



Hubungan Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2021 Universitas Medan Area

Orrelation Self-Efficacy With Academic Adjustment In Psychology Faculty Students For The 2021 University Of Medan Area

Annisa Rahmadani & Dinda Permatasari*

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan penyesuaian akademik pada mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2021 Universitas Medan Area. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala efikasi diri dan skala penyesuaian akademik dimana yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2021 Universitas Medan area yang berjumlah 97 mahasiswa. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi Product Moment, maka dapat diperoleh hasil sebagai berikut: terdapat hubungan positif signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian akademik. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r^2 = 0,783$; $P = 0,00 < 0,05$, bahwa efikasi diri berkontribusi terhadap penyesuaian akademik sebesar 61,3%. Mahasiswa memiliki efikasi diri tergolong tinggi dengan empirik = 96,66 > mean hipotetik = 75 dimana selisih kedua mean melebihi bilangan SD = 10,839 dan penyesuaian akademik mahasiswa tergolong tinggi dengan empirik = 178,62 > mean hipotetik = 137,5 dimana selisih kedua mean melebihi bilangan SD = 16,312. Dari hasil penelitian ini, maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.

Kata Kunci: Self Efficacy; Student Engagement.

Abstract

This study aims to determine the correlation between self-efficacy and academic adjustment in students of the class of 2021 at the University of Medan. The scale used in this study is the self-efficacy scale and the adjustment scale where the subjects in this study are students from the 2021 University of Medan who conducted 97 students. The data analysis method used in this study is Product Moment correlation, so the following results can be obtained: there is a significant positive relationship between self-efficacy and academic adjustment. This result is evidenced by the correlation coefficient $r = 0.783$; $P = 0.00 < 0.05$, that self-efficacy contributes to academic adjustment by 61.3%. Students have high self-efficacy with empirical = 96.66 > hypothetical mean = 75 where the second difference exceeds the SD number = 10,839 and student academic adjustment is high with empirical = 178.62 > hypothetical mean = 137.5 where the difference between the two means exceeds the number SD = 16,312. From the results of this study, the proposed hypothesis is accepted.

Keywords: Self efficacy; Student Engagement.

How to Cite: Rahmadani, A. & Permatasari, D. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2021 Universitas Medan Area. *JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2): 57-63,



PENDAHULUAN

Sebagai mahasiswa tahun pertama yang baru lulus dari SMA, perguruan tinggi merupakan lingkungan baru yang berbeda dari sebelumnya, sehingga perlu dilakukan penyesuaian dalam berbagai aspek (Misnita et al., 2015; Yunita, Sri Unimed, 2013). Berasal dari sistem sekolah yang menuntut lebih banyak kebebasan, lebih banyak tanggung jawab, jarak dari teman seumur hidup dan bertemu yang baru, bahkan bagi beberapa mahasiswa harus berpisah dari keluarganya dan tinggal dengan lingkungan yang baru. Mahasiswa harus mempunyai pilihan untuk menyesuaikan diri dari mahasiswa yang satu dengan mahasiswa yang lain dan menyesuaikan diri dengan kondisi baru, baik secara keilmuan maupun kondisi social (Jusmika et al., 2022; Situngkir et al., 2022).

Pada umumnya, individu memasuki dunia perkuliahan pada usia 18 tahun, yang merupakan tahap perkembangan remaja akhir menuju dewasa awal. Pada usia ini, individu mengalami transisi ganda, yaitu dari remaja menuju dewasa dan dari seorang siswa sekolah menengah atas menjadi mahasiswa baru di perguruan tinggi. Transisi ini sering kali membawa tantangan, terutama bagi mahasiswa yang harus pindah dari satu daerah ke daerah lain, yang dapat menyebabkan keterkejutan budaya (culture shock). Perubahan lingkungan sosial, budaya, dan sistem pendidikan menuntut mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian akademik.

