

**Peran Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kota
Prabumulih Selama Pembelajaran Daring**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Psikologi**

OLEH:

FADHILLA RIZKI

04041381621047

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2021

**Peran Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kota
Prabumulih Selama Pembelajaran Daring**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Psikologi**

OLEH:

FADHILLA RIZKI

04041381621047

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2021

LEMBAR PENGESAHAN

PERAN EFIKASI DIRI TERHADAP PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA SMA
KOTA PRABUMULIH SELAMA PEMBELAJARAN DARING

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh

FADHILLA RIZKI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 03 Mei 2021

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing 1

Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy
NIP 198409222018032001

Pembimbing 2

Sayang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

Penguji 1

Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si
NIP 199407072018031001

Penguji 2

Amalia Juniarty, S.Psi., MA., Psikolog
NIP 197906262014062201

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk Memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 03 Mei 2021



Sayang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

**LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN
SKRIPSI**

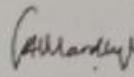
Nama : Fadhilla Rizki
NIM : 04041381621047
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Kedokteran
Judul Proposal Penelitian : Peran Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri pada
Siswa SMA Kota Prabumulih Selama Pembelajaran
Daring

Indernaya, 26 April 2021

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy
NIP 198409222018032001

Sayang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

Mengetahui,

Ketua Bagian Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Fadhillia Rizki dan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi yang saya buat merupakan karya sendiri dan belum pernah diajukan dalam memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun. Dan sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Prabumulih, 03 Mei 2021
Yang menyatakan,



Fadhillia Rizki
NIM 04041381621047

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena berkat limpahan rahmat dan karunia-Nya, peneliti masih diberikan kesehatan dan kesempatan sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi. Peneliti mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Orang tua tercinta, Mama saya, Neli dan Papa saya, Zainal Bahri yang selama ini selalu memberikan kasih sayang yang berlimpah, dukungan, nasihat dan kalimat penyemangat kepada peneliti selama pengerjaan skripsi ini. Terimakasih untuk setiap doa yang selalu mama dan papa lantunkan selama ini agar kemudahan senantiasa mengiringi langkah peneliti. Mohon doakan agar peneliti dapat selalu berbakti kepada papa dan mama. Semoga kebaikan mama dan papa selama ini dibalas dengan kebaikan dan kebahagiaan oleh Allah SWT.
2. Saudara tercinta, Cece Chilla Astary, M. Salman Nurul Izmi dan Fariz Hamizan Pratama yang selalu memberikan semangat dan doa, serta menghibur peneliti selama proses pengerjaan skripsi ini.
3. Fadhilla Rizki, Terimakasih banyak sudah bertahan sampai di titik ini. Terimakasih karena tidak menyerah dan meneruskan langkahmu hingga akhir. *Thank you for keep having faith on yourself that you can get through this. You're amazing and I'm really proud of you.*

Kata Pengantar

Segala puji syukur bagi Allah SWT karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya, peneliti mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul **“Peran Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kota Prabumulih selama Pembelajaran Daring”**.

Selama penyusunan tugas akhir skripsi ini, peneliti banyak mendapat rintangan dan hambatan. Namun, dengan bantuan dari berbagai pihak, peneliti mampu mengatasi rintangan dan hambatan tersebut. Maka dari itu, peneliti ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Anis Saggaf, MSCE, sebagai Rektor Universitas Sriwijaya
2. dr. H. Syarif Husin, M.S., sebagai Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., sebagai Ketua Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan sebagai dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan membimbing peneliti selama proses pengerjaan skripsi
4. Ibu Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog sebagai Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
5. Ibu Yeni Anna Appulembang, S.Psi., M.A., Psy sebagai dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan arahan dan membimbing peneliti dengan sabar selama proses pengerjaan skripsi
6. Bapak Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si sebagai Dosen Penguji 1 yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti selama proses pengerjaan skripsi.
7. Ibu Amalia Juniarily, S.Psi., M.A., Psikolog sebagai Dosen Penguji 2 dan sebagai Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti

selama proses pengerjaan skripsi serta telah memberikan bimbingan, arahan, nasihat dan saran kepada peneliti selama menjalani perkuliahan

8. Seluruh dosen dan staff Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah memberikan ilmu dan bantuan kepada peneliti
9. Kepala Sekolah dan Wakil Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Prabumulih, SMA Negeri 2 Prabumulih, SMA Negeri 4 Prabumulih, SMA Negeri 6 Prabumulih, SMA Negeri 7 Prabumulih dan seluruh guru di SMA Negeri 1 Prabumulih, SMA Negeri 2 Prabumulih, SMA Negeri 4 Prabumulih, SMA Negeri 6 Prabumulih, SMA Negeri 7 Prabumulih yang telah membantu peneliti selama proses pengambilan data
10. Responden yang telah memberikan bantuan selama proses pengerjaan skripsi
11. Teman-teman tersayang Ubur-Ubur Squad, Bellina Widya Budiarti, Hesti Wijayanti, Mesra Ria Mendrofa, Ully Astri dan Yulia Insyirah yang telah memberikan bantuan, dukungan dan doa selama proses pengerjaan skripsi
12. Teman-teman tersayang sejak kelas 11 SMA, yaitu Amon Family, Anis Fitriah, Aulia Crissamy, Dinda, Oci Hoiriah, Tia Lenggraini dan Yolanda yang telah memberikan bantuan dan doa selama proses pengerjaan skripsi

Peneliti menyadari bahwa ada banyak kekurangan dalam skripsi ini sehingga skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan guna menyempurnakan skripsi ini. Peneliti mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca.

