

Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap *Adjustment to College* pada Mahasiswa Rantau di Kota Makassar

The Influence of Self Efficacy on Adjustment to College of Regional Students in Makassar

Three Yanti Sumomba*, Minarni, Sri Hayati
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: threesumomba2001@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *self efficacy* terhadap *adjustment to college* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar. Terdapat 387 responden dalam penelitian ini, yakni mahasiswa rantau yang berasal dari luar Sulawesi Selatan dan aktif berkuliah di salah satu perguruan tinggi di kota Makassar. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *self efficacy* dengan nilai reliabilitas sebesar 0.938 dan skala *adjustment to college* dengan nilai reliabilitas sebesar 0.876. Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics 20*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *self efficacy* terhadap *adjustment to college* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar dengan kontribusi sebesar 85.4% dan menunjukkan arah yang positif. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *adjustment to college*. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah pula *adjustment to college*.

Kata Kunci: *Self Efficacy, Adjustment to College, Mahasiswa Rantau.*

Abstract

This study aims to see the effect of self efficacy on adjustment to college among regional students in Makassar City. There were 387 respondents in this study, namely regional students who came from outside South Sulawesi and were actively studying at one of the tertiary institutions in the city of Makassar. Data collection was carried out using the self efficacy scale with a reliability value of 0.938 and the adjustment to college scale with a reliability value of 0.876. The data in this study were analysed using the IBM SPSS Statistics 20 application. The results of the analysis showed that there was an effect of self efficacy on adjustment to college among regional students in Makassar City with a contribution of 85.4% and showing a positive direction. This can be interpreted that the higher the self efficacy, the higher the adjustment to college. Conversely, the lower the self efficacy, the lower the adjustment to college.

Keywords: *Self Efficacy, Adjustment to College, Regional Students.*

PENDAHULUAN

Mahasiswa berarti seseorang yang telah masuk ke jenjang perguruan tinggi dan telah menyelesaikan jenjang SMU (Erikson, 1999). Individu yang disebut sebagai seorang mahasiswa adalah mereka yang sedang melakukan program pendidikan jangka panjang di tingkat universitas, baik universitas negeri, universitas swasta, atau lembaga sekolah tinggi lainnya yang setara dengan perguruan tinggi (Siswoyo, 2007). Individu memilih untuk melanjutkan kuliah ke luar daerah dan meninggalkan daerah asalnya (merantau) guna meneruskan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), perantau adalah individu yang mencari penghidupan, ilmu, dan sebagainya di daerah lain.

McInnes (2012) menjelaskan bahwa mahasiswa yang merantau akan dihadapkan pada banyaknya perubahan di lingkungan baru, seperti perbedaan adat, norma, dan kebudayaan sehingga untuk dapat diterima oleh lingkungan sekitar, maka dibutuhkan penyesuaian diri yang baik. Tyson (1951) menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam beradaptasi, bersimpati,

menyeimbangkan kehidupan, kemampuan memperoleh keuntungan dari pengalaman, keterbukaan terhadap frustrasi, humor, sikap yang tidak ekstrim, rasionalitas, dan lain-lain.

Baker & Siryk (1984) mengartikan penyesuaian diri di perguruan tinggi (*adjustment to college*) sebagai kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya yang melibatkan respon mental serta tingkah laku, dimana individu berusaha memenuhi kebutuhan dirinya, mengatasi stres, frustrasi, hingga konflik yang dialami dalam menumbuhkan keseimbangan akan kebutuhan diri pada masa perkuliahan di lingkungan perguruan tinggi. Arkoff (1968) mengatakan bahwa penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi mempertimbangkan bagaimana pencapaian oleh individu guna mengatasi tuntutan yang ada di perguruan tinggi dan bagaimana hal itu dapat berdampak pada pengembangan diri, artinya bagaimana individu bisa menyesuaikan diri juga bergantung pada kemampuannya dalam meraih kelulusan.

