembali sehingga hanya 41 responden saja yang dianalisis.

Adapun dalam penelitian ini, teknik sampling yang digunakan adalah teknik *random sampling*. *Random sampling* adalah tiap unit atau individu populasi memiliki kesempatan (probabilitas) yang sama untuk menjadi sampel. Pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen (Sugiyono, 2009, dalam Humaida 2017).

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala pengukuran

Skala pengukuran mewakili atribut yang dimiliki variabel, dimana dalam penelitian ini menggunakan skala nominal yaitu berupa rentangan angka yang berfungsi untuk menunjukkan katagori secara terpisah (deskrit).

Skala sikap menggunakan lima alternatif perjenjangan dari kondisi yang sangat *favorable* (sangat mendukung) hingga yang *unfavorable* (sangat tidak mendukung). *Favorable* terdiri dari empat kataogori yaitu : Sangat setuju (SS) dengan nilai 4, Setuju (S) dengan nilai 3, Tidak setuju (TS) dengan nilai 2 dan Sangat tidak setuju (STS) dengan nilai 1. Adapun *unfavourable* juga terdiri dari empat katagori yaitu : Sangat setuju (SS) dengan nilai 1, Setuju (S) dengan nilai 2, Tidak setuju (TS) dengan nilai 3, dan Sangat tidak setuju (STS) dengan nilai 4.

2. Wawancara

Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara bebas terpimpin. Dalam wawancara bebas terpimpin pewawancara tetap menggunakan daftar pertanyaan sebagai acuan selama *interview* berlangsung namun dalam perkembangannya bisa mengajukan pertanyaan lain sesuai dengan respon orang yang diwawancarai. Penelitian ini melakukan tiga kali wawancara yakni pada tanggal 16 Agustus 2019, tanggal 22 Agustus 2019 dan tanggal 1 September 2019. Penggunaan wawancara dalam penelitian ini adalah untuk menggali data awal dan menangkap permasalahan di lapangan. Wawancara dilakukan dengan

ketua pesantren, pengurus pesantren dan santri pesantren Latiyyah 1 Jombang.

Penelitian ini mengukur tiga variabel yaitu dengan menggunakan skala penyesuaian diri, skala efikasi diri dan skala dukungan sosial. Adapun blueprint dari ketiga skala tersebut dijelaskan di bawah ini:

a. Skala Penyesuaian Diri

Untuk mengukur variabel penyesuaian diri peneliti menggunakan skala yang dikembangkan dari teori Baker dan Synk (1985) dengan aspek penyesuaian sosial, penyesuaian akademik dan penyesuaian sosial-emosi. Adapun *blueprint* skala Penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1
Skala Penyesuaian Diri

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1.	Penyesuaian sosial	Keterlibatan dalam partisipasi sosial	1,3	6	3
		Kemampuan memahami orang lain	7	4,9	3
		Keterbukaan dalam mengenal lingkungan	2	11	2
		Keakraban dalam pergaulan	12	5,10	3
2.	Penyesuaian akademik	Menerima perubahan dalam belajar	16,17	20	3
		Mampu menyelesaikan tugas	13	14,	2
		Motivasi	15,18	21	3
		Bisa menentukan prioritas	19,22		2

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
3.	Penyesuaian personal-emosi	Menyadari dan menerima kelebihan dan kekurangan diri	23,25,26		3
		Kemampuan bertindak objektif sesuai kemampuan diri	28	30	2
		Kemantapan emosi	8, 24,29	27	4
	Total				30

b. Skala Efikasi Diri

Skala yang digunakan untuk mengukur variabel efikasi diri adalah skala yang diadaptasi dari *general self efficacy scale* yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995). *General self efficacy scale* dirumuskan untuk memprediksi dan mengungkapkan bagaimana individu beradaptasi ketika menghadapi situasi-situasi yang sulit. *General self efficacy scale* berpacu pada teori efikasi diri dari Albert Bandura dengan aspek 1) *Level* 2) *Strenght* dan 3) *Generality*. Awalnya, *General self efficacy scale* (GSE) berisi 10 item pertanyaan dan telah digunakan pada penelitian di 23 negara. Namun peneliti menyusun kembali item-item pertanyaan agar sesuai dengan kebutuhan peneliti. Adapun *blueprint* skala Efikasi diri adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2
Skala Efikasi Diri

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1.	<i>Level</i>	Keyakinan untuk mampu menyelesaikan tugas yang sulit	1,6	7	3
		Keyakinan untuk mampu menyelesaikan tugas	2,4,8	12	4
		Mengetahui kemampuan diri	3, 9	5	3
					10
2.	<i>Strenght</i>	Yakin pada kemampuan diri	10, 14,22	16	4
		Mampu mempertahankan prilaku/ berkomitmen	11,17	18	3
		Kegigihan dalam menghadapi rintangan	15,20	13	3
					10
3.	<i>Generality</i>	Mampu menemukan solusi dari masalah dengan mengambil pelajaran pada masalah sebelumnya	21, 26	25	3
		Mampu menyikapi berbagai situasi dengan baik	19, 28, 30	29	4
		Punya wawasan yang luas	23,24,27		3
					10
	Total				30

c. Skala Dukungan Sosial

Untuk mengukur variabel dukungan sosial, skala yang disusun mengacu pada teori yang di jabarkan oleh Cohen dan Wilis (1985)

dengan aspek 1) *Emotional support* 2) *Belonging or companionship support* 3) *Instrumental support* 4) *Apparsial support* dan 5) *Self esteem support*. Sedangkan aspek sumber dukungan sosial adalah 1) Orangtua 2) Teman 3) Pengurus pesantren. Adapun *blueprint* skala Dukungan sosial adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3
Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1.	<i>Emotional support</i>	Perhatian	1,2		2
		Empati	3,4		2
		Peduli	9	8	2
					6
2.	<i>Belonging or companionship support</i>	Partisipasi	12,13,15		3
		Kebersamaan	5,7,16	14	4
					7
3.	<i>Instrumental support</i>	Materi	11,17	20	3
		Non Materi	18,19		2
					5
4.	<i>Apparsial Support</i>	Memberi nasehat	10,21,24		3
		Menyelesaikan masalah	22,23	6	3
					6
5.	<i>Self esteem support</i>	Dihargai	25,28	27,	3
		Dinilai secara positif	29,30	26	3
					6
	Total				30

F. Validitas dan Reliabilitas Isi

Azwar (2010) menyatakan bahwa tingkat kepercayaan dapat diberikan pada kesimpulan penelitian tergantung pada akurasi dan kecermatan yang diperoleh, berdasarkan pada validitas dan reliabilitas alat ukurnya.

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana ketepatan dan kecermatan alat ukur dapat melakukan fungsinya (Azwar, 2007).

Validitas merupakan ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan suatu instrumen. Instrumen yang valid memiliki validitas yang tinggi, sedangkan instrumen yang kurang valid memiliki validitas yang rendah. Terdapat beberapa jenis validitas, antara lain yaitu 1) Validitas isi 2) Validitas predektif dan 3) Validitas konstruk.

Dalam penelitian ini, uji validitas yang digunakan adalah uji validitas isi atau konten. Menurut Azwar (2011), validitas isi merupakan validitas yang diukur melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau pendapat dari ahli (*expert judgements*). Hal ini dilakukan setelah alat ukur / instrumen disusun sesuai dengan kisi-kisi instrumen berdasarkan teori tertentu, dan selanjutnya dikonsultasikan kepada ahli. Pada penelitian ini, *expert judgements* yang dimaksud yaitu dari lulusan S2 Psikologi.

2. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability*, yaitu *rely* dan *ability* yang berarti kepercayaan, keterandalan, keajegan, konsisten dan sebagainya. (Azwar, 2007) Instrumen yang *reliable* secara konsisten memberi hasil ukuran yang sama. Di samping itu, reliabilitas merupakan syarat bagi validitas alat ukur. Tes yang tidak *reliable* dengan sendirinya tidak valid. (Nasution, 2006)

Reliabilitas instrumen penelitian merupakan sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas berada dalam rentang angka 0 sampai dengan angka 1. Semakin mendekati angka 1, berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, semakin mendekati angka 0 berarti semakin rendah pula reliabilitasnya. Suatu alat ukur dinyatakan *reliable* jika nilai *cronbach alpha* > 0.60 (Azwar, 2007).

G. Metode Analisis Data

Metode analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik. Tujuan dari analisis statistik ialah memberikan interpretasi mengenai data atau menarik kesimpulan dari data yang diperoleh. Analisis data kuantitatif umumnya menggunakan komputer dengan *SPSS for windows* versi 16. Adapun langkah-langkah analisis data ialah sebagai berikut:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat sebaran data yang diperoleh dari penelitian, apakah data berdistribusi normal atau tidak.

Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak, dilakukan uji normalitas *One Sample Shapiro–Wilk* dengan bantuan *software* SPSS. Peneliti menggunakan metode *One Sample Shapiro–Wilk* dikarenakan responden yang diuji berjumlah kurang dari 50 orang. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila signifikansi $p > 0.05$.

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas digunakan untuk melihat apakah data berpengaruh secara linear, karena data yang berpengaruh secara linear adalah syarat agar data dapat diolah menggunakan analisis linear berganda. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan *test for linearity* dengan bantuan *software* SPSS 16.0 for Windows. Jika nilai signifikansi < dari 0,05 maka kesimpulannya adalah terdapat pengaruh linear antar variabel.

2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk menilai karakteristik dari data, yang hasilnya berupa nilai *mean*, standar deviasi pada tiap masing-masing variabel, dan selanjutnya hasil tersebut digunakan untuk membuat grafik dan tabel. Berikut langkah-langkah yang dilakukan untuk mencari katagorisasi:

a. Mencari *Mean*

Langkah pertama adalah dengan dilakukan perhitungan mean hipotetik (μ) dengan rumus berikut:

$$\mu = \frac{1}{2}(i_{\max} + i_{\min})$$

b. Mencari Standar Deviasi

Langkah selanjutnya adalah dengan dilakukan penghitungan standar deviasi hipotetik (σ) dengan rumus berikut:

$$\Sigma = \frac{1}{6}(X_{\max} - X_{\min})$$

Adapun skor maksimal diperoleh dari skor tertinggi yang dapat dicapai oleh subyek kemudian dikalikan dengan jumlah item. Adapun skor minimal diperoleh dari skor terendah yang dicapai oleh subyek yang kemudian dikalikan dengan jumlah item.

c. Mencari Katagorisasi

Setelah hasil perhitungan dari batas katagori skor ditemukan, yakni dengan menghitung hasil mean dan standar deviasi dengan menggunakan rumus yang ditentukan, maka selanjutnya dilakukan pengkatagorian data menjadi tiga rentang katagorisasi, yakni tinggi, sedang dan rendah. Norma katagorisasi yang digunakan dijabarkan pada tabel berikut:

Tabel 3.4
Norma Kategorisasi

Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (\mu + 1.\sigma)$
Sedang	$(\mu - 1.\sigma) \leq X (\mu + 1.\sigma)$
Rendah	$X < (\mu - 1.\sigma)$

3. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda. Teknik analisis regresi berganda (*multiple regression analysis*) adalah regresi dimana variabel terikatnya (Y) dihubungkan dengan lebih dari satu variabel bebas (X1, X2..). Hasil dari analisis regresi berganda diperoleh beberapa informasi, yakni pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dan presentase besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

4. Uji Analisis Pembentuk Utama Aspek

Uji analisis pembentuk utama per-aspek digunakan untuk mengetahui aspek yang dominan pada variabel penelitian dan untuk mengetahui berapa besarnya sumbangan aspek pada setiap variabel. Untuk mengetahui seberapa besar sumbangan aspek dari variabel, digunakan rumus berikut :

$$SE_{x1} : bx1. \frac{\text{Cross production. } R^2}{\text{Regression}} 100\%$$

Untuk menggunakan rumus di atas, peneliti terlebih dahulu melakukan uji korelasi *product moment* dan uji analisis regresi berganda (*multiple analysis regression*) terhadap variabel penelitian dengan bantuan *software SPSS 16 for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

1. Profil Pondok Pesantren Putri Latifiyyah I Tambak Beras Jombang

Pondok Pesantren Putri Latifiyyah I merupakan salah satu pesantren yang berada dalam naungan yayasan pesantren Bahrul Ulum Jombang. Pesantren ini terletak di Dusun Tambak beras, Desa Tambak Rejo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Jawa timur, tepatnya + 3 km sebelah utara kabupaten Jombang.

Pesantren Latifiyyah 1 adalah pesantren putri yang pertama kali didirikan oleh yayasan Pesantren Bahrul Ulum Jombang. Materi pelajaran diniyyah yang diajarkan di pesantren Latifiyyah 1 meliputi Al Qur'an, Hadist, Fiqih, Tajwid, Akhlaq dan lain sebagainya. Selain pelajaran diniyyah, Pesantren Latifiyyah juga memberikan kegiatan ekstrakurikuler kepada santri-santrinya antara lain pelatihan kepemimpinan, kepenulisan, bina guru TPQ, serta kursus bahasa Arab dan Inggris yang diselenggarakan sore hari.

Adapun sarana pendukung untuk menunjang keseharian santri antara lain mushola, koperasi, sarana olahraga, supermarket, bank mini, kantin, aula serta gedung serbaguna.

2. Visi dan Misi Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang.

Terwujudnya santri yang memiliki keimanan, ketaqwaan, pengetahuan, ketrampilan dan kemandirian.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan di pesantren putri Latifiyyah 1 Yayasan Bahrul Ulum Tambak Beras Jombang. Subyek penelitian sebanyak 41 santri kelas X Madrasah Aliyah (MA). Penelitian mulai dilakukan pada tanggal 22 Agustus 2019 di mana peneliti terlebih dahulu mewawancarai pengurus pesantren dan beberapa santriwatri untuk pengambilan data awal. Kemudian pada tanggal 1 September peneliti kembali melakukan wawancara dengan ketua pesantren. Selanjutnya pada tanggal 25 November peneliti menyebar skala penelitian secara *random* kepada seluruh santriwantri kelas satu Madrasah Aliyah pada pukul 13.00 setelah mereka pulang sekolah.

C. Hasil Penelitian Lapangan

1. Hasil Uji Validitas

Dalam penelitian ini, uji validitas yang digunakan adalah uji validitas isi atau konten. Setelah alat ukur / instrument disusun sesuai dengan kisi-kisi instrumen berdasarkan teori tertentu, selanjutnya instrument tersebut dikonsultasikan kepada ahli. Pada penelitian ini, *expert judgements* yang dimaksud yaitu dari lulusan S2 Psikologi.