Prabumulih, 26 April 2021

Fadhilla Rizki
NIM 04041381621047

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
1. Manfaat Teoritis	11
2. Manfaat Praktis	11
E. Keaslian Penelitian	12
BAB II LANDASAN TEORI	16
A. Penyesuaian Diri	16
1. Pengertian Penyesuaian Diri	16
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	17
3. Karakteristik Penyesuaian Diri	18
B. Efikasi Diri	21
1. Pengertian Efikasi Diri	21
2. Dimensi Efikasi Diri	22
3. Sumber-Sumber Efikasi Diri.....	22
C. Pembelajaran Daring	24
1. Definisi Pembelajaran Daring	24

2. Kelebihan Pembelajaran Daring	25
3. Kekurangan Pembelajaran Daring	26
D. Peran Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri	27
E. Kerangka Berpikir	29
F. Hipotesis Penelitian	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Identifikasi Variabel Penelitian	30
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	30
1. Penyesuaian Diri	30
2. Efikasi Diri	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31
1. Populasi	31
2. Sampel	31
3. Teknik Pengambilan Sampel	32
D. Metode Pengumpulan Data	33
1. Observasi	33
2. Wawancara	33
3. Angket atau Kuesioner	34
4. Skala Psikologi	34
E. Validitas dan Reliabilitas	37
1. Validitas	37
2. Reliabilitas	38
F. Metode Analisis Data	38
1. Uji Asumsi	38
2. Uji Hipotesis	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Orientasi Kancha Penelitian	40
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian	44
1. Persiapan Administrasi	44
2. Persiapan Skala Psikologi	46
3. Pelaksanaan Penelitian	53
C. Hasil Penelitian	59

1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	59
2. Deskripsi Data Penelitian	61
3. Hasil Data Penelitian	63
D. Hasil Analisis Data Tambahan.....	65
1. Kategorisasi PD di setiap SMA.....	65
2. Kategorisasi ED di setiap SMA.....	66
3. Tingkat <i>Mean</i> pada karakteristik penyesuaian diri.....	66
4. Uji sumbangan efektif ED terhadap PD	67
5. Uji sumbangan efektif ED terhadap PD SMA Negeri 1 Pbm	68
6. Uji sumbangan efektif ED terhadap PD SMA Negeri 2 Pbm	69
7. Uji sumbangan efektif ED terhadap PD SMA Negeri 6 Pbm	70
8. Uji sumbangan efektif ED terhadap PD SMA Negeri 7 Pbm	71
E. Pembahasan	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran	77
1. Bagi Responden	77
2. Bagi Guru	78
3. Bagi Orang Tua.....	79
4. Bagi Peneliti Selanjutnya	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	88

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Bobot Skor Pernyataan.....	35
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Penyesuaian Diri	36
Table 3.3 <i>Blueprint</i> Skala Efikasi Diri	37
Table 4.1 Distribusi Skala Penyesuaian Diri Uji Coba	49
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran Baru Skala PD Uji Coba	50
Tabel 4.3 Distribusi Skala Efikasi Diri Uji Coba.....	52
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran Baru Skala ED Uji Coba	52
Tabel 4.5 Tanggal Penyebaran Skala Uji Coba (<i>Try Out</i>)	57
Tabel 4.6 Tanggal Penyebaran Skala Penelitian	59
Tabel 4.7 Deskripsi Asal Sekolah Subjek Penelitian	60
Tabel 4.8 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian	60
Tabel 4.9 Deskripsi Data Penelitian.....	61
Tabel 4.10 Formulasi Kategorisasi	61
Tabel 4.11 Deskripsi Kategorisasi PD Subjek Penelitian	62
Tabel 4.12 Deskripsi Kategorisasi ED Subjek Penelitian	63
Tabel 4.13 Rangkuman Hasil Uji Normalitas	63
Tabel 4.14 Rangkuman Hasil Uji Linearitas	64
Tabel 4.15 Rangkuman Hasil Uji Hipotesis.....	64
Tabel 4.16 Rangkuman Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin.....	65
Tabel 4.17 Deskripsi Kategorisasi Penyesuaian Diri di Setiap SMA	66
Tabel 4.18 Deskripsi Kategorisasi Efikasi Diri di Setiap SMA.....	66
Tabel 4.19 Tingkat <i>Mean</i> pada Karakteristik Penyesuaian Diri	66

