

PERAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI MTS PONDOK PESANTREN PABELAN MAGELANG

Achmad Fajri Pratama¹ Partini²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa hal termasuk efikasi diri dan dukungan sosial. Penelitian ini dilakukan untuk menguji peran efikasi diri dan dukungan sosial dengan dengan penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Pabelan Magelang. Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif yang melibatkan 162 santri MTS Pondok Pesantren Pabelan Magelang, partisipan ditentukan menggunakan teknik *Stratified Cluster Random Sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen skala penyesuaian diri, skala efikasi diri, dan skala dukungan sosial. Dengan validitas 0,6-0,9 serta reliabilitas 0,70-0,80 dan alat ukur tersebut terbukti valid dan reliabel sebagai instrumen pengumpulan data. Analisis data menggunakan analisis regresi berganda menemukan hasil bahwa terdapat peran antara variabel efikasi diri dan dukungan sosial dengan variabel penyesuaian diri, diperoleh nilai F sebesar 37.663 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) artinya terdapat peran positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri. Analisis data menemukan hasil bahwa terdapat hubungan antara variabel efikasi diri dengan variabel penyesuaian diri, diperoleh nilai t sebesar 6,075 dan Sig. (1-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) artinya terdapat peran positif yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada santri. Analisis data juga menemukan hasil bahwa terdapat hubungan antara variabel dukungan sosial dengan variabel penyesuaian diri, diperoleh nilai r sebesar 3,876 dan Sig. (1-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) artinya terdapat peran positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri. Sumbangan efektif pada variabel efikasi diri dan dukungan sosial dengan variabel penyesuaian diri menunjukkan presentase sebesar 32,1% dengan presentase efikasi diri berperan sebesar 21,3% dan dukungan sosial sebesar 10,8% dan 67,9 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Kata kunci : efikasi diri, dukungan sosial, penyesuaian diri, santri.

Abstract

Adjustment is influenced by several things including self-efficacy and social support. This research was conducted to examine the role of self-efficacy and social support with the self-adjustment of students at the Pabelan Islamic Boarding School, Magelang. The research was conducted using a quantitative method involving 162 students of Pabelan Magelang Islamic Boarding School MTs, participants were determined using the Stratified Cluster Random Sampling technique. This study used the instruments of self-adjustment scale, self-efficacy scale, and social support scale. With a validity of 0.6-0.9 and a reliability of 0.70-0.80 and the measuring instrument is proven valid and reliable as a data collection instrument. Data analysis using multiple regression analysis found that there is a role between self-efficacy and social support variables with self-adjustment variables, obtained an F value of 37,663 and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) meaning that there is a very significant positive role between self-efficacy and

social support with self-adjustment to students. Data analysis also found that there was a relationship between social support and self-adjustment variables, the r value was 3.876 and Sig. (1-tailed) of 0.000 ($p < 0.05$) means that there is a significant positive role between social support and adjustment to students. The effective contribution to the variables of self-efficacy and social support with the variable self-adjustment shows a percentage of 32,1% with a percentage of self-efficacy of 21,3% and social support of 10,8% and 67,9% influenced by other factors not examined in this study.

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

1. PENDAHULUAN

Sekolah adalah tempat belajar pendidikan yang memiliki program dan disusun secara sistematis sebagai sarana pengajaran untuk belajar agar siswa dapat berkembang. Di Indonesia ada berbagai macam lembaga pendidikan untuk menuntut ilmu di mana seseorang dapat memilih lembaga pendidikan yang sesuai dan layak baginya. Diantaranya adalah Pesantren atau lembaga Pendidikan Islam. Pesantren adalah lembaga pendidikan yang menawarkan model pendidikan yang berbeda dengan sekolah pada umumnya (Damayanti N. et al., 2021). Menurut Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2019 tentang Pondok Pesantren, pendidikan di pondok pesantren adalah pendidikan yang diselenggarakan oleh pondok pesantren di lingkungan pondok pesantren dengan mengembangkan kurikulum yang disesuaikan dengan karakteristik pondok pesantren berdasarkan ajaran Islam atau yang berbasis dirasah islamiyah dengan model pendidikan muslim (Panut et al., 2021). Menurut laporan Kementerian Agama, terdapat 26.975 pesantren di Indonesia pada Januari 2022. Dari jumlah tersebut, 3.787 pesantren berada di Jawa Tengah. Menurut Hidayat et al. (2018) pada umumnya kyai, asrama, santri kitab kuning dan masjid merupakan sebuah unsur dari pondok pesantren. Dengan tujuan untuk memperoleh sebuah pengalaman pada ilmu yang di dapatnya atau bisa kita sebut ilmu yang bermanfaat (ilmu naafi) Sebutan bagi seseorang yang mendalami pendidikan ilmu agama islam di suatu tempat seperti pesantren dan biasanya menetap hingga pendidikannya selesai di tempat tersebut dinamakan santri (Maimunah, 2020). Suasana di pondok pesantren yang telah di atur dari jadwal serta asrama dan lain-lain demi kenyamanan dan kepentingan para santri ternyata menimbulkan beberapa masalah yang kini di hadapi oleh kalangan para santri khususnya yang berada di kalangan atau derajat SMP. Karena pada masa ini santri dalam masa transisi dimana mereka tinggal di tempat yang berbeda. Di pondok pesantren para santri di tuntut untuk mandiri, terpisah dari orang tua dan mengharuskan untuk mampu dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan pondok. Harapannya para santr yang sedang belajar di pondok pesantren mampu beradaptasi dengan perubahan yang akan dihadapi, mampu menyelesaikan permasalahan yang dialami, mampu hidup dengan mandiri dan mampu untuk menyelesaikan