Pindah dari sekolah menengah atas ke universitas melibatkan perubahan dalam struktur pendidikan. Di tingkat SMA, jadwal dan mata pelajaran ditentukan oleh pihak sekolah, dan siswa hanya mengikuti serta mempelajari materi yang telah ditetapkan. Namun, dalam dunia perkuliahan, sistem pembelajaran diatur dengan Sistem Kredit Semester (SKS), di mana mahasiswa bertanggung jawab atas mata kuliah dan jumlah SKS yang diambil. Selain itu, interaksi antara mahasiswa dan dosen juga berbeda dibandingkan hubungan antara siswa dan guru di SMA. Perhatian dosen kepada mahasiswa lebih terbatas, sehingga mahasiswa harus lebih mandiri dalam proses pembelajaran. Tantangan ini mengharuskan mahasiswa baru untuk menyesuaikan diri tidak hanya dengan lingkungan akademik yang berbeda tetapi juga dengan dinamika sosial yang lebih beragam.

Penyesuaian diri dengan bidang akademik (academic adjustment) berarti mahasiswa dapat memenuhi tuntutan dan persyaratan akademis dengan cara yang sesuai, menyeluruh dan memuaskan, yang dimaksud dengan cara yang sesuai, menyeluruh dan memuaskan yaitu dimana mahasiswa dapat melakukan dan menyelesaikan tuntutan akademisnya dengan cara yang sesuai dengan kebutuhan akademisnya dilakukan dengan seluruh potensi yang dimiliki sehingga tercapai hasil yang memuaskan. Pada semester awal merupakan masa yang penting bagi penyesuaian diri mahasiswa dengan kehidupan akademisnya yang baru. Pada semester awal, mahasiswa belajar untuk membentuk dan mengembangkan keahlian dan kebiasaan belajar yang menjadi dasar bagi keberhasilan akademis di masa dating (D. Aisyah et al., 2023; Aslamiyah et al., 2020; Hasanah et al., 2022).

Mahasiswa baru sering menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik perguruan tinggi, terutama selama masa pandemi Covid-19 yang memaksa pembelajaran dilakukan secara daring. Salah satu tantangan utama adalah perbedaan metode pembelajaran antara masa sekolah menengah atas (SMA) dan perkuliahan. Mahasiswa harus mencari dan memahami materi secara mandiri melalui jurnal dan buku, berbeda dengan pembelajaran di SMA di mana guru memberikan materi lengkap dan penjelasan terperinci. Lingkungan rumah yang kurang kondusif, kendala jaringan internet, serta keterbatasan interaksi langsung dengan dosen membuat pembelajaran daring menjadi sulit bagi sebagian mahasiswa. Namun, tidak semua mahasiswa merasakan kesulitan yang sama. Beberapa di antaranya mampu beradaptasi dengan baik, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan mencapai nilai akademik yang memuaskan. Keberhasilan dalam penyesuaian akademik bergantung pada kemampuan mahasiswa untuk memenuhi tuntutan dan persyaratan akademik dengan cara yang efektif dan memuaskan. Mahasiswa yang memiliki penyesuaian akademik yang baik menunjukkan karakteristik seperti kemampuan menyelesaikan tugas, sikap positif terhadap masalah, perilaku yang realistis, kemampuan mempelajari keterampilan baru, dan interaksi sosial yang baik. Fenomena ini mencerminkan bahwa adaptasi akademik setiap mahasiswa sangat bervariasi, tergantung pada kemampuan dan kondisi masing-masing individu.

Menurut (Schneiders, 1964), keberhasilan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian akademis dapat dilihat dari perolehan pengetahuan dari ilmu yang dipelajari. Hal ini dilihat dari

nilai akademisnya yang diperoleh dan usaha yang dilakukan. Artinya nilai yang didapat sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Prinsip belajar di perguruan tinggi mengarahkan pada segala pengetahuan yang harus diperoleh dengan pengamatan sendiri, pengalaman sendiri, penyelidikan sendiri, dengan bekerja sendiri, dengan fasilitator yang diciptakan sendiri secara psikologis maupun secara teknis.

