

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN PENYESUAIAN
AKADEMIK MELALUI SISTEM PEMBELAJARAN *ONLINE* DALAM
SITUASI COVID-19 PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNISSULA**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh :

FATIMAH CELIN WIDYANTI

(30701700035)

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN PENYESUAIAN AKADEMIK MELALUI SISTEM PEMBELAJARAN ONLINE DALAM SITUASI COVID-19 PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNISSULA

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Fatimah Celin Widyanti
30701700035

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal


Luh Pitu Shanti Kusumaningsih., S.Psi, M.Psi,
Psikolog

10 April 2022

Semarang, 10 April 2022

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung


Joko Kusnoro, S.Psi., M.Si
NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN PENYESUAIAN AKADEMIK MELALUI SISTEM PEMBELAJARAN ONLINE DALAM SITUASI COVID-19 PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNISSULA

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Fatimah Celin Widyanti
Nim: 30701700035

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 22 April 2022

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Inhasnuti Sugiasih, S.Psi, M.Psi, Psikolog
2. Abdurrohim, S.Psi, M.Si
3. Luh Putu Shanti Kusumaningsih, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 08 Juni 2022

Mengetahui



Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
NIK. 210799001

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya Fatimah Celin Widyanti dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat sarjana disuatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kersarjanaan saya dicabut.

Semarang, 5 April 2022
Yang menyatakan



METZ
FEMAR
3312A/JX710029160

Fatimah Celin Widyanti
30701700035



MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.”

(Al-Qur’an Surat Ar-Ra’d : 11)

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(Al-Qur’an Surat Al-Baqarah : 286)

“Dan barang siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Allah menjadikan baginya kemudahan dalam urusannya.”

(Al-Qur’an Surat At-Talaq : 4)

“Kamu tidak bisa kembali dan mengubah awal saat kamu memulainya, tetapi kamu bisa memulainya lagi dari mana kamu berada sekarang dan ubah akhirnya,”

(C.S Lewis)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim... Dengan izin Allah Subhanahu Wa Ta'ala

Penulis mempersembahkan karya ini kepada :

Ibu dan Bapak selaku orang tua penulis yang tiada hentinya mencurahkan doa, memberikan kasih sayang, nasihat dan dukungan yang tiada akhir,serta Bapak dan Ibuku yang menjadi alasan peneliti untuk tetap semangat dalam menyelesaikan karya ini.

Dosen pembimbing Ibu Luh Putu Shanti K, S.Psi, M.Psi yang penuh kesabaran dalam membimbing, memberikan arahan, serta memberi dukungan penuh kepada peneliti dalam menyelesaikan karya ini.



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, hidayah serta inayah yang telah diberikan kepada penulis sehingga karya yang sangat sederhana ini peneliti mampu menyelesaikan sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, semoga kita akan selalu mendapatkan syafaat dari beliau. Peneliti mengakui dalam proses penulisan ini banyak sekali kendala dan rintangan yang datang, namun berkat bantuan, dukungan, dan motivasi yang diberikan oleh semua pihak secara moril maupun materil, semua hal yang terasa berat menjadi lebih ringan. Akhirnya dengan penuh kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah membantu proses akademik maupun penelitian.
2. Ibu Luh Putu Shanti K, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu dan membimbing dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Ibu Anisa Fitriani, S.Psi, M.Psi selaku dosen wali yang senantiasa telah membantu dan memberikan saran serta perhatian kepada penulis selama penulis mengenyam Pendidikan di Fakultas Psikologi.
4. Seluruh subjek penelitian yang merupakan mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Psikologi Angkatan 2018 – 2020 Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah bersedia meluangkan waktunya mengisian skala penelitian.
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang senantiasa telah memberikan berbagai ilmu dan pengalaman kepada penulis yang sangat bermanfaat untuk kini dan nanti.

6. Bapak dan Ibu staff TU serta perpustakaan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan proses administrasi hingga skripsi ini selesai.
7. Bapak dan Ibuku tercinta, Alm. Bapak Toro Wiyarto dan Ibu Dwi Yulianti yang selalu memberikan kasih sayang terbaik, dukungan penuh, nasehat, doa yang senantiasa dilangitkan pada Pencipta dan membuat rumah menjadi tempat ternyaman untuk pulang ketika hari-hari terasa berat untuk dilewati.
8. Keluarga besar yang telah memberikan doa dan dukungan yang tidak pernah lelah dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
9. Teman-teman penulis Fanda Virginia Citra Putri, Siti Firdha Ina Putri dan Malisa Falasifah terimakasih untuk semua bantuan yang diberikan dan selalu ada waktu untuk menjawab pertanyaan tentang skripsi.
10. Teman-teman yang selalu ada dan menemani dalam berlangsungnya kuliah sampai skripsi Filiana Ayu Sintya, Dita Ratna Sari dan Gandhes Putri Larasati.
11. Teman-teman seperbimbingan penulis Della Elvia Janet, Luluk Fauziyah, Nur Roihana Zulfa, Muhammad Satrio Wicaksono, Muhammad Hilmi Nugraha yang sudah membantu dalam melaksanakan bimbingan skripsi.
12. Teman-teman penulis, seluruh angkatan 2017 khususnya kelas A atas dukungan, kekompakan, keceriaan, dan pengalaman selama proses perkuliahan berlangsung yang akan selalu terkenang.
13. Berbagai pihak yang turut membantu dengan memberikan doa serta dukungan kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak untuk menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap agar skripsi ini memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi sosial.

Wassalamu'alaikum Wr.

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II LANDASAN TEORI.....	7
A. Penyesuaian Akademik Pembelajaran <i>Online</i>	7
1. Pengertian Penyesuaian Akademik.....	7
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Akademik.....	8
3. Aspek-Aspek Penyesuaian Akademik.....	9
B. <i>Self Efficacy</i>	12
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i>	12
2. Aspek-Aspek <i>Self Efficacy</i>	14
C. Hubungan Antara <i>Self Efficacy</i> Dengan Penyesuaian Akademik.....	16
D. Hipotesis.....	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
A. Identifikasi Variabel.....	18
B. Definisi Operasional.....	18
1. Penyesuaian Akademik Pembelajaran <i>Online</i>	18
2. <i>Self Efficacy</i>	19

C.	Populasi, Sampel Dan Teknik Pengambilan Sampel	19
1.	Populasi	19
2.	Sampel	20
3.	Teknik Pengambilan Sampel	20
D.	Metode Pengumpulan Data	20
1.	Skala Penyesuaian Akademik	21
2.	Skala <i>Self Efficacy</i>	21
E.	Uji Validitas, Daya Beda Aitem Dan Estimasi Reliabilitas	22
1.	Uji Validitas	22
2.	Uji Daya Beda Aitem	22
3.	Estimasi Reliabilitas	23
F.	Teknik Analisis Data	23
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		24
A.	Orientasi Kacah Dan Pelaksanaan Penelitian	24
1.	Orientasi Kacah Penelitian	24
2.	Persiapan Dan Pelaksanaan Penelitian	25
B.	Pelaksanaan Penelitian	29
C.	Analisis Data Dan Hasil Penelitian	30
1.	Uji Asumsi	30
2.	Uji Hipotesis	31
D.	Deskripsi Hasil Penelitian	31
1.	Deskripsi Data Skala Penyesuaian Akademik	31
2.	Deskripsi Data Skala <i>Self Efficacy</i>	32
E.	Pembahasan	34
F.	Kelemahan	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		36
A.	Kesimpulan	36
B.	Saran	36
DAFTAR PUSTAKA		37
LAMPIRAN		39

DAFTAR TABEL

Table 1 Jumlah Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi Angkatan 2018-2020.....	19
Table 2 Blueprint Skala Penyesuaian Akademik.....	21
Table 3 Blueprint Skala <i>Self Efficacy</i>	21
Table 4 Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Akademik.....	26
Table 5 Sebaran Aitem Skala <i>Self Efficacy</i>	26
Table 6 Sebaran Daya Beda Aitem Skala Penyesuaian Akademik.....	27
Table 7 Sebaran Daya Beda Aitem Skala <i>Self Efficacy</i>	28
Table 8 Sebaran Nomor Aitem Skala Penyesuaian Akademik.....	28
Table 9 Sebaran Nomor Aitem Skala <i>Self Efficacy</i>	29
Table 10 Hasil Uji Normalitas.....	30
Table 11 Distribusi Norma Kategorisasi.....	31
Table 12 Deskripsi Skor Penyesuaian Akademik.....	32
Table 13 Kategorisasi Skor Skala Penyesuaian Akademik.....	32
Table 14 Deskripsi Skor <i>Self Efficacy</i>	33
Table 15 Kategorisasi Skor Skala <i>Self Efficacy</i>	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Norma Kategorisasi Skala Penyesuaian Akademik	32
Gambar 2 Norma Kategorisasi Skala <i>Self Efficacy</i>	33



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Uji Coba.....	40
Lampiran 2 Tabulasi Skala Uji Coba	48
Lampiran 3 Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba	64
Lampiran 4 Skala Penelitian	73
Lampiran 5 Tabulasi Data Skala Penelitian	80
Lampiran 6 Analisis Data.....	99
Lampiran 7 Surat dan Dokumen Penelitian	105