masa studinya hingga akhir dengan baik. Namun pada kenyataannya masih banyak santri yang tidak dapat untuk beradaptasi atau menyesuaikan dirinya di pondok. Masih banyak santri yang tidak kuat dengan lingkungan di sana sehingga banyak di antaranya yang gagal menyelesaikan masa pendidikannya atau bisa dikatakan keluar maupun berhenti dari pondok pesantren. (Sa'idah & Laksmiwati, 2017).

Dimana diperkuat dengan hasil studi sebelumnya oleh peneliti dengan melakukan sebuah wawancara dengan pengasuh pondok pesantren Darut Taqwa di mana ada beberapa santri yang berusaha untuk melarikan diri dari pondok karena alasan tidak betah karena berada di pondok (Nabila & Laksmiwati, 2019). Adapula dari hasil studi pendahuluan sebelumnya di pondok pesantren Al Islah Darussalam terdapat indikasi perilaku kurangnya penyesuaian diri yaitu santri belum terbiasa dengan budaya antri, santri sering mengeluh dengan peraturan pondok yang dirasa ketat, santri kurang bisa belajar dalam suasana ramai, santri sulit menerima menu makanan, (Maghfur, 2018). Ada lagi penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang menyatakan 5 sampai dengan 10 % santri baru pondok pesantren Modern Islam (PPMI) Assalam Surakarta mempunyai permasalahan dalam menyesuaikan dirinya seperti kurang bersemangat dalam mengikuti pelajaran dan tidak bisa hidup di asrama karena terpisah dari orang tua (Fitri & Setiowati, 2019). Dari survey data awal yang dilakukan terhadap 39 santri di Pondok Pesantren Pabelan menunjukkan bahwa santri tidak dapat menyesuaikan dirinya karena tidak mengikuti keinginannya sendiri sebanyak 25 dari 39 santri lebih mengikuti keinginan orang tua bukan diri sendiri, kemudian sebanyak 15 dari 39 menunjukkan bahwa ketika menghadapi sebuah masalah mereka akan menghindarinya atau kabur dari masalah tersebut, sebanyak 30 dari 39 santri menunjukkan bahwa di dalam pondok pesantren dirinya merasa terbebani atau tidak betah dan sebanyak 23 dari 39 santri menunjukkan bahwa dirinya kurang mampu dalam menghadapi sebuah permasalahan yang terjadi di dalam pondok pesantren. Sedangkan santri yang lain mengaku masuk pondok karena keinginannya sendiri, dimana mereka dapat menyesuaikan dirinya yang ditandai dengan keinginan untuk mendalami pelajaran agama dan menjadi lebih baik dimasa yang akan datang, ingin membahagiakan orang tua dan keluarga, memperbanyak teman-teman, mengikuti semua peraturan yang ada di pondok pesantren dan menganggap nyaman berada di dalam pondok pesantren. Hasil survey data awal disajikan bahwasanya dapat menjadi suatu bukti dan indikasi bahwa penyesuaian diri pada beberapa santri di Pondok Pesantren Pabelan Magelang tergolong rendah. Dalam beradaptasi atau menyesuaikan diri tiap individu memiliki perbedaan dalam menghadapi sebuah permasalahan. Penyesuaian diri penting bagi tiap santri yang memasuki masa transisi ini karena kehidupan ataupun pendidikan di pondok pesantren berbeda dari pendidikan di sekolah terutama

pada santri yang baru beberapa tahun tinggal di pondok. Santri baru memerlukan kemampuan dalam menghadapi sebuah permasalahan atau tantangan yang ada. Seseorang yang tidak memiliki penyesuaian diri tinggi akan kesulitan dalam menghadapi berbagai permasalahan. Menurut Nabila & Laksmiwati (2019) Remaja membutuhkan penyesuaian dalam dirinya selama fase transisi kehidupan, yang meliputi transisi sekolah, yaitu transisi dari sekolah dasar ke pendidikan tinggi.