Berdasarkan hal tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa penyesuaian akademik pada mahasiswa merupakan salah satu masalah yang perlu mendapat perhatian. Pemanfaatan waktu yang tidak efektif dan ketidakpastian mahasiswa yang melakukan penyesuaian akademik merupakan keyakinan yang ada dalam diri mahasiswa tentang kemampuannya dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan tanggung jawab akademiknya. Hal tersebut menandakan masih terdapat mahasiswa yang merasa tidak yakin akan kemampuannya dalam menghadapi tuntutan akademisnya. Percaya pada kemampuan diri sendiri adalah bagian dari konsep efikasi diri. Efikasi diri ini berbeda dengan aspirasi, hal ini karena cita-cita mewakili hal-hal ideal yang ingin dicapai, sedangkan efikasi diri merupakan evaluasi terhadap kemampuan diri sendiri.

Beberapa penelitian sebelumnya mengenai hubungan efikasi diri dengan penyesuaian akademik bukanlah baru pertama kali dilakukan oleh peneliti, akan tetapi beberapa peneliti terdahulu sudah banyak yang melakukannya. Walaupun demikian penulis masih perlu buat balik mempelajari menggunakan mengambil tema yang tidak sama dengan objek kajian yang tidak sama juga. Hasil penelitian (Asma Watulhusna, 2008) menjelaskan bahwa kemampuan penyesuaian diri atau adaptasi di situasi belajar berpengaruh pada prestasi akademik. Lebih lanjut dijelaskan bahwa siswa yang bisa mengikuti keadaan mampu menunjukkan sikap mengatur diri, memiliki antusias buat memperoleh dukungan sosial dari lingkungan belajar, serta mengatur ketika belajar dan aktivitas lainnya yang dicermati mempunyai relevansi menggunakan penyesuaian dirinya.

Demikian juga penelitian (Kenenbudy, 2008) mengatakan bahwa mahasiswa yang penyesuaian akademisnya tidak terpenuhi adalah mereka yang meninggalkan bangku kuliah tanpa menyelesaikan (putus sekolah). Hal ini ditimbulkan sebab tuntutan asal kehidupan akademis dan stres yang dialami oleh mahasiswa. Akibat bagi perkembangan remaja itu sendiri, tidak terpenuhinya persyaratan sekolah mempengaruhi kemampuan diri (Self Efficacy), sikap (attitude), kepercayaan diri (personal confidence), kemandirian (sense of independent), dan konsep diri (self concept) dari bidang akademik. Hubungan yang positif serta signifikan antara kedua variabel. Semakin tinggi skor efikasi diri, semakin tinggi penyesuaian diri dalam perkuliahan akademiknya, serta semakin tinggi signifikansi kedua variabel.

Penelitian sebelumnya yang meneliti lebih lanjut mengenai efikasi diri dengan penyesuaian akademik untuk mahasiswa dan siswa. Disini peneliti akan lebih fokus pada efikasi diri dengan penyesuaian akademik pada mahasiswa baru angkatan 2021 Psikologi Universitas Medan Area. Berdasarkan fenomena yg terdapat diatas, Peneliti ingin mengetahui hubungan efikasi diri dengan penyesuaian akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2021 Universitas Medan Area.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk kedalam jenis penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah pendekatan ilmiah yang memandang suatu realitas itu dapat diklarifikasikan, konkrit, teramati, dan terukur. Hubungan variabelnya bersifat sebab akibat, dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat hubungan efikasi diri dengan penyesuaian akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2021 Universitas Medan Area. Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas (independent) ialah efikasi diri dan variabel terikat (dependent) ialah penyesuaian akademik. Variabel bebas merupakan variabel yang dapat mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel lain yang ingin diukur. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang diukur untuk melihat apakah ada pengaruh atau efek dari variabel lain.