**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN PENYESUAIAN
AKADEMIK MELALUI SISTEM PEMBELAJARAN *ONLINE* DALAM
SITUASI COVID-19 PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNISSULA**

Oleh :
Fatimah Celin Widyanti
Universitas Islam Sultan Agung Semarang
fatimahcelinw@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik melalui sistem pembelajaran *online* dalam situasi covid-19 pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang berjumlah 190 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Pengambilan data menggunakan skala penyesuaian akademik (25 aitem valid, $\alpha = 0,895$) dan skala *self efficacy* (18 aitem valid, $\alpha = 0,864$). Analisis data menggunakan teknik analisis *Spearman's Rho*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik melalui sistem pembelajaran *online* dalam situasi covid-19 pada mahasiswa fakultas psikologi unissula dengan $r_{xy} = 0,593$ signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci : *Self Efficacy*, Penyesuaian Akademik

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND ACADEMIC
ADJUSTMENT THROUGH ONLINE LEARNING SYSTEM IN THE
COVID-19 SITUATION STUDENTS OF FACULTY PSYCHOLOGY
UNISSULA**

By

Fatimah Celin Widyanti

Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University

fatimahcelinw@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and academic adjustment through an online learning system in the Covid-19 situation for students of the Psychology Faculty of Unissula. This study uses quantitative methods with the population used in this study are active students of the Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University, Semarang, totaling 190 students. The sampling technique used cluster random sampling. Data collection used an academic adjustment scale (25 valid items, = 0.895) and a self-efficacy scale (18 valid items, = 0.864). Data analysis used Spearman's Rho analysis technique. The results of this study indicate that there is a positive relationship between self-efficacy and academic adjustment through an online learning system in the Covid-19 situation for students of the psychology faculty of Unissula with $r_{xy} = 0.593$ a significance of 0.000 ($p < 0.05$). It can be concluded that the hypothesis in research is accepted.

Keywords : *Self Efficacy, Academic Adjustment*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belakangan ini dunia termasuk di Indonesia, dihebohkan dengan kehadiran virus yang menular yaitu Covid-19. Belum banyak orang mengetahui jenis virus varian baru ini dan belum memahami cara penanganannya. Adanya Covid-19 ini, pemerintah disibukkan dengan beberapa kebijakan untuk menghentikan wabah tersebut, seperti melakukan *physical distancing* melalui kontak fisik untuk menghindari virus atau melakukan *lockdown* di daerah yang sudah memasuki zona merah penularan virus. Dan kini Pemerintah Republik Indonesia telah melakukan penertiban protokol kesehatan dengan bimbingan terpusat dari Kementerian Kesehatan RI (2020).

Pandemi Covid-19 telah membawa perubahan besar, khususnya di bidang pendidikan. Semula kegiatan perkuliahan terjadi secara tatap muka kemudian menjadi kuliah daring. Menurut Charismiadji (2020) pembelajaran *online* dilakukan sebagai antisipasi virus Covid-19. Hal tersebut dinilai kurang optimal dan menunjukkan bahwa dosen dan mahasiswa belum siap untuk beradaptasi dengan lingkungan digital (Hasanah, et al. 2020). Pembelajaran secara *online* merupakan hal baru yang berbeda bagi lingkungan. Bagi beberapa orang dapat menjadi sebuah stimulus yang menjadi penyebab munculnya berbagai permasalahan, salah satunya adalah penyesuaian diri mahasiswa dalam belajar.

Begitupun menurut Ririen dan Hartika (2021) bahwa dengan ditambahkan masa pembelajaran *online* di Perguruan Tinggi membuat mahasiswa resah, karena adanya masalah kesulitan dalam menyesuaikan dengan tuntutan akademik yang baru, seperti banyak tugas yang harus diselesaikan dalam batas waktu, interaksi yang terbatas antara mahasiswa, dosen dan teman sebaya, masalah tugas, jaringan yang tidak stabil dan hambatan teknis lainnya.

Sehingga pembelajaran *online* membutuhkan penyesuaian, agar dapat berlangsung dengan baik. Baker & Syrik (1984) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri adalah salah satu peran penting dalam membantu mahasiswa di kampus. Mahasiswa dituntut menyesuaikan dirinya dengan lingkungan atau situasi yang baru mereka hadapi. Menurut Schneiders (1964) penyesuaian akademik sebagai kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan dan syarat-syarat kehidupan akademik agar tuntutan tersebut terpenuhi secara cukup, tuntas dan memuaskan. Menurut Arkoff (1968) penyesuaian terhadap akademik dapat mencerminkan bagaimana seseorang berhasil dalam menjalani tuntutan dan mencapai prestasi di perguruan tinggi.

Perkuliah secara *online* juga diterapkan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Dosen dan mahasiswa dituntut untuk lebih maju dalam teknologi. Sebelum dimulainya perkuliahan *online*, dosen terlebih dahulu menyiapkan bahan ajar berupa materi pembelajaran dan video tutorial. Begitupun mahasiswa, untuk bisa memahami materi dari dosen harus aktif dalam proses pembelajaran. Banyak mahasiswa mengalami keterbatasan fasilitas saat perkuliahan *online*.

Mahasiswa yang memiliki kompeten dalam upaya akademis harus mengandalkan kemampuannya sendiri agar berhasil dan berusaha untuk mencapai tujuan dengan cara terbaik. Tidak hanya itu, mahasiswa harus berperan aktif dalam proses pembelajaran melalui berbagai literatur dan tugas dari dosen. Tugas dosen adalah membantu mahasiswa agar mengembangkan kecerdasannya sendiri dari materi yang dijelaskan dan menyelesaikan tugasnya dengan baik.

Sembilan bulan ini telah diberlakukan pembelajaran secara *online* dan ternyata banyak keluhan yang dialami oleh mahasiswa karena ketidakpastian dan pemahaman materi yang diterima oleh dosen. Hasil wawancara kepada 10 mahasiswa jurusan Psikologi Unissula pada bulan Desember 2020 secara umum memiliki permasalahan belajar secara *online*. Asumsi tersebut diperkuat dengan pernyataan salah satu subjek berinisial V

ketika diwawancarai pada tanggal 8 Desember 2020. Subjek V mengatakan jika :

“cukup merepotkan kuliah dengan berbasis online gini, mau bertanya banyak juga kayak nggak bisa ke dosen, kadang susah gitu karena sinyalnya macer-macet. Terus materi dari dosen yang diberikan kadang masuk kuping kanan keluar kuping kiri nggak ngerti sama sekali, apalagi pas dapat materi statistik sama IT wah itu hampir nyerah mbak, semoga nggak ada yang salah (V, mahasiswa fakultas psikologi 2020).”

Subjek lain berinisial M yang merupakan mahasiswa psikologi dalam wawancara pada tanggal 8 Desember 2020 mengatakan :

“ya nggak ada enakya, ada enakya juga mbak. Enaknya ya jadi punya banyak waktu sama keluarga dirumah karena aku kan merantau mbak. Yang nggak enakya paling ya terkait sinyal mbak. Apalagi aku tinggal dipegunungan susah sinyal juga. Misal ada tugas kelompok gitu susah cari waktunya sama temen yang lain. Terus kadang kalau ada live class suka nggak paham, apalagi pelajaran statistik ngerjainnya dilayar kadang suka nggak paham gitu mbak. Kelamaan natap layar juga kasian matanya pegel mbak (M, mahasiswa psikologi 2020).”

Hal lain diungkap oleh mahasiswa psikologi berinisial D pada tanggal 9 Desember 2020. Subjek mengatakan bahwa :

“jujur sih mbak, kalo belajar online gini aku susah pahamnya sampai sekarang. Kita lebih terbatas bicara ke dosennya, kalau ada yang mau ditanyakan suka nggak enakan soalnya aku tipe orang yang maluan. Sebenarnya bisa cari materi sendiri, tapi pasti kan beda rasanya dijelasin dosen langsung sama baca dan cari sendiri, takut materinya beda dan nggak sesuai mbak (D, mahasiswa psikologi 2020).”

Hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa keluhan dari mahasiswa tentang penyesuaian akademik dalam belajar daring. Masih banyak yang merasa kesulitan dalam penyesuaian akademik di masa pandemi ini. Karena kondisi ini mahasiswa menjadi merasa kesulitan berkonsentrasi dalam belajar, waktu belajar menjadi terbatas dan koneksi yang tidak stabil yang menjadi penyebab dari keluhan mahasiswa.

Seperti yang kita ketahui bahwa pendidikan masih suatu hal yang sangat penting untuk kehidupan yang produktif. Perubahan drastis dalam

pembelajaran pada mahasiswa di era pandemi Covid-19 ini menuntut orang untuk mempelajari kompetensi baru melalui teknologi. Selain itu, untuk beradaptasi dengan suatu hal yang sebelumnya bukan menjadi suatu kebiasaan menjadi suatu tantangan baru bagi pelajar khususnya mahasiswa di era pandemi Covid-19. Oleh karena itu menanamkan *self efficacy* dalam pembelajaran *online* pada mahasiswa sangat dibutuhkan khususnya pada situasi pandemi Covid-19 ini.