Menurut Schneiders (2008), ciri-ciri seseorang yang memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi, yaitu mampu beradaptasi, berusaha menahan diri secara fisik, menguasai desakan emosi, mempunyai perilaku yang dapat dikendalikan serta terarah, motivasinya tinggi, dan bersikap sesuai realitas. Lebih lanjut dikemukakan oleh Ali & Asrori (2015) bahwa individu yang mampu bereaksi pada dirinya dan lingkungan secara tepat, matang, dan sehat, serta dapat menguasai konflik batin dan frustrasi adalah individu yang bisa menyesuaikan dirinya dengan baik. Akan tetapi menurut Al-Sharideh & Goe (1998) bahwa apabila individu tidak bisa menyesuaikan diri maka dampaknya bisa sangat luas dan bervariasi baik bagi psikis maupun perilaku, antara lain menurunnya kepercayaan diri dan harga diri, merasa terasingkan, merasa kesepian dan terisolasi, mengalami gangguan fisik karena faktor psikologis, merasakan stres emosional, dan gangguan komunikasi.

Aspek-aspek dari *adjustment to college* menurut Baker & Siryk (1984) ada empat, yakni penyesuaian akademik (*academic adjustment*), penyesuaian sosial (*social adjustment*), penyesuaian personal-emosional (*personal-emotional adjustment*), dan kelekatan institusi/komitmen tujuan (*goal commitment institutional attachment*).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan 10 orang mahasiswa perantau yang sekarang sedang berkuliah di Kota Makassar, memperoleh hasil pada aspek: 1) penyesuaian akademik, bahwa subjek merasa tugas-tugas di perguruan tinggi berat dan sulit sehingga membuat stres dan terkadang lebih memilih untuk mencatat tugas dari teman yang lain, bahkan terkadang tidak dikerjakan karena malu bertanya dan merasa sudah tidak mampu untuk mengerjakan. Saat perkuliahan di kelas pun subjek memilih untuk tidak bertanya atau menjawab pertanyaan karena merasa bahwa ia tidak pintar seperti teman-temannya yang lain sehingga merasa minder. Terdapat juga subjek yang mengatakan bahwa walaupun tugas-tugas yang berat namun tetap dikerjakan sesuai kemampuan diri karena mengingat perjuangan orang tua yang membiayai kuliah.

Permasalahan lain yang peneliti temukan pada aspek: 2) penyesuaian sosial, yakni subjek yang merasa minder karena berbeda dan merasa bahwa teman-temannya yang lain lebih mudah akrab satu dengan yang lain dibandingkan dirinya yang kurang mampu bersosialisasi. Pada aspek: 3) personal-emosional, terkait psikologis subjek mengatakan bahwa dirinya merasa tidak nyaman dan stres karena pembelajaran yang tidak sesuai dengan keinginan dan kemampuannya sehingga ada kemauan untuk pindah jurusan, serta merasa stres dan tidak mampu akan praktikum dan tugas-tugas yang sulit sehingga menyerah dan bahkan mengulang. Terkait fisik, subjek mengatakan bahwa dirinya kurang mampu mengerjakan tugas laporan yang banyak dan sulit yang sampai membuatnya terkadang malas untuk makan sehingga penyakit maag kambuh, serta saat ada praktikum terkadang merasa kelelahan sehingga tidak semangat untuk mengikuti perkuliahan atau pun mengerjakan tugas.

Peneliti juga menemukan permasalahan lain pada aspek: 4) kelekatan institusi, yakni subjek yang merasa salah jurusan karena sulit memahami materi perkuliahan dan merasa bahwa teman-temannya yang lain lebih pintar dibandingkan dirinya yang kurang mampu mengimbangi, bahkan saat presentasi terkadang memilih untuk tidak hadir karena merasa takut tidak bisa menjawab pertanyaan terkait materi yang dipresentasikan.

Peneliti menemukan masalah-masalah berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang mahasiswa rantau yang berkaitan dengan kemampuan diri (efikasi diri). *Self efficacy* menurut Bandura (1977) adalah keyakinan yang dimiliki seseorang akan kemampuannya dalam membangun dan melakukan tindakan-tindakan yang perlu untuk mencapai tingkat kinerja tertentu. Aspek-aspek dari *self efficacy* menurut Bandura (1997) ada tiga, yakni tingkatan (*level*), kekuatan (*strength*), dan keluasan (*generality*).