Menurut Schneiders A. A. (1994) Penyesuaian diri adalah proses yang melingkupi respon mental dan perilaku yang diusahakan oleh seorang individu supaya dapat menangani sebuah permasalahan dan mendapatkan keseimbangan antara tuntutan dari eksternal yaitu lingkungan tempat individu berada maupun internal yaitu dalam diri dengan dunia luar. Adapula menurut Pasaribu (2022) Penyesuaian diri merupakan proses belajar seorang individu dalam memahami keadaan yang ada, mengerti dalam situasi baru atau pandemi dan berusaha untuk melakukan apa tujuannya dan yang diinginkan lingkungannya sehingga individu dapat menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam lingkungannya baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun lingkungan sekitar. Schneiders A. A. (1994) juga menyebutkan penyesuaian diri individu memiliki 4 aspek, yaitu : a. Adaptation : Adaptation atau adaptasi dapat dipandang sebagai kemampuan dalam menyesuaikan dirinya di lingkungan baru dan berubah. Seseorang yang mempunyai penyesuaian diri yang baik dapat diartikan sebagai individu yang mampu mengatasi tantangan dan stress dalam lingkungan baru. b. Comformity : Kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma sosial atau kelompok di sekitarnya. Comformity dapat menjadi hal yang positif dalam menjaga harmoni dalam kelompok. c. Mastery : Kemampuan individu untuk menguasai tugas atau aktifitas tertentu. Individu yang mampu menguasai tugas atau aktifitas dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kesejahteraan mental mereka. d. Individual variation : Aspek penyesuaian diri yang mengakui perbedaan individu dalam cara mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan. Individu memiliki keunikan dan perbedaan dalam cara mereka mengatasi tantangan dan stress, dan memahami perbedaan ini dapat membantu individu mencapai kesejahteraan yang lebih baik. Adapun factor yang mempengaruhi seorang individu dalam pengelolaan dari permasalahan yang di hadapinya agar dapat menyesuaikan dirinya dalam lingkungan dia berada. Beberapa faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri diantaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal termasuk didalamnya motif, persepsi, sikap, intelegensi atau minat, kepribadian individu dan terakhir efikasi diri. Sedangkan faktor eksternal ialah keluarga, kondisi lingkungan, kelompok sebaya, dukungan sosial dan terakhir hukum dan norma (Pasaribu, 2022). Menurut Schneiders A. A. (1994) juga menyebutkan beberapa factor tersebut ada 5 yaitu : 1. Kematangan dan

Perkembangan 2. Kondisi Fisik 3. Kondisi Lingkungan 4. Budaya dan Agama 5. Pendidikan.

Faktor penyebab penyesuaian diri menurut Pasaribu (2022) salah satunya adalah efikasi diri. Menurut Bandura A (1997) efikasi diri merupakan perspektif seseorang terhadap kemampuan dalam diri agar dapat mencapai tujuannya. Adapun karakteristik seseorang yang memiliki efikasi yang diri dimana individu tersebut merasa yakin dan mampu untuk menyelesaikan tugas-tugasnya, menangani berbagai masalah dengan efektif, percaya dengan kemampuan yang dimilikinya dan memandang sebuah kesulitan sebagai sebuah tantangan dan bukan ancaman serta menyukai hal-hal yang baru dan memiliki komitmen yang tinggi pada dirinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Maimunah (2020) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada santri, semakin tinggi tingkatan efikasi diri yang didapat oleh individu maka akan semakin tinggi juga penyesuaian dirinya sedangkan sebaliknya apabila semakin rendah tingkat efikasi diri individu maka akan semakin rendah juga tingkat penyesuaian dirinya termasuk penyesuaian diri pada santri. Hal ini juga didukung oleh penelitian dari Fitri & Setiowati (2019) dan penelitian dari Tajzadghai & Seadati Shamir (2019) menyatakan bahwa efikasi diri memiliki peranan positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri.