Self efficacy mahasiswa dapat diaplikasikan pada berbagai bidang, salah satunya ada *self efficacy* akademik khususnya dalam menghadapi pembelajaran *online*. *Self efficacy* dalam menghadapi pembelajaran *online* sangat dibutuhkan di kondisi pandemi yang rentan membuat mereka merasa stress atas tekanan dari pembelajaran *online*. *Self efficacy* dalam pembelajaran *online* merupakan keyakinan seseorang bahwa ia dapat menyelesaikan segala bentuk tugas dalam situasi pembelajaran *online* yang dijalkannya. Zimmerman dan Kulikowich (2016) mengungkapkan bahwa *self efficacy* pembelajaran *online* merupakan suatu persepsi individu tentang kemampuannya untuk berhasil menyelesaikan tugas-tugas yang diperlukan dalam menjalankan pembelajaran *online*.

Hasil penelitian Sopiyan (2018) menyatakan bahwa *self efficacy* berperan secara signifikan terhadap penyesuaian akademik. Hal tersebut diperkuat oleh hasil penelitian dari Parent & Larivee (Sopiyan, 2018) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi memiliki pengaturan diri yang efektif dalam setiap kemampuannya, memiliki usaha yang kuat disetiap kemampuannya dalam mengatur waktu seperti yang dimiliki oleh konsep penyesuaian akademis.

Hubungan antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik memiliki pengaruh positif, karena mahasiswa tidak takut gagal dalam usaha dan memiliki ketahanan relatif tinggi terhadap stress. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi terhadap tanggung jawabnya, memiliki keyakinan terhadap kemampuannya. Sedangkan mahasiswa dengan keyakinan negatif akan kurang percaya diri dengan kemampuannya, kurang serius dan mudah

menyerah pada masalah yang sedang dihadapi, karena akan menunjukkan kurangnya kerja keras dari mahasiswa. Hal ini menunjukkan mahasiswa memiliki karakteristik *self efficacy* yang rendah.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian kuantitatif adalah pilihan peneliti untuk berfokus pada *self efficacy* dengan penyesuaian akademik melalui sistem pembelajaran *online*. Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan berjudul “Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Penyesuaian Akademik Melalui Sistem Pembelajaran *Online* Dalam Situasi Covid-19 Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula” .

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

Apakah ada hubungan antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik melalui sistem pembelajaran *online* dalam situasi covid-19 pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik melalui sistem pembelajaran *online* dalam situasi covid-19 pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Harapan penulis terhadap penelitian ini adalah bisa memberikan sumbangan ilmiah terhadap ilmu dibidang psikologi dan memperkuat teori yang telah ada sebelumnya.

2. Manfaat Praktis

Harapan penulis terhadap penelitian ini bisa menambah wawasan berpikir mahasiswa tentang pentingnya memiliki *self efficacy* dengan penyesuaian akademik yang baik dalam sistem pembelajaran *online* yang ada pada dirinya dan lingkungan sekitar



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Penyesuaian Akademik Pembelajaran *Online*

1. Pengertian Penyesuaian Akademik

Menurut Schneiders (1964), penyesuaian diri akademik sebagai kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan dan syarat kehidupan akademik agar terpenuhi secara cukup, tuntas dan memuaskan (Warsito, 2009).

Menurut Halolen & Santrock (2002), penyesuaian akademik merupakan suatu proses untuk beradaptasi, mengelola tantangan dan tugas-tugas akademik yang hubungannya dengan kehidupan sehari-hari (Sopiyanti, 2018). Menurut Grasha dan Kirchenbaum (1980) penyesuaian akademik merupakan upaya menyesuaikan kemampuan individu dengan kebutuhan (Rosiana, 2011). Menurut Baker & Syrik (1984) kemampuan mahasiswa beradaptasi dengan kehidupan perkuliahan dan mencapai tingkat kepuasan dengan hasil belajar (Warsito, 2009).

Proses belajar mengajar yang dilakukan dengan bantuan jaringan internet disebut pembelajaran *online* (Belawati T., 2020). Pendapat (Nadziroh, 2017) dalam hal pembelajaran *online*, pembelajaran dengan menggunakan teknologi informasi dapat diakses jarak jauh, memungkinkan pengajaran bukan hanya didalam kelas, tetapi diluar kelas dan dapat dilaksanakan kapan saja dan dimana saja. Menurut (Riyana, 2015) pembelajaran *online* merupakan sistem yang memungkinkan mahasiswa belajar lebih luas dan bervariasi.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis menyimpulkan bahwa penyesuaian akademik pembelajaran *online* merupakan kemampuan individu untuk mengatasi tuntutan pendidikan dalam tugas akademik yang memanfaatkan teknologi yang diakses dari jarak jauh,

memungkinkan pengajaran bukan hanya didalam kelas, tetapi juga diluar kelas dan dapat dilaksanakan kapan saja dan dimana saja

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Akademik

Menurut (Afdhalia, 2021) terdapat 4 faktor yang mempengaruhi penyesuaian akademik, yaitu :

a. Dukungan Sosial

Mahasiswa dengan dukungan sosial yang sesuai mengalami sedikit stress dibandingkan mahasiswa dengan dukungan sosial yang rendah.

b. Penghargaan Pada Diri Sendiri (*Self Esteem*)

Secara umum, gambaran diri yang tinggi penting untuk perkembangan remaja. Hal ini, dimana penghargaan diri yang rendah akan kurang baik dalam penyesuaian sosialnya.

c. Cara Belajar

Dalam berkompetisi, penyesuaian akademik sangat berpengaruh untuk mencapai keberhasilan mahasiswa dalam akademik.

d. Konsep Diri (*Self Concept*)

Menurut Reed & Boutler, penyesuaian akademik berkaitan dengan konsep diri akademik.

Menurut (Khotimatussannah, 2021) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian akademik mahasiswa, yaitu :

a. Faktor Internal

Berdasarkan pada individu meliputi kondisi psikologis, jasmani, kebutuhan, emosional, kematangan intelektual, dan motivasi.

b. Faktor Eksternal

Faktor ini berasal dari lingkungan meliputi keluarga, masyarakat, rumah dan sekolah.

Menurut (Hashimah et al., 2015) ada 4 faktor yang mempengaruhi keadaan penyesuaian akademik, antara lain :

a. Motivasi

Motivasi akademik yang tinggi, dapat membantu individu lebih jelas dalam mencapai sasaran dan bersedia memberikan komitmen sepenuhnya terhadap tugas yang diterima. Hal ini penting untuk mencapai penyesuaian akademik yang tinggi di bidang akademik.

b. Persekitaran

Persekitaran adalah situasi yang mewakili penerimaan lingkungan belajar baru dengan kepuasan pribadi. Hal ini dapat membantu individu menyesuaikan dan beradaptasi dengan perubahan yang mempengaruhi aspek belajar yang baik.

c. Perkembangan

Perkembangan akademik yang positif dan potensi diri yang cemerlang dapat menentukan proses penyesuaian belajar dimana individu hidup dengan baik.

d. Aplikasi

Aplikasi adalah salah satu alat yang mengaplikasikan beberapa keterampilan yang dimiliki mereka. Konteks akademik, mahasiswa menguasai tugas yang diberikan dan mampu menerapkannya dengan baik.

Dari uraian diatas menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian akademik, yaitu: dukungan sosial, penghargaan pada diri sendiri (*self esteem*), cara belajar, konsep diri (*self concept*), faktor internal, faktor eksternal, motivasi, persekitaran, perkembangan dan aplikasi.

3. Aspek-Aspek Penyesuaian Akademik

Ada 6 aspek penyesuaian dibidang akademik menurut (Sopiyan, 2018), yaitu :

a. Prestasi Yang Baik (*Successful Performance*)

Individu dianggap baik sesuai kemampuannya. Dimana nilai tersebut terakumulasi dalam prestasi belajar.

b. Usaha Yang Adekuat (*Adequate Effort*)

Individu melakukan usaha sesuai dengan kapasitas yang dimiliki.

c. Perolehan Pengetahuan Yang Bermanfaat (*Acquisition of Worth-While Knowledge*)

Untuk mendapatkan hasil yang sesuai, individu akan berusaha dengan baik agar memperoleh pengetahuan dengan tepat dan sesuai terhadap ilmu yang diperolehnya.

d. Perkembangan Intelektual (*Intellectual Development*)

Individu dapat dengan cepat melakukan penyesuaian diri dan memprediksi situasi belajar baru melalui fakta dan aturan yang berlaku. Namun, lebih mengacu tentang kemampuan individu untuk memecahkan masalah personal dengan informasi yang mereka miliki.

e. Pencapaian Tugas-Tugas Akademik (*Achievement of Academic Goals*)

Dalam hal kelulusan, individu bisa mencapai tujuan akademik melalui pada setiap mata kuliah, penambahan pengetahuan, penguasaan materi dan memantapkan persiapan karir, pekerjaan dan kelulusan.

f. Pemuasan Kebutuhan Dan Minat Intelektual (*Satisfaction of Needs, Desires, and Interest*)

Keberhasilan individu dalam akademik dan usaha yang sungguh-sungguh untuk pencapaian serta minat pada jurusan yang diambil, sehingga usaha dan prestasi akademik menjadi saluran yang efektif untuk kepentingan tersebut.