Ramos-Sanchez & Nichols (2007) menjelaskan bahwa penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi akan menjadi lebih baik apabila mempunyai keyakinan lebih akan kemampuannya atau *self*

efficacy (efikasi diri). Hal ini sejalan dengan pendapat Klassen (2004) bahwa penyesuaian diri mahasiswa dipengaruhi oleh seberapa besar kemampuan dan keyakinan diri yang dimiliki dalam mengerjakan tugas serta peran barunya di perguruan tinggi.

Penelitian-penelitian yang mendukung, yakni penelitian yang dilakukan oleh Maimunah (2020) yang berjudul pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa. Penelitian ini memperoleh hasil bahwa ada pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian diri individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa selain faktor eksternal seperti dukungan sosial, individu juga memerlukan keyakinan dalam dirinya agar dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungannya yang baru.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Monica & Supriyadi (2021) yang berjudul pengaruh efikasi diri pada penyesuaian diri dokter muda menunjukkan hasil bahwa efikasi diri dapat berpengaruh terhadap penyesuaian diri. Jika individu mampu melewati setiap tantangan dengan baik maka akan semakin memiliki kemampuan untuk meningkatkan kekuatannya dalam membereskan masalah serta dapat menyesuaikan diri. Hal ini dapat dikaitkan dengan aspek kekuatan (*strength*) pada *self efficacy* (Bandura, 1977). Kekuatan (*strength*) berkaitan dengan kuatnya keyakinan individu mengenai kemampuan yang dimiliki.

Penelitian selanjutnya oleh Purnamasari (2012) berjudul kontribusi *self-efficacy* terhadap kemampuan penyesuaian diri pada mahasiswa Unnes berkewarganegaraan Turki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu faktor yang dapat berpengaruh dari penyesuaian diri terhadap lingkungan perguruan tinggi pada mahasiswa rantau adalah *self efficacy* atau keyakinan diri. Disimpulkan bahwa *self efficacy* memiliki kontribusi terhadap penyesuaian diri mahasiswa, yakni sebesar 58,6%.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian ini guna melihat apakah ada pengaruh *self efficacy* terhadap *adjustment to college* pada mahasiswa rantau. Selain itu, dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan serta masukan bagi mahasiswa rantau guna meningkatkan *self efficacy* dan *adjustment to college*.

METODE PENELITIAN

Responden

Populasi adalah wilayah penyamarataan yang terdiri dari objek atau subjek dengan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga kesimpulannya dapat ditarik (Sugiyono, 2013). Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa rantau yang berada di Kota Makassar dan jumlah keseluruhannya tidak diketahui dengan pasti oleh peneliti.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2013). Jumlah sampel yang akan diambil mengacu pada penentuan sampel menurut Abdullah & Sutanto (2015) menggunakan persamaan $n \geq \frac{1}{\alpha^2}$ dengan taraf kesalahan ($\alpha=0.1$). Berdasarkan persamaan tersebut, maka ditentukan jumlah sampel ≥ 100 dan yang jumlah yang dikumpulkan adalah sebanyak 387 responden.

Instrumen Penelitian

Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa teknik pengumpulan data merupakan tindakan yang paling strategis dalam penelitian, hal ini karena tujuan utama dari sebuah penelitian adalah untuk memperoleh data. Menurut Azwar (2012), instrumen penelitian adalah skala penelitian yang digunakan untuk melakukan pengumpulan data dalam penelitian agar menjadi mudah dan terstruktur. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala Likert, yakni skala *adjustment to college* dan skala *self efficacy*. Instrumen penelitian memberikan gambaran terkait alat ukur seperti apa yang digunakan dalam penelitian ini.

Skala *Adjustment to College* yang digunakan peneliti untuk mengukur variabel penyesuaian diri dalam penelitian ini adalah skala yang dibuat oleh Aurelia Judith Pratiwi (2017). Skala ini menggunakan tiga aspek yang dikemukakan oleh Baker & Stryk (1984), yakni penyesuaian akademik (*academic adjustment*), penyesuaian sosial (*social adjustment*), penyesuaian personal-emosional (*personal-emotional adjustment*), dan kelekatan institusi/komitmen tujuan (*goal commitment institutional attachment*). Skala ini terdiri dari 26 item yang terbagi atas 14 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*. Adapun pilihan jawaban yang digunakan, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pilihan jawaban *favorable* bergerak dari 4 untuk Sangat Setuju (SS) dan 1 untuk Sangat Tidak Setuju (STS). Sebaliknya, pilihan jawaban *unfavorable* bergerak dari 4 untuk Sangat Tidak Setuju (STS) dan 1 untuk Sangat Setuju (SS).