Dalam penelitian ini populasi nya adalah Mahasiswa Psikologi angkatan 2021 Kampus 1 Universitas Medan Area yang berjumlah 389 Mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 97 Mahasiswa yang merupakan sebagian dari responden Mahasiswa Psikologi angkatan 2021 Kampus 1 Universitas Medan Area.

Pada penelitian ini, pengambilan sampel yang dilakukan oleh peneliti menggunakan simple random sampling. Dikatakan simple (sederhana) karena pengambilan anggota dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Data dan Hasil Penelitian

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis data korelasi pearson product moment yaitu suatu analisis untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel bebas (Efikasi Diri) dengan satu variabel terikat (Penyesuaian Akademik).

A. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengujian tentang kenormalan distribusi data, uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan metode Kolmogorov Smirnov. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, maka diketahui bahwa data penelitian alat ukur kepribadian proaktif dan perilaku inovatif berdistribusi normal. Sebagai kriterianya apabila $p > 0,05$ sebarannya dinyatakan normal, sebaliknya apabila $p < 0,05$ sebarannya dinyatakan tidak normal (Sujarweni, 2014). Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	Rerata	SB/SD	K-S	P	Keterangan
Efikasi Diri	96,66	10,839	0,106	0,210	Normal
Penyesuaian Akademik	178,61	16,323	0,131	0,065	Normal

Keterangan

Rerata : Nilai Rata-Rata

K-S : Koefisien Kolmogorov-Smirnov

SB : Simpangan Baku (Standart Deviasi)

p : Signifikansi

Berdasarkan hasil tes Kolmogorov-Smirnov pada tabel diatas, disimpulkan sebagai berikut: Variabel efikasi diri menunjukkan sebaran normal dengan nilai $K-S=0,106$ dengan $p=0,210$ atau $p>0,05$. Sedangkan variabel penyesuaian akademik menunjukkan sebaran normal dengan nilai $K-S=0,131$ dengan $p=0,065$ atau $p>0,05$.

b) Uji Linearitas

Uji linearitas yang dilakukan adalah untuk mengetahui apakah uji tersebut berkorelasi antara variabel independen dan variabel dependen dalam pengujian ini merupakan apakah variabel efikasi diri dan variabel penyesuaian akademik memiliki hubungan. Kriterianya apabila $p > 0,05$ maka dinyatakan memiliki derajat hubungan yang linear. Hubungan tersebut dapat dilihat pada hasil uji linearitas pada Tabel 2.

Tabel 2. Rangkuman Hasil Uji Linearitas Hubungan

Korelasional	P(Sig)	Keterangan
X-Y	0,179	Linear

Kriteria : P Deviation from linearity > 0.05 maka dinyatakan linier

Keterangan

X : Efikasi Diri

Y : Penyesuaian Akademik

P : Signifikansi

Berdasarkan hasil tabel 2 diatas, menunjukkan hasil dari uji linearitas dengan nilai $p = 0,179 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel efikasi diri dengan variabel penyesuaian akademik pada penelitian ini.

B. Hasil Analisis Korelasi Product Moment

Berlandaskan hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini, maka teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis statistik dengan menggunakan program komputer Statistical Package for Social Science (SPSS) versi 22.0. dengan tujuan penelitian ini yakni ingin melihat hubungan antara variabel X dengan variabel Y. Variabel X pada penelitian ini yaitu Efikasi Diri dan Variabel Y adalah penyesuaian akademik. Dengan menggunakan teknik korelasi Product Moment.