Selain efikasi diri factor lainnya yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah dukungan sosial (Pasaribu, 2022). Menurut Sarafino & Smith (2017) Dukungan sosial merupakan sikap maupun ketersediaan individu atau kelompok lainya untuk menolong individu maupun kelompok yang ada di sekeliling dengan memberikan perhatian, peduli, menghargai serta kenyamanan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afifah & Saloom (2020) membuktikan bahwasannya adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Didukung oleh penelitian dari Ekanita & Putri (2019) menunjukkan bahwasannya adanya hubungan yang kuat antara dukungan sosial terhadap penyesuaian diri, apabila semakin tinggi tingkat dukungan sosial seseorang maka akan semakin tinggi juga penyesuaian dirinya kemudian kebalikannya, apabila semakin rendah tingkat dukungan sosial seseorang maka akan semakin rendah juga tingkat penyesuaian diri seseorang. Berdasarkan penelitian yang dipaparkan bahwasannya menunjukkan jika dukungan sosial memiliki peranan yang positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri.

Berdasarkan pernyataan yang sudah dipaparkan peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan yang terjadi, sehingga peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Peran efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri MTs Pondok Pesantren Pabelan Magelang”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui peranan antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri. Dari bukti-bukti konseptual dan teoritis

keterkaitan antara efikasi diri terhadap penyesuaian diri maupun dukungan sosial terhadap penyesuaian diri maka diambil hipotesis mayor terdapat peran pada efikasi diri dan dukungan sosial memiliki peran terhadap penyesuaian diri santri, hipotesis minor 1 terdapat peran positif pada efikasi diri dengan penyesuaian diri santri, dan hipotesis minor 2 terdapat peran positif pada dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri. Penelitian ini dilakukan untuk menguji adanya peran antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat dalam bidang keilmuan yaitu : 1. Bagi santri, dapat menambah wawasan mengenai peran dukungan sosial dan efikasi diri pada penyesuaian diri santri. 2. Bagi Pimpinan Pondok pesantren, dapat digunakan sebagai panduan dalam mengambil kebijakan terkait penyesuaian diri santri dengan meningkatkan efikasi diri dan memberikan dukungan sosial sesuai dengan kebutuhan. 3. Bagi peneliti selanjutnya, yaitu menjadi sumber atau referensi apabila dilakukannya penelitian dengan metode yang sama.

2. METODE

Jenis metode penelitian ini menggunakan metode *kuantitatif* pendekatan *korelasional*. Pendekatan *korelasional* mempunyai tujuan untuk mengetahui peran suatu variabel dengan variabel-variabel lain. Penelitian ini terdapat tiga variabel, 2 variabel *predictor* dan 1 variabel *kriterium* yaitu penyesuaian diri, efikasi diri dan dukungan sosial. Efikasi diri (X1) dan Dukungan sosial (X2) sebagai variabel *prediktor*, sedangkan Penyesuaian diri (Y) sebagai variabel *kriterium*.

Populasi yang dipilih dalam penelitian ini yaitu santri MTs Pondok Pesantren Pabelan Magelang, yang terdiri atas kelas satu ada 5 kls, kelas dua ada 5 kelas dan kelas tiga ada 2 kelas. Tidak semua anggota populasi menjadi subyek penelitian, namun hanya sebagian dari anggota populasi atau sampel yang mewakili subyek penelitian yaitu sebanyak 162 santri. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *stratified cluster random sampling*. *Stratified cluster random sampling* merupakan proses pengambilan sampel yang menggabungkan karakteristik dari stratified random sampling dengan karakteristik simple cluster sampling. Peneliti mengambil data pada tanggal 22 Maret 2023 di Pondok Pesantren Pabelan Magelang.

Skala Penyesuaian diri dengan mengangkat teori dari Schneiders A. A. (1994) yang disusun berdasarkan hasil diskusi peneliti dengan dosen pembimbing. Dan telah melalui proses uji validitas dan uji reliabilitas dengan nilai uji validitas masing masing aitem 0,5 - 0,85 sehingga ada 1 aitem yang gugur dan nilai uji reliabilitas sebesar 0,796.

Skala efikasi diri pada penelitian ini yaitu mengangkat teori dari Bandura A (1997) yang disusun oleh peneliti yang berdasarkan diskusi dengan dosen pembimbing. Dan telah melalui proses uji validitas dan uji reliabilitas dengan nilai uji validitas masing masing aitem berkisar

0,65 – 0,9 sehingga tidak ada yang gugur dan nilai uji reliabilitas sebesar 0,768.

Skala dukungan sosial yang diangkat dalam penelitian ini menggunakan teori dari Sarafino & Smith (2017) yang disusun oleh peneliti yang berdasarkan diskusi dengan dosen pembimbing. Dan telah melalui proses uji validitas dan uji reliabilitas dengan nilai uji validitas masing masing aitem 0,65 - 0,85 sehingga tidak ada yang gugur dan nilai uji reliabilitas sebesar 0,874.