Tabel 4.20 Deskripsi Hasil Uji Sumbangan Efektif.....	67
Tabel 4.21 Tabel Sumbangan Efektif Dimensi ED terhadap PD.....	68
Tabel 4.22 Tabel Deskripsi Hasil Uji SE di SMA Negeri 1 Prabumulih.....	68
Tabel 4.23 Tabel Sumbangan Efektif Dimensi ED terhadap PD.....	69
Tabel 4.24 Tabel Deskripsi Hasil Uji SE di SMA Negeri 2 Prabumulih.....	69
Tabel 4.25 Tabel Sumbangan Efektif Dimensi ED terhadap PD.....	70
Tabel 4.26 Tabel Deskripsi Hasil Uji SE di SMA Negeri 6 Prabumulih.....	71
Tabel 4.27 Tabel Sumbangan Efektif Dimensi ED terhadap PD.....	71
Tabel 4.28 Tabel Deskripsi Hasil Uji SE di SMA Negeri 7 Prabumulih.....	72
Tabel 4.29 Tabel Sumbangan Efektif Dimensi ED terhadap PD.....	72

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A.....	91
LAMPIRAN B.....	107
LAMPIRAN C.....	113
LAMPIRAN D.....	187
LAMPIRAN E.....	194
LAMPIRAN F.....	201
LAMPIRAN G.....	204

PERAN EFIKASI DIRI TERHADAP PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA
SMA KOTA PRABUMULIH SELAMA PEMBELAJARAN DARING

Fadhilla Rizki¹, Yeni Anna Appulembang²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA Kota Prabumulih selama pembelajaran daring. Hipotesis penelitian ini adalah efikasi diri memiliki peran terhadap penyesuaian diri.

Responden dalam penelitian ini adalah 400 siswa SMA di Kota Prabumulih yang belajar daring. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala penyesuaian diri yang mengacu pada karakteristik penyesuaian diri dari Schneiders (1960) dan skala efikasi diri yang mengacu pada dimensi efikasi diri dari Bandura (1997).

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan nilai $R^2 = 0,620$, $F = 648,196$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,005$). Hasil menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki peran yang signifikan terhadap penyesuaian diri. Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima, dimana kontribusi efikasi diri terhadap penyesuaian diri sebesar 62%.

Kata Kunci: *Efikasi Diri, Penyesuaian Diri*

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

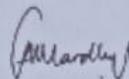
²Dosen Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

Pembimbing I



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy
NIP 198409222018032001

Pembimbing II



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

Mengetahui
Ketua Bagian Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

THE ROLE OF SELF-EFFICACY TOWARD ADJUSTMENT ON SENIOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN PRABUMULIH CITY DURING *ONLINE* LEARNING

Fadhilla Rizki¹, Yeni Anna Appulembang²

ABSTRACT

This study aims to determine the role of self-efficacy toward adjustment on senior high school students in Prabumulih City during online learning. The hypothesis of this study is self-efficacy has role toward adjustment.

Respondents in this study were 400 senior high school students in Prabumulih City who study online. The sampling technique used was the simple random sampling. The measuring instruments used are the adjustment scale which refers to the characteristics of adjustment from Schneiders (1960) and the self-efficacy scale which refers to the dimensions of self-efficacy from Bandura (1997).

The result of simple regression analysis show R square = 0,620, F = 648,196 and p = 0,000 (p<0,05). This result means that self-efficacy has a significant role toward adjustment. Thus, the hypothesis is accepted and self-efficacy contribution toward adjustment is 62%.

Keyword: *Self-Efficacy, Adjustment*

¹Student of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

²Lecturers of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

Pembimbing I

Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy
NIP 198409222018032001

Pembimbing II

Sayang Ajeng Marthiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

Mengetahui
Ketua Bagian Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Marthiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Memasuki tahun 2021, wabah corona masih terus berlanjut di seluruh dunia. Padahal wabah ini dimulai di akhir tahun 2019, namun sampai sekarang sudah memasuki fase kedua. Dikutip dari artikel Kompas.com (2020), fase kedua merupakan suatu kondisi dimana jumlah kasus positif covid-19 terus meningkat. Selain itu, covid-19 memberikan dampak pada berbagai sektor kehidupan di Indonesia.

Hasil penelitian Nicola, Alsafi, Sohrabi, Kerwan, Al-Jabir, Losifidis, Agha dan Agha (2020) yang menunjukkan bahwa covid-19 memberikan dampak kepada berbagai sektor, salah satunya adalah bidang pendidikan. Purwanto, Pramono, Asbari, Santoso, Wijayanti, Hyun dan Putri (2020) juga mengemukakan bahwa penyebaran virus covid-19 pada awalnya sangat berdampak pada bidang ekonomi, namun kini juga memberikan dampak pada bidang pendidikan. Menurut Suci (2020) pandemi covid-19 tidak hanya berdampak pada bidang sosial, ekonomi dan teknologi, namun juga berdampak pada bidang pendidikan.

Menurut Ahmad (2020) dengan adanya virus corona, maka pemerintah mengeluarkan kebijakan *social distancing* dan *physical distancing* guna mencegah penularan virus. Kebijakan tersebut juga telah diimplementasikan kedalam penyelenggaraan pendidikan nasional dengan dikeluarkannya Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran *coronavirus disease* (covid-19).