Skala *Self efficacy* yang digunakan peneliti untuk mengukur variabel *self efficacy* dalam penelitian ini adalah skala yang dibuat oleh Deila Adelina (2018). Skala ini menggunakan tiga aspek yang dikemukakan oleh Bandura (1997), yakni tingkatan (*level*), kekuatan (*strength*), dan keluasan (*generality*). Skala ini terdiri dari 20 item yang terbagi atas 8 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*. Adapun pilihan jawaban yang digunakan, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Adapun pilihan jawaban *favorable* bergerak dari 1 untuk Sangat Setuju (SS) dan 4 untuk Sangat Tidak Setuju (STS). Sebaliknya, pilihan jawaban *unfavorable* bergerak dari 1 untuk Sangat Tidak Setuju (STS) dan 4 untuk Sangat Setuju (SS).

Teknik Analisis Data

Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa analisis data adalah proses mencari dan menyusun data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi secara terstruktur, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, serta membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami.

Analisis Deskriptif

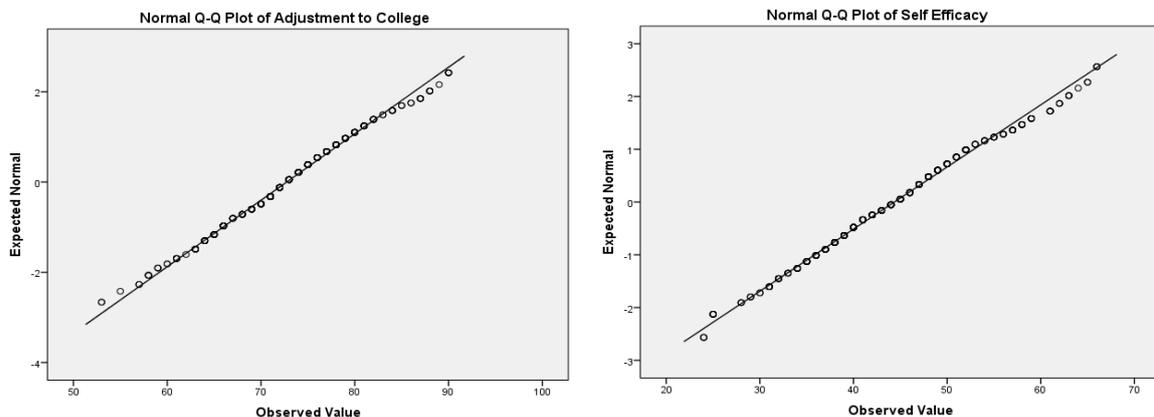
Menurut Sugiyono (2013), metode deskriptif bertujuan untuk mengetahui sifat serta hubungan yang lebih mendalam antara dua variabel. Hal tersebut dilakukan dengan cara mengamati aspek-aspek tertentu secara lebih spesifik untuk memperoleh data yang sesuai dengan masalah yang ada dengan tujuan penelitian, dimana data tersebut diolah, dianalisis, dan diproses lebih lanjut dengan dasar-dasar teori yang telah dipelajari sehingga data tersebut dapat ditarik kesimpulannya.

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif yang bertujuan untuk memaparkan data hasil penelitian, meliputi demografi responden, gambaran umum variabel, serta tingkat *adjustment to college* dan *self efficacy* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar.

Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini dapat dilihat secara visual dengan grafik Q-Q Plot. Bentuk grafik Q-Q Plot untuk variabel *adjustment to college* dan *self efficacy* adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Q-Q Plot Adjustment to College dan Self Efficacy

Berdasarkan grafik Q-Q Plot di atas, terlihat garis lurus dari kiri bawah ke kanan atas. Garis tersebut berasal dari skor-z (*z-score*). Jika sebaran data normal, maka data akan terdistribusi di sekitar garis. Dapat dilihat bahwa data pada grafik, didistribusikan di sekitar garis. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa data *adjustment to college* dan *self efficacy* berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui sifat linear pada sebaran data antara variabel X dan variabel Y. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah sifat linear pada hubungan X dan Y berpengaruh terhadap tingkat valid atau tidaknya model regresi yang dihasilkan. Dalam penelitian ini dilakukan *test of linearity* untuk mengetahui hal tersebut. Adapun kriteria signifikan pada

Linearity adalah <0.05 , sehingga dapat diketahui apakah kedua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistic 20*.

Tabel 1. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Linearity	Ket
<i>Self Efficacy</i> dan <i>Adjustment to College</i>	0.000	Linear

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai *Linearity* sebesar 0.000 (< 0.05). Hal ini berarti bahwa variabel *self efficacy* memiliki hubungan yang linear terhadap *adjustment to college*.

Uji Hipotesis

Analisis uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan regresi linear sederhana, yakni analisa data dimana salah satu variabel dianggap mempengaruhi variabel yang lainnya. Untuk memperoleh koefisien korelasi, peneliti menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistic 20*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Hasil Analisis Deskriptif Demografi

Subjek dalam penelitian adalah Mahasiswa(i) rantau dari luar Sulawesi Selatan yang aktif berkuliah di salah satu perguruan tinggi di Kota Makassar dan semester 4 sampai akhir, berjumlah 387 subjek. Demografi subjek dalam penelitian ini terdiri atas jenis kelamin, usia, asal universitas, jurusan, semester, dan asal daerah.

Tabel 2. Deskripsi Demografi

	Demografi	Frekuensi
Jenis Kelamin	Laki-Laki	127
	Perempuan	260
Usia	18 Tahun	15
	19 Tahun	77
	20 Tahun	113
	21 Tahun	104
	22 Tahun	58
	23 Tahun	15
Universitas	24 Tahun	5
	Universitas Bosowa	102
	Universitas Hasanuddin	46
	Universitas Negeri Makassar	57
	Universitas Muslim Indonesia	25
	UIN Alauddin Makassar	48
	Universitas Kristen Indonesia Paulus	27
	Politeknik Negeri Ujung Pandang	22
	STIFA Makassar	21
	Universitas Muhammadiyah Makassar	13
Lainnya	26	
Jurusan	Psikologi	49
	Teknik	91
	Pendidikan Dokter	34
	Manajemen	37
	Akuntansi	46
	Farmasi	32
	Ilmu Pendidikan	33
	Keperawatan	19
	Ilmu Hukum	17
	Lainnya	29
Semester	Semester 4	159
	Semester 6	111
	Semester 8	106
	Semester 10	6
	Semester 12	3

Demografi		Frekuensi
Semester 14		2
Asal Daerah	Sulawesi Utara	58
	Sulawesi Tenggara	55
	Sulawesi Tengah	31
	Gorontalo	42
	Kalimantan	53
	Jawa	42
	Nusa Tenggara Timur	22
	Papua	21
	Sulawesi Barat	17
	Lainnya	46

Hasil Analisis Deskriptif Variabel

a. Adjustment to College

Deskriptif tingkat skor variabel *Adjustment to College* dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Distribusi Skor *Adjustment to College*

Distribusi Skor	N	Mean	SD	Min	Maks
<i>Adjustment to College</i>	387	72.74	6.788	53	90

Berdasarkan tabel distribusi skor di atas, diketahui bahwa skor *Adjustment to College* dari total responden sebanyak 387 subjek diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 72.74. Nilai standar deviasi (SD) sebesar 6.788. Nilai minimum sebesar 53 dan nilai maksimum sebesar 90.