Uji validitas pada penelitian ini didasarkan pada opini penilaian 5 rater. Validitas diuji menggunakan koefisien validitas isi Aiken's V kemudian dianalisis menggunakan Microsoft Excel. Aiken agar Content Validity Coefficient dapat terlihat. Pada hasil perhitungan diperoleh nilai validitas skala efikasi diri, skala dukungan sosial, dan skala penyesuaian diri 0,5 sampai 0,8 dan terdapat aitem yang gugur karena nilai validitas kurang dari 0,6. Uji reliabilitas instrumen penelitian ini menggunakan rumus *cronbach alpha*. Analisis data penelitian ini yaitu menggunakan metode regresi linear berganda. Kemudian uji prasyaratan yang dibutuhkan dalam analisis regresi linier ganda adalah uji normalitas, uji multikolinieritas, uji heteroskedastisitas, dan uji hipotesis.

Setelah dilakukan uji asumsi selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan uji F untuk mengetahui apakah variabel independen secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen, variabel independent dapat dikatakan berpengaruh secara simultan apabila nilai signifikansi $< 0,05$. Dalam melakukan melakukan semua uji tersebut digunakan software ibm spss statistic 21. Digunakanya analisis regresi linier ganda dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran atau hubungan antara dua variabel bebas dengan variabel terikat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini uji asumsi telah terpenuhi dan uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda dan didapatkan nilai signifikasi sebagai berikut :

Tabel 1. Data Uji Hipotesis Stimultan

	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5364.341	2	2682.171	37.663	.000 ^b
	Residual	11323.097	159	71.214		
	Total	16687.438	161			

Pada uji hipotesis simultan di dapatkan hasil efikasi diri dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh terhadap penyesuaian diri dengan nilai $R = 0,567^a$ dan nilai $F = 37.663$, $p = 0,000$, $p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkann kedua variabel bebas memiliki peran secara simultan terhadap penyesuaian diri santri Mts Pondok Pesantren Pabelan Magelang dan hipotesis mayor diterima.

Tabel 2. Data Uji Hipotesis Minor

Model	Unstandardized Coefficient		Standardized Coefficient	t	Sig
	B	Std. Error	Beta		
1(CONSTANT)	39.749	5.466		7,272	.000
Efikasi diri (X1)	.464	.076	.420	6,075	.000
Dukungan sosial (X2)	.205	.053	.267	3,867	.000

Hasil uji hipotesis ditemukan bahwa efikasi diri memiliki peran positif terhadap penyesuaian diri santri Mts Pondok Pesantren Pabelan Magelang ($t = 6,075$ Sig. (1-tailed) = $0,000 < 0,05$). Maka dapat disimpulkan terdapat peran yang positif dan hipotesis minor 1 diterima. Hasil uji hipotesis ditemukan bahwa dukungan sosial memiliki peran positif terhadap penyesuaian diri santri Mts Pondok Pesantren Pabelan Magelang ($t = 3,867$ Sig. (1-tailed) = $0,000 < 0,05$). Maka dapat disimpulkan terdapat peran yang positif dan hipotesis minor 2 diterima.

Berdasarkan hasil yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua variable bebas yaitu efikasi diri dan dukungan sosial menjadi *predictor* bagi variabel *kriterium* (tergantung) yaitu penyesuaian diri dengan nilai $R = 0,567$ dan nilai $F = 37.663$, $p = 0,000$, $p < 0,05$). Sehingga efikasi diri dan dukungan sosial secara simultan atau secara bersama-sama berperan terhadap penyesuaian diri santri MTs Pondok Pesantren Pabelan Magelang dengan demikian hipotesis mayor diterima. Artinya dengan meningkatkan efikasi diri dan dukungan sosial pada santri maka penyesuaian diri santri dapat meningkat. Hal ini sesuai dengan teori Schneiders A. A. (1994) penyesuaian diri individu dapat ditingkatkan melalui peningkatan efikasi diri dan dukungan sosial. Selain itu hasil riset ini sama seperti hasil penelitian Afifah & Saloom (2020) yang dilakukan pada santri baru pondok pesantren., penelitian Mutia (2020) yang dilakukan pada santri putri pondok pesantren Al-Amin Purwanegara., dan penelitian dari Maimunah (2020) yang dilakukan pada siswa SMP tingkat 1 Syaicono Cholil Samarinda. Kemudian R^2 memperoleh nilai sebesar 0,321 dari nilai tersebut dapat diartikan bahwa kedua variable independent yaitu efikasi diri dan dukungan sosial memiliki pengaruh sebesar 32% terhadap penyesuaian diri, sedangkan sisanya 68% disebabkan oleh variable lainya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Secara terpisah peran efikasi diri terhadap penyesuaian diri ditunjukkan dari hasil $t = 6,075$, dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$), artinya dengan meningkatkan efikasi diri pada santri maka penyesuaian diri santri dapat meningkat. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fitri & Setiowati, 2019) yang dilakukan pada santri pondok