Ketika pandemi covid-19 mulai menyebar, pemerintah mengeluarkan surat edaran Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran *coronavirus disease* (covid-19) berisikan ketentuan pelaksanaan pendidikan dalam masa darurat. Ketentuan tersebut antara lain, *Pertama*, pembatalan ujian nasional tahun 2020. *Kedua*, belajar dari rumah melalui pembelajaran daring/jarak jauh. *Ketiga*, ketentuan ujian sekolah untuk kelulusan. *Keempat*, ketentuan kenaikan kelas. *Kelima*, ketentuan Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) dan *Keenam* tentang penggunaan Dana Bantuan Operasional Sekolah atau Bantuan Operasional Pendidikan.

Berdasarkan surat edaran Nomor 4 Tahun 2020, semua lembaga pendidikan mengganti metode belajar tatap muka menjadi metode belajar *online* (Cahyani, Listiana & Larasati, 2020). Menurut Atsani (2020) covid-19 menyebabkan perubahan di bidang pendidikan, dimana seluruh jenjang pendidikan diharuskan untuk mengubah sistem pembelajaran tatap muka menjadi sistem pembelajaran *online*. Menurut Susanti (2020) pembelajaran tatap muka didalam kelas diganti dengan sistem pembelajaran dalam jaringan (daring).

Sistem pembelajaran daring atau *online* merupakan suatu sistem pembelajaran yang dilakukan tanpa tatap muka secara langsung antara guru dan peserta didik, melainkan secara *online* menggunakan jaringan internet. Dalam sistem pembelajaran *online*, guru dan peserta didik melakukan pembelajaran bersama dalam waktu yang sama dengan menggunakan berbagai macam aplikasi, seperti *whatsapp*, telegram, *zoom meeting*, *google meet*, *google classroom*, *quipper school*, ruang guru dan aplikasi lainnya (Asmuni, 2020).

Penerapan sistem pembelajaran *online* dilaksanakan di seluruh Indonesia, tidak terkecuali di Sumatera Selatan, tepatnya di Kota Prabumulih. Dikutip dari artikel Kompas.com (2020), penerapan sistem belajar *online* dilaksanakan di Kota Prabumulih

mulai tanggal 20 Maret 2020 berdasarkan penjelasan surat edaran yang dikeluarkan oleh pemerintah Kota Prabumulih bahwa seluruh pelajar di Kota Prabumulih harus belajar dari rumah. Dikutip dari artikel Berantas Sumsel (2020), belajar *online* di Kota Prabumulih dinilai kurang maksimal karena siswa mengalami beberapa hambatan seperti sinyal yang terganggu, tidak memiliki *handphone* android dan jauh dari pusat kota.

Menurut Mahmudah (2020) pembelajaran daring merupakan satu-satunya solusi yang dapat digunakan selama pandemi covid-19. Namun, banyak siswa yang mengeluh karena banyaknya kendala yang dialami selama belajar *online*, seperti terbatasnya sinyal, tempat tinggal susah sinyal, paket data yang terbatas dan banyaknya tugas yang diberikan dengan *deadline* pengumpulan tugas yang berdekatan. Lebih lanjut, berdasarkan hasil penelitian Mahmudah (2020) tidak semua siswa cocok dengan sistem pembelajaran daring atau *online*, siswa mudah merasa bosan dan tidak nyaman ketika harus menatap layar *handphone* atau komputer dalam waktu yang lama sehingga siswa lebih suka dengan pembelajaran konvensional daripada pembelajaran daring atau *online*.

Menurut Wardani dan Krisnani (2020) peserta didik dikejutkan dengan kebijakan pelaksanaan sekolah *online* tanpa ada persiapan sebelumnya. Pelaksanaan sekolah *online* ini menyebabkan peserta didik membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri karena perubahan sistem pembelajaran *online* berpengaruh terhadap daya serap peserta didik dalam memahami materi dan tugas yang diberikan. Hal ini terjadi karena selama ini peserta didik selalu belajar di sekolah secara tatap muka, bertanya dan berinteraksi secara langsung dengan guru dan teman sebaya apabila ada materi yang tidak dipahami, berdiskusi secara langsung dan berada dalam pengawasan guru di kelas.

Berdasarkan hasil penelitian Purwanto, Pramono, Asbari, Santoso, Wijayanti, Hyun dan Putri (2020) peserta didik belum terbiasa dengan belajar *online* karena selama

ini pembelajaran dilakukan secara tatap muka, dimana para peserta didik terbiasa berada di sekolah untuk berinteraksi dan bermain bersama teman-temannya, serta belajar dengan bertatap muka langsung dengan guru. Sistem pembelajaran *online* membuat peserta didik membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi perubahan sistem pembelajaran.