Langkah selanjutnya peneliti melakukan uji validitas skala dengan menggunakan rumus *correlation bivariate* dengan bantuan *SPSS 16.0 for Windows*. Standar untuk menentukan validitas yaitu item dinyatakan valid apabila memiliki koefisien korelasi $r \geq 0.30$. Adapun hasil uji validitas tiga skala penelitian, yaitu skala penyesuaian diri, skala efikasi diri dan skala dukungan sosial dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.1
Validitas Skala Penyesuaian diri

No.	Aspek	No. Item Valid	No. Item Gugur	Jumlah Item Valid
1.	Penyesuaian sosial	1,2,3,5,6,7,10,11	4,8,9,12	8
2.	Penyesuaian akademik	13, 15, 16, 17, 19,20,21,22	14, 18	8
3.	Penyesuaian personal	23, 25,26,27, 29,30	24, 28	6
Jumlah				22

Setelah dilakukan uji validitas skala penyesuaian diri sebanyak 30 item, didapatkan hasil berupa 22 item valid dan 8 item tidak valid dengan nilai koefisiensi $r \geq 0.30$.

Tabel 4.2
Validitas Skala Efikasi diri

No.	Aspek	No. Item Valid	No. Item Gugur	Jumlah Item Valid
1.	<i>Level</i>	1,2,3,4,5,6,7,8,9	0	9
2.	<i>Strength</i>	10,11,12,13,14,16,18, 19,20	15,17	9
3.	<i>Generality</i>	21,22,23,24,25,26, 27,30	28,29	8
Jumlah				26

Setelah dilakukan uji validitas skala efikasi diri sebanyak 30 item, didapatkan hasil berupa 26 item valid dan 4 item tidak valid dengan nilai koefisiensi $r \geq 0.30$.

Tabel 4.3
Validitas Skala Dukungan Sosial

No.	Aspek	No. Item Valid	No. Item Gugur	Jumlah Item Valid
1.	<i>Emotional support</i>	1,2,3,4,6,8,9	7	7
2.	<i>Belonging or companionship support</i>	5,10,13,14,15,16	12	6
3.	<i>Instrumental support</i>	11,17,20	18,19	3
4.	<i>Apparsial support</i>	22,23,24	21	3
5.	<i>Self esteem support</i>	25,26,27,29	28,30	4
Jumlah				23

Setelah dilakukan uji validitas skala dukungan sosial sebanyak 30 item, didapatkan hasil berupa 23 item valid dan 7 item tidak valid dengan nilai koefisiensi $r \geq 0.30$.

2. Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *cronbach alpha* dengan bantuan *SPSS 16.0 forWindows*. Hasil uji reliabilitas dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 4.4
Uji Reliabilitas

Variabel	Jumlah Aitem Awal	Jumlah Aitem Valid	Alpha Cronbach	Keterangan
Penyesuaian diri	30	22	0.839	Reliabel
Efikasi diri	30	26	0.913	Reliabel
Dukungan sosial	30	23	0.857	Reliabel

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa skala penyesuaian diri, skala efikasi diri dan skala dukungan sosial memiliki koefisien *cronbach alpha* di atas 0.60. Hal ini menunjukkan bahwa ketiga alat ukur tersebut dinilai *reliable* untuk mengukur masing-masing variabel .

3. Katagorisasi

Setelah dilakukan perhitungan nilai *mean* dan standar deviasi, ditemukan nilai skor untuk menentukan batas katagorisasi. Berikut penjabarannya:

Tabel 4.5
Kategorisasi Data Skor Hipotetik

Variabel	Min Item	Max Item	Deviasi standar hipotetik (σ)	Rerata Hipotetik (μ)	Mean	Std.
Penyesuaian diri	87	120	5,5	103	96.34	6.862
Efikasi diri	85	120	5,88	102	96.20	8.213
Dukungan sosial	66	94	4,66	80	80.98	6.836

Berdasarkan data diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Skala penyesuaian diri memiliki skor item terendah sebesar 87 dan skor item tertinggi sebesar 120. Selain itu didapat pula nilai mean hipotetik sebesar 103 dan standar deviasi hipotetik sebesar 5,5.
- b. Skala efikasi diri iliki skor item terendah sebesar 85 dan skor item tertinggi sebesar 120. Selain itu didapat pula nilai mean hipotetik sebesar 102 dan standar deviasi hipotetik sebesar 5,88
- c. Skala penyesuaian diri memiliki skor item terendah sebesar 66 dan skor item tertinggi sebesar 94. Selain itu didapat pula nilai mean hipotetik sebesar 80 dan standar deviasi hipotetik sebesar 4,66.

Setelah hasil perhitungan batas katagori skor ditemukan, maka dilakukan pengkatagorian data menjadi tiga rentang katagorisasi, yakni tinggi, sedang dan rendah. Adapun penjabaran masing-masing katagorisasi pada setiap variabel adalah sebagai berikut:

- a. Tingkat Penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang

Tabel 4.6
Tingkat Penyesuaian diri santri kelas X

Variabel	Mean	Std. Deviasi	N
Penyesuaian diri	96.34	6.862	41

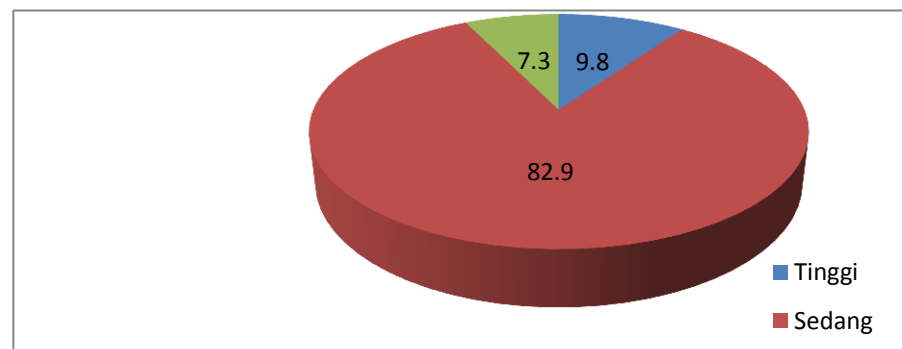
Nilai	Katagorisasi	Jumlah	Presentase
$X > 103$	Tinggi	4	9,8%
$89 < X < 103$	Sedang	34	82,9%
$X < 89$	Rendah	3	7,3%
Total		41	

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 41 responden yang diteliti, sebanyak 4 responden berada pada katagori tinggi dengan jumlah presentase sebesar 9,8% dan tiga responden lainnya berada pada katagori rendah dengan presentase sebesar 7,3%. Adapun sisanya yakni 34 responden berada pada katagori sedang dengan presentase sebesar 82,9%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian responden berada pada katagori sedang dan hanya beberapa responden yang berada pada katagori tinggi dan katagori rendah.

Untuk lebih jelas mengenai prosentase penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang, dapat dilihat dari diagram dibawah ini.

Gambar 4.1

Tingkat Penyesuaian Diri Santri Kelas X



Tabel 4.7

Aspek Pembentuk Utama Penyesuaian Diri

Variabel	Aspek	Nilai
Penyesuaian diri	Penyesuaian sosial	0,231
	Penyesuaian akademik	0,067
	Penyesuaian emosi	0,083

Analisis aspek pembentuk utama digunakan untuk mengetahui besarnya sumbangan aspek pada setiap variabel yang diteliti. Setelah dilakukan analisis dan perhitungan, didapatkan hasil bahwa nilai aspek penyesuaian sosial sebesar 0,231, nilai aspek penyesuaian akademik sebesar 0,067, dan nilai aspek penyesuaian personal-emosi sebesar 0,083. Berdasarkan hasil berikut, dapat diketahui bahwa aspek yang paling dominan dalam penyesuaian diri adalah aspek penyesuaian sosial dengan nilai sebesar 0,231, kemudian diikuti oleh aspek penyesuaian personal-emosi dengan nilai sebesar 0,083 dan selanjutnya disusul oleh aspek penyesuaian akademik dengan nilai sebesar 0,067.

- b. Tingkat Efikasi diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

Tabel 4.8

Tingkat Efikasi Diri Santri Kelas X

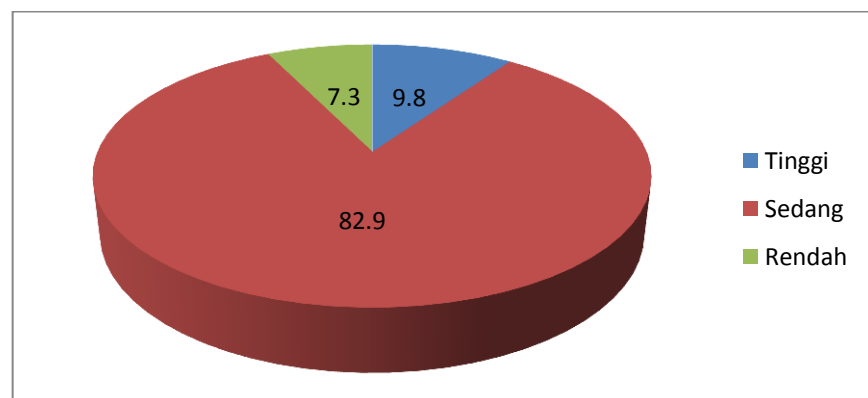
Variabel	Mean	Std. Deviasi	N
Efikasi diri	96.20	8.213	41

Nilai	Katagorisasi	Jumlah	Presentase
$X > 104$	Tinggi	5	12,2%
$88 < X < 104$	Sedang	30	73,2%
$X < 88$	Rendah	6	14,6%
Total		41	

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 41 responden yang diteliti, sebanyak 5 responden berada pada katagori tinggi dengan jumlah presentase sebesar 12,2 % dan 6 responden lainnya berada pada katagori rendah dengan presentase sebesar 14,6%. Adapun sisanya yakni 34 responden berada pada katagori sedang dengan presentase sebesar 73,2%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian responden berada pada katagori sedang dan hanya beberapa responden yang berada pada katagori tinggi dan katagori rendah. Untuk lebih jelas mengenai prosentase efikasi diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang, dapat dilihat dari diagram dibawah ini.

Gambar 4.2

Tingkat Efikasi diri santri kelas x



Tabel 4.9

Aspek Pembentuk Utama Efikasi Diri

Variabel	Aspek	Nilai
Efikasi diri	<i>Level</i>	0,280
	<i>Strenght</i>	0,083
	<i>Generality</i>	0,000

Analisis aspek pembentuk utama digunakan untuk mengetahui besarnya sumbangan aspek pada setiap variabel yang diteliti. Setelah dilakukan analisis dan perhitungan, didapatkan hasil bahwa nilai aspek *level* sebesar 0,280, nilai aspek *strength* sebesar 0,083 dan nilai aspek *generality* sebesar 0,000.

Berdasarkan hasil berikut, dapat diketahui bahwa aspek yang paling dominan dalam efikasi diri adalah aspek *level* dengan nilai sebesar 0,280, kemudian diikuti oleh aspek *strength* dengan nilai sebesar 0,083 dan selanjutnya disusul oleh aspek *generality* dengan nilai sebesar 0,000.

- c. Tingkat Dukungan sosial santri kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

Tabel 4.10

Tingkat Dukungan sosial santri kelas X

Variabel	Mean	Std. Deviasi	N
Dukungan sosial	80.98	6.836	41

Nilai	Katagorisasi	Jumlah	Presentase
$X > 88$	Tinggi	6	14,6%
$74 < X < 88$	Sedang	30	73,2%
$X < 74$	Rendah	5	12,2%
Total		41	

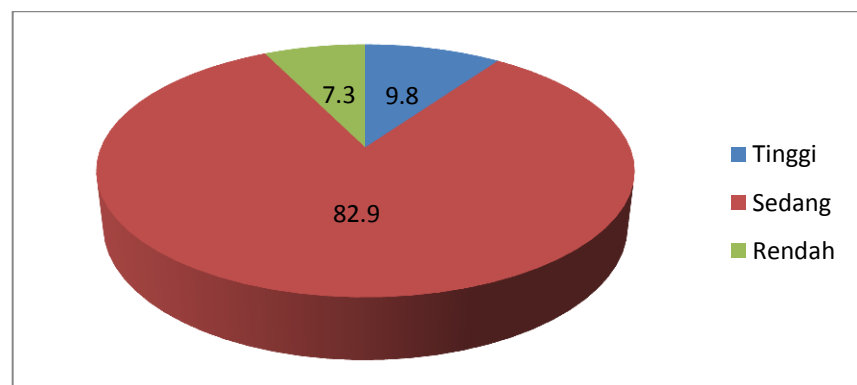
Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 41 responden yang diteliti, sebanyak 6 responden berada pada katagori tinggi dengan

jumlah presentase sebesar 14,6% dan 5 responden lainnya berada pada katagori rendah dengan presentase sebesar 12,2%. Adapun sisanya yakni 34 responden berada pada katagori sedang dengan presentase sebesar 73,2%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian responden berada pada katagori sedang dan hanya beberapa responden yang berada pada katagori tinggi dan katagori rendah.

Untuk lebih jelas mengenai prosentase dukungan sosial santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang, dapat dilihat dari diagram dibawah ini.

Gambar 4.3

Tingkat Dukungan sosial santri kelas X



Tabel 4.11

Aspek Pembentuk Utama Penyesuaian diri

Variabel	Aspek	Nilai
Dukungan Sosial	<i>Emotional support</i>	0,172
	<i>Belonging support</i>	0,011
	<i>Instrumental support</i>	0,041
	<i>Apparsial support</i>	0,029
	<i>Self esteem support</i>	0,014

Analisis aspek pembentuk utama digunakan untuk mengetahui besarnya sumbangan aspek pada setiap variabel yang diteliti. Setelah dilakukan analisis dan perhitungan, didapatkan hasil bahwa nilai aspek *Emotional support* sebesar 0,172, nilai aspek *Belonging support* sebesar 0,011, nilai aspek *Instrumental support* sebesar 0,041, nilai aspek *Apparsial support* sebesar 0,029, dan terakhir nilai *Self esteem support* sebesar 0,014.

Berdasarkan hasil berikut, dapat diketahui bahwa aspek yang paling dominan dalam dukungan sosial adalah aspek *Emotional support* dengan nilai sebesar 0,172, kemudian diikuti oleh aspek *Instrumental support* dengan nilai sebesar 0,041 dan selanjutnya disusul oleh aspek *Apparsial support* dengan nilai sebesar 0,029, lalu di susul oleh aspek *Self esteem support* dengan nilai sebesar 0,014 dan terakhir adalah aspek *Belonging support* dengan nilai sebesar 0,011.