pesantren tahfidzul qur`an di kecamatan Sirampog Kab. Bumiayu, penelitian dari (Tajzadghai & Seadati Shamir, 2019) yang dilakukan pada mahasiswa Islamic Azad University, Penelitian (Maimunah, 2020) yang dilakukan pada pada siswa SMP tingkat 1 Syaicona Cholil Samarinda., Penelitian (Pasaribu, 2022) yang dilakukan pada mahasiswa baru fakultas psikologi Medan area., Penelitian (Sujadi et al., 2022) yang dilakukan pada santriwati baru pondok pesantren., Dan Penelitian (Kamel, 2018) yang dilakukan pada mahasiswa tahun pertama.

Dan peran dukungan sosial terhadap penyesuaian diri dapat ditunjukkan dengan hasil analisis $t = 3,867$, dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). artinya dengan meningkatkan dukungan sosial pada santri maka penyesuaian diri santri dapat meningkat. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Afifah & Saloom (2020) yang dilakukan pada santri baru pondok pesantren., Penelitian Nishfi & Handayani (2021) yang dilakukan pada siswa SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang., Penelitian Tazakhrofatin (2018) yang dilakukan pada santri pondok pesantren Al-Azizah Samarinda. Penelitian dari Shiddiq et al. (2020) yang dilakukan pada mahasiswa baru., Penelitian dari Dewi & Lestari (2019) yang dilakukan pada santri. Penelitian Ekanita & Putri (2019) yang dilakukan pada santriwati Mts Pondok Pesantren Sukoharjo. Dan penelitian yang dilakukan Yulianto (2020) pada santri pondok pesantren Darel Hikmah Pekanbaru.

Sumbangan efektif dari variabel efikasi diri dan dukungan sosial terhadap variabel penyesuaian diri berdasarkan nilai R Square $0,321$ yang berarti sumbangan efektifitas variabel bebas terhadap variabel terikat adalah $32,1\%$, dengan rincian variabel efikasi diri memberikan sumbangan sebesar $21,3\%$ dan variabel dukungan sosial memberikan sumbangan sebesar $10,8\%$. Sementara sisanya yaitu sebesar $67,9\%$ dipengaruhi oleh faktor faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Meskipun efikasi diri dan dukungan sosial ini sama sama memiliki peran terhadap penyesuaian diri santri namun efikasi diri memiliki presentase yang lebih tinggi dibandingkan dukungan sosial, hal ini berarti santri perlu hal-hal yang bersifat internal yang dapat meningkatkan efikasi dirinya. Hal ini sesuai dengan penelitian Sa'idah & Laksmiwati (2017) yang menunjukkan sumbangan yang diberikan pada proporsi varian penyesuaian diri lebih banyak diberikan oleh variabel efikasi diri dibandingkan dengan variabel dukungan sosial. Santri yang memiliki keyakinan diri akan lebih mampu menyesuaikan diri di lingkungannya, siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi, akan mudah dalam menentukan tujuan sendiri yang menantang dan tekun terhadap tujuan ketika menghadapi rintangan (Maimunah, 2020).

Kekuatan dalam penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti adalah peneliti

mendapatkan hasil yang cukup baik dari teknik *stratified cluster random sampling* dimana peneliti mendapatkan subjek penelitian secara generalisasi. Dan kelemahannya adalah kurangnya peneliti dalam meratanya dalam setiap sub strata/kelas dalam tabel demografis dimana agar peneliti selanjutnya lebih memperhatikan lagi dibagian tersebut agar lebih konkrit. Serta masih rendahnya sumbangan efektif yang dipengaruhi factor lain sebanyak 68% diharapkan peneliti selanjutnya agar mencari factor lainya yang sesuai dengan variable penyesuaian diri.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor dan hipotesis minor dalam penelitian ini diterima, dimana hipotesis mayor adalah adanya peran antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri dan hipotesis minor adanya peran antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dan adanya peran antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Sumbangan efektif dari efikasi diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri sebesar 32,1% dengan rincian efikasi diri berperan terhadap penyesuaian diri sebesar 21,3 % dan dukungan sosial berperan terhadap penyesuaian diri sebesar 10,8%, dan 67,9% dipengaruhi oleh factor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwasannya efikasi diri memberikan sumbangan lebih besar kepada penyesuaian diri.