Penyesuaian diri didefinisikan sebagai proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu agar dari perubahan tingkah laku tersebut dapat terjadi hubungan yang lebih sesuai antara individu dan lingkungan (Haber & Runyon, 1984). Menurut Schneiders (1960) penyesuaian diri merupakan tingkah laku dan respon mental untuk mengatasi frustrasi, tegangan, kebutuhan dan konflik dengan baik untuk memperoleh kebahagiaan dan memperoleh keseimbangan antara tuntutan dari lingkungan dengan tuntutan yang berasal dari diri sendiri.

Menurut Schneiders (1960) penyesuaian diri terdiri dari 7 karakteristik, antara lain karakteristik pertama, ketiadaan emosi yang berlebih, yaitu individu menanggapi situasi atau masalah dengan tingkat ketenangan dan kontrol emosi tertentu yang memungkinkan individu untuk menilai situasi dengan cerdas serta menyelesaikan segala kesulitan yang ada. Karakteristik kedua, tidak adanya mekanisme psikologis, yaitu individu memberikan respons dengan pendekatan langsung terhadap masalah atau konflik yang dialami daripada melakukan mekanisme psikologis seperti rasionalisasi, proyeksi, anggur masam atau kompensasi.

Karakteristik ketiga, perasaan frustrasi personal yang minimal, yaitu perasaan frustrasi membuat individu sulit untuk bereaksi secara normal terhadap masalah sehingga individu mengalami kesulitan dalam mengatur pikiran, perasaan, motif atau perilaku secara efisien. Karakteristik keempat, pertimbangan rasional dan kemampuan

mengarahkan diri, yaitu kemampuan kognitif individu untuk mempertimbangkan konsekuensi yang akan dihadapi dalam menyelesaikan masalah sehingga menghindari perilaku menyimpang.

Karakteristik kelima, kemampuan untuk belajar, yaitu kemampuan individu untuk mempelajari sesuatu yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi. Karakteristik keenam, kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu, yaitu individu belajar menggunakan pengalaman masa lalu agar situasi menjadi lebih baik dan karakteristik ketujuh, sikap realistis dan objektif, yaitu orientasi individu terhadap kenyataan dengan sikap untuk menilai situasi, masalah dan batasan pribadi sebagaimana adanya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 sampai dengan tanggal 6 Januari 2021 kepada 2 orang subjek berinisial K dan N, didapatkan hasil sebagai berikut. K merupakan salah satu murid kelas 10 sekolah menengah atas (SMA) di kota Prabumulih yang berusia 14 tahun dan N juga merupakan salah satu murid kelas 12 sekolah menengah atas (SMA) di kota Prabumulih yang berusia 17 tahun. K dan N sempat ingin bolos mengikuti sekolah *online* karena bosan dengan sekolah *online*, lebih lanjut K dan N juga mengatakan ingin sekolah segera dilakukan secara tatap muka lagi karena sekolah *online* tidaklah efektif.

Kemudian, K dan N merasa lebih emosional dimana K dan N sering merasa kesal, sedih, marah dan tidak nyaman dengan berbagai kendala yang dialami selama belajar *online*. K dan N mengatakan sulit untuk memahami pelajaran selama sekolah *online*. K dan N juga mengatakan meskipun sudah belajar *online* sejak bulan Maret 2020, K dan N masih belum terbiasa dengan sistem belajar *online* dan masih menginginkan sekolah secara tatap muka lagi didalam kelas sesegera mungkin.

Lebih lanjut, K mengatakan bahwa dirinya belum terbiasa dengan sekolah *online*. K mengatakan bahwa sekolah *online* tidak menyenangkan seperti sekolah tatap muka karena K kurang bisa berkonsentrasi selama mengikuti sekolah *online*. Selain itu, K juga mengatakan bahwa waktu belajar selama sekolah *online* lebih dibatasi karena aplikasi yang digunakan selama sekolah *online* sering mendadak berhenti meskipun materi yang disampaikan guru belum selesai sehingga K kesulitan untuk bertanya kepada guru terkait materi yang baru disampaikan.

Kemudian K juga mengatakan bahwa sekolah *online* membuatnya tidak dapat bersosialisasi dengan teman-temannya sehingga K merasa dirinya menjadi sosok yang anti sosial. K juga mengatakan bahwa tugas yang diberikan selama sekolah *online* sangatlah banyak. Selain itu, K juga mengatakan bahwa materi lebih mudah dipahami saat sekolah dilakukan secara tatap muka didalam kelas.

Lebih lanjut, N mengatakan bahwa dirinya tidak terbiasa dengan sekolah *online* sehingga sulit mengikuti sekolah *online* karena tidak sepenuhnya memahami materi yang sudah dijelaskan terutama ketika sinyal sedang jelek sehingga N sulit membuka aplikasi untuk belajar *online* ataupun aplikasi lainnya untuk mencari materi. Selain itu, N mengatakan bahwa dirinya merasa sedih selama sekolah *online* karena tidak bisa pergi ke sekolah dan berkumpul bersama teman-temannya.

Kemudian, N juga mengatakan bahwa dirinya merasa kesal ketika sinyal internet memburuk padahal dirinya sedang mengikuti ujian melalui salah satu aplikasi belajar *online* yang digunakan selama belajar *online*. N mengatakan bahwa kendala yang dialami selama belajar *online* adalah sinyal internet jelek sehingga penjelasan guru saat sekolah *online* berlangsung menjadi terputus-putus.