Pendapat lain (Gita Safira & Temi Damayanti D, 2022) mengenai aspek-aspek yang terdapat pada penyesuaian akademik, antara lain :

a. Motivasi (*Motivation*)

Beyers dan Goossens (2002) menyatakan bahwa motivasi yang tinggi dapat terjadi karena mahasiswa dapat menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan akademiknya. Sehingga, menunjukkan bahwa motivasi adalah suatu hal yang penting dalam berhasilnya mahasiswa dalam menyesuaikan di bidang akademik.

b. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi adalah dimana individu dapat melakukan dan mengintegrasikan beberapa keterampilan yang mereka miliki. Dalam konteks akademik, ketika mahasiswa dapat menyelesaikan tugas dan tuntutan, maka dapat dianggap bahwa mahasiswa tersebut telah mampu menerapkan apa yang dipelajarinya dengan baik.

c. Performa (*Performace*)

Prestasi akademik yang tinggi dapat menggambarkan proses penyesuaian akademik dapat dilalui dengan baik oleh individu. Individu yang mampu berkonsentrasi dan mengikuti proses belajar dengan baik, menggambarkan ia dapat menyesuaikan diri dengan akademik yang baik.

d. Lingkungan Akademik (*Academic Environment*)

Lingkungan akademik dapat membantu individu dalam menyesuaikan diri, menerima dan beradaptasi, terhadap perubahan yang terjadi. Oleh karena itu, individu perlu secara bijak mengeksplorasi, melalui menguasai dan beradaptasi dengan perubahan yang terjadi.

Menurut (Qomariyah, 2019) terdapat aspek-aspek pada penyesuaian akademik, yaitu :

a. Persepsi Terhadap Realitas Hidup

Mengubah persepsi mengenai keyakinan hidup, sehingga mampu menetapkan tujuan realistis sesuai kemampuan dan bertindak pada perilaku yang sesuai.

b. Kemampuan Mengatasi Stres Dan Kecemasan

Kemampuan untuk menyelesaikan masalah seperti stress, kecemasan serta menerima kegagalan yang sedang dialaminya.

c. Gambaran Diri Yang Positif

Citra diri positif membuat individu merasa baik lewat penilaian terhadap dirinya sendiri ataupun penilaian orang lain.

d. Kemampuan Mengekspresikan Emosi Dengan Baik

Individu yang baik memiliki kemampuan mengekspresikan serta mengontrol emosinya dalam segala hal.

e. Hubungan Interpersonal Yang Baik

Individu mampu menyesuaikan diri dengan baik dengan menjalin hubungan interpersonal yang baik sebagai makhluk sosial.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat aspek-aspek mengenai penyesuaian akademik, antara lain : *Successful performance, Adequate Effort, Acquisition of Wort-While Knowledge, Intellectual development, motivation, application, performance, academic environment*, persepsi terhadap realitas hidup, kemampuan mengatasi stress dan kecemasan.

B. Self Efficacy

1. Pengertian Self Efficacy

Menurut Bandura (1997), *self efficacy* merupakan keyakinan individu pada kemampuannya saat menyelesaikan tugas untuk mencapai hasil tertentu. Pada *self efficacy* memiliki komponen penting dalam teori kognitif sosial. Hal ini dianggap sangat berkorelasi dengan *self efficacy*, antara lain perilaku individu, lingkungan dan faktor

kognitif lainnya (misalnya berharap pada hasil) (Adicondro & Purnamasari, 2011).

Menurut Alwisol (2010), *self efficacy* adalah persepsi individu tentang seberapa baik mereka berfungsi dalam situasi tertentu (Dewi Karyaningsih, 2017). Pendapat lain Laura (2010) mengatakan bahwa keyakinan individu dapat mengendalikan situasi serta menghasilkan berbagai nilai positif dan bermanfaat disebut *self efficacy*. Menurut Mujiadi (2003) *self efficacy* adalah salah satu individu yang menjadi mediator dalam berinteraksi melalui faktor perilaku dan lingkungan (Kurniawan, Khafid, & Pujiati, 2016).

Selanjutnya, Baron & Byrne (2002) menyatakan *self efficacy* yaitu penilaian pada kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas untuk mencapai tujuan mengatasi suatu masalah (Nurlaila, 2011). Menurut Robins, *self efficacy* ialah tahap yang mendorong kinerja seseorang mencapai suatu tujuan tertentu (Subaidi, 2016).

Self efficacy adalah penilaian individu tentang seseorang apakah dapat melakukan benar atau salah, baik atau buruk, dan apakah dapat melakukan apa yang dibutuhkan. Individu yang yakin mengenai kemampuannya cenderung akan berhasil, sedangkan yang tidak yakin terhadap kemampuannya cenderung gagal (Subaidi, 2016). Bandura (1991) mengungkapkan bahwa orang dengan *self efficacy* tinggi berkinerja lebih baik karena mempunyai motivasi yang kuat, tujuan yang jelas, emosi stabil dan kinerja untuk aktivitas atau perilaku yang berhasil.

Berdasarkan penjelasan diatas, penulis menyimpulkan *self efficacy* merupakan kemampuan individu dalam memecahkan masalah yang dihadapi dan mampu mengidentifikasi tindakan atau masalah yang berbeda bagi individu untuk mengatasi hambatan, ketakutan dan mencapai tujuan yang diinginkan.

2. Aspek-Aspek *Self Efficacy*

Menurut (Handayani, 2013), *self efficacy* tiap individu berbeda antara satu dengan yang lainnya, antara lain :

a. Tingkat Kesulitan (*Level*)

Berkaitan pada tingkat kesulitan tugas diyakini individu dapat mengatasi kesulitan tersebut. Tingkat keefektifan seseorang berbeda dengan yang lainnya. Jika tidak dapat menemukan masalah dalam tugas atau aktivitas, maka tugas tersebut mudah diselesaikan dan setiap orang harus sangat produktif pada permasalahan ini.

b. Tingkat Generalisasi (*Generality*)

Mengacu situasi dimana *self efficacy* diterapkan. Individu membuat keputusan berdasarkan kinerjanya dalam aktivitas tertentu. Semakin menerapkan diri seseorang, semakin efektif seseorang. Individu percaya bahwa mereka merasa aman dalam aktivitas atau dalam hal tertentu.

c. Tingkat Kekuatan (*Strength*)

Mengacu pada penilaian mengenai kemampuan individu untuk memenuhi persyaratan tugas atau masalah. Individu yang bertekad, gigih dalam usahanya, terlepas dari kesulitan yang mereka hadapi. Dimensi ini mencakup kemantapan individu terhadap keyakinan. Kemantapan inilah yang menentukan ketahanan dan daya tahan individu.

Menurut (Nurlaila, 2011) *self efficacy* memiliki 3 aspek, yaitu :

a. *Outcome Expectancy*

Harapan tentang kemungkinan konsekuensi suatu tingkah laku. Memprediksi bahwa tingkah laku menyebabkan konsekuensi tertentu yang bersifat khusus.

b. *Efficacy Expectancy*

Harapan membentuk perilaku yang sesuai dengan keyakinan bahwa setiap kesuksesan sejalan dengan apa yang didiharapkan.

c. *Outcome Value*

Mengevaluasi konsekuensi dari suatu tindakan yang dilakukan

Menurut Alwisol (2009) ada empat aspek dalam *self efficacy*, antara lain :

a. Kepercayaan Diri Dalam Situasi Tidak Menentu

Self efficacy menentukan komponen kepercayaan diri yang dimiliki individu dalam menghadapi situasi yang akan datang. Seberapa besar usaha yang dilakukan individu menentukan pencapaian tujuan akhir.

b. Kepercayaan Dalam Mengatasi Masalah Atau Tantangan

Kemampuan individu dalam mengatasi masalah atau tantangan yang muncul. Keyakinan yang tinggi dalam menghadapi masalah, maka individu akan mengusahakan dengan sebaik-baiknya untuk mengatasi masalah tersebut. Sebaliknya, apabila individu tidak yakin dengan kemampuan dalam menghadapi situasi sulit, maka kemungkinan kegagalan akan terjadi.

c. Keyakinan Akan Kemampuan Mencapai Target Yang Telah Ditetapkan

Individu berusaha memastikan target lebih tinggi apabila target telah dicapai. Individu mengurangi atau membatalkan tujuan yang dicapai ketika menghadapi berbagai hambatan dan cenderung rendah pada tugas-tugas berikutnya.

d. Keyakinan Akan Kemampuan Untuk Menumbuhkan Motivasi, Kognitif Dan Tindakan

Motivasi dan tekad yang dirasakan untuk bertindak merupakan dasar untuk mencapai hasil kerja yang optimal. Ketika berhadapan pada tugas, motivasi dan kemampuan kognitif serta tindakan yang tepat sangat penting dalam mencapai hasil yang baik. Situasi kerja sangat menentukan pada kemampuan dan motivasi individu.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat aspek-aspek dalam *self efficacy*, antara lain : tingkat kesulitan (*level*), tingkat generalisasi (*generality*), tingkat kekuatan (*strength*), *outcome expectancy*, *efficacy expectancy*, kepercayaan diri dalam mengatasi masalah atau tantangan, dan keyakinan akan kemampuan mencapai target yang telah ditetapkan.

C. Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Penyesuaian Akademik Melalui Sistem Pembelajaran *Online* Dalam Situasi Covid-19 Pada Mahasiswa

Penyesuaian akademik merupakan kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan perkuliahan dan mencapai tingkat kepuasan dengan prestasi akademisnya (Warsito, 2009). Menurut Friedlander (2007) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian akademik, antara lain dukungan sosial, penghargaan pada diri sendiri, cara belajar dan konsep diri.