Adapun hasil penelitian mengenai aspek sumber dukungan sosial, dapat dilihat dalam tabel di bawah ini :

Tabel 4.12

Sumber Dukungan Sosial

Bentuk dukungan	Jumlah nilai	Presentase
Dukungan Teman	652	45,2%
Dukungan Teman	751	52,0%
Dukungan Pengurus Pesantren	39	2,7%

4. Hasil Uji Asumsi

a. Hasil Uji Normalitas

Hasil Uji Normalitas dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4.13

Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

Variabel	Signifikansi	Status
Penyesuaian Diri	0.006	Tidak Normal
Efikasi Diri	0.027	Tidak Normal
Dukungan Sosial	0.661	Normal

Berdasarkan hasil tabel uji normalitas tersebut, dapat diketahui bahwa variabel dukungan sosial memiliki signifikansi >0.05 , yaitu 0.661. Sehingga dapat dikatakan bahwa variabel dukungan sosial berdistribusi normal. Sedangkan pada variabel penyesuaian diri dan variabel efikasi diri memiliki skor di bawah 0.05, yakni pada variabel penyesuaian diri sebesar 0.006 dan variabel efikasi diri sebesar 0,027. Sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut berdistribusi tidak normal.

b. Hasil Uji Linearitas

Berikut hasil uji linearitas :

Tabel 4.14

Hasil Uji Linearitas

Variabel	Efikasi diri	Dukungan sosial
Penyesuaian diri	0.088	0.543
Korelasi	Linier	Linier

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa variabel penyesuaian diri dengan variabel efikasi diri memiliki linearitas sebesar 0.088, dan variabel penyesuaian diri dengan variabel dukungan sosial memiliki linearitas sebesar 0.543, sehingga kedua hubungan variabel tersebut memiliki signifikansi *deviation from linearity* > 0.05. Maka dapat disimpulkan bahwa kedua hubungan variabel yaitu penyesuaian diri dengan efikasi diri dan penyesuaian diri dengan dukungan sosial memiliki hubungan yang linier.

5. Hasil Uji Hipotesis

a. Hasil Uji Hipotesis Mayor

Uji hipotesis bertujuan untuk memutuskan apakah hipotesis penelitian diterima atau tidak. Pengujian hipotesis dilakukan untuk membuktikan apakah terdapat hubungan yang signifikan atau tidak antara variabel terikat, yang dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri, dengan dua variabel bebas, yang dalam penelitian ini adalah efikasi diri dan dukungan sosial. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi berganda dengan bantuan *SPSS 16.0 for Windows*. Adapun hasil analisis hipotesis mayor yang menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan efikasi diri dan dukungan sosial dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 4.15**Uji Hipotesis Mayor**

Dependent Variabel	Predictors	F	Signifikansi
Penyesuaian diri	Efikasi diri	34.994	0.000
	Dukungan sosial		

Hipotesis mayor dalam penelitian ini memprediksikan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X di pondok pesantren putri Latifiyyah 1 Jombang. Hipotesis ini sejalan dengan hasil uji regresi berganda pada tabel diatas, yang menunjukkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian diri, sebab nilai F adalah 34.994 yang berarti lebih besar dari 0.05.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat diketahui bahwa efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X di pondok pesantren putri Latifiyyah 1 Jombang. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor penelitian diterima, yaitu terdapat pengaruh antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Adapun presentase pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.16***Tabel R Square***

<i>Dependent Variabel</i>	<i>Predictors</i>	<i>R square</i>
Penyesuaian diri	Efikasi diri	0,648
	Dukungan sosial	

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil bahwa variabel efikasi diri dan dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar ($R = 0,648$) atau dengan kata lain 64,8% terhadap variabel penyesuaian diri. Sementara sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

b. Hipotesis Minor

Terdapat dua hipotesis minor dalam penelitian ini, yaitu adanya pengaruh positif antara variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri, dan pengaruh positif antara variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi berganda dengan *software* SPSS 16.0 for Windows. Adapun hasil dari analisis dijabarkan dalam tabel berikut:

Tabel 4.17**Uji Analisis Regresi Berganda**

<i>Dependent Variabel</i>	<i>Predictors</i>	Beta	Sig	Pengaruh
Penyesuaian diri	Efikasi diri	0,672	0,000	64%
	Dukungan sosial	0,020	0,839	0,8%

Variabel X1 (Efikasi diri) pada penelitian ini memberikan kontribusi yang lebih tinggi ($\text{Beta}=0,672$) dibandingkan dengan variabel X2 (dukungan sosial) ($\text{Beta}=0,020$). Efikasi diri mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 64% dan dukungan sosial mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 0,8%. Sehingga dapat dikatakan bahwa secara parsial efikasi diri memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri sedangkan dukungan sosial tidak memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis minor mengenai pengaruh antara variabel X1 (Efikasi diri) dan variabel Y (Penyesuaian diri) diterima sedangkan hipotesis minor mengenai pengaruh antara variabel X2 (Dukungan sosial) dengan variabel Y (Penyesuaian diri) tidak diterima.

D. Pembahasan

1. Tingkat Penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, dapat diketahui bahwa dari 41 responden yang diteliti, sebanyak 4 responden berada pada katagori tinggi, sementara 3 responden lainnya berada pada katagori rendah dan sisanya, yakni 34 responden berada pada katagori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pesantren Latifiyyah 1 memiliki penyesuaian diri yang cukup baik. Wilis (dalam Adelia Rahmawati 2015) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan seseorang untuk hidup dan

bergaul secara wajar dengan lingkungan baru sehingga ia merasa puas terhadap diri dan lingkungannya. Penyesuaian diri dilakukan untuk melepaskan diri dari hambatan-hambatan dan ketidakenakan yang ditimbulkan sehingga individu akan mendapatkan suatu keseimbangan psikis. Setiap santri perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dengan baik.

Sementara berdasarkan hasil analisis aspek penyesuaian diri, diperoleh bahwa aspek yang paling dominan dalam perilaku penyesuaian diri adalah penyesuaian sosial. Aspek penyesuaian sosial antara lain adalah berpartisipasi dalam kegiatan sosial, kemampuan memahami orang lain, keterbukaan untuk mengenali lingkungan serta keakraban dalam pergaulan. Kemudian disusul oleh aspek penyesuaian personal-emosi. Aspek penyesuaian personal- emosi berkaitan dengan penerimaan terhadap kelebihan dan kekurangan diri, kemampuan untuk bertindak obyektif sesuai dengan kemampuan diri serta kemantapan emosi. Selanjutnya disusul oleh aspek penyesuaian akademik. Aspek penyesuaian akademik berkaitan dengan kemampuan untuk menerima perubahan dalam belajar, mampu menyelesaikan tugas, bisa termotivasi dan mampu menentukan prioritas.

Penelitian dari Meding Edie Gunarta (2015) mengenai konsep diri, dukungan sosial dan penyesuaian sosial mahasiswa pendatang baru di Bali, menyatakan bahwa penyesuaian sosial memegang peranan penting dalam proses belajar mahasiswa pendatang baru. Apabila mahasiswa baru mudah melakukan proses penyesuaian sosial terhadap lingkungannya,

maka mereka akan lebih dapat *survive* dalam menjalani aktivitas sehari-hari, yang kemudian hal ini dapat membuat proses kuliah mereka berjalan dengan baik.

2. Tingkat Efikasi diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, dapat diketahui bahwa dari 41 responden yang diteliti, sebanyak 5 responden berada pada katagori tinggi, sementara 6 responden lainnya berada pada katagori rendah dan sisanya, yakni 30 responden berada pada katagori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pesantren Latifiyyah 1 memiliki efikasi diri yang cukup baik.

Adapun berdasarkan hasil analisis aspek efikasi diri, diperoleh bahwa aspek yang paling dominan dalam efikasi diri adalah *level*. Aspek *level* berkaitan dengan keyakinan untuk mampu menyelesaikan suatu tugas, termasuk tugas yang sulit, serta menyadari kemampuan diri sendiri. Kemudian disusul oleh aspek *strength*. Aspek *strength* berhubungan dengan keyakinan akan kemampuan diri, kemampuan untuk mempertahankan perilaku agar bisa mencapai tujuan yang diharapkan, serta kegigihan dalam menghadapi rintangan. Selanjutnya disusul oleh aspek *generality*. Aspek *generality* berkaitan dengan kemampuan individu untuk menemukan solusi dari suatu masalah dengan mengambil pelajaran dari masalah sebelumnya, mampu menyikapi berbagai situasi dengan baik dan

memiliki wawasan yang luas. Pada aspek *generality*, karena nilai signifikan lebih rendah dari 0,05 dapat diartikan bahwa aspek *generality* tidak memiliki pengaruh terhadap efikasi diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

3. Tingkat Dukungan sosial santri kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, dapat diketahui bahwa dari 41 responden yang diteliti, sebanyak 6 responden berada pada katagori tinggi, sementara 5 responden lainnya berada pada katagori rendah dan sisanya, yakni 30 responden berada pada katagori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pesantren Latifiyyah 1 memiliki dukungan sosial dari lingkungannya yang cukup baik.

Sementara berdasarkan hasil analisis aspek dukungan sosial, diperoleh bahwa aspek yang paling dominan dalam dukungan sosial adalah *emotional support*. Aspek *emotional support* berkaitan dengan perasaan empati, kepedulian dan perhatian yang diberikan kepada individu dari orang-orang disekelilingnya. Kemudian disusul oleh aspek *Instrumental support*. Aspek *Instrumental support* berhubungan dengan bantuan materi dan non materi yang diberikan kepada individu dari orang-orang disekelilingnya. Selanjutnya disusul oleh aspek *Apparsial Support*. Aspek *Apparsial Support* berkaitan dengan pemberian nasehat dan saran

dari orang-orang disekeliling individu. Kemudian disusul oleh aspek *Self Esteem Support*. Aspek *Self Esteem Support* berkaitan dengan penghargaan dan penilaian positif yang diperoleh individu dari orang-orang disekitarnya. Dan terakhir yaitu aspek *belonging support*. Aspek *belonging support* berkaitan dengan ajakan untuk berpartisipasi dan persahabatan yang diberikan oleh orang-orang disekeliling individu.

Sementara sumber dukungan sosial yang difokuskan dalam penelitian ini adalah 1) Sumber dukungan dari orangtua 2) Sumber dukungan dari teman dan 3) Sumber dukungan dari pengurus pesantren. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sumber dukungan sosial yang paling dominan adalah sumber dukungan dari teman dengan presentase sebesar 52,0%, disusul dengan dukungan dari orangtua sebesar 45,2% dan kemudian dukungan dari pengurus pesantren dengan presentase sebesar 2,7%. Hal ini menunjukkan bahwa peran teman sebagai salah satu sumber dukungan sosial bagi santri tahun pertama di pesantren lebih besar dari peran orangtua dan peran pengurus pesantren.

4. Hubungan antara Efikasi diri dengan Penyesuaian diri santri kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan pada 41 responden santriwati tahun pertama kelas X Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang menunjukkan bahwa hipotesis minor penelitian yakni ada pengaruh antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pesantren Putri Latifiyyah 1 diterima. Hal ini dapat dilihat dari skor nilai B

sebesar 0,672 dengan signifikansi 0,000. Hasil tersebut menunjukkan bahwa $\text{sig} < 0.05$ yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis penelitian (H_a) diterima. Hal ini berarti terdapat pengaruh antara efikasi diri dengan penyesuaian diri.

Bandura (1994) menyatakan bahwa efikasi diri adalah kepercayaan individu mengenai kemampuan dirinya untuk melakukan suatu tugas dalam upaya menghasilkan tingkat kinerja tertentu. *Self efficacy* mempengaruhi bagaimana individu berfikir, merasakan, berperilaku dan termotivasi terhadap diri mereka. Efikasi diri memberikan dasar bagi motivasi manusia, kesejahteraan dan prestasi pribadi. Hal ini terjadi karena manusia percaya bahwa tindakan yang dilakukannya dapat mencapai hasil yang diinginkan, meskipun ia harus memiliki sedikit insentif untuk bertindak atau untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan.

Bagi sebagian santri pada tahun pertama mereka di pesantren, menyesuaikan diri dengan kegiatan dan suasana pesantren tidaklah mudah. Penyesuaian terhadap lingkungan baru membutuhkan proses dan waktu yang tidak sebentar. Schneiders (1984, dalam Ali dan Anshori 2006) menyatakan bahwa terdapat faktor –faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri, antara lain kondisi fisik, kepribadian, pendidikan dan lingkungan. Salah satu faktor kepribadian atau internal yang mempengaruhi keberhasilan proses penyesuaian diri adalah evaluasi diri inti atau *self core evaluation* (Aspleimer, Mc Gill dalam Clara Dewi 2017).

Evaluasi diri inti adalah penilaian mendasar tentang kompetensi dan kemampuan individu, yang meliputi harga diri, efikasi diri, dan stabilitas emosi. (Judge, Erez dkk dalam Clara Dewi 2017) Sehingga, kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya cenderung terkait dengan keyakinan diri (*self efficacy*) dan kesanggupan diri (Moh Hadi dan Suroso, 2014). Efikasi diri menjadikan para santri meyakini bahwa mereka mampu menyesuaikan diri dan menjalankan tugas mereka di pesantren. Efikasi diri yang tinggi diharapkan dapat membantu santri untuk melakukan penyesuaian diri pada tahun pertama mereka di lingkungan pesantren dengan baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian dari Adelina Rahmawati (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru di PPMI Assalam. Dalam penelitian ini efikasi diri dinyatakan memiliki peranan atau sumbangan efektif yang cukup besar terhadap penyesuaian diri santri baru. Artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya. Penelitian lain dari Teguh Puji Raharjo (2007) pada 60 santri remaja di Pondok Pesantren Daarul Hadist Al-Faqihiyah Malang menyatakan terdapat korelasi positif yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian sosial.