Peneliti juga melakukan survei kepada 20 siswa/i sekolah menengah atas (SMA) yang ada di Kota Prabumulih pada tanggal 5 sampai dengan 6 Januari 2021 untuk memperjelas fenomena. Survei yang dilakukan peneliti berdasarkan karakteristik penyesuaian diri menurut Schneiders (1960) yaitu ketiadaan emosi yang berlebih, tidak adanya mekanisme psikologis, perasaan frustrasi personal yang minimal, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar, kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu serta sikap realistik dan objektif.

Adapun hasil survei yang telah peneliti lakukan adalah sebagai berikut. Pada karakteristik pertama, yaitu ketiadaan emosi yang berlebih. Sebanyak 13 responden (65%) merasa tidak senang dengan metode belajar saat ini, sebanyak 12 responden (60%) merasa tidak tenang selama mengikuti sekolah dan sebanyak 15 responden (75%) merasa lebih mudah marah selama sekolah *online*.

Pada karakteristik kedua, yaitu tidak adanya mekanisme psikologis. Mekanisme psikologis yang digunakan pada survei ini adalah rasionalisasi. Sebanyak 12 responden (60%) tidak menyukai sekolah karena sinyal sering mengalami gangguan, sebanyak 17 responden (85%) tidak dapat fokus mengikuti sekolah *online* karena merasa sekolah *online* tidak efektif dan sebanyak 16 responden (80%) tidak menyukai sekolah *online* karena tugas yang diberikan guru selama sekolah *online* lebih sulit dan lebih banyak.

Pada karakteristik ketiga, yaitu perasaan frustrasi personal yang minimal. Sebanyak 12 responden (60%) merasa tertekan karena tidak bisa belajar secara tatap muka di kelas dan sebanyak 11 responden (55%) merasa tertekan karena mengalami banyak kendala selama mengikuti sekolah *online*. Pada karakteristik keempat, yaitu pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri. Sebanyak 14 responden (70%) melihat tugas

teman ketika tidak memahami materi yang sudah disampaikan guru selama sekolah *online*.

Pada karakteristik kelima, yaitu kemampuan untuk belajar. Sebanyak 14 responden (70%) tidak bertanya kepada kakak kelas ketika ada materi yang tidak dipahami selama mengikuti sekolah *online* dan sebanyak 14 responden (70%) tidak membeli buku pelajaran tambahan untuk memudahkan memahami materi selama mengikuti sekolah *online* meskipun para responden mengatakan mereka kesulitan memahami materi selama sekolah *online*.

Pada karakteristik keenam, yaitu kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu. Sebanyak 11 responden (55%) tidak mengganti kartu kuota yang digunakan untuk sekolah *online*, meskipun sinyalnya jelek dan sebanyak 17 responden (85%) kesulitan mengikuti sekolah *online* meskipun sudah belajar *online* selama hampir satu tahun karena terbiasa belajar secara tatap muka di kelas. Pada karakteristik ketujuh, yaitu sikap realistis dan objektif. Sebanyak 17 responden (85%) ingin sekolah dilaksanakan secara tatap muka sesegera mungkin.

Berdasarkan hasil survei dan wawancara diatas, dapat diketahui bahwa penyesuaian diri pada siswa SMA selama belajar *online* masih rendah. Kemudian, hasil penelitian yang dilakukan oleh Amoon dan Fuertes (2011) menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan prediktor signifikan penyesuaian diri. Maddux dan Lewis (1995) juga mengemukakan bahwa efikasi diri mempengaruhi penyesuaian diri melalui dampaknya terhadap penetapan tujuan, ketekunan mencapai tujuan, efisiensi kognitif dan kemampuan beradaptasi secara emosional.

Menurut Bandura (1997) efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan diri untuk melaksanakan tindakan yang diperlukan dalam mencapai sesuatu.

Efikasi diri memiliki tiga dimensi, yaitu *level*, yaitu persepsi individu mengenai kemampuannya berdasarkan tingkat kesulitan tugas; *generality*, yaitu penilaian individu mengenai keberfungsian kemampuannya sendiri di berbagai situasi dan *strength*, yaitu individu yang memiliki keyakinan kuat akan tetap bertahan dengan usaha mereka meskipun ada banyak hambatan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 sampai dengan tanggal 6 Januari 2021 kepada subjek berinisial K dan N, diperoleh hasil sebagai berikut. K dan N mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan karena materi tidak disampaikan secara tatap muka didalam kelas. K dan N tidak mengambil inisiatif untuk mengerjakan tugas kelompok sendirian terlebih dahulu ketika teman-teman sekelompoknya *slowresponse* karena terkendala sinyal.

Kemudian, K juga mengatakan bahwa tugas yang diberikan guru selama sekolah *online* cukup sulit dan *deadline* pengumpulan tugas tersebut berdekatan sehingga membuatnya kewalahan. K juga mengatakan bahwa dirinya kesulitan memahami materi selama sekolah *online*, berbeda ketika sekolah dilaksanakan secara tatap muka. K mengatakan bahwa dirinya merupakan orang yang sulit untuk memahami materi pembelajaran selama sekolah *online*.