Pandemi covid-19 membawa dampak besar bagi dunia pendidikan, khususnya di bidang akademik. Tentu hal ini tidak mudah, karena harus mengubah sistem pembelajaran tatap muka berubah menjadi pembelajaran *online*. Dalam penyampaian materi, pendidikan dituntut harus kreatif melalui media pembelajaran *online*. Dampak dari perubahan ini dapat menyebabkan stress fisik dan mental. Perubahan pola pikir yang positif dapat membantu menciptakan lingkungan belajar yang berkualitas.

Sebagian besar mengatakan bahwa belajar dengan sistem pembelajaran *online* ini mengalami kebingungan dan ketidakpuasan dalam belajar karena waktu yang terbatas dan koneksi jaringan yang stabil. Mahasiswa dituntut memiliki tanggung jawab terhadap proses pembelajarannya dan belajar secara mandiri. Tidak hanya itu, mahasiswa perlu memberikan yang terbaik untuk berhasil dan memiliki kepercayaan

diri serta kemampuan yang cukup untuk mencapai tujuannya. Diterapkannya pembelajaran *online* diharapkan dapat memenuhi ketuntasan belajar serta tetap menjalankan kegiatan pendidikan ditengah pandemi dan mencapai hasil akhir belajar yang baik.

Guna mencapai penyesuaian akademik yang baik, mahasiswa harus memiliki *self efficacy* atau yakin akan kemampuannya Dalam hal ini, *self efficacy* yang dapat membantu mahasiswa meningkatkan kebutuhan dan persyaratan akademiknya, serta memperoleh keyakinan akan potensi dirinya untuk mencapai penyesuaian akademik yang baik.

Dalam penelitian Liebert & Priegler, tentang *self efficacy* mempengaruhi daya tahan dan usaha yang dilakukan ketika menghadapi sebuah rintangan maupun hambatan (Warsito, 2009). Menurut Parent & Lativee (1991) mahasiswa dengan disiplin diri yang tinggi menggunakan energi pengaturan diri secara lebih efektif di semua tingkat kemampuannya. Dengan maksud tugas yang sulit sebagai tantangan dan memiliki ketahanan yang tinggi terhadap munculnya hambatan dalam tugas pada mahasiswa yang memiliki *self efficacy* tinggi.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian akademik berhubungan dengan adanya perilaku *self efficacy* semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki seseorang akan menimbulkan respon positif dalam penyesuaian akademik.

D. Hipotesis

Berdasarkan penjelasan di atas, hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik melalui sistem pembelajaran *online* pada mahasiswa. Semakin tinggi *self efficacy*, semakin tinggi pula penyesuaian akademik pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy*, maka semakin rendah penyesuaian akademik pada mahasiswa.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel adalah langkah untuk mengidentifikasi variabel utama dalam suatu penelitian dengan menentukan fungsi dari masing-masing variabel tersebut (Azwar, 2017). Variabel merupakan variasi tertentu yang memiliki ketetapan dan dibuat oleh peneliti untuk dipelajari yakni berupa objek, atribut atau kegiatan, nilai terhadap orang kemudian melakukan penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2010). Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas didefinisikan sebagai variabel yang memengaruhi variabel tergantung. Adapun variabel tergantung diartikan sebagai variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Azwar, 2017).

1. Variabel Bebas : *Self Efficacy* (X)
2. Variabel Tergantung : Penyesuaian Akademik Pembelajaran *Online* (Y)

B. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah variabel berdasarkan ciri atau karakteristik yang perlu diamati dan berguna untuk memberikan batasan-batasan pada variabel agar penelitian terarah. Definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Penyesuaian Akademik Pembelajaran *Online*

Penyesuaian akademik pembelajaran *online* merupakan kemampuan individu untuk mengatasi tuntutan dalam tugas akademik yang memanfaatkan teknologi yang dapat diakses dari jarak jauh sehingga pembelajaran tidak hanya dilakukan diruang kelas, melainkan bisa dilakukan kapan saja dan dimana saja. Susunan alat ukur penelitian ini adalah menurut aspek dari Baker & Syrik (1984) yaitu *motivation*,

application, performance dan *academic environment*. Tinggi rendahnya penyesuaian akademik subjek dilihat dari skor total perolehan. Semakin tinggi skor total yang diperoleh semakin tinggi pula penyesuaian akademik yang dimiliki subjek.

2. *Self Efficacy*

Self efficacy adalah keyakinan individu mengenai kemampuan untuk menyelesaikan suatu tugas untuk mencapai hasil tertentu dalam rangka mengatasi hambatan dan mencapai tujuan yang diinginkan. Alat ukur *self efficacy* pada penelitian ini adalah menggunakan *General Self Efficacy (GSE)* yang dikembangkan oleh (Novrianto, Maretih, & Wahyudi, 2019). Apabila skor diperoleh tinggi maka *self efficacy* menunjukkan hasil yang tinggi, begitu pun sebaliknya.

C. Populasi, Sampel Dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan penetapan pada subjek atau objek oleh peneliti yang memiliki kualitas dan karakteristik sehingga dapat dipelajari agar dapat ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2010). Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Semarang angkatan 2018 – 2020 dalam penelitian ini digunakan penulis sebagai populasi.

Table 1 Jumlah Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi Angkatan 2018-2020

No	Angkatan	Jumlah
1.	2018	120
2.	2019	162
3.	2020	228
Total		510

2. Sampel

Sampel didefinisikan sebagai bagian dari populasi yang memiliki jumlah dan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2010). Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2018-2020 yaitu sebanyak 190 subjek.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* yaitu melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 2017). Sampel dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif fakultas Psikologi angkatan 2018-2020 .

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala psikologi. Skala yakni perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut (Azwar, 2012). Penelitian ini menggunakan model skala *likert*. Skala *likert* dapat digunakan sebagai alat untuk mengukur pendapat, sikap dan persepsi seseorang atau kelompok terhadap suatu permasalahan (Sugiyono, 2010). Terdapat empat alternatif jawaban dalam skala *likert* yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Aitem dalam skala dibedakan menjadi aitem *favorable* (yang mendukung teori) dan *unfavorable* (yang tidak mendukung teori). Pada aitem *favorable*, skor untuk tiap pilihan jawaban adalah 4 untuk SS, 3 untuk S, 2 untuk TS, dan 1 untuk STS. Pada aitem *unfavorable*, skor untuk tiap pilihan jawaban adalah 4 untuk STS, 3 untuk TS, 2 untuk S, dan 1 untuk SS. Skala yang digunakan yakni :

1. Skala Penyesuaian Akademik

Skala penyesuaian akademik bertujuan untuk mengungkap tingkat penyesuaian akademik dalam pembelajaran *online* pada mahasiswa, peneliti menggunakan aspek penyesuaian akademik yang disusun oleh Baker & Syrik (1984) yakni *motivation*, *application*, *performance* dan *academic environment*. Total aitem keseluruhan berjumlah 16 aitem *favorable* dan 16 aitem *unfavorable*. Berikut ini merupakan blueprint skala penyesuaian akademik :

Table 2 Blueprint Skala Penyesuaian Akademik

No	Aspek	Aitem		Total
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1.	<i>Motivation</i>	4	4	8
2.	<i>Application</i>	4	4	8
3.	<i>Performance</i>	4	4	8
4.	<i>Academic Environment</i>	4	4	8
Total		16	16	32

2. Skala *Self Efficacy*

Skala *self efficacy* bertujuan untuk mengungkap tingkat efikasi diri pada mahasiswa, peneliti menggunakan aspek *self efficacy* yang disusun oleh Ralf Schwarzer (2002) yakni *level*, *generality* dan *strength*. Koefisien reliabilitas yang terdapat pada skala *self efficacy* milik Schwarzer antara 0,75 sampai 0,91 sehingga dapat dikatakan reliabel. Total aitem keseluruhan berjumlah 24 aitem yang terdiri dari 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*. Berikut merupakan *blueprint* skala *self efficacy* :

Table 3 Blueprint Skala *Self Efficacy*

No	Aspek	Aitem		Total
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1.	<i>Level</i>	4	4	8
2.	<i>Generality</i>	4	4	8
3.	<i>Strength</i>	4	4	8
Total		12	12	24

E. Uji Validitas, Daya Beda Aitem Dan Estimasi Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas yaitu seberapa jauh sebuah skala dapat menjalankan fungsi ukurnya. Suatu alat tes dapat dikatakan validitasnya tinggi apabila hasil datanya akurat dan dapat memberi gambaran variabel yang diukur sesuai tujuan pengukuran (Azwar, 2014).

Validitas dalam penelitian ini yaitu validitas isi. Dalam pengujian aitem alat ukur skala tidak bisa dilakukan berdasarkan keputusan satu pihak atau penilaian penulis saja, namun juga harus dilakukan oleh penilai profesional. Sehingga dalam penelitian profesional tersebut, peneliti memerlukan keputusan dan persetujuan dari dosen pembimbing.

2. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem biasanya dilakukan sebagai pembeda antara satu individu dengan individu yang lainnya. Uji daya beda aitem dilakukan dengan memilih berdasarkan kesesuaian fungsi alat ukur dengan fungsi skala (Azwar, 2017).