5. Hubungan antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri santri kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan pada 41 responden santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang menunjukkan bahwa hipotesis minor penelitian yakni ada pengaruh antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 ditolak. Hal ini dapat dilihat dari skor nilai B sebesar 0,020 dengan signifikansi 0,839. Hasil tersebut menunjukkan bahwa $\text{sig} > 0.05$ yang berarti hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis penelitian (H_a) ditolak. Hal ini berarti tidak terdapat pengaruh antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri. Menurut Sarafino (2006, dalam Moh Hadi, Suroso 2014) dukungan sosial merupakan sebuah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain. Dukungan sosial adalah suatu bentuk perhatian, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang diberikan kepada seseorang baik secara individu maupun berkelompok. Manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan keberadaan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya. Dukungan sosial merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang bersifat menolong orang lain yang melibatkan aspek emosi, pemberian informasi, bantuan, instrumental dan penilaian oleh lingkungan sosialnya (House dan Kahn 1985, dalam Sheldon Cohen 2004).

Berada di lingkungan baru dan jauh dari orang tua membuat santri di pesantren membutuhkan dukungan dari lingkungannya. Dukungan sosial yang diterima santri dari lingkungan berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan bantuan dan kasih sayang. Baik berasal dari teman-teman maupun pengasuh pesantren. Penelitian dari Luthfil Hakim (2017) pada 45 orang santri Al Ishlaah Semarang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang di dapat seorang santri dari lingkungan pesantren, semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian diri santri tersebut, begitupun sebaliknya.

Akan tetapi dalam penelitian ini dukungan sosial tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang. Tidak adanya pengaruh dimungkinkan karena skala dukungan sosial yang tidak memenuhi kriteria validitas konstruk, yang seharusnya disesuaikan dengan kompetensi yang hendak diketahui. Saifuddin Azwar (2011) menjelaskan bahwa validitas konstruk merupakan validitas yang menunjukkan sejauh mana hasil tes mampu mengungkapkan suatu *trait* yang hendak diukur.

Validitas konstruk merujuk kepada kualitas alat ukur yang dipergunakan apakah sudah benar-benar menggambarkan konstruk teoritis yang digunakan sebagai dasar operasionalisasi atautkah belum. Secara singkat, validitas konstruk adalah penelitian tentang seberapa baik seorang

peneliti menerjemahkan teori yang dipergunakan ke dalam alat ukur (Prasetyo Budi, 2006)

Secara teoritis, dukungan sosial merupakan bantuan nyata yang didapatkan individu dari hubungan sosialnya dengan orang sekitar, sehingga individu tersebut merasa diperhatikan dan di hargai. Aspek-aspek dukungan sosial antara lain a) *Apparsial or confidant support* b) *Tangible or instrument support* c) *Belonging or companionship support* d) *Self esteem or emotional support*. Pada skala penelitian, item-item yang diajukan merupakan pernyataan yang dikembangkan dari aspek-aspek dukungan sosial tersebut, yang kemudian pada kolom pilihan jawaban dikaitkan dengan sumber dukungan sosial. Responden menjawab item pernyataan dengan mencentang satu atau lebih pada kolom sumber dukungan sosial, yang pada skala penelitian terdapat tiga sumber dukungan sosial yakni sumber dukungan dari orangtua, sumber dukungan dari teman dan sumber dukungan dari pengurus pesantren.

Terdapat beberapa item dalam skala dukungan sosial yang tidak mengukur *trait* yang seharusnya diukur. Pada item nomer 12 tertulis pernyataan '*yang mengajak saya refreshing di hari libur*' yang hanya diberi centang satu oleh 31 responden, yang mayoritas mencentang pada kolom sumber dukungan sosial teman. Responden merupakan santri yang tinggal di pesantren dan jauh dari orangtua, sehingga mayoritas dari mereka menghabiskan hari libur bersama teman-temannya, bukan dengan orangtua maupun dengan pengurus pesantren. Akibatnya, dikarenakan

pada beberapa item responden hanya mencentang satu dari tiga kolom penilaian, sementara skor penilaian pada satu item hanya dihitung 2 skor, hal ini mengakibatkan skor keseluruhan skala dukungan sosial menjadi rendah. Sehingga dapat disimpulkan tidak adanya pengaruh dukungan sosial dengan penyesuaian diri dikarenakan skala penelitian yang tidak mempengaruhi standar validitas konstruk.

6. Pengaruh Efikasi diri dan Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian diri santri kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan pada 41 responden santri tahun pertama kelas X Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang menunjukkan bahwa hipotesis mayor penelitian yakni ada pengaruh antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pesantren Putri Latifiyyah 1 diterima. Hal ini dapat dilihat dari skor nilai F sebesar 34,994 dengan signifikansi 0,000. Hasil tersebut menunjukkan bahwa $\text{sig} > 0.05$ yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis penelitian (H_a) diterima. Hal ini berarti terdapat pengaruh antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi efikasi diri dan dukungan sosial yang dimiliki oleh santri, maka semakin tinggi pula keberhasilan proses penyesuaian diri mereka di pesantren.

Adapun pada r hitung variabel efikasi diri dan variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri adalah 0,805. Skor tersebut menunjukkan

bahwa terdapat hubungan positif antara variabel efikasi diri dan variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri dalam katagori kuat berdasarkan pedoman katagorisasi Sugiyono (2011, dalam Shabrina Aulia, 2019). Sementara pada *R Square* diperoleh skor sebesar 0,648 yang kemudian diprosentasekan menjadi 64,8%. Adapun efikasi diri menyumbang pengaruh sebesar 64% dan dukungan sosial menyumbang pengaruh sebesar 0,8%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri dan variabel dukungan sosial mempengaruhi sebesar 64,8% pada variabel penyesuaian diri, dan sisanya yakni 35,2 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Hasil penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Mukhodatul Afifah (2017) yang meneliti mengenai hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa baru SMA 1 Model NU Pesantren Tanwirul Qulub Lamongan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri siswa. Sehingga dapat dinyatakan baik efikasi diri dan dukungan sosial bersama-sama memiliki kontribusi untuk memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri. Penelitian lain dari Ayu Nuzulia (2011) mengenai hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di Panti Asuhan menyatakan bahwa efikasi diri dan dukungan

sosial memberikan pengaruh sebesar 48,3% terhadap penyesuaian diri remaja.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa santri tahun pertama kelas X Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang cenderung dapat menyesuaikan diri dengan suasana pesantren dengan cukup baik. Penelitian ini juga menemukan bahwa faktor efikasi diri lebih mempengaruhi proses penyesuaian diri santri dibanding faktor dukungan sosial. Hasil koefisien korelasi menunjukkan bahwa efikasi diri memberikan sumbangan nilai Beta sebesar 0,804, sedangkan dukungan sosial memberikan sumbangan nilai Beta sebesar 0,020 terhadap penyesuaian diri.

Pada dasarnya setiap santri pada tahun pertama mereka di pesantren pasti menjalani masa penyesuaian diri, dimana prosesnya membutuhkan waktu yang cukup untuk dapat beradaptasi dengan kegiatan yang ada di pesantren. Penyesuaian diri merupakan proses alami yang dijalani setiap santri sampai mereka terbiasa dengan suasana pesantren. Namun penting bagi santri untuk dapat melakukan proses penyesuaian diri dengan baik. Sebab jika mereka berlarut-larut tidak segera berhasil menyesuaikan diri, maka hal ini bisa menghambat proses belajar mereka di pesantren.

Pada dasarnya, terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang memberikan pengaruh terhadap proses penyesuaian diri seseorang terhadap lingkungan barunya. Faktor internal antara lain kepribadian dan

kondisi fisik, termasuk diantaranya efikasi diri sedangkan faktor eksternal antara lain edukasi dan lingkungan, termasuk diantaranya dukungan sosial. Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik, seorang santri perlu memiliki efikasi diri, yakni keyakinan bahwa mereka mampu menjalankan tugas di pesantren, bisa mengatasi hambatan yang ada, serta memiliki dukungan sosial yang mereka dapatkan dari teman, pengasuh pesantren hingga orangtua mereka. Santri yang mampu membentuk penyesuaian diri yang tinggi, akan lebih terbuka terhadap lingkungannya dan menjadi lebih percaya diri, sehingga akan memudahkan mereka untuk menjalani kehidupan baru di pesantren.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis dan pembahasan yang telah dipaparkan pada penelitian ini, maka kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut:

Pertama, Tingkat Penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyyah Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang mayoritas berada pada katogori sedang yakni sebanyak 34 santri. Adapun pada katagori tinggi sebanyak 4 santri dan pada katagori rendah sebanyak 3 santri. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas santri memiliki penyesuaian diri yang cukup baik.

Kedua, Tingkat Efikasi diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyyah Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang mayoritas berada pada katogori sedang yakni sebanyak 30 santri. Adapun pada katagori tinggi sebanyak 5 santri dan pada katagori rendah sebanyak 6 santri. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas santri memiliki efikasi diri yang cukup baik.

Ketiga, Tingkat Dukungan sosial santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyyah Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang mayoritas berada pada katogori sedang yakni sebanyak 30 santri. Adapun pada katagori tinggi sebanyak 6 santri dan pada katagori rendah sebanyak 5 santri. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas santri memiliki dukungan sosial yang cukup baik.

Keempat, Efikasi diri memiliki pengaruh positif terhadap penyesuaian diri. Hasil uji hipotesis minor didapatkan skor sebesar 0,672 dengan taraf signifikansi 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri memberikan sumbangsih yang efektif terhadap penyesuaian diri. Artinya semakin baik efikasi diri yang dimiliki santri maka akan semakin baik pula penyesuaian dirinya terhadap lingkungan di pesantren.

Kelima, Dukungan sosial tidak memiliki pengaruh positif terhadap penyesuaian diri. Hasil uji hipotesis minor didapatkan skor sebesar 0,020 dengan taraf signifikansi 0,839. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak memberikan sumbangsih terhadap penyesuaian diri. Artinya semakin baik dukungan sosial yang didapatkan santri maka tidak mempengaruhi penyesuaian dirinya terhadap lingkungan di pesantren.

Keenam, ada pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyyah Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang. Hasil uji hipotesis mayor didapatkan skor sebesar 34,994 dengan signifikansi 0,000, sehingga dapat dinyatakan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri santri.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka ada beberapa hal yang dapat direkomendasikan untuk berbagai pihak, antara lain:

1. Bagi Santri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang berada

pada katagori sedang. Berada dalam katagori sedang artinya penyesuaian diri yang dimiliki mayoritas santri cukup baik, hanya saja belum maksimal. Hal ini dapat disimpulkan dari hasil katagorisasi yang menunjukkan bahwa sebenarnya ada beberapa santri yang memiliki penyesuaian diri yang lebih baik, namun hanya berjumlah 4 orang saja. Sementara terdapat 5 santri yang memiliki penyesuaian diri yang lebih rendah dari mayoritas santri lainnya. Diharapkan kedepannya santri mampu meningkatkan penyesuaian dirinya lagi, karena penyesuaian diri sangat penting untuk menunjang keberhasilan proses belajar mereka di pesantren. Dengan penyesuaian diri yang baik, santri dapat membangun keyakinan bahwa ia mampu menyelesaikan tugas-tugas di pesantren, mampu mengikuti aturan-aturan di pesantren, percaya diri saat mengikuti kegiatan di pesantren dan mudah terbuka serta bergaul dengan sesama santri lainnya. Adapun untuk meningkatkan penyesuaian diri, disarankan bagi santri agar memiliki efikasi diri yang kuat, serta terus berlatih dan belajar berbaur dengan lingkungan pesantren. Sebab kemampuan menyesuaikan diri dapat terbangun dengan baik jika terus dilatih dan diupayakan. Selain itu, santri juga diharapkan memiliki karakter yang ramah, kondisi fisik yang sehat serta memiliki *self regulation* yang baik. Sebab kondisi-kondisi tersebut menjadikan proses penyesuaian diri semakin lebih mudah.

2. Bagi Lembaga dan Pengurus Pesantren

Diharapkan lembaga dan pengurus pesantren untuk bisa meningkatkan dukungan sosial yang mereka berikan kepada santri tahun

pertama di pesantren. Sebab jika santri mendapatkan dukungan sosial yang baik, mereka akan lebih mudah menyesuaikan diri di lingkungan pesantren. Dukungan sosial yang bisa di berikan antara lain 1) Menasehati dan membimbing santri dalam menyelesaikan masalah mereka 2) Mengapresiasi setiap prestasi yang dihasilkan oleh santri 3) Memberikan bantuan kepada santri yang kurang mampu secara materi dan non materi 4) Mengadakan kegiatan-kegiatan yang bisa menunjang potensi, minat dan bakat santri 5) Membangun suasana pesantren agar lebih terbuka antara santri dengan pengurus.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan bagi penelitian selanjutnya untuk untuk lebih memperhatikan alat ukur (skala) yang digunakan agar valid baik secara konten (isi) maupun konstruk. Selain itu, diharapkan bagi penelitian selanjutnya untuk mengambil responden dengan jumlah yang lebih banyak karena ada kemungkinan hasil penelitian yang berbeda dengan penelitian ini.