N mengatakan bahwa dirinya sangat mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran selama sekolah *online* karena menurutnya ketika sekolah tatap muka saja N masih kesulitan dalam memahami materi. N juga mengatakan bahwa ketika mengalami kendala saat sedang belajar *online*, maka N tidak dapat mengikuti pelajaran dengan baik dan maksimal. N mengatakan bahwa dirinya merupakan orang yang sulit untuk memahami materi pembelajaran selama sekolah *online* berlangsung. Kemudian, N

mengatakan bahwa dirinya merasa tidak yakin mampu mengikuti sekolah *online* dengan baik.

Peneliti juga melakukan survei kepada 20 siswa/i sekolah menengah atas (SMA) yang ada di kota Prabumulih pada tanggal 5 sampai dengan tanggal 6 Januari 2021. Survei yang dilakukan peneliti berdasarkan pada dimensi efikasi diri dari Bandura (1997) yaitu *level*, *generality* dan *strength*. Adapun hasil survei yang telah peneliti lakukan antara lain sebagai berikut. Pada dimensi pertama, yaitu *level*, sebanyak 17 responden (85%) mengalami kesulitan memahami materi yang sudah disampaikan guru selama sekolah.

Pada dimensi kedua, yaitu *generality*, sebanyak 13 responden (65%) kesulitan dalam mencatat materi yang disampaikan guru selama sekolah karena penjelasan guru terlalu cepat dan sebanyak 14 responden (70%) kesulitan menyelesaikan tugas yang diberikan guru selama sekolah tanpa bantuan dari orang lain. Pada dimensi ketiga, yaitu *strength*, sebanyak 10 responden (50%) menjadi tidak bersemangat mengikuti sekolah ketika sinyal mengalami gangguan.

Berdasarkan pemaparan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar peran efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA Kota Prabumulih selama pembelajaran daring.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada peran efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA Kota Prabumulih selama pembelajaran daring?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA Kota Prabumulih selama pembelajaran daring.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan dalam bidang ilmu psikologi sosial, khususnya mengenai efikasi diri dan penyesuaian diri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran responden bahwa kondisi saat ini tidak memungkinkan untuk diterapkan kegiatan belajar mengajar seperti biasanya, sehingga responden dapat menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran *online* yang saat ini sedang diberlakukan demi keselamatan semua orang karena adanya covid-19.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada para guru untuk menerapkan sistem belajar yang menarik dan menyenangkan, sehingga siswa mampu mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik. Lebih lanjut, para guru dapat menanyakan pendapat setiap siswa mengenai sistem belajar yang membuat siswa merasa nyaman melalui *google form* atau aplikasi lainnya.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan sekolah untuk mengadakan rapat dengan perangkat sekolah mengenai sistem belajar yang sebaiknya diterapkan di tengah covid-19 ini sehingga kegiatan belajar mengajar berjalan secara maksimal.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil pencarian yang berhubungan dengan judul penelitian yang akan dibahas oleh peneliti dengan judul “Peran Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kota Prabumulih Selama Pembelajaran Daring”, peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan judul penelitian sebagai berikut.

Penelitian yang dilakukan oleh Maria Stephanie Gunandar dan Muhana Sofiaty Utami (2017) dengan judul Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru yang Merantau. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa baru yang sedang menjalani perkuliahan di semester 2 pada tahun ajaran 2016/2017 sebanyak 96 orang yang terdiri dari berbagai fakultas yang ada di UGM, seperti Psikologi, Ekonomika dan Bisnis, serta Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Adapun kriteria subjek penelitian ini yaitu mahasiswa baru yang merantau dan tidak sedang tinggal bersama orang tua di Yogyakarta, serta baru tinggal di Yogyakarta ketika memasuki jenjang pendidikan tinggi di universitas. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuliani Safareka, Ninik Setyowani dan Chatarina Tri Anni (2018) dengan judul Penyesuaian Diri Siswa Ditinjau dari Konsep Diri dan Dukungan Sosial pada Siswa SMP. Subjek penelitian ini adalah 158 siswa. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Endang Sri Indrawati dan Nailul Fauziah (2012) dengan judul *Attachment* dan Penyesuaian Diri dalam Perkawinan. Subjek penelitian ini adalah 100 orang anggota paguyuban ibu-ibu PTPN IX Sub Unit Kebun Sukamangli Sukorejo. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *attachment* dan penyesuaian diri dalam perkawinan.