Tingkat penyesian diri santri tergolong sangat tinggi, hal ini perlu dipertahankan agar santri yang tidak betah di pondok dapat berkurang, kemudian data yang didapat bahwa efikasi diri yang didapatkan oleh santri tergolong sedang hal ini tentunya perlu dipertahankan bahkan perlu ditingkatkan karna beberapa data juga didapati sejumlah santri memiliki efikasi diri yang rendah, jika dibiarkan hal ini tentu akan membuat santri memiliki penyesuaian diri yang rendah juga, namun ada beberapa santri yang memiliki efikasi diri yang rendah, namun sebagian besar santrii memiliki efikasi diri yang sedang maka hal ini perlu dipertahankan dan perlu ditingkatkan untuk membuat penyesuaian diri santri sesuai dengan harapan, kegiatan-kegiatan perlu dilakukan untuk meningkatkan efikasi dirinya seperti salah satunya training pengenalan diri, pengelolaan pikiran negative dan positif, dan menemukan mentor yang tepat. Lalu data tentang dukungan sosial santri di pondok pesantren pabelan Magelang tergolong tinggi, hal ini tentunya perlu dipertahankan bahkan perlu ditingkatkan karena beberapa data juga didapati sejumlah santri memiliki dukungan sosial yang rendah, jika dibiarkan hal ini tentu akan membuat santri memiliki penyesuaian diri yang rendah juga, hal ini perlu di antisipasi dengan mengadakan agenda agar santri merasa mendapat dukungan dari berbagai pihak, aktifitas-

aktifitas penunjang seperti pelatihan siap kerja, konseling, pembekalan kesehatan mental, dan lain sebagainya guna membuat santri merasa memiliki lingkungan sosial yang mendukung dirinya agar memiliki rasa penyesuaian diri yang tinggi. Bagi peneliti selanjutnya bisa menggunakan variable *predictor* (bebas) lain dalam penelitian yang akan dilakukan selanjutnya yang akan memberikan peranan untuk meningkatkan penyesesuan diri, kemudian menggunakan metode lain yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, S., & Saloom, G. (2020). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Self-Efficacy Dalam Penyesuaian Diri Santri Baru. *Dialog*, 41(2), 139–150.
<https://doi.org/10.47655/dialog.v41i2.309>
- Bandura A. (1997). *Self Efficacy; The Exercis of Contorol* (pp. 5–174).
https://www.academia.edu/28274869/Albert_Bandura_Self_Efficacy_The_Exercise_of_Control_W_H_Freeman_and_Co_1997_pdf
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). Validitas dan Reliabilitas Penelitian. In *Binus*.
www.mitrawacanamedia.com
- Cohen, S., & Hoberman, M. (2006). Positive events and social support as buffers of life change stress. *Journal of Applied Psychology*, 13(2), 99–125.
- Damayanti N., Hasanah M., & Zahro I. F. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren. *Ummul Qura: Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan*, 16(1), 1–14.
<https://doi.org/10.55352/uq.v16i1.250>
- Dewi, P. L., & Lestari, S. (2019). Peran Dukungan Sosial Ustadzah dan Kematangan Emosi terhadap Penyesuaian Akademik Santriwati. *Skripsi*. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTS) Pondok Pesantren di Sukoharjo. *Psikologika Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 149–154.
<https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art5>
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Reforma*, 2(1), 55–65.
<https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>
- Fitri, & Setiowati, E. A. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Di Pondok Tahfidzul Qur'an Di Kecamatan Sirampog Kab. Bumiayu. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)*, 487–494.
- Ganster, D. C., Fusilier, M. R., & Mayes, B. T. (1986). Role of social support in the experience of stress at work. In *Journal of Applied Psychology* (Vol. 71, pp. 102–110). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.71.1.102>
- Haber, A., & Runyon, R. P. (1984). *Psychology of adjustment*. Dorsey Press.
- Hidayat, T., Rizal, A. S., & Fahrudin, F. (2018). Peran Pondok Pesantren Sebagai Lembaga Pendidikan Islam di Indonesia. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(2), 1–10.
<https://doi.org/10.29313/tjpi.v7i2.4117>