Di samping itu, peneliti yang akan meneliti mengenai variabel penyesuaian diri diharapkan untuk meneliti variabel bebas yang berbeda dari penelitian ini guna mengetahui faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, Mukhodatul. (2017). *Pengaruh self efficacy dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri siswa baru SMA NU 1 Model Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Lamongan*. (Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) <http://etheses.uin-malang.ac.id/9042/1/13410053.pdf>
- Ahmad, Abdul Aziz. (2006) *Kesehatan Jiwa: Kajian korelatif pemikiran Ibnu Qoyyim dan Psikologi Modern*. Pustaka Azzam.
- Akhiruddin, KM. (2015). Lembaga Pendidikan Islam di Nusantara. *Jurnal Tarbiya*, 1(1), 195-219. <https://www.journal.uinsgd.ac.id/index.php/jurnal-tarbiya/article/view/143>
- Ali, Muhammad Anshori. (2006). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta didik*. Bumi Askara.
- Alwilsol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press
- Al Qur'an dan Terjemahannya
- Anshori, Muslich & Iswati, Sri. (2009). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Airlangga University Press.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (1999). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar
- Azwar, Saifuddin. (2007). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar
- Bandura, Albert. (1994). Self Efficacy. In V.S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior*, 4 (p. 71-81) Academic Press. <https://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/BanEncy.html>
- Baron, R & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Penerbit Erlangga.
- Bitz, Allison L. (2012) *College Student Self Efficacy Research Studies* (p 55-90) United Kingdom: Plymouth PL6. (Safari Books Online Version) [https://books.google.co.id/books?id=MjXbAgAAQBAJ&pg=PA55&lpg=PA55&dq=Bitz,+Allison+L.+\(2012\)+College+Student+Self+Efficacy+Research+Studies&source=bl&ots=6dVxPs3f9y&sig=ACfU3U28LBKOVpg0tI1VcEid0ME5JfEXeQ&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjQ786z3f3yAhU38XMBHb-jDFMQ6AF6BAgjEAM](https://books.google.co.id/books?id=MjXbAgAAQBAJ&pg=PA55&lpg=PA55&dq=Bitz,+Allison+L.+(2012)+College+Student+Self+Efficacy+Research+Studies&source=bl&ots=6dVxPs3f9y&sig=ACfU3U28LBKOVpg0tI1VcEid0ME5JfEXeQ&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjQ786z3f3yAhU38XMBHb-jDFMQ6AF6BAgjEAM)

- Cohen, Sheldon. (2004) Social Relationship and Health. *American Psychologist*, 59 (8) 676-684. <https://content.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.59.8.676>
- Desmita.(2010). *Psikologi Perkembangan Peserta didik*. Remaja Rosdakarya.
- Dewi, Clara. (2017). *Hubungan antara Efikasi diri dan Penyesuaian diri di Perguruan tinggi mahasiswa tahun pertama*. (Skripsi Universitas Santa Dharma) <http://repository.usd.ac.id/id/eprint/11546>
- Dzulkifli, Mariam Adawiah & Yasin, Aris Safree. (2009). The Relationship between Social Support and Psychological Problems among Students. *International Journal of Bussines and Social Science*, 1 (3) 110-116. <https://docplayer.net/11149065-The-relationship-between-social-support-and-psychological-problems-among-students.html>
- Elias, Habibah. Dkk (2010).Achievment Motivation and Self Efficacy in Relation to Adjusment among University Students. *Journal of Social Sciences*, 6 (3) 333-339. <https://doi.org/10.3844/jssp.2010.333.339>
- Fahmi, Musthafa. (1977). *Kesehatan Jiwa dalam keluarga, sekolah dan masyarakat*. Penerbit Bulan bintang.
- Fauzia, Sarah. (2016). *Hubungan tingkat dukungan sosial dari wali asrama dengan penyesuaian diri santri SMP di Pondok Pesantren al Qur'an KH Abdullah Syafi'e*. (Thesis UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) <http://etheses.uin-malang.ac.id/3676/1/11410034.pdf>
- Feist, J. Feist, G.(2010). *Teori Kepribadian*. (7th Ed) Salemba Humanika.
- Ghufron, Nur & Risnawati, Rini. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Arruz Media Grup.
- Gunarta, Meding Edie. (2015). Konsep Diri, Dukungan Sosial dan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Pemandang di Bali.*Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, 4 (2), 183-194. <https://doi.org/10.30996/persona.v4i02.560>
- Haniah, Athi'atul. (2013). *Hubungan antara Efikasi diri dan Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 1 Jati Kudus*. (Skripsi Universitas Muria Kudus) <http://eprints.umk.ac.id/2280/>
- Hasan, Luthfil Hakim. (2017). *Hubungan antara Dukungan sosial pengurus pondok pesantren dan Penyesuaian diri pada santri Pondok Pesantren Al Ishlah Semarang*. (Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya) <http://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/27798>

- Hidayat, Dyah Aji Jaya. (2009). *Perbedaan Penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Tradisional dan Moderen*. (Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta) <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/4796>
- Hidayat, Riza Luthfian. (2018). *Hubungan Penyesuaian diri terhadap Stress lingkungan pada Santri baru di Pondok Pesantren Al-Muqoddasah Litahfidzil Qur'an Ponorogo*. (Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) <http://etheses.uin-malang.ac.id/13588/1/14410212.pdf>
- Humaida, Zulva Khoridatul. (2017). *Pengaruh dukungan sosial dan self efficacy terhadap motivasi berprestasi siswa kelas VIII MTS Raudlatut Thalabah Kediri*. (Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) <http://etheses.uin-malang.ac.id/9314/1/13410096.pdf>
- Juarez, Fernando & Contreras, Francoise. Psychometric Properties of the General Self-Efficacy Scale in a Colombian Sample. *International Journal Psychological Research*, 1 (2), 6-12. https://www.researchgate.net/publication/255999952_Psychometric_Properties_of_the_General_Self-Efficacy_Scale_in_a_Colombian_Sample
- Julia, Mutambara & Veni, Bhebe. (2012). An Analysis of the Factors Affecting Students Adjustment at a University of Zimbabwe. *Journal International Education Studies*, 5 (6) 244-250. <https://www.ccsenet.org/journal/index.php/ies/article/view/19363>
- Kumalasari, Fani & Ahyani, Nur Lathifah. (2012). Hubungan antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1 (1) 21-30. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/PSI/article/view/33>
- Kamel, Omaima Mostafa. (2018). Academic Overload, Self Efficacy and Perceived Social Support as predictors of Academic Adjustment among first year University Students. *International Journal of Psycho-Education Sciences*, 7 (1) 86-93. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED585260.pdf>
- Laely, Afifah Nur. (2017). *Pengaruh Penyesuaian diri Santri putra dan putrid terhadap Kesepian di Pondok Pesantren Moderen*. (Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang) <http://eprints.umm.ac.id/43673/1/jiptummp-gdl-afifahurl-47828-1-skripsi-%29.pdf>
- Larsen, Pamala D. (2016). *Lubkin's Chronic Illness : Impact and Intervention* (9th ed.) Jones and Bartlett Learning Publish (Safari Books Online Version) <https://books.google.li/books?id=rTVuAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=de>

- Mahmudi, Hadi & Suroso.(2014). Efikasi diri, Dukungan sosial dan Penyesuaian diri dalam belajar.*Pesona Jurnal Psikologi Indonesia*, 3 (2), 183-194.
<http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/382>
- Mujib, Abdul & Mudzakir, Jusuf. (2002). *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*. Raja Grafindo Pustaka.
- Myres, David G. (2012). *Psikologi Sosial*. Salemba Humanika.
- Nadzir,Ahmad Isham & Wulandari, Nawang Warsi.(2013) Hubungan Religiusitas dengan Penyesuaian diri Siswa Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Tabula Rasa*, 8 (3), 689-707.
<https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/213>
- Natsir, Syaikh Abdurrahman. (2016). *Tafsir Al Qur'an jilid 6*. Darul Haq
- Natsir, Syaikh Abdurrahman. (2016). *Tafsir Al Qur'an jilid 7*. Darul Haq
- Nasution, S. *Metode Research*. (2006). Bumi Askara.
- Ningsih, Eni Sufiya. (2011). *Hubungan antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri pada santri di Pondok Pesantren Modern Islam Assalam Surakarta*. (Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta)
<http://eprints.ums.ac.id/18244/>
- Petersen, Haam.dkk (2009). Adjusment to university and academic performance among disadvantaged student in South Africa. *Journal Educational Psychology*, 29 (1) 99-115.
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01443410802521066>
- Pritaningrum, Meidiana & Hendriani, Wiwin. (2013). Penyesuaian diri Remaja yang tinggal di Pondok Pesantren Moderen Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama.*Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2 (3), 134-142.
<http://journal.unair.ac.id/filerPDF/jpks417dbf33fb2full.pdf>
- Raharjo, Teguh Puji. (2007). *Hubungan antara Efikasi diri dengan Penyesuaian sosial pada santri remaja Pondok Pesantren*. (Skripsi,Universitas Muhammadiyah Surakarta)
http://eprints.umm.ac.id/9784/1/HUBUNGAN_ANTARA_EFIKASI DIRI_DENGANPENYESUAIAN_SOSIAL_PADA_SANTRIREMAJA_PONDOK_PESANTREN.pdf
- Rahma, Ayu Nuzulia. (2011). Hubungan Efikasi diri dan Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri remaja di Panti Asuhan.*Jurnal Psikologi Islam*, 2 (2), 232-246. <https://doi.org/10.18860/psi.v0i0.1551>

- Rahmawati, Adelina. (2015). *Hubungan antara Efikasi diri dengan Penyesuaian diri santri baru*. (Skripsi Universitas Muhammdiyah Surakarta) <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/35428>
- Schneiders, Alexander. A. (1964). *Personal Adjusment and Mental Health*. Holt, Reinhart & Winston Inc.
- Schonfeld, Irvin Sam. (1991). Dimensions of Functional Social Support and Psychological Symptoms. *Psychological Medicine*, 21 (4) 51-60. https://academicworks.cuny.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1284&context=gc_pubs
- Syaam, Noor. (1988). *Pengantar dasar-dasar Pendidikan*. Usaha Nasional.
- Tsani, Shabrina Aulia. (2018). *Hubungan Syukur dan Empati dengan Perilaku Prososial pada Volunteer Save Street Child Sidoarjo*. (Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) <http://etheses.uin-malang.ac.id/13506/1/14410034.pdf>
- Ubaidillah, M Atho. (2017). *Hubungan Kontrol diri dengan Agresivitas Santri baru Pondok Pesantren Ilmu Al Qur'an Singosari Malang*. (Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) <http://etheses.uin-malang.ac.id/11473/1/12410143.pdf>
- Widodo, Prasetyo Budi. (2006). Reliabilitas dan Validitas Konstruk Skala Konsep Diri untuk Mahasiswa Indonesia. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3 (1) 1-9. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/download/686/550>
- Widyani, Anak Agung dkk.(2017). The Roles of Knowladge Sharingin Mediating the Effect of Self Efficasy and Self Leadership Toward Innovative Behavior. *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 19 (2), 112-117. <https://jurnalmanajemen.petra.ac.id/index.php/man/article/view/20394/19316>
- Yusuf,S. Nurihsan. (2007). *Teori Kepribadian*. Remaja Rosdakarya
- Zulfa, Munela. 2018. *Hubungan Dukungan Sosial dan Efikasi diri pada siswa di SMP Negeri 02 Jabon Sidoarjo*. (Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) <http://etheses.uin-malang.ac.id/12432/1/14410086.pdf>

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1
SKALA PENELITIAN

SKALA PENYESUAIAN DIRI

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Sayamampubekerjasamadengantemanbaru di pondok				
2	Sayabetahtinggal di pondok				
3	Senangrasanyaikutberpartisipasidalamkegiatanpondok				
4	Jikatemansedih, sayatidakpeduli				
5	Sayatidakpunyasahabat di pondok				
6	Sebagaisantribaru, sayaseringkesepian				
7	Sayapedulidenganmasalahtemansekamar				
8	Sayasabarmengantrimandi				
9	Sebagaisantribaru, sayacuek dengan keadaan di sekeliling				
10	Sayamaluberkenalandengantemanpondok				
11	Syamencari-carialasanuntuktidakmengikutikegiatankarenamalas				
12	Sayatidaksegancurhatdengantemansekamar				
13	Materipelajaran di Madrasah Aliyahbisasayaikuti				
14	Sayakesulitanmengerjakantugasdiniyyah				
15	Sayaakangiabelajaruntukmencapaicita-cita				
16	Sayabisamengikutijadwal belajar di pondok				
17	Meskikegiatanbaru, sayamampumengikutikelasdiniyyah				
18	Sayaingin lulus pondokdenganbaik				
19	Bisamengaturtugassekolahdantugas di pesantren				
20	Selalutidakkonsentrasi saat belajar materi pelajaran yang baru				

21	Saat Ustadzah bercerita tentang santri berprestasi, saya tidak termotivasi				
22	Jika ada 2 PR, saya mengatur yang mana yang akan dikerjakan lebih dulu.				
23	Saya bisa menerima kekurangan dan kelebihan diri saya				
24	Meski sedang marah, saya mampu mengontrol emosi				
25	Saya percaya diri dengan apa yang saya miliki				
26	Saya bersyukur kondisi saya				
27	Jika sedih, saya menyakitkan diri sendiri				
28	Saya menghargai diri sendiri daripada fokus pada kekurangan saya				
29	Saya berusaha tidak galau berlama-lama				
30	Saya selalu tidak yakin dengan hasil pekerjaan saya				

SKALA EFIKASI DIRI

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Meski sulit, saya tetap mempelajari materi sekolah				
2	Yakin bisa menyelesaikan PR sekolah dengan baik				
3	Saat ulangan, saya mengerjakan soal yang mudah terlebih dahulu sebelum soal yang sulit				
4	Yakin bisa mengerjakan soal ulangan karena saya sudah berusaha belajar				
5	Saya tidak yakin cita-cita saya bisa tercapai				
6	Saya yakin bisa mengerjakan soal-soal yang sulit				
7	Tugas yang sulit, tidak saya kerjakan				
8	Yakin bisa menyelesaikan target hafalan <i>nadhom</i>				
9	Saat mengerjakan tugas, saya bisa mengandalkan kemampuan saya				

10	Keyakinan bahwa “ saya bisa” membuat saya mampu mengerjakan tugas				
11	Saya tetap belajar untuk ulangan sekolah bagaimanapun hasilnya				
12	Saya malas menyelesaikan PR sekolah				
13	Saya mudah menyerah ketika belajar soal yang rumit				
14	Ketika saya yakin bisa menyelesaikan tugas, maka tugas tersebut bisa terselesaikan				
15	Meski soal matematika sulit, saya tetap akan memecahkannya				
16	Saya tidak mampu mempelajari kitab kuning				
17	Meski teman sekamar berisik, saya tetap mampu menyelesaikan PR				
18	Saya menolak ajakan teman untuk bermain karena harus belajar untuk ujian besok				
19	Saya lebih memilih tidur di banding belajar untuk materi pelajaran besok				
20	Ketika ada tugas mendadak, saya yakin bisa mengatasinya				
21	Saya punya solusi untuk menyelesaikan masalah saya				
22	Saya akan meraih cita-cita meski teman berkata saya tidak mampu				
23	Saya punya banyak pengetahuan untuk menyelesaikan masalah				
24	Belajar dari pengalaman membuat saya bisa menemukan solusi ketika ada masalah				
25	Ketika dalam masalah, saya sulit mencari solusinya				
26	Saya punya banyak ide untuk menyelesaikan soal				
27	Saya mencari berbagai sumber untuk membantu menyelesaikan tugas sekolah				
28	Saya tetap tenang saat ulangan				
29	Selalu gemeteran saat menghadapi ujian sekolah				
30	Saat ditunjuk guru untuk menjawab soal, saya berusaha menjawab				