Penelitian yang dilakukan oleh Tania Vidyadwisi Lalita (2014) dengan judul Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan kecemasan pada Remaja yang Putus Sekolah. Subjek penelitian ini adalah remaja yang mengalami kondisi putus sekolah serta terbagi dalam 5 lokasi di Kota Surabaya, yaitu Unit Pelaksana Teknis Daerah (UPTD) Anak Negeri, Komunitas *Save Street Children* Surabaya Cabang Ambengan, Komunitas *Save Street Children* Surabaya Cabang Kertajaya, Daerah Rungut Kidul RW 4 dan Daerah Gubeng Jaya RW 2. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dan kecemasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Arista Oktaningrum dan Fauzan Heru Santhoso (2018) dengan judul Efikasi Diri Akademik dengan Resiliensi pada Siswa SMA Berasrama di Magelang. Subjek penelitian ini adalah siswa-siswa kelas 10 di SMA X yang berbasis asrama. Adapun pemilihan subjek siswa berasrama dikarenakan kondisi fisik yang jauh dari orang tua maupun keluarga sehingga kemungkinan untuk memperoleh stressor lingkungan yang lebih tinggi. Hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh efikasi diri akademik terhadap resiliensi. Efikasi diri memberikan pengaruh sebesar 48,7% terhadap meningkatnya resiliensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Auliaillah Ilimi Rahadianto dan Nono Hery Yoenanto (2014) dengan judul Hubungan antara *Self-Efficacy* dan Motivasi Berprestasi dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Program Sekolah RSBI di Surabaya. Subjek penelitian ini adalah siswa program RSBI di Surabaya yang berjumlah 282 siswa. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dan kecemasan akademik, terdapat hubungan negatif antara motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Dr. N. H. Deshmukh (2017) dengan judul *Impact of Self Concept and Emotional Intelligence on Adjustment of Adults*, subjek penelitian ini

adalah 300 mahasiswa yang sudah lulus (150 mahasiswa perempuan dan 150 mahasiswa laki-laki) dengan rentang usia 20-25 tahun dari berbagai universitas berbeda di daerah Amravati. Hasil penelitian ini adalah konsep diri mempengaruhi penyesuaian diri secara signifikan

Penelitian yang dilakukan oleh Augusto Da Costa, Fattah Hanurawan, Adi Atmoko, Immanuel Hitipeuw (2018) dengan judul *The Impact of Self-Adjustment on Academic Achievement of The Students*. Subjek penelitian ini adalah 180 pelajar Timorese yang belajar di Indonesia pada tahun ajaran 2016/2017. Hasil penelitian ini adalah Penyesuaian diri mempengaruhi keberhasilan akademik. Penyesuaian diri memberikan pengaruh sebesar 46,1% terhadap keberhasilan akademik siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Nor Syakila Jaeh dan Amalia Madihie (2019) dengan judul *Self-Efficacy and Resilience among Late Adolescent*. Subjek penelitian ini adalah pelajar pra universitas di Universitas Malaysia Sarawak yang berjumlah 250 orang dengan usia antara 18-19 tahun. Hasil penelitian ini adalah *self-efficacy* memiliki hubungan positif yang kuat dengan resiliensi pada remaja akhir.

Penelitian yang dilakukan oleh Hadia Serwat Pasha dan Seema Munaf (2013) dengan judul *Relationship of Self-Esteem and Adjustment in Traditional University Students*. Subjek penelitian ini adalah 83 siswa program master tahun pertama (42 laki-laki dan 41 perempuan) dari berbagai departemen dari 1 universitas negeri dan 2 universitas swasta di Karachi. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dan penyesuaian diri.

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, terdapat beberapa perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan peneliti lakukan antara lain, terletak pada subjek, variabel serta lokasi penelitian. Penelitian ini menggunakan subjek siswa SMA, variabel

bebas efikasi diri dan variabel terikat penyesuaian diri, serta lokasi penelitian di Indonesia.

Oleh karena itu, penelitian ini orisinal dan dapat dipertanggung jawabkan keasliannya.

Daftar Pustaka

- Ahmad, I. F. (2020) Alternative assessment in distance learning in emergencies spread of coronavirus disease (covid-19) in indonesia. *Jurnal Pedagogik*, 7(1), 195-220.
- Alampay, R. C., Beehr, T. A., Christiansen, N. D., Horn, R. K. V. (2002) Adjustment and strain among domestic and international student sojourners. *Social Psychology International*, 23(4), 458-474.
- Amoon, P. B., Fuertes, J. N. (2011) Self efficacy, self-rated abilities, adjustment and academic performance. *Journal of Counseling & Development*, 89, 431-438.
- Anugrahana, A. (2020). Hambatan, solusi dan harapan: pembelajaran daring selama masa pandemic covid-19 oleh guru sekolah dasar. *Scholaria, Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 10(3), 282-289.
- American Psychological Association. (2009). *APA college dictionary of psychology* (1st edition). Washington, DC: American Psychological Association.
- Asmuni. (2020) Problematika pembelajaran daring di masa pandemic covid-19 dan solusi pemecahannya. *Jurnal Paedagogy, Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 7(4), 281-288.
- Atsani, K. L. G. M. Z. (2020) Transformasi media pembelajaran pada masa pandemic covid-19. *Jurnal Studi Islam*, 1(1), 82-93.
- Ayudia, R., Febrialismanto., Solfiah, Y. (2020). Persepsi orangtua terhadap pembelajaran daring