Tabel 4. Kategorisasi Penormaan *Adjustment to College*

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi	N
Sangat Tinggi	$X > (\text{Mean} + 1.5 \text{ SD})$	$X > 83$	27
Tinggi	$(\text{Mean} + 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1.5 \text{ SD})$	$76 < X \leq 83$	95
Sedang	$(\text{Mean} - 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 0.5 \text{ SD})$	$69 < X \leq 76$	167
Rendah	$(\text{Mean} - 1.5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} - 0.5 \text{ SD})$	$63 < X \leq 69$	77
Sangat Rendah	$(\text{Mean} - 1.5 \text{ SD}) \leq X$	$63 \leq X$	21

Berdasarkan tabel di atas, diketahui dari 387 subjek terdapat 27 (7%) subjek yang tergolong pada kategori sangat tinggi, 95 (24.5%) subjek yang tergolong pada kategori tinggi, 167 (43.1%) subjek yang tergolong pada kategori sedang, 77 (19.9%) subjek yang tergolong pada kategori rendah, dan 21 (5.4%) subjek yang tergolong pada kategori sangat rendah.

b. Self Efficacy

Deskriptif tingkat skor variabel *Self Efficacy* dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5. Distribusi Skor *Self Efficacy*

Distribusi Skor	N	Mean	SD	Min	Maks
<i>Self Efficacy</i>	387	44.36	8.497	24	66

Berdasarkan tabel distribusi skor di atas, diketahui bahwa skor *Self Efficacy* dari total responden sebanyak 387 subjek diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 44.36. Nilai standar deviasi (SD) sebesar 8.497. Nilai minimum sebesar 24 dan nilai maksimum sebesar 66.

Tabel 6. Kategorisasi Penormaan *Self Efficacy*

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi	N
Sangat Tinggi	$X > (\text{Mean} + 1.5 \text{ SD})$	$X > 57$	36
Tinggi	$(\text{Mean} + 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1.5 \text{ SD})$	$49 < X \leq 57$	77
Sedang	$(\text{Mean} - 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 0.5 \text{ SD})$	$40 < X \leq 49$	164
Rendah	$(\text{Mean} - 1.5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} - 0.5 \text{ SD})$	$32 < X \leq 40$	86
Sangat Rendah	$(\text{Mean} - 1.5 \text{ SD}) \leq X$	$32 \leq X$	24

Berdasarkan tabel di atas, diketahui dari 387 subjek terdapat 36 (9.3%) subjek yang tergolong pada kategori sangat tinggi, 77 (19.9%) subjek yang tergolong pada kategori tinggi, 164 (42.4%) subjek yang tergolong pada kategori sedang, 86 (22.2%) subjek yang tergolong pada kategori rendah, dan 24 (6.2%) subjek yang tergolong pada kategori sangat rendah.

Hasil Analisis Uji Hipotesis

Analisis uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana dengan bantuan *software IBM SPSS Statistics 20*. Hasil analisis uji hipotesis dari variabel *Self Efficacy* terhadap variabel *Adjustment to College* sebagai berikut:

Tabel 7. Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap *Adjustment to College* Pada Mahasiswa Rantau di Kota Makassar

Variabel	R Square	Kontribusi	F**	Sig F***	Ket
<i>Self Efficacy terhadap Adjustment to College</i>	0.799	79.9%	1531.666	0.000	Sig

Ket:

R Square = Koefisien Determinan

**F = Nilai Uji Koefisien Regresi

*** = Nilai Signifikansi

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai *R Square* sebesar 0.799 yang menunjukkan bahwa kontribusi yang diberikan oleh variabel *Self Efficacy* terhadap variabel *Adjustment to College* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar adalah sebesar 79.9%. Sedangkan, sisanya sebesar 20.1% berasal dari faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Nilai signifikansi diperoleh sebesar 0.000 yang menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih kecil (<) dari taraf signifikansi (Sig < 005). Hal ini berarti hipotesis yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh *Self Efficacy* terhadap *Adjustment to College* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar (H_0) ditolak. Jadi, hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh *Self Efficacy* terhadap *Adjustment to College* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar (H_1) diterima. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa *Self Efficacy* mampu memberikan pengaruh terhadap *Adjustment to College* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar.

Tabel 8. Koefisien Regresi *Self Efficacy* Terhadap *Adjustment to College*

Variabel	Constant	B	T	Sig.	Ket
<i>Self Efficacy terhadap Adjustment to College</i>	41.066	0.894	39.137	0.000	Sig

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas, diperoleh nilai *Constant* sebesar 41.066, nilai koefisien regresi (B) sebesar 0.894, dan nilai t sebesar 39.137. Hasil tersebut menunjukkan arah positif yang berarti semakin tinggi *Self Efficacy* maka semakin tinggi pula *Adjustment to College* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar.