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

No	Pertanyaan	Saya dapatkan dari..		
		Orangtua	Teman	Pengurus pondok
1	Yang memberi saya semangat ketika saya merasa down			
2	Yang menanyakan “kenapa” ketika saya terlihat murung			
3	Menghibur saya ketika saya merasa kecewa			
4	Berempati dengan keadaan saya			
5	Selalu akrab dengan saya			
6	Cuek ketika saya dalam masalah			
7	Selalu menyayangi saya			
8	Tidak memperdulikan ketika saya sedih			
9	Yang memperdulikan saat saya sakit			
10	Senantiasa memotivasi saya			
11	Membantu saya saat saya sedang butuh bantuan			
12	Mengajak saya refreshing di hari libur			
13	Yang menjadi sahabat saya			
14	Yang membuat saya merasa terisih dan kesepian			
15	Mengajak saya untuk berpartisipasi dalam kegiatan pondok			
16	Mengajak saya ngobrol dan bercanda			
17	Tidak segan meminjamkan barang-barang yang saya butuhkan			
18	Mengajak saya belajar bersama ketika			

	mengerjakan soal yang sulit			
19	Mengajari materi pelajaran sekolah yang tidak saya pahami			
20	Tidak membantu saya saat saya berada dalam kesulitan			
21	Yang memberikan nasehat untuk saya			
22	Memberikan saya solusi ketika saya dalam masalah			
23	Yang menjadi tempat curhat saya			
24	Memberikan saran ketika saya dalam kebingungan			
25	Yang menerima dan menghargai saya			
26	Yang menganggap remeh saya			
27	Tidak mau mendengarkan dan menghargai pendapat saya			
28	Menghargai usaha saya meski saya gagal			
29	Memberikan kesan dan komentar positif tentang diri saya			
30	Memberikan pujian ketika saya mendapat prestasi			

LAMPIRAN 2
BLUEPRINT SKALA

SKALA PENYESUAIAN DIRI

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1.	Penyesuaian sosial	Keterlibatan dalam partisipasi social	1,3	6	3
		Kemampuan memahami orang lain	7,	4,9	3
		Keterbukaan dalam mengenal lingkungan	2	11	2
		Keakraban dalam pergaulan	12	5,10	3
2.	Penyesuaian akademik	Menerima perubahan dalam belajar	16,17	20	3
		Mampu menyelesaikan tugas	13	14,	2
		Motivasi	15,18	21	3
		Bisa menentukan prioritas	19,22		2
3.	Penyesuaian personal-emosi	Menyadari dan menerima kelebihan dan kekurangan diri	23,25, 26		3
		Kemampuan bertindak objektif sesuai kemampuan diri	28	30	2
		Kemantapan emosi	8, 24,29	27	4
Total					30

SKALA EFIKASI DIRI

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1.	<i>Level</i>	Keyakinan untuk mampu menyelesaikan tugas yang sulit	1,6	7	3
		Keyakinan untuk mampu menyelesaikan tugas	2,4,8	12	4
		Mengetahui kemampuan diri	3, 9	5	3
					10
2.	<i>Strenght</i>	Yakin pada kemampuan diri	10, 14,22	16	4
		Mampu mempertahankan prilaku/ berkomitmen	11,17	18	3
		Kegigihan dalam menghadapi rintangan	15,20	13	3
					10
3.	<i>Generality.</i>	Mampu menemukan solusi dari masalah dengan mengambil pelajaran pada masalah sebelumnya	21, 26	25	3
		Mampu menyikapi berbagai situasi dengan baik	19, 28, 30	29	4
		Punya wawasan yang luas	23,24,27		3
					10
	Total				30

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1.	<i>Emotional support</i>	Perhatian	1,2		2
		Empati	3,4		2
		Peduli	9	8	2
					6
	<i>Belonging or companionship support</i>	Partisipasi	12,13,15		3
		Kebersamaan	5,7,16	14	4
					7
	<i>Instrumental support</i>	Materi	11,17	20	3
		Non Materi	18,19		2
					5
	<i>Apparsial Support</i>	Memberi nasehat	10,21,24		3
		Menyelesaikan masalah	22,23	6	3
					6
	<i>Self esteem support</i>	Dihargai	25,28	27,	3
		Dinilai secara positif	29,30	26	3
					6
	Total				30

LAMPIRAN 3
HASIL VALIDITAS DAN RELIABILITAS

SKALA PENYESUAIAN DIRI

TAHAP 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	93.17	45.395	.300	.842
VAR00002	93.12	43.410	.445	.837
VAR00003	93.22	44.776	.401	.840
VAR00004	93.00	44.600	.280	.843
VAR00005	93.07	43.470	.313	.843
VAR00006	93.34	43.830	.315	.842
VAR00007	93.15	43.178	.612	.834
VAR00008	93.12	45.010	.255	.843
VAR00009	93.10	44.340	.283	.843
VAR00010	93.24	43.789	.302	.843
VAR00011	93.17	44.295	.312	.842
VAR00012	93.32	44.572	.261	.844
VAR00013	93.20	44.861	.361	.840
VAR00014	93.66	44.680	.210	.847

VAR00015	92.59	44.699	.377	.840
VAR00016	93.17	44.745	.430	.839
VAR00017	93.15	43.978	.553	.836
VAR00018	92.39	46.344	.232	.844
VAR00019	93.12	44.610	.354	.840
VAR00020	93.54	43.305	.472	.837
VAR00021	92.88	44.060	.413	.839
VAR00022	93.27	44.001	.460	.838
VAR00023	92.98	42.474	.618	.832
VAR00024	93.41	45.649	.191	.845
VAR00025	93.15	44.028	.412	.839
VAR00026	92.80	43.211	.545	.835
VAR00027	92.88	42.960	.445	.837
VAR00028	93.34	44.980	.245	.844
VAR00029	93.00	43.700	.401	.839
VAR00030	93.37	43.938	.373	.840

TAHAP 2

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.839	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	67.78	29.976	.282	.837
y2	67.73	28.351	.431	.831
y3	67.83	29.645	.343	.835
y5	67.68	28.222	.320	.839
y6	67.95	28.048	.394	.834
y7	67.76	28.089	.616	.825
y10	67.85	28.628	.291	.840
y11	67.78	29.226	.272	.839
y13	67.80	29.711	.306	.836
y15	67.20	29.311	.382	.834
y16	67.78	29.426	.418	.833
y17	67.76	28.739	.557	.828
y19	67.73	29.301	.344	.835
y20	68.15	28.278	.457	.830
y21	67.49	29.006	.375	.834
y22	67.88	28.560	.503	.829
y23	67.59	27.399	.643	.822
y25	67.76	28.939	.382	.834
y26	67.41	27.999	.570	.826
y27	67.49	27.706	.476	.829
y29	67.61	28.944	.327	.836
y30	67.98	28.674	.377	.834

SKALA EFIKASI DIRI

TAHAP 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	92.95	63.498	.545	.899
VAR00002	93.07	64.520	.532	.900
VAR00003	92.85	63.128	.482	.900
VAR00004	92.76	62.989	.529	.899
VAR00005	92.61	61.894	.613	.897
VAR00006	92.95	62.998	.619	.898
VAR00007	92.88	61.410	.518	.899
VAR00008	93.02	62.924	.492	.900
VAR00009	93.05	64.298	.341	.902
VAR00010	92.66	62.880	.540	.899
VAR00011	92.66	62.080	.644	.897
VAR00012	93.12	62.910	.472	.900
VAR00013	93.29	61.162	.530	.899
VAR00014	92.90	63.090	.568	.899
VAR00015	93.15	64.828	.298	.903
VAR00016	93.12	63.560	.364	.902

VAR00017	93.46	65.005	.220	.905
VAR00018	93.10	62.190	.586	.898
VAR00019	93.05	63.898	.353	.902
VAR00020	93.05	62.798	.586	.898
VAR00021	92.98	63.574	.555	.899
VAR00022	92.59	62.649	.526	.899
VAR00023	93.10	64.490	.397	.901
VAR00024	92.63	61.038	.712	.896
VAR00025	93.15	64.178	.381	.901
VAR00026	93.05	63.898	.353	.902
VAR00027	92.78	61.176	.700	.896
VAR00028	93.20	65.611	.157	.906
VAR00029	93.44	64.652	.206	.906
VAR00030	93.05	64.148	.464	.900

TAHAP 2

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.913	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	81.41	55.149	.502	.911
X2	81.54	55.755	.549	.911
X3	81.32	54.172	.530	.910
X4	81.22	54.326	.540	.910
X5	81.07	53.470	.602	.909
X6	81.41	54.549	.598	.909
X7	81.34	53.380	.471	.912
X8	81.49	54.456	.478	.911
X9	81.51	55.606	.343	.913
X10	81.12	54.210	.554	.910
X11	81.12	53.560	.645	.908
X12	81.59	54.149	.494	.911
X13	81.76	52.889	.511	.911
X14	81.37	54.388	.586	.909
X16	81.59	54.499	.414	.913
X18	81.56	53.552	.601	.909
X19	81.51	55.206	.358	.913
X20	81.51	54.206	.590	.909
X21	81.44	54.952	.556	.910
X22	81.05	53.898	.551	.910
X23	81.56	55.502	.444	.911
X24	81.10	52.590	.713	.906
X25	81.61	55.244	.418	.912
X26	81.51	55.056	.376	.913
X27	81.24	52.689	.705	.907
X30	81.51	55.606	.444	.911

SKALA DUKUNGAN SOSIAL
TAHAP 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	78.34	43.380	.432	.855
VAR00002	78.54	43.555	.395	.856
VAR00003	78.63	42.438	.581	.851
VAR00004	78.46	43.105	.506	.853
VAR00005	78.46	43.105	.506	.853
VAR00006	77.46	44.055	.322	.859
VAR00007	78.51	44.456	.299	.859
VAR00008	77.44	44.402	.307	.859
VAR00009	78.15	43.028	.531	.853
VAR00010	78.49	43.756	.364	.857
VAR00011	78.46	44.105	.224	.863
VAR00012	78.78	44.976	.250	.860
VAR00013	78.56	44.102	.358	.857
VAR00014	77.27	43.801	.445	.855
VAR00015	78.66	42.580	.516	.853
VAR00016	78.49	43.506	.399	.856

VAR00017	78.85	45.128	.334	.858
VAR00018	78.93	45.920	.256	.860
VAR00019	78.85	45.278	.239	.860
VAR00020	77.32	43.722	.389	.857
VAR00021	78.32	44.222	.284	.860
VAR00022	78.24	43.139	.506	.853
VAR00023	78.32	43.022	.551	.852
VAR00024	78.44	42.102	.602	.850
VAR00025	78.41	43.599	.389	.857
VAR00026	77.22	44.526	.346	.858
VAR00027	77.32	44.222	.356	.857
VAR00028	78.56	44.502	.264	.860
VAR00029	78.39	43.844	.398	.856
VAR00030	78.41	44.549	.255	.860

TAHAP 2

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.857	23

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	61.88	32.060	.372	.853
x2	62.07	32.070	.359	.854
x3	62.17	31.145	.538	.847
x4	62.00	31.450	.511	.848
x5	62.00	31.300	.539	.847

x6	61.00	31.850	.392	.853
x8	60.98	32.074	.398	.852
x9	61.68	31.372	.539	.848
x10	62.02	32.424	.298	.856
x11	62.00	32.050	.255	.860
x13	62.10	32.490	.328	.855
x14	60.80	31.961	.467	.850
x15	62.20	31.211	.485	.849
x16	62.02	31.624	.430	.851
x17	62.39	33.144	.355	.854
x20	60.85	31.728	.435	.851
x22	61.78	31.626	.484	.849
x23	61.85	31.228	.587	.846
x24	61.98	30.624	.602	.845
x25	61.95	32.498	.288	.856
x26	60.76	32.489	.389	.853
x27	60.85	31.978	.442	.851
x29	61.93	32.570	.314	.855

LAMPIRAN 4

KATAGORISASI DAN SKOR HIPOTETIK

PENYESUAIAN DIRI

Statistics

PD

N	Valid	41
	Missing	0
Mean		2.02
Std. Deviation		.418
Range		2

PD

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	3	7.3	7.3	7.3
	Sedang	34	82.9	82.9	90.2
	Tinggi	4	9.8	9.8	100.0
	Total	41	100.0	100.0	

EFIKASI DIRI

Statistics

ED

N	Valid	41
	Missing	0
Mean		1.98
Std. Deviation		.524
Range		2

ED

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	6	14.6	14.6	14.6
	Sedang	30	73.2	73.2	87.8
	Tinggi	5	12.2	12.2	100.0
	Total	41	100.0	100.0	

DUKUNGAN SOSIAL

Statistics

DS

N	Valid	41
	Missing	0
Mean		2.02
Std. Deviation		.524
Range		2

DS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	12.2	12.2	12.2
	Sedang	30	73.2	73.2	85.4
	Tinggi	6	14.6	14.6	100.0
	Total	41	100.0	100.0	

LAMPIRAN 5

UJI ASUMSI

UJI NORMALITAS

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
penyesuaian diri	.102	41	.200*	.919	41	.006
efikasi diri	.116	41	.182	.938	41	.027
dukungan sosial	.077	41	.200*	.980	41	.661

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

UJI LINEARITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian diri *	Between	(Combined)	1660.270	21	79.060	6.738	.000
Efikasi diri	Groups	Linearity	1219.805	1	1219.805	103.953	.000
		Deviation from Linearity	440.465	20	22.023	1.877	.088
	Within Groups		222.950	19	11.734		
	Total		1883.220	40			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Penyesuaian diri * Efikasi diri	.805	.648	.939	.882

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian diri * Dukungan sosial	Between Groups	(Combined)	845.353	19	44.492	.900	.589
		Linearity	3.201	1	3.201	.065	.802
		Deviation from Linearity	842.152	18	46.786	.947	.543
	Within Groups		1037.867	21	49.422		
	Total		1883.220	40			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Penyesuaian diri * Dukungan sosial	.041	.002	.670	.449

LAMPIRAN 6
UJI ANALISIS REGRESI BERGANDA

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.805 ^a	.648	.630	4.176

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Efikasi diri

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1220.533	2	610.266	34.994	.000 ^a
	Residual	662.687	38	17.439		
	Total	1883.220	40			

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Efikasi diri

b. Dependent Variable: Penyesuaian diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	30.109	10.874		2.769	.009
	Efikasi diri	.672	.080	.804	8.355	.000
	Dukungan Sosial	.020	.097	.020	.204	.839

a. Dependent Variable: Penyesuaian diri

LAMPIRAN 7
UJI ANALISIS PER ASPEK

PENYESUAIAN DIRI

Model Summary

R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1.000	1.000	.000

a. Predictors: (Constant), Penyesuaian emosi, Penyesuaian sosial, Penyesuaian akademik