Tabel 3. Rangkuman Perhitungan Analisis Product Moment

<i>Koefisien (r^{xy})</i>	<i>Koef. Det (r^2)</i>	<i>P</i>	<i>BE%</i>	<i>Keterangan</i>
0,783	0,613	0,000	51,3%	Sig

Keterangan

- X : Efikasi Diri
- Y : Penyesuaian Akademik
- Rxy : Koefisien hubungan antara X dengan Y
- r² : Koefisien determinasi X terhadap Y
- P : Signifikansi
- BE% : Bobot sumbangan efektif X terhadap Y dalam pers

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa hasil dari uji korelasi dengan uji Product Moment nilai koefisien korelasi berjumlah 0,783 dengan nilai signifikan $p < 0,05$ ($p = 0,00$). Maka dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri memiliki hubungan positif terhadap variabel penyesuaian akademik pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2021 UMA, dengan begitu hipotesis pada penelitian ini diterima dan tingkat hubungan korelasi sangat kuat. Dimana semakin tinggi efikasi diri seseorang maka semakin meningkat pula penyesuaian akademik seseorang, begitu sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan (Warsito, 2012) menunjukkan efikasi diri berperan positif secara signifikan terhadap penyesuaian akademik. Ini didukung oleh hasil penelitian Liebert & Priegler (Warsito, 2012) tentang efikasi diri mempengaruhi daya tahan usaha yang dilakukan ketika menghadapi sebuah rintangan maupun hambatan. Kekuatan korelasi antara efikasi diri terhadap penyesuaian akademik pada mahasiswa baru yaitu rendah apabila mahasiswa tersebut tidak yakin dan merasa tidak mampu dalam penyesuaian akademik akan menunjukkan efikasi diri rendah terhadap penyesuaian akademik (Warsito, 2012). Mahasiswa tingkat pertama yang memiliki penyesuaian akademik yang buruk cenderung merasa tidak puas dengan kemampuan yang ia miliki.

Penelitian sebelumnya menunjukkan penyesuaian akademik tahun pertama ditinjau dari efikasi diri mahasiswa oleh (Ghufron, 2018) yang membuktikan bahwa efikasi diri berhubungan dengan penyesuaian akademik mahasiswa tahun pertama. Individu yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan mempunyai penyesuaian akademik yang tinggi pula. Oleh karena individu-individu dengan efikasi diri yang lebih efektif dan gigih dalam menghadapi kesulitan-kesulitan dan kegagalan terutama yang berkaitan dengan menghadapi tugas-tugas akademik, mereka lebih mungkin untuk mencapai hasil yang bernilai dan memperoleh kesuksesan akademik yang lebih baik. Kemudian penelitian lain yang dilakukan oleh (Chemers et al., 2001) menemukan bahwa efikasi diri memainkan peran penting kinerja dan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama.

Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik

A. Mean Hipotetik

Untuk variabel penyesuaian akademik, jumlah aitem yang valid berjumlah 55 aitem dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, mean hipotetiknya adalah $\{(55 \times 1) + (55 \times 4)\} : 2 = 137,5$. Jumlah aitem yang valid, variabel efikasi diri adalah 30 aitem yang diformat menggunakan skala Likert 4 pilihan jawaban, dengan mean hipotetik $\{(30 \times 1) + (30 \times 4)\} : 2 = 75$.

B. Mean Empirik

Menurut analisis perhitungan hipotetik dan analisis data sarana empirik diketahui bahwa mean empirik variabel efikasi diri merupakan = 96,66 dan penyesuaian akademik sebesar = 178,62 pada 97 mahasiswa Psikologi angkatan 2021 Universitas Medan Area.

C. Kriteria

Dalam upaya mengetahui kondisi kategori dari efikasi diri dan penyesuaian akademik, maka perlu dibandingkan anatara mean empirik dengan mean hipotetik dengan memperhatikan besarnya bilangan SD dari masing-masing variabel. Untuk variabel efikasi diri nilai SD nya adalah 10,839 dan untuk variabel penyesuaian akademik nilai SD nya adalah 16,312.