Batas kriteria pemilihan aitem berdasar dari korelasi aitem total yaitu $r_{ix} \geq 0,30$ yang berarti seluruh daya beda aitem yang mempunyai koefisien korelasi minimal 0,30 dikatakan memuaskan, sedangkan aitem dengan r_{ix} kurang dari 0,30 dianggap sebagai aitem dengan daya beda rendah (Azwar, 2017). Apabila terdapat jumlah aitem yang berdaya beda tinggi tidak mencukupi, maka dapat dipertimbangkan dengan menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 (Azwar, 2017).

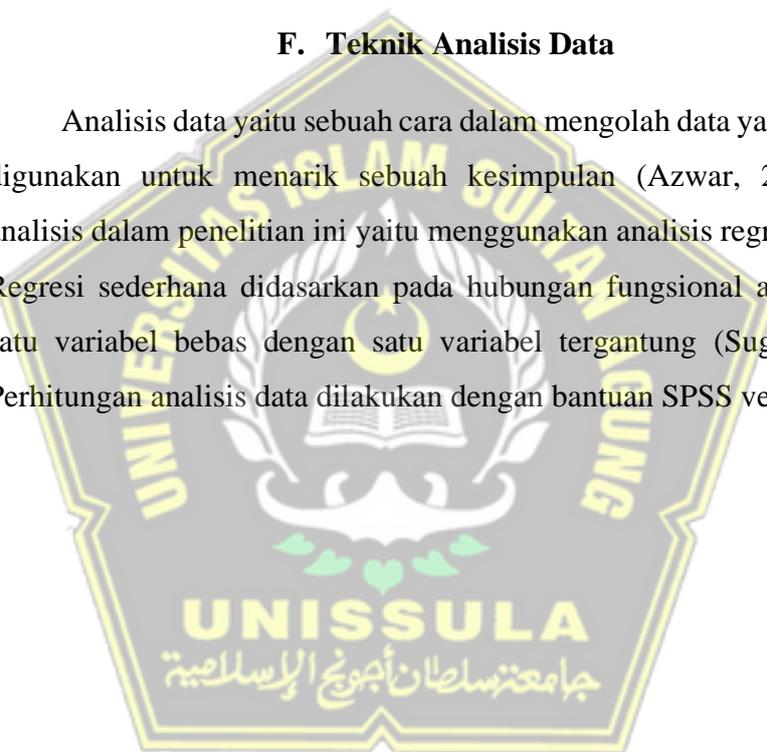
Teknik korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 20.0 digunakan dalam penelitian ini untuk menghitung uji daya beda.

3. Estimasi Reliabilitas

Reliabilitas yaitu seberapa tinggi sebuah pengukuran bisa dipercaya apabila hasil yang diperoleh dalam penelitian relatif sama. Koefisien reliabilitas yaitu antara angka 0,00 sampai 1,00. Dapat diartikan bahwa koefisien reliabilitasnya mendekati angka 1,00 maka dikatakan reliabel. Alat ukur dalam penelitian ini yaitu skala penyesuaian akademik dan *self efficacy*.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data yaitu sebuah cara dalam mengolah data yang didapat dan digunakan untuk menarik sebuah kesimpulan (Azwar, 2017). Teknik analisis dalam penelitian ini yaitu menggunakan analisis regresi sederhana. Regresi sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu variabel bebas dengan satu variabel tergantung (Sugiyono, 2010). Perhitungan analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS versi 20.0.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kacah Dan Pelaksanaan Penelitian

Orientasi Kacah Penelitian

Orientasi kacah penelitian merupakan tahap pertama yang harus dilewati sebelum terjun dalam melakukan penelitian. Langkah awal penelitian adalah melakukan wawancara dan observasi pada beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang mendasari permasalahan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa psikologi dalam hal penyesuaian akademik dalam pembelajaran *online* yang terjadi di masa pandemi dan *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa. Tahap berikutnya adalah memastikan dan mengetahui tempat penelitian kemudian menentukan jumlah populasi serta sampel dan dilanjutkan dengan pembuatan surat izin penelitian.

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang (UNISSULA) yang merupakan perguruan tinggi swasta dan terletak di Jl. Raya Kaligawe Km. 04 Kota Semarang. Fakultas Psikologi Unissula adalah fakultas yang terkemuka dalam membangun generasi khaira ummah, pengembangan IPTEK bidang psikologi atas dasar-dasar islami dan membangun sebuah peradaban islam menuju masyarakat sejahtera yang dirahmati Allah SWT.

Alasan yang menjadi landasan peneliti mempertimbangkan dan akhirnya memilih Fakultas Psikologi Unissula sebagai berikut :

- a. Studi pendahuluan dilakukan dari beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula, hal ini dikarenakan fenomena peneliti muncul setelah melakukan observasi pada mahasiswa Psikologi Unissula.
- b. Adanya izin yang diberikan dari pihak Fakultas untuk melaksanakan penelitian, hal ini dikarenakan fenomena penelitian terdapat pada mahasiswa Psikologi Unissula, sehingga peneliti memutuskan untuk

meminta izin pada fakultas terkait yang sesuai dengan studi pendahuluan.

- c. Kriteria subjek memenuhi syarat untuk dijadikan subjek penelitian yang muncul pada mahasiswa Psikologi Unissula, sehingga peneliti menetapkan kriteria subjek yang merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula.

Persiapan Dan Pelaksanaan Penelitian

Persiapan penelitian dilaksanakan supaya penelitian dapat berjalan dengan teratur dan sesuai dengan harapan peneliti. Adapun persiapan yang dilakukan sebelum melaksanakan penelitian dijabarkan sebagai berikut :

a. Persiapan Perizinan

Sebelum melakukan penelitian, yang pertama yaitu membuat surat perizinan penelitian pada tanggal 17 November 2021 yang dikeluarkan oleh pihak Fakultas Psikologi Unissula Semarang dengan nomor surat 1022/A.3/Psi-SA/XI/2021.

b. Penyusunan Alat Ukur

Penyusunan skala dilakukan dengan menetapkan definisi operasional, aspek tiap variabel, dan menentukan stimulus dalam bentuk pernyataan. Terdapat dua skala yang digunakan pada penelitian ini yakni skala penyesuaian akademik dan skala *self efficacy*.

Setiap skala terdiri dari aitem yang bersifat *favorable* dan aitem yang bersifat *unfavorable* dengan empat jawaban alternatif yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian aitem *favorable* yaitu 4 untuk SS, 3 untuk S, 2 untuk TS, dan 1 untuk STS. Pada aitem *unfavorable* yaitu 4 untuk STS, 3 untuk TS, 2 untuk S, dan 1 untuk SS. Berikut penjelasan alat ukur dalam penelitian ini :

1) Skala Penyesuaian Akademik

Skala penyesuaian akademik disusun berdasar pada aspek menurut Baker & Syrik (1984) yakni *motivation*, *application*, *performance* dan *academic environment*. Skala penyesuaian akademik berjumlah 32 aitem yang terdiri dari 16 aitem *favorable* dan 16 aitem *unfavorable*. Berikut sebaran aitem skala penyesuaian akademik :

Table 4 Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Akademik

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favoraable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Motivation</i>	1,9,17,18	5,13,23,24	8
2.	<i>Application</i>	2,10,19,20	6,14,25,26	8
3.	<i>Performance</i>	3,11,21,22	7,15,27,28	8
4.	<i>Academic Environment</i>	4,12,29,30	8,16,31,32	8
Total		16	16	32

2) Skala *Self Efficacy*

Skala *self efficacy* disusun berdasar pada aspek menurut Bandura (1997) yakni *level*, *generality* dan *strength*. *Self efficacy* berjumlah 24 aitem yang terdiri dari 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*. Berikut sebaran aitem skala *self efficacy* :

Table 5 Sebaran Aitem Skala *Self Efficacy*

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Level</i>	1,7,13,14	4,10,18,19	8
2.	<i>Generality</i>	2,8,15,16	5,11,20,21	8
3.	<i>Strength</i>	3,9,17,23	6,12,22,24	8
Total		12	12	24

c. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur yang biasa disebut *try out* dilaksanakan untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan benar-benar layak. Uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 20 - 27 November 2021. Pengambilan data dilakukan melalui penyebaran skala *online*

dengan menggunakan *google form* yang dapat diakses melalui tautan <https://forms.gle/kaLLrcrAsDnaJc4EA> .