ANOVA^b

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1883.220	3	627.740	.	.000 ^a
Residual	.000	37	.000		
Total	1883.220	40			

a. Predictors: (Constant), Penyesuaian emosi, Penyesuaian sosial, Penyesuaian akademik

b. Dependent Variable: Penyesuaian diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.820E-14	.000		.000	1.000
	Penyesuaian sosial	1.000	.000	.481	9.690E7	.000
	Penyesuaian akademik	1.000	.000	.366	6.212E7	.000
	Penyesuaian emosi	1.000	.000	.384	6.292E7	.000

Correlations

		Penyesuaian sosial	Penyesuaian akademik	Penyesuaian emosi	Penyesuaian diri
Penyesuaian sosial	Pearson Correlation	1	.386*	.453**	.795**
	Sig. (2-tailed)		.013	.003	.000
	Sum of Squares and Cross-products	435.122	127.780	157.146	720.049
	Covariance	10.878	3.195	3.929	18.001
	N	41	41	41	41
Penyesuaian akademik	Pearson Correlation	.386*	1	.660**	.805**
	Sig. (2-tailed)	.013		.000	.000
	Sum of Squares and Cross-products	127.780	252.195	174.537	554.512
	Covariance	3.195	6.305	4.363	13.863
	N	41	41	41	41
Penyesuaian emosi	Pearson Correlation	.453**	.660**	1	.843**
	Sig. (2-tailed)	.003	.000		.000
	Sum of Squares and Cross-products	157.146	174.537	276.976	608.659
	Covariance	3.929	4.363	6.924	15.216
	N	41	41	41	41
Penyesuaian diri	Pearson Correlation	.795**	.805**	.843**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	720.049	554.512	608.659	1883.220
	Covariance	18.001	13.863	15.216	47.080
	N	41	41	41	41

EFIKASI DIRI

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1312.120	3	437.373	28.336	.000 ^a
	Residual	571.100	37	15.435		
	Total	1883.220	40			

a. Predictors: (Constant), Generality , Level , Strenght

b. Dependent Variable: Penyesuaian diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	33.463	7.418		4.511	.000
	Level	1.425	.380	.636	3.753	.001
	Strenght	.506	.404	.226	1.253	.218
	Generality	.004	.355	.002	.011	.992

a. Dependent Variable: Penyesuaian diri

Correlations

		Level	Strenght	Generality	VAR00004
Level	Pearson Correlation	1	.834**	.724**	.825**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	Sum of Squares and Cross-products	374.878	312.683	246.976	693.439
	Covariance	9.372	7.817	6.174	17.336
	N	41	41	41	41
Strenght	Pearson Correlation	.834**	1	.761**	.757**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000
	Sum of Squares and Cross-products	312.683	374.976	259.537	636.341
	Covariance	7.817	9.374	6.488	15.909
	N	41	41	41	41
Generality	Pearson Correlation	.724**	.761**	1	.634**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000
	Sum of Squares and Cross-products	246.976	259.537	310.195	484.488
	Covariance	6.174	6.488	7.755	12.112
	N	41	41	41	41
VAR00004	Pearson Correlation	.825**	.757**	.634**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	693.439	636.341	484.488	1883.220
	Covariance	17.336	15.909	12.112	47.080
	N	41	41	41	41

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Efikasi diri	B coefficient	Cross product	Regresi	Sumbangan total/ R2
Level	1,425	374.878	1312.120	.697
Strenght	0,506	312.683		69%
Generality	0,004	246.976		

DUKUNGAN SOSIAL

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.526 ^a	.277	.173	6.238

a. Predictors: (Constant), Self Esteem Support , Instrumental Support, Emotional Support, Apparsial Support, Belonging Support

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	521.217	5	104.243	2.679	.038 ^a
	Residual	1362.002	35	38.914		
	Total	1883.220	40			

a. Predictors: (Constant), Self Esteem Support , Instrumental Support, Emotional Support, Apparsial Support, Belonging Support

b. Dependent Variable: Penyesuaian diri

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	104.411	12.890		8.100	.000
Emotional Support	2.375	.860	.649	2.762	.009
Belonging Support	.293	.848	.081	.345	.732
Instrumental Support	-1.453	.933	-.268	-1.557	.128
Apparsial Support	-1.237	.794	-.337	-1.558	.128
Self Esteem Support	-.766	.736	-.189	-1.041	.305

a. Dependent Variable: Penyesuaian diri

Correlations

		Penyesuaian diri	Emotional Support	Belonging Support	Instrumental Support	Apparsial Support	Self Esteem Support
Penyesuaian diri	Pearson Correlation	1	.272	.146	-.160	-.090	-.081
	Sig. (2-tailed)		.085	.361	.319	.576	.615
	Sum of Squares and Cross-products	1883.220	139.902	76.634	-55.488	-46.195	-37.512
	Covariance	47.080	3.498	1.916	-1.387	-1.155	-.938
	N	41	41	41	41	41	41
Emotional Support	Pearson Correlation	.272	1	.733**	.468**	.663**	.462**
	Sig. (2-tailed)	.085		.000	.002	.000	.002

	Sum of Squares and Cross-products	139.902	140.488	104.829	44.439	92.976	58.561
	Covariance	3.498	3.512	2.621	1.111	2.324	1.464
	N	41	41	41	41	41	41
Belonging Support	Pearson Correlation	.146	.733**	1	.332*	.628**	.580**
	Sig. (2-tailed)	.361	.000		.034	.000	.000
	Sum of Squares and Cross-products	76.634	104.829	145.610	32.146	89.659	74.854
	Covariance	1.916	2.621	3.640	.804	2.241	1.871
	N	41	41	41	41	41	41
Instrumental Support	Pearson Correlation	-.160	.468**	.332*	1	.516**	.255
	Sig. (2-tailed)	.319	.002	.034		.001	.108
	Sum of Squares and Cross-products	-55.488	44.439	32.146	64.195	48.878	21.805
	Covariance	-1.387	1.111	.804	1.605	1.222	.545
	N	41	41	41	41	41	41
Apparsial Support	Pearson Correlation	-.090	.663**	.628**	.516**	1	.507**
	Sig. (2-tailed)	.576	.000	.000	.001		.001

	Sum of Squares and Cross-products	-46.195	92.976	89.659	48.878	139.951	64.122
	Covariance	-1.155	2.324	2.241	1.222	3.499	1.603
	N	41	41	41	41	41	41
Self Esteem Support	Pearson Correlation	-.081	.462**	.580**	.255	.507**	1
	Sig. (2-tailed)	.615	.002	.000	.108	.001	
	Sum of Squares and Cross-products	-37.512	58.561	74.854	21.805	64.122	114.195
	Covariance	-.938	1.464	1.871	.545	1.603	2.855
	N	41	41	41	41	41	41

Dukungan sosial	B coefficient	Cross product	Regresi	Sumbangan total/ R2
Emotional support	2.375	139.902	521.217	.277
Belonging support	.293	76.634		27%
Instrumental support	-1.453	-55.488		
Apparsial support	-1.237	-46.195		
Self esteem support	-.766	-37.512		

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI TAHUN PERTAMA
KELAS X MADRASAH ALIYAH
PONDOK PESANTREN PUTRI LATIFIYYAH I
TAMBAK BERAS JOMBANG**

Yasmina Aulia Hadi

Dr. Fathul Lubabin Nuqul, Msi

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Email: aulyasmina95@gmail.com

Abstrak

Penyesuaian diri merupakan suatu keniscayaan yang akan dilalui setiap santri pada tahun pertama mereka di pesantren. Kehidupan di pesantren yang sangat berbeda dengan kehidupan santri sebelumnya membuat santri harus mampu menyesuaikan diri agar dapat menjalankan tugas serta mampu bergaul dengan baik. Efikasi diri merupakan faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri. Dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi keberhasilan penyesuaian diri.

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang. Populasi penelitian adalah seluruh santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah yang berjumlah 98 orang, sementara sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *random sampling* dengan sampel sebanyak 41 santri.

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh positif terhadap penyesuaian diri dengan nilai β sebesar 0,672 dan signifikansi 0,000. Dukungan sosial tidak berpengaruh positif terhadap penyesuaian diri karena nilai β sebesar 0,020 dengan signifikansi 0,839. Adapun secara bersama-sama, efikasi diri dan dukungan sosial memberi pengaruh sebesar 64,8% (r hitung: 0,648) terhadap penyesuaian diri. Efikasi diri menyumbang 64% dan dukungan sosial menyumbang 0,8% terhadap penyesuaian diri santri pondok pesantren putri Latifiyyah 1 Jombang.

Kata Kunci: Penyesuaian diri, Efikasi diri, Dukungan sosial.

Pendahuluan

Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam di Indonesia yang memiliki karakteristik khusus. Nasir (2005, dalam Hidayat 2009) menjelaskan bahwa pesantren merupakan lembaga keagamaan yang memberikan pendidikan dan pengajaran serta mengembangkan dan menyebarkan ilmu agama Islam. Kedudukan pesantren dalam sistem pendidikan Indonesia telah di atur dalam UUD Sisdiknas no 20 tahun 2003 tentang pendidikan keagamaan. Pesantren merupakan salah satu bentuk dari pendidikan keagamaan yang diselenggarakan oleh pemerintah/ kelompok masyarakat dari pemeluk agama, serta dapat diselenggarakan pada jalur formal, non formal atau informal.

Bashori (dalam Fauzia, 2016) menyatakan bahwa di pesantren santri hidup dalam suatu komunitas yang khas, dengan kyai, ustadz, santri dan pengurus pesantren. Sehingga berbeda dengan lembaga pendidikan lainnya, lingkungan kehidupan pesantren memiliki ciri khas berupa lingkungan sosial yang bersifat multikultural, dimana para santri dari beragam latar belakang keluarga dan budaya bertemu di dalam satu wadah pendidikan dan dalam waktu yang lama bersama-sama menjalani aktifitas. Oleh karenanya, para santri dituntut untuk mampu menyesuaikan diri pada masa awal-awal beradaptasi dengan lingkungan pesantren.

Penyesuaian diri adalah suatu keniscayaan yang akan dilalui setiap individu. Fahmi (1977) menjelaskan bahwa dalam hidup, manusia akan terus menerus menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Bagi sebagian santri, masa awal tinggal di pesantren merupakan sesuatu yang cukup memberatkan. Kehidupan di pesantren yang sangat berbeda dengan kehidupan santri sebelumnya membuat santri harus melakukan penyesuaian diri agar bisa bertahan hingga menyelesaikan pendidikan di pesantren. Setiap hari santri dibebani oleh kegiatan-kegiatan pesantren yang tidak ringan, dari bangun pagi hingga tidur kembali. Padatnya jadwal yang diterima oleh santri memberikan dampak baru bagi kehidupannya, sehingga ia harus mampu menyesuaikan diri (Isham & Warshi, 2013).

Pada dasarnya setiap santri baru di pesantren pasti menjalani masa penyesuaian diri, dimana prosesnya membutuhkan waktu untuk dapat beradaptasi dengan kegiatan yang ada di pesantren. Penelitian dari Irfani (2004, dalam Laely 2017) menyatakan bahwa pada awal masuk pesantren banyak santri yang melanggar aturan pesantren, namun pada akhirnya hal tersebut berkurang dengan sendirinya seiring dengan proses belajar yang mereka lakukan. Artinya, penyesuaian diri merupakan proses alami yang dijalani setiap santri sampai mereka terbiasa dengan suasana pesantren.

Akan tetapi penting bagi santri untuk dapat melakukan proses penyesuaian diri dengan baik. Sebab jika mereka tidak segera berhasil menyesuaikan diri, maka hal ini dapat menghambat proses belajar mereka di pesantren, menimbulkan konflik batin dalam diri mereka, perasaan kesepian, cenderung menarik diri dari lingkungan bahkan mengakibatkan santri tersebut tidak betah dan puncaknya mereka bisa pindah dari pesantren.

Hal ini berbeda dengan santri yang berusaha membentuk penyesuaian diri yang tinggi, ia akan lebih baik dan bisa memperkaya hubungannya dengan lingkungan di manapun ia berada. Santri yang bisa berinteraksi dengan lingkungannya akan lebih terbuka dan percaya diri, sehingga hal tersebut bisa menekan rasa kesepian dan perasaan terisolasi oleh lingkungan. (Rahmi, 2015 dalam Laely 2017). Pentingnya penyesuaian diri bagi santri tahun pertama di pesantren ialah demi terciptanya hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungannya.

Salah satu faktor internal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri ialah efikasi diri. Menurut Bandura (dalam Feist 2010) efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Efikasi diri adalah bentuk dari evaluasi diri (penilaian diri) yang mempengaruhi keputusan seseorang tentang perilaku apa yang hendak dilakukan, serta seberapa banyak usaha dan ketekunannya untuk menghadapi rintangan.

Selain efikasi diri, dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri. Menurut Sarafino (2006, dalam Mahmudi dan Suroso 2014) dukungan sosial merupakan sebuah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain. Berada di lingkungan baru dan jauh dari orang tua membuat santri di pesantren membutuhkan dukungan dari lingkungannya. Dukungan sosial yang diterima santri dari lingkungan berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih

sayang. Baik berasal dari teman-teman maupun pengasuh pesantren. Jika individu diterima dan dihargai secara positif, maka individu tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri serta mampu menyesuaikan diri dengan baik (Kumalasari dan Nur,2012)

Berdasarkan penjabaran diatas, mengingat pentingnya masalah penyesuaian diri pada santri tahun pertama di pesantren, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Putri Latifiyyah I Tambak Beras Jombang.

Kajian Teori

Schneiders (1964) menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses respon mental dan tingkah laku individu sebagai usaha agar ia berhasil memenuhi kebutuhan-kebutuhan yang ada pada dirinya, mengatasi stres, frustrasi, dan konflik yang dialami, hingga terjadi keselarasan antara tuntutan di dalam dirinya dengan apa yang diharapkan di lingkungannya. Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian diri seseorang. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah evaluasi diri inti atau *self core evaluation* (Aspleimer,McGill dalam Dewi 2017). Diantara aspek *self core evaluation* adalah efikasi diri. Mahmudi dan Suroso (2014) menyatakan bahwa kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya cenderung terkait dengan keyakinan diri (*self efficacy*) dan kesanggupan diri.

Feist dan Fesit (2010) mengemukakan efikasi diri sebagai keyakinan individu bahwa dia mampu melakukan suatu tindakan dan dapat mencapai apa yang diharapkan. Individu yang yakin bahwa mereka bisa melakukan sesuatu dan memiliki potensi untuk dapat merubah kejadian di lingkungannya, akan lebih mudah untuk bertindak dan lebih mungkin untuk menjadi sukses daripada individu yang mempunyai efikasi yang rendah.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian diri. Dukungan sosial ialah interaksi interpersonal yang ditunjukkan dengan memberikan bantuan pada individu lain, dimana bantuan itu umumnya diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan. Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman ataupun anggota keluarga.