Dalam variabel efikasi diri, apabila mean empirik > mean hipotetik dengan selisihnya melebihi satu SD (SD = 10,839) maka subjek penelitian memiliki efikasi diri yang tinggi, jika sebaliknya mean empirik < mean hipotetik dengan selisihnya melebihi bilangan satu SD (SD = 10,839) maka subjek penelitian memiliki efikasi diri yang rendah, sedangkan variabel penyesuaian akademik, apabila mean empirik > mean hipotetik dengan selisihnya melebihi bilangan satu SD (SD = 16,312) maka subjek penelitian memiliki penyesuaian akademik yang tinggi, jika sebaliknya mean empirik < mean hipotetik dengan selisihnya melebihi bilangan satu SD (SD = 16,312) maka subjek penelitian memiliki penyesuaian akademik yang rendah.

Tabel 4. Rangkuman Hasil Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik

Variabel	SD	Nilai Rata-Rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
Efikasi Diri	10,839	75	96,66	Tinggi
Penyesuaian Akademik	16,312	137,5	178,62	Tinggi

Berdasarkan dari data mean hipotetik dan empirik efikasi diri berada di kategori tinggi dengan mean hipotetik senilai 75 dan mean empirik sebesar 96,66 maka mean hipotetik < mean empirik dengan SD sebesar 10,839. Sedangkan penyesuaian akademik dapat dilihat dari hasil perhitungan mean hipotetik dan empirik dimana mean hipotetik sebesar 137,5 dan mean empirik sebesar 178,62 dengan SD sebesar 16,312 maka dikategori penyesuaian akademik adalah tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotetis dalam penelitian ini diterima.

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, mean hipotetik dan mean empirik maka diketahui bahwa Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2021 Universitas Medan Area, yang dijadikan subjek penelitian memiliki efikasi diri yang tinggi dan penyesuaian akademik yang tinggi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis r Product Moment, $P < 0,05$ ($p = 0,00$) dengan nilai koefisien ($r^x y$) = 0,783, terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian akademik, dan semakin tinggi efikasi diri mahasiswa maka akan meningkat kemampuan penyesuaian akademik mahasiswa Psikologi angkatan 2021 Universitas Medan Area. Kemudian sesuai perbandingan ke 2 nilai mean hipotetik serta mean empirik, peneliti dapat mengatakan bahwa efikasi diri termasuk dalam kategori tinggi karena mean hipotetik adalah $75 < \text{mean empirik } 96,66$ dan selisihnya melebihi nilai SD = 10,839. Dan penyesuaian akademik termasuk dalam kategori tinggi. Karena mean hipotetiknya $137,5 < \text{mean empirik } 178,62$, dimana selisihnya berasal nilai SD 16,312. Berdasarkan koefisien determinan (r^2) dari hubungan variabel X dan Y yaitu sebesar $r^2 = 0,613$ dengan $p = 0,00$. Hal tersebut bahwa efikasi diri mempengaruhi penyesuaian akademik pada mahasiswa psikologi angkatan 21 UMA dengan sumbangsih sebesar 61,3% dan sisanya 38,7% dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh penelitian lain.

REFERENSI

- Aisyah, D., Hasanuddin, H., & Munir, A. (2023). Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme dengan Stres Akademik pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 5(3), 1894–1905. <https://doi.org/10.34007/jehss.v5i3.1439>
- Aisyah, S., & Alfita, L. (2017). Strategy Self Regulated Learning pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Jupiis: Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial*, 9(2), 202. <https://doi.org/10.24114/jupiis.v9i2.8246>