Penyebaran uji coba alat ukur peneliti melakukan dengan menyebarkan tautan *google form* melalui media sosial yaitu *WhatsApp*. Skala yang sudah terisi lalu diberi nilai sesuai dengan ketentuan dan dianalisis menggunakan SPSS versi 20.0. Total keseluruhan responden adalah sebanyak 122 subjek dengan jumlah perempuan sebanyak 102 subjek dan laki-laki sebanyak 20 subjek.

d. Uji Daya Beda Aitem Dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Prosedur selanjutnya setelah skala diberi skor yaitu melakukan uji daya beda aitem serta melakukan perhitungan koefisien reliabilitas terhadap skala penyesuaian akademik dan *self efficacy*. Uji daya beda aitem dilakukan untuk aitem yang memiliki atribut yang diukur atau tidak. Hasil hitung uji daya beda aitem dan reliabilitas pada setiap skala dapat dilihat dibawah ini :

1) Skala Penyesuaian Akademik

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem terhadap 122 responden pada skala penyesuaian akademik dengan jumlah 32 aitem, diperoleh 25 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 7 aitem yang memiliki daya beda rendah. Berdasarkan hasil analisis diperoleh daya beda tinggi berkisar 0,310 sampai 0,659. Estimasi reliabilitas skala penyesuaian akademik dari 25 aitem sebesar 0,895 sehingga dikatakan reliabel dan dapat digunakan untuk mengukur variabel yang diinginkan. Hasil analisis sebaran daya beda aitem pada penyesuaian akademik dapat dilihat sebagai berikut :

Table 6 Sebaran Daya Beda Aitem Skala Penyesuaian Akademik

No	Aspek	Aitem		Jumlah	
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	DBT	DBR
1.	<i>Motivation</i>	1,9,17,18*	5,13,23,24	7	1

2. <i>Application</i>	2*,10,19,20*	6*,14*,25,26	4	4
3. <i>Performance</i>	3,11,21*,22	7,15,27,28	7	1
4. <i>Academic Environment</i>	4,12,29*,30	8,16,31,32	7	1
Total	16	16	25	7

Keterangan *) = Aitem yang memiliki daya beda rendah

2) Skala *Self Efficacy*

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem terhadap 122 responden pada skala *self efficacy* dengan jumlah 24 aitem, diperoleh 18 aitem dengan daya beda tinggi dan 6 aitem dengan daya beda rendah. Berdasarkan hasil analisis maka diperoleh daya beda tinggi sebesar 0,407 sampai 0,686. Estimasi reliabilitas skala *self efficacy* dari 18 aitem yaitu sebesar 0,864 sehingga dikatakan reliabel dan dapat digunakan untuk mengukur variabel yang diinginkan. Berikut ini hasil analisis sebaran daya aitem pada *self efficacy* :

Table 7 Sebaran Daya Beda Aitem Skala *Self Efficacy*

No	Aspek	Aitem		Jumlah	
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	DBT	DBR
1.	<i>Level</i>	1,7,13,14*	4,10*,18,19	6	2
2.	<i>Generality</i>	2,8,15*,15*	5,11,20,21*	5	3
3.	<i>Strength</i>	3,9,17,23*	6,12,22,24	7	1
Total		12	12	18	6

Keterangan *) = Aitem yang memiliki daya beda rendah

e. Penomoran Ulang

Setelah dilakukan uji coba, aitem yang memiliki daya beda rendah akan ditinggalkan, sedangkan aitem yang memiliki daya beda tinggi akan digunakan peneliti untuk melakukan penelitian. Berikut susunan penomoran baru tiap skala :

Table 8 Sebaran Nomor Aitem Skala Penyesuaian Akademik

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	

1. <i>Motivation</i>	1(1),9(7),17(14),18	5(4),13(11),23(17), 24(18)	7
2. <i>Application</i>	2,10(8),19(15),20	6,14,25(19),26(20)	4
3. <i>Performance</i>	3(2),11(9),21,22(16)	7(5),15(12),27(21), 28(22)	7
4. <i>Academic Environment</i>	4(3),12(10),29,30(2 3)	8(6),16(13),31(24), 32(25)	7
Total	11	14	25

Keterangan (...) = Nomor aitem baru

Table 9 Sebaran Nomor Aitem Skala *Self Efficacy*

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Level</i>	1(1),7,(7),13(12),1 4	4(4),10,18(14),19(15)	6
2.	<i>Generality</i>	2(2),8(8),15,16	5(5),11(10),20(16),21	5
3.	<i>Strength</i>	3(3),9(9),17(13),23	6(6),12(11),22(17),24(18)	7
	Total	8	10	18

Keterangan (...) = Nomor aitem baru

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 1 – 10 Desember 2021. Data diambil dengan menyebarkan skala *online* menggunakan layanan *google form* yang dapat diakses melalui tautan <https://forms.gle/WcpXVqJRzt16NtnHA>. Subjek responden pada skala ini yaitu mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Unissula Semarang angkatan 2018-2020. Penyebaran skala penelitian ini dilakukan peneliti dengan menyebarkan tautan *google form* melalui media sosial *WhatsApp*. Skala yang telah terisi diberi nilai sesuai dengan ketentuan dan analisis menggunakan SPSS versi 20.0. Total responden dalam penelitian ini sebanyak 190 subjek.

C. Analisis Data Dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

Normalitas data di uji menggunakan *One-Sample Kolmogrov Sminov Z*. Tujuannya dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data. Data dapat dikatakan terdistribusi dengan normal apabila signifikan $>0,05$. Berikut uji normalitas penelitian :

Table 10 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std Dev	K-S Z	Sig	P	Keterangan
Penyesuaian Akademik	64,64	6,402	1,494	0,000	<0,05	Tidak Normal
<i>Self Efficacy</i>	47,52	6,234	1,943	0,000	<0,05	Tidak Normal

Uji normalitas pada variabel penyesuaian akademik didapatkan nilai K-S Z sebesar 1,494 dengan taraf signifikansi 0,000 ($<0,05$), hal ini berarti sebaran datanya tidak normal. Pada variabel *self efficacy* didapatkan nilai K-S Z sebesar 1,943 dengan taraf signifikansi 0,000 ($<0,05$), hal ini berarti sebaran datanya tidak normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilaksanakan guna mengetahui signifikansi antara variabel dalam penelitian. Data diuji dengan menggunakan uji F_{linier} . Uji linieritas memperoleh skor F_{linier} sebesar 102,530 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p<0,05$). Hal ini berarti kedua variabel memiliki hubungan yang linier.

2. Uji Hipotesis

Dalam menguji hipotesis, penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Spearman's Rho*. Uji hipotesis memperoleh hasil $r_{xy} = 0,593$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik pada mahasiswa dan dapat diterima.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi data penelitian digunakan sebagai gambaran umum dari skor setiap variabel untuk menentukan kategorisasi subjek yang kemudian akan dikelompokkan secara bertingkat sesuai dengan atribut pada penelitian. Terdapat enam bagian standar deviasi pada distribusi normal (Sugiyono, 2010).

Table 11 Distribusi Norma Kategorisasi

Norma Kategorisasi		Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma < X$		Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \sigma < x \leq \mu + 1.5 \sigma$		Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma < x \leq \mu + 0.5 \sigma$		Sedang
$\mu - 1.5 \sigma < x \leq \mu - 0.5 \sigma$		Rendah
$X \leq \mu - 1.5 \sigma$		Sangat Rendah

Keterangan = μ : Mean hipotetik; σ : Standar deviasi hipotetik

1. Deskripsi Data Skala Penyesuaian Akademik

Skala penyesuaian akademik memiliki 25 aitem dengan berdaya beda tinggi dengan rentang skor 1 sampai 4. Skor paling kecil diperoleh sebanyak 25 yang didapat dari (25×1) dan skor terbesar sebanyak 100 yang didapat dari (25×4) . Rentang skor sebesar 75 yang didapat dari $(100 - 25)$. Standar deviasi hipotetik sebesar 12,5 yang didapat dari $((100 - 25) : 6)$, dan mean hipotetik sebesar 62,5 yang didapat dari $((100 + 25) : 2)$.

Skala penyesuaian akademik memiliki nilai empirik dengan skor terkecil sebesar 52, dan skor maximum sebesar 90, mean empirik sebesar 64,64, dan standar deviasi skala empiric sebesar 6,402.

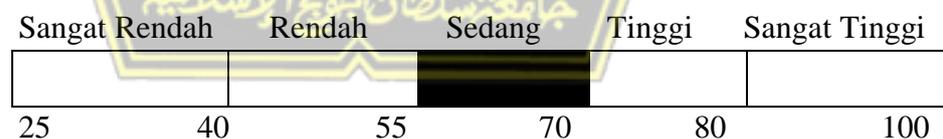
Table 12 Deskripsi Skor Penyesuaian Akademik

Deskripsi Skor	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	52	25
Skor Maksimum	90	100
Mean (M)	64,64	62,5
Standar Deviasi (SD)	6,402	12,5

Berdasarkan norma kategorisasi pada penelitian ini, diperoleh mean empirik sebesar 64,64. Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sedang. Adapun norma kategorisasi data variabel penyesuaian akademik yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Table 13 Kategorisasi Skor Skala Penyesuaian Akademik

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$85 < x \leq 100$	Sangat Tinggi	2	1,05%
$70 < x \leq 85$	Tinggi	37	19,47%
$55 < x \leq 70$	Sedang	148	77,89%
$40 < x \leq 55$	Rendah	3	1,57%
$25 < x \leq 40$	Sangat Rendah	0	0%
Total		190	100%



Gambar 1 Norma Kategorisasi Skala Penyesuaian Akademik

2. Deskripsi Data Skala *Self Efficacy*

Skala *self efficacy* memiliki 18 aitem yang memiliki daya beda tinggi dengan rentang skor 1 sampai 4. Skor terkecil diperoleh sebanyak 18 yang didapat dari (18 x 1) dan skor terbesar sebanyak 72 yang didapat dari (18 x 4). Rentang skor sebesar 54 yang didapat dari (72-18). Standar

deviasi hipotetik sebesar 9 yang didapat dari $((72-18) : 6)$, dan mean hipotetik sebesar 45 yang didapat dari $((72+18) : 2)$.