Pembahasan

Hasil analisis uji hipotesis menunjukkan bahwa *self efficacy* dan *adjustment to college* memperoleh nilai *R Square* sebesar 0.799. Hal ini berarti kontribusi *self efficacy* terhadap *adjustment to college* adalah sebesar 79.9% dan 20.1% lainnya berasal dari faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Adapun nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0.000 (<0.005). Hal ini berarti hipotesis yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh *self efficacy* terhadap *adjustment to college* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar (H_0) ditolak. Jadi, hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh *self efficacy* terhadap *adjustment to college* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar (H_1) diterima.

Hasil analisis juga menemukan bahwa *self efficacy* memiliki pengaruh langsung terhadap *adjustment to college* dengan nilai koefisien B sebesar 0.894. Hal ini menunjukkan arah positif yang berarti semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *adjustment to college* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar. Hal ini sejalan dengan pendapat Ramos-Sanchez & Nichols (2007) yang menjelaskan bahwa penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi akan lebih baik apabila memiliki keyakinan lebih pada kemampuannya (*self efficacy*).

Klassen (2004) berpendapat bahwa penyesuaian diri mahasiswa dipengaruhi oleh seberapa besar kemampuan dan keyakinan diri yang dimiliki dalam mengerjakan tugas serta peran barunya di perguruan tinggi. Individu yang memiliki keyakinan akan kemampuan diri yang tidak terealisasi dengan baik akan memicu rendahnya penyesuaian diri. Arkoff (1968) mengatakan bahwa penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi mempertimbangkan bagaimana pencapaian oleh individu guna mengatasi tuntutan yang ada di perguruan tinggi dan bagaimana hal itu dapat berdampak pada pengembangan diri, artinya bagaimana individu bisa menyesuaikan diri juga bergantung pada kemampuannya dalam meraih kelulusan.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif demografi, diperoleh dari jenis kelamin bahwa *adjustment to college* didominasi oleh perempuan, yakni sebesar 67.2%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khalid & Indrawati (2019) yang menemukan bahwa mahasiswa memiliki penyesuaian diri di perguruan tinggi (*adjustment to college*) didominasi oleh yang berjenis kelamin perempuan.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif demografi usia, ditemukan bahwa *adjustment to college* didominasi oleh subjek dengan rentang usia 19-21 tahun. Adapun rentang usia tersebut merupakan masa dewasa awal, yang menurut Santrock adalah masa dimana terjadi perubahan pandangan dari memikirkan diri sendiri menjadi individu yang memiliki sikap simpati terhadap orang lain. Lebih lanjut, Hurlock (1996) mengemukakan bahwa masa tersebut merupakan periode penyesuaian diri individu terhadap pola-pola kehidupan dan harapan-harapan sosial yang baru.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi dari *self efficacy* dan *adjustment to college* berkorelasi positif. Pada dimensi tingkatan (*level*) dalam variabel *self efficacy*, yakni sejauh mana kemampuan individu untuk menyelesaikan tugas yang tingkat kesulitannya berbeda. Hal tersebut bersesuaian dengan aspek penyesuaian sosial (*social adjustment*) dalam variabel *adjustment to college*, dimana aspek ini mengukur keberhasilan individu dalam melakukan interaksi terhadap tuntutan interpersonal-sosial yang berhubungan dengan pengalaman di perguruan tinggi.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pada dimensi kekuatan (*strength*) dalam variabel *self efficacy*, dimana individu memiliki kemantapan yang kuat terhadap kemampuannya untuk mengerjakan tugas dan terus bertahan dalam usahanya meskipun banyak mengalami kesulitan dan rintangan. Hal tersebut bersesuaian dengan aspek penyesuaian akademik (*academic adjustment*) dalam variabel *adjustment to college*, dimana individu memiliki kesuksesan dalam melakukan interaksi terhadap berbagai tuntutan di bidang akademik, salah satunya dalam pengerjaan tugas.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pada dimensi keluasan (*generality*) dalam variabel *self efficacy*, dimana individu memiliki kemampuan dalam menjalankan beberapa tugas yang berbeda. Hal tersebut juga bersesuaian dengan aspek penyesuaian akademik (*academic adjustment*), dimana individu dapat melakukan interaksi terhadap berbagai tuntutan ataupun tugas di bidang akademik perguruan tinggi, termasuk motivasi, performa, dan lingkungan akademis.