- Aslamiyah, S., Lahmuddin, & Effendy, S. (2020). Tabularasa : Jurnal Ilmiah Magister Psikologi Pengaruh Efikasi Diri dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Guru Sekolah Taman Kanak Kanak di Kecamatan Medan Area The Effect of Self Efficacy and Work Motivation on Kindergarten Teacher Performance in Medan Are. *Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(2), 143–152.
- Asma Watulhusna, W. (2008). *Adaptasi Situasi Belajar Dan Prestasi Belajar Pada Siswa Yang Berpindah-pindah Sekolah*. Skripsi. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- Baiduri, R., & Handayani, T.-. (2016). Model Pembelajaran Problem Based Learning untuk Meningkatkan Hasil Perkuliahan Antropologi Pendidikan. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 2(2), 166. <https://doi.org/10.24114/antro.v2i2.5301>
- Chemers, M. M., Hu, L., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55.
- Ghufron, M. N. (2018). Penyesuaian akademik tahun pertama ditinjau dari efikasi diri mahasiswa. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 1(1).
- Hasanah, U., Murad, A., & Parinduri, M. A. (2022). Pengaruh Dukungan Keluarga dan Goal Commitment terhadap Resiliensi pada Mahasiswa di Universitas Medan Area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(4), 2541–2555. <https://doi.org/10.34007/jehss.v4i4.1113>
- Jusmika, Hadawiah, & Zelfia. (2022). Pola Komunikasi Budaya Mahasiswa Rantau Dalam Menghadapi Culture Shock (Studi Kasus Mahasiswa Bima Di Kota Makassar) Patterns of Cultural Communication of Overseas Students in Facing Culture Shock (Case Study of Bima Students in Makassar City) Sebuah. 3(1), 67–82.
- Kenenbudy, S. M. (2008). *Penyesuaian aka-demik dan dukungan sosial pada tahun pertama menjadi mahasiswa*. Skripsi, Sarjana Strata, 1.
- Misnita, H., Lubis, L., & Azis, A. (2015). Hubungan Keyakinan Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa. *Analitika*, 7(1), 31–38. <https://doi.org/10.31289/analitika.v7i1.861>
- Oktariani, Munir, A., & Aziz, A. (2020). Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan Correlation Of Self Efficacy And Social Friends Support With Self Regulated. *Tabularasa : Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(1), 26–33. https://www.researchgate.net/publication/344719109_Hubungan_Self_Efficacy_dan_Dukungan_So_sial_Teman_Sebaya_Dengan_Self_Regulated_Learning_Pada_Mahasiswa_Universitas_Potensi_Utama_Medan
- Rozali, Y. A. (2013). Hubungan Efikasi Diri Akademik dan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri. *Jurnal Psikologi*, 5(2), 43–49. <http://ojs.urna.ac.id/index.php.analitika/article/view/784>.
- Schneiders, A. (1964). *Personal Adjusment and Mental Health*. New York: Rinehart and Winston. Inc.
- Setiawan, D. (2017). Pengembangan Model Kurikulum Berorientasi KKNi di Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Medan. *Jupiis: Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial*, 9(2), 112. <https://doi.org/10.24114/jupiis.v9i2.8239>
- Simanjuntak, B. O., Fauzi, K. M. A., & Sugilar, S. (2022). Pengaruh Pembelajaran Kontekstual dan Pembelajaran Langsung terhadap Hasil Belajar Ditinjau dari Kemampuan Awal Siswa. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 5(1), 12–19. <https://doi.org/10.34007/jehss.v5i1.477>
- Situngkir, R. D., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan Kepercayaan Diri dan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Angkatan 2015 & 2016. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(4), 1968–1980. <https://doi.org/10.34007/jehss.v4i4.987>
- Sujarweni, W. (2014). *Metodologi penelitian: Lengkap, praktis, dan mudah dipahami*.
- Warsito, H. (2012). Hubungan antara self-efficacy dengan penyesuaian akademik dan prestasi akademik (Studi Pada Mahasiswa FIP Universitas Negeri Surabaya). *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 9(1), 29–47.
- Yunita, Sri Unimed, S. (2013). Pengaruh Strategi pembelajaran dan kepribadian Terhadap Hasil Belajar Kognitif dan Afektif Pendidikan Kewarganegaraan Mahasiswa Jurusan PPKn FIS Unimed. *Jurnal Pendidikan Ilmi-Ilmu Sosial*, 5(1), 94–103.