Deskripsi skor skala *self efficacy* dari hasil penelitian skor minimum empirik yang didapat sebesar 37, skor maximum empirik sebesar 68, mean empirik sebesar 47,52, dan standar deviasi empirik sebesar 6,234.

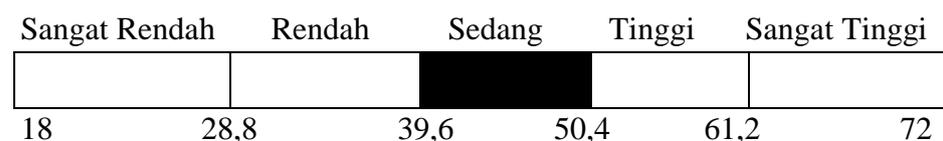
Table 14 Deskripsi Skor *Self Efficacy*

Deskripsi Skor	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	37	18
Skor Maksimum	68	72
Mean (M)	47,52	45
Standar Deviasi (SD)	6,234	9

Berdasarkan norma kategorisasi pada penelitian ini, diperoleh mean empirik sebesar 47,52. Hal ini menunjukkan subjek dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sedang. Adapun norma kategorisasi data variabel *self efficacy* yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Table 15 Kategorisasi Skor Skala *Self Efficacy*

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$61,2 < x \leq 72$	Sangat Tinggi	3	1,57%
$50,4 < x \leq 61,2$	Tinggi	45	23,68%
$39,6 < x \leq 50,4$	Sedang	141	74,21%
$28,8 < x \leq 39,6$	Rendah	1	0,52%
$18 < x \leq 28,8$	Sangat Rendah	0	0%
Total		190	100%



Gambar 2 Norma Kategorisasi Skala *Self Efficacy*

E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik melalui sistem pembelajaran *online* pada mahasiswa fakultas Psikologi Unissula. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Spearman's Rho* yang menunjukkan korelasi $r_{xy} = 0,593$ dengan taraf signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Hal ini berarti semakin positif *self efficacy* pada mahasiswa maka semakin tinggi pula penyesuaian akademiknya. Sebaliknya, jika semakin negatif *self efficacy* maka semakin rendah pula penyesuaian akademiknya. Sumbangan efektif yang didapatkan variabel penyesuaian akademik sebesar 34,5% pada perilaku *self efficacy* didapat dari R square yakni 0,345 sedangkan 65,5% perilaku *self efficacy* dipengaruhi faktor lain di luar penelitian.

Hasil analisis deskriptif *self efficacy* diketahui bahwa 3 responden (1,57%) menunjukkan perilaku *self efficacy* yang sangat tinggi, 45 responden (23,68%) menunjukkan perilaku *self efficacy* yang tinggi, dan 141 responden (74,21%) menunjukkan perilaku *self efficacy* yang sedang. Hasil tersebut didapatkan dari mean empirik sebesar 47,52 dan diperoleh presentase mahasiswa dengan perilaku *self efficacy* sebesar 74,21%. Sedangkan analisis deskriptif penyesuaian akademik berada pada kategori sedang dengan perolehan mean empirik sebesar 64,64 dengan perolehan presentase sebesar 77,89%.

Sehingga berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki *self efficacy* dan penyesuaian akademik memiliki kategori yang sedang. Artinya, mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula belum sepenuhnya dapat terpuaskan, karena masih belum terpenuhi secara maksimal terhadap tuntutan akademik yang dijalani dalam perkuliahan *online* pada masa pandemi Covid-19 ini. Penyesuaian akademik dapat menjadikan individu lebih termotivasi dalam strategi belajar yang berbeda dan efektif untuk membuat lingkungan belajar di rumah yang lebih kondusif selama masa pandemi (Khotimatussannah et al., 2021).

Hasil penelitian ini selaras terhadap penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nazillah (2021) menyatakan bahwa *self efficacy* dengan penyesuaian akademik pada mahasiswa memiliki hubungan positif dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,701$ ($p = 0,01$) yang berarti semakin tinggi *self efficacy* maka akan semakin besar pula usaha dan daya tahan yang dimiliki. Mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan memberikan seluruh kemampuannya yang dimiliki untuk dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik yang ada dimasa pembelajaran *online* (Khotimatussannah et al., 2021). Penelitian lain, Warsito (2009) mengungkapkan adanya kotersimbungan yang positif antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,600$ ($p = 0,01$), yang semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi penyesuaian akademiknya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap penyesuaian akademik menghadapi pembelajaran *online* pada mahasiswa fakultas Psikologi Unissula, jika *self efficacy* tinggi maka penyesuaian akademik akan tinggi. Sebaliknya, jika *self efficacy* tidak tinggi maka penyesuaian akademik rendah. Dengan hal ini, hipotesis pada penelitian ini dapat diterima.

F. Kelemahan

Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan, terdapat beberapa kelemahan yaitu :

1. Keterbatasan informasi dalam wawancara yang dilakukan dengan responden secara *online* melalui *WhatsApp* dikarenakan adanya pandemi Covid-19.
2. Pada penelitian ini, populasi yang digunakan hanya berasal dari 1 Fakultas yaitu Psikologi.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self efficacy* dengan penyesuaian akademik terhadap sistem pembelajaran *online*. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima. Artinya, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi penyesuaian akademik pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah penyesuaian akademik pada mahasiswa.

B. Saran

1. Bagi Subjek

Peneliti berharap mahasiswa bisa terus menumbuhkan *self efficacy* dengan memotivasi diri, mengubah pola pikir menjadi lebih aktif, inovatif serta mengembangkan kiat-kiat dalam menggapai tujuan untuk masa depan. Karena apabila *self efficacy* terus diterapkan penyesuaian akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula akan meningkat.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian serupa hendaknya perlu diperhatikan pada saat melakukan studi pendahuluan, diharapkan lebih maksimal baik dari segi jumlah responden ataupun pertanyaan-pertanyaan yang diajukan lebih mendalam untuk mendapatkan data yang maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas Viii. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 8(1), 17. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v8i1.448>
- Afdhalia. (2021). Penyesuaian akademik ditinjau dari kesesuaian minat memilih jurusan dan dukungan sosial orang tua.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Belawati T. (2020). *Buku pembelajaran online 179*.
- Dewi Karyaningsih, R. P. (2017). Hubungan Kreativitas, Efikasi Diri dan Intensi Berwirausaha pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Dan Bisnis (JPEB)*, 5(2), 162–175. <https://doi.org/10.21009/jpeb.005.2.4>
- Gita Safira, & Temi Damayanti D. (2022). Pengaruh Academic Self Efficacy terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 109–118. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.462>
- Handayani, F. (2013). Hubungan Self-Efficacy dengan Prestasi Belajar Siswa Akselerasi. *Character*, 1(2), 1–5.
- Hashimah, N., Bakar, A., Mohamed, Z., Faizal, M., Abdullah, N. L., Ilyana, S., ... Idris, S. (2015). Pembinaan Model Berstruktur Penyesuaian Akademik Dalam Kalangan Pelajar. *Journal of Human Capital Development (JHCD)*, 8(1), 23–38.
- Khotimatussannah, N., Khairunisya, N., Pitaliki, T., & Anggraeni, A. (2021). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Akademik Dimasa Pembelajaran Online Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung. *Jurnal RASI*, 3(1), 29–36. <https://doi.org/10.52496/rasi.v3i1.120>
- Kurniawan, A., Khafid, M., & Pujiati, A. (2016). Pengaruh Lingkungan Keluarga, Motivasi, dan Kepribadian Terhadap Minat Wirausaha Melalui Self Efficacy. *Journal of Economic Education*, 5(1), 100–109.
- Nadziroh, F. (2017). Analisa Efektifitas Sistem Pembelajaran. *Jurnal Ilmu Komputer Dan Desain Komunikasi Visual (Jikdiskomvis)*, 2(1), 1–14.
- Novrianto, R., Maretih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas Konstruk Instrumen. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1–9.
- Nurlaila, S. (2011). Pelatihan Efikasi Diri Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Siswa-Siswi Yang Akan Menghadapi Ujian Akhir Nasional. *GUIDENA:*

Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling, 1(1), 1.
<https://doi.org/10.24127/gdn.v1i1.348>

- Qomariyah, S. (2019). Hubungan religiusitas penyesuaian diri pada santriwati di pondok pesantren mahasiswa Al-Husna Jember. *Skripsi*.
- Riyana, C. (2015). Produksi Bahan Pembelajaran Berbasis Online. *Modul Pembelajaran Universitas Terbuka Tangerang Selatan*, 1–43.
- Rosiana, D. (2011). Penyesuaian akademis mahasiswa tingkat pertama. *Prosiding SNaPP2011: Sosial, Ekonomi, Dan Humaniora*, 2(1), 491–496.
- Sopiyanti, F. (2018). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 289–304.
<https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.2197>
- Subaidi. (2016). Self-Efficacy Siswa Dalam Pemecahan Masalah Matematika. *Jurnal Sigma. Universitas Madura*, 1(2), 64–68.
- Sugiyono. (2010). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabet.
- Warsito, H. (2009). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Akademik Dan Prestasi Akademik. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, IX(1), 29–47.