Uraian di atas dapat didukung oleh beberapa penelitian, yakni penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari (2012) berjudul kontribusi *self-efficacy* terhadap kemampuan penyesuaian diri pada mahasiswa Unnes berkewarganegaraan Turki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri terhadap lingkungan perguruan tinggi pada mahasiswa rantau adalah *self efficacy*. Disimpulkan bahwa *self efficacy* memiliki kontribusi terhadap penyesuaian diri mahasiswa, yakni sebesar 58,6%.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Maimunah (2020) yang berjudul pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa. Penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap penyesuaian diri individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa selain faktor eksternal seperti dukungan sosial, individu juga membutuhkan keyakinan dalam dirinya sendiri untuk mampu melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan barunya.

Penelitian selanjutnya oleh Monica & Supriyadi (2021) yang menunjukkan hasil bahwa efikasi diri mampu memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri. Jika individu mampu melalui setiap rintangan dengan baik maka akan semakin mampu meningkatkan kekuatannya dalam menyelesaikan masalah serta dapat melakukan penyesuaian diri. Hal ini dapat dikaitkan dengan aspek kekuatan (*strength*) pada *self efficacy* (Bandura, 1977). Kekuatan (*strength*) berkaitan dengan kuatnya keyakinan individu mengenai kemampuan yang dimiliki. Maka, dengan meningkatkan *self efficacy* dapat juga meningkatkan *adjustment to college* pada individu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *self efficacy* terhadap *adjustment to college* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar. Semakin tinggi *self efficacy*, maka semakin tinggi pula *adjustment to college*. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy*, maka semakin rendah pula *adjustment to college*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S., & Sutanto, T. E. (2015). *Statistika Tanpa Stress*. Jakarta: TransMedia Pustaka.
Ali, M., & Asrori, M. (2015). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

- Al-Sharideh, K. A., & Goe, W. R. (1998). Ethnic Communities within the University: An Examination of Factors Influencing the Personal Adjustment of International Students. *Research in Higher Education, 39*(6), 699-725.
- Arkoff, A. (1968). *Adjustment and Mental Health*. USA: McGraw-Hill-Book Company.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring Adjustment to College. *Journal of Counseling Psychology, 31*(2).
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Bandura, A. (1997). *A Exercise of Self Control*. New York: W.H Freeman and Company.
- Erikson. (1999). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Klassen, R. M. (2004). A Cross Cultural Investigation of the Efficacy Beliefs of South Asian Immigrant and Anglo Canadian Nonimmigrant Early Adolescents. *Journal of Educational Psychology, 96*(4), 731-742.
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo, 8*(2), 275-282.
- McInnes, W. (2012). *Culture Shock: A Handbook for 21st Century Business*. New York: Willey.
- Monica, A. A., & Supriyadi. (2021). Efikasi Diri dan Strategi Koping pada Penyesuaian Diri Dokter Muda. *Jurnal Studia Insania, 9*(2), 187-204.
- Purnamasari. (2012). Kontribusi Self-Efficacy Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Unnes Berkewarganegaraan Turki Tahun 2010. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application, 1*(1), 57-63.
- Ramos-Sanchez, L., & Nichols, L. (2007). Self-Efficacy of First-Generation and Non-First-Generation College Students. The Relationship with Academic Performance and College Adjustment. *Journal of College Counseling, 10*(1), 6-18.
- Schneiders, A. A. (2008). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holtt, Renhart and Wiston Inc.
- Siswoyo, D. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Pers.
- Sugiyono, S. (2013). *Metode Penelitian, Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tyson, R. (1951). Current Mental Hygiene Practice. *Journal of Clinical Psychology, 7*(1), 1-94.