- Hurlock, E. (1991). *Psikologi Perkembangan Anak Jilid I (Terjemahan)*. Jakarta : Erlangga.
- Kamel, O. M. (2018). Academic overload, self-efficacy and perceived social support as predictors of academic adjustment among first year university students. *International Journal of Psycho-Educational Sciences*, 7(1), 86–93.
- Maghfur, S. (2018). Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 12(1), 85–104. <https://doi.org/10.24090/komunika.v12i1.1307>
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275. Di publikasi 2020, Dari Universitas Mulawarman Samarinda. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4911>
- Mardiatmoko, G. (2020). Pentingnya Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Regresi Linier Berganda (Studi Kasus Penyusunan Persamaan Allometrik Kenari Muda). *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan*, 14(3), 333–342. <https://doi.org/10.30598/barekengvol14iss3pp333-342>
- Mutia, B. S. (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Self-Efficacy Pada Mahasiswa Santri Putri Di Pondok Pesantren Al-Amin Purwanegara*. (Bachelor Dissertation, UIN Purwokerto) <http://repository.iainpurwokerto.ac.id/8683/>
- Nabila, N., & Laksmiwati, H. (2019). *Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo*. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*,. 1–7.
- Nalendra, A. R. A. (2021). *Stastitika Seri Dasar Dengan SPSS*. In *Media Sains Indonesia : Bandung* (p. 54).
- Nina, O., Mantyawati, N., Septiningsih, D. S., Setyawati, R., & Wulandari, D. A. (2022). Efikasi Diri dan Penyesuaian Diri Pada Peserta Didik Kelas VII. *Psimphoni*, 3(2), 2772–1805.
- Nishfi, S. L., & Handayani, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang. *Journal of Psychological Perspective*, 3(1), 23–26. <https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>
- Panut, P., Giyoto, G., & Rohmadi, Y. (2021). Implementasi Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2019 Tentang Pesantren Terhadap Pengelolaan Pondok Pesantren. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*, 7(2), 816–828. (Doctoral dissertation, IAIN Surakarta) <https://doi.org/10.29040/jiei.v7i2.2671>
- Pasaribu, E. P. B. (2022). *Hubungan Efikasi diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Sa'idah, S., & Laksmiwati, H. (2017). Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(2), 116. <https://doi.org/10.26740/jppt.v7n2.p116-122>
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Jakarta : Prenada Media Group.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions: Stress, Biopsychosocial Factors, and Illness*.

https://www.cambridge.org/core/product/identifier/CBO9781107415324A009/type/book_part

- Schneiders A. A. (1994). Personal adjustment and mental health. *Child Development and Adjustment: Study of Child Psychology.*, 423–450. <https://doi.org/10.1037/14399-018>
- Shiddiq, M. I., Fitra, M. A., Patricia, R., Afriani, D. I., Bahar, F. A., & Malay, E. D. (2020). *Social Support is Positively Correlated With College Adjustment in First-Year Students.* 494(Iciap 2019), 549–558. In *3rd International Conference on Intervention and Applied Psychology (ICIAP 2019) and the 4th Universitas Indonesia Psychology Symposium for Undergraduate Research (UIPSUR 2019)* (pp. 549-558). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201125.046>
- Stanley, M., & Beare, P. G. (2007). *Buku ajar keperawatan gerontik (Gerontik Nursing Teaching Book.* EGC Medical Book Publishers.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Setiyawami (ed.)). ALFABETA.
- Sujadi, E., Meditamar, M. O., & Ahmad, B. (2022). Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application Pengaruh Stres Akademik dan Self-Efficacy terhadap Penyesuaian Diri Santriwati Pondok Pesantren Tahun Pertama: Efek Mediasi Self-Esteem. *Ijgc*, 11(3). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Sulistiyono, S., & Sulistiyowati, W. (2017). Peramalan Produksi dengan Metode Regresi Linier Berganda. *PROZIMA (Productivity, Optimization and Manufacturing System Engineering)*, 1(2), 82–89. <https://doi.org/10.21070/prozima.v1i2.1350>
- Syahrum, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (R. Ananda (ed.)). Citapustaka Media.
- Tajzadghai, A. sadat, & Seadati Shamir, A. (2019). The Relationship between Emotional Creativity and Self-Efficacy with Individual and Social Adjustment of Students of Islamic Azad University, Tehran Research Sciences Branch. *Iranian Journal of Educational Society*, 4(2), 15–24. <https://doi.org/10.22034/ijes.2019.43730>
- Tazakhrofatin, D. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial dan Orientasi Masa Depan Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(4), 468–473. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i4.4667>
- Yulianto, D. (2020). Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Madya Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Darel Hikmah Pekanbaru. (Doctoral dissertation, UIN Sultan Syarif Kasim Riau).