Untuk itu penelitian ini ingin membuktikan pengaruh kedua faktor tersebut terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang, dengan hipotesis minor 1) Terdapat pengaruh efikasi diri dengan penyesuaian diri 2) Terdapat pengaruh dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Serta hipotesis mayor terdapat pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri

Metode Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan metode uji regresi berganda dengan dua variabel bebas. Peneliti hendak mengetahui ada tidaknya pengaruh dari variabel bebas,yakni efikasi diri dan dukungan sosial, terhadap variabel terikat yakni penyesuaian diri.

Populasi yang diambil dari penelitian ini adalah seluruh santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang yang berjumlah 98 santri. Penelitian ini mengambil sampel sebanyak 41 santri dengan metode *random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan tiga skala penelitian, yakni 1) skala

penyesuaian diri dikembangkan dari teori Baker dan Synk (1985) 2) skala efikasi diri diadaptasi dari *General Self Efficacy Scale* dari Schwarzer dan Jerusalem (1995) dan 3) skala dukungan sosial diadaptasi dari aspek-aspek teori dukungan sosial Cohen dan Willis (1985).

Uji Hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda, yakni regresi dimana variabel terikatnya (Y) dihubungkan dengan lebih dari satu variabel bebas (X_1, X_2, \dots) Hasil dari analisis regresi berganda dapat diperoleh beberapa informasi, antara lain pengaruh variabel bebas dengan variabel terikat, presentase besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dan juga hubungan antar variabel.

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang dan seberapa besar presentase pengaruh tersebut. Berikut hasil analisis data penelitian dengan perhitungan yang menggunakan bantuan *SPSS 16 for windows*.

Tabel 1 Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

Variabel	Signifikansi	Status
Penyesuaian Diri	0.006	Tidak Normal
Efikasi Diri	0.027	Tidak Normal
Dukungan Sosial	0.661	Normal

Dari hasil uji normalitas *Shapiro-Wilk* di atas dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial menunjukkan data berdistribusi normal. Sedangkan variabel penyesuaian diri dan variabel efikasi diri memiliki skor di bawah 0.05, yang menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki data berdistribusi tidak normal. Adapun hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Efikasi diri	Dukungan sosial
Penyesuaian diri	0.088	0.543
Korelasi	Linier	Linier

Dari hasil uji linearitas di atas dapat disimpulkan bahwa kedua hubungan variabel yaitu 1) penyesuaian diri dengan efikasi diri dan 2) penyesuaian diri dengan dukungan sosial memiliki hubungan yang linier.

Adapun hasil uji hipotesis mayor dalam penelitian ini dijelaskan pada tabel berikut.

Tabel 3 Uji Hipotesis Mayor

Dependent Variabel	Predictors	F	Signifikansi
Penyesuaian diri	— Efikasi diri — Dukungan sosial	34.994	0.000

Hasil uji regresi pada tabel di atas menunjukkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian diri ($F=34.994$, $p < 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa hipotesis mayor di terima, yakni efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri.

Tabel 4 Tabel R Square

<i>Dependent Variabel</i>	<i>Predictors</i>	<i>R square</i>
Penyesuaian diri	— Efikasi diri — Dukungan sosial	0,648

Tabel diatas menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dan dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 64,8% ($R=0,648$) terhadap variabel penyesuaian diri. Sementara prosentase sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Adapun hasil uji hipotesis minor dijelaskan pada tabel berikut.

Tabel 5 Uji Hipotesis Minor

<i>Dependent Variabel</i>	<i>Predictors</i>	Beta	Sig	Pengaruh
Penyesuaian diri	— Efikasi diri —	0,672	0,000	64%
	Dukungan sosial	0,020	0,839	0,8%

Variabel X1 (Efikasi diri) pada penelitian ini memberikan kontribusi yang lebih tinggi ($Beta = 0,672$) dibandingkan dengan variabel X2 (Dukungan sosial) ($Beta=0,020$). Efikasi diri mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 64% dan dukungan sosial mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 0,8%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa secara parsial efikasi diri memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri sedangkan dukungan sosial tidak memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis minor mengenai pengaruh antara variabel X1 (Efikasi diri) dan variabel y (Penyesuaian diri) diterima sedangkan hipotesis minor mengenai pengaruh antara variabel X2 (Dukungan sosial) dengan variabel y (Penyesuaian diri) tidak diterima.

Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang. Hal ini dilihat dari skor nilai B sebesar 0,672 dengan signifikansi 0,000. Hasil tersebut menyatakan bahwa hipotesis minor diterima, yakni terdapat pengaruh antara efikasi diri dengan penyesuaian diri.

Bandura (1994) menyatakan bahwa efikasi diri adalah kepercayaan individu mengenai kemampuan dirinya untuk melakukan suatu tugas dalam upaya menghasilkan tingkat kinerja tertentu. Bagi sebagian santri pada tahun pertama mereka di pesantren, menyesuaikan diri dengan kegiatan dan suasana pesantren tidaklah mudah. Penyesuaian terhadap lingkungan baru membutuhkan proses dan waktu yang tidak sebentar. Efikasi diri menjadikan para santri meyakini bahwa mereka mampu menyesuaikan diri untuk bergaul dan menjalankan tugas mereka di pesantren. Efikasi diri yang tinggi diharapkan dapat membantu santri untuk melakukan penyesuaian diri pada tahun pertama mereka di lingkungan pesantren dengan baik.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri. Menurut Sarafino (2006, dalam Moh Hadi, Suroso 2014) dukungan sosial merupakan sebuah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain. Dukungan sosial adalah suatu bentuk perhatian, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang diberikan kepada seseorang baik secara individu maupun berkelompok.

Berada di lingkungan baru dan jauh dari orang tua membuat santri di pesantren membutuhkan dukungan dari lingkungannya. Dukungan sosial yang diterima santri dari lingkungan berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan bantuan dan kasih sayang. Baik berasal dari teman-teman maupun pengasuh pesantren.

Akan tetapi dalam penelitian ini dukungan sosial tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang. Hal ini dapat dilihat dari skor nilai B 0,020 dengan signifikansi 0,839. Hasil tersebut menunjukkan hipotesis minor ditolak, yakni tidak ada pengaruh antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri.

Tidak adanya pengaruh dimungkinkan karena skala dukungan sosial yang tidak memenuhi kriteria validitas konstruk. Validitas konstruk merujuk kepada kualitas alat ukur yang dipergunakan peneliti apakah sudah benar-benar menggambarkan konstruk teoritis yang digunakan sebagai dasar operasionalisasi ataukah belum. (Prasetyo Budi, 2006)

Pada skala penelitian, item-item yang tertulis merupakan pernyataan yang dikembangkan dari teori aspek-aspek dukungan sosial Cohen dan Wilis (1985). Kemudian pada kolom pilihan jawaban di skala aspek tersebut dikaitkan dengan sumber dukungan sosial. Responden menjawab item pernyataan dengan mencentang satu atau lebih pada kolom sumber dukungan sosial, yang pada skala penelitian terdapat tiga sumber dukungan sosial yakni dukungan dari orangtua, dukungan dari teman dan dukungan dari pengurus pesantren.

Terdapat beberapa item dalam skala dukungan sosial yang tidak mengukur *trait* yang seharusnya diukur. Pada item nomer 12 tertulis pernyataan '*yang mengajak saya refreshing di hari libur*' yang hanya diberi centang satu oleh 31 responden, yang mayoritas mencentang pada kolom sumber dukungan sosial teman. Responden merupakan santri yang tinggal di pesantren dan jauh dari orangtua, sehingga mayoritas dari mereka menghabiskan hari libur bersama teman-temannya, bukan dengan orangtua

maupun dengan pengurus pesantren. Akibatnya, dikarenakan pada beberapa item responden hanya mencentang satu dari tiga kolom penilaian, sementara skor penilaian pada satu item hanya dihitung 2 skor, mengakibatkan skor keseluruhan skala dukungan sosial menjadi rendah. Sehingga dapat disimpulkan tidak adanya pengaruh dukungan sosial dengan penyesuaian diri dikarenakan skala penelitian yang tidak memenuhi standar validitas konstruk.

Penelitian ini menemukan bahwa faktor efikasi diri lebih mempengaruhi proses penyesuaian diri santri dibanding faktor dukungan sosial. Hasil koefisien korelasi menunjukkan bahwa efikasi diri memberikan sumbangan nilai Beta sebesar 0,804, sedangkan dukungan sosial memberikan sumbangan nilai Beta sebesar 0,020 terhadap penyesuaian diri. Artinya, penyesuaian diri santri tahun pertama Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Jombang lebih banyak dipengaruhi oleh faktor efikasi diri.

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang menyatakan terdapat pengaruh antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 dapat diterima. Hal ini dapat dilihat dari skor nilai F sebesar 34,994 dengan signifikansi 0,000. Adapun pada r hitung variabel efikasi diri dan variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri adalah 0,805. Skor tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara variabel efikasi diri dan variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri dalam kategori kuat berdasarkan pedoman kategorisasi Sugiyono (2011, dalam Shabrina Aulia, 2019). Sementara pada R Square diperoleh skor sebesar 0,648 yang kemudian diprosentasekan menjadi 64,8%. Hal ini berarti efikasi diri menyumbang pengaruh sebesar 64% dan dukungan sosial menyumbang pengaruh sebesar 0,8%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri dan variabel dukungan sosial mempengaruhi sebesar 64,8% terhadap variabel penyesuaian diri, dan sisanya yakni 35,2 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Simpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari analisis data dan pembahasan, peneliti menarik kesimpulan bahwa efikasi diri berpengaruh secara positif terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1. Hal ini disimpulkan dari skor nilai B sebesar 0,672 dengan taraf signifikansi 0,00. Juga tidak terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri, ini ditunjukkan dari skor nilai B sebesar 0,020 dengan signifikansi 0,839, lebih rendah dari 0,05. Adapun secara bersama-sama efikasi diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama kelas X Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1, ini dapat dilihat dari skor nilai F sebesar 34,994 dengan signifikansi 0,000.

Peneliti menemukan bahwa faktor efikasi diri lebih memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri santri dibanding faktor dukungan sosial. Nilai R Square sebesar 0,648 menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dan dukungan sosial memberikan pengaruh sebesar 64,8% pada variabel penyesuaian diri.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka disarankan bagi santri untuk terus meningkatkan kemampuan efikasi diri, serta terus berlatih dan belajar berbaur dengan lingkungan pesantren. Sebab kemampuan menyesuaikan diri dapat terbangun dengan baik

jika terus dilatih dan diupayakan. Selain itu, santri juga diharapkan memiliki karakter yang ramah, kondisi fisik yang sehat serta memiliki *self regulation* yang baik.

Disarankan bagi pihak lembaga dan pengurus pesantren untuk bisa meningkatkan dukungan sosial yang mereka berikan kepada santri tahun pertama di pesantren. Dukungan sosial yang bisa di berikan antara lain 1) Menasehati dan membimbing santri dalam menyelesaikan masalah mereka 2) Mengapresiasi setiap prestasi yang dihasilkan oleh santri 3) Memberikan bantuan kepada santri yang kurang mampu secara materi dan non materi 4) Mengadakan kegiatan-kegiatan yang bisa menunjang potensi, minat dan bakat santri 5) Membangun suasana pesantren agar lebih terbuka antara santri dengan pengurus pesantren.

Diharapkan bagi penelitian selanjutnya untuk lebih memperhatikan alat ukur (skala) yang digunakan agar valid baik secara konten (isi) maupun konstruk. Selain itu, diharapkan bagi penelitian selanjutnya untuk mengambil responden dengan jumlah yang lebih banyak karena ada kemungkinan hasil penelitian yang berbeda dengan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Bandura, Albert. (1994). Self Efficacy. In V.S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior*, 4 (p. 71-81) Academic Press
<https://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/BanEncy.html>
- Baron, R & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Penerbit Erlangga.
- Cohen, Sheldon. (2004) Social Relationship and Health. *American Psychologist*, 59 (8) 676-684. <https://content.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.59.8.676>
- Dewi, Clara. (2017). *Hubungan antara Efikasi diri dan Penyesuaian diri di Perguruan tinggi mahasiswa tahun pertama*. (Skripsi Universitas Santa Dharma)
<http://repository.usd.ac.id/id/eprint/11546>
- Fahmi, Musthafa. (1977). *Kesehatan Jiwa dalam keluarga, sekolah dan masyarakat*. Penerbit Bulan bintang.
- Fauzia, Sarah. (2016). *Hubungan tingkat dukungan sosial dari wali asrama dengan penyesuaian diri santri SMP di Pondok Pesantren al Qur'an KH Abdullah Syafi'e*. (Thesis UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) <http://etheses.uin-malang.ac.id/3676/1/11410034.pdf>
- Feist, J. Feist, G.(2010). *Teori Kepribadian*. (7th Ed) Salemba Humanika.
- Hidayat, Dyah Aji Jaya. (2009). *Perbedaan Penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Tradisional dan Moderen*. (Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta)
<http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/4796>
- Kumalasari , Fani & Ahyani, Nur Lathifah. (2012). Hubungan antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1 (1) 21-30. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/PSI/article/view/33>
- Laely, Afifah Nur. (2017). *Pengaruh Penyesuaian diri Santri putra dan putri terhadap Kesenian di Pondok Pesantren Moderen*. (Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang) <http://eprints.umm.ac.id/43673/1/jiptummp-gdl-afifahnur1-47828-1-skripsi-%29.pdf>

- Mahmudi, Hadi & Suroso.(2014). Efikasi diri, Dukungan sosial dan Penyesuaian diri dalam belajar. *Pesona Jurnal Psikologi Indonesia*, 3 (2), 183-194.
<http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/382>
- Nadzir, Ahmad Isham & Wulandari, Nawang Warsi.(2013) Hubungan Religiusitas dengan Penyesuaian diri Siswa Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Tabula Rasa*, 8 (3), 689-707.
<https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/213>
- Schneiders, Alexander. A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. Holt, Reinhart & Winston Inc.
- Widodo, Prasetyo Budi. (2006). Reliabilitas dan Validitas Konstruk Skala Konsep Diri untuk Mahasiswa Indonesia. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3 (1) 1-9.
<https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/download/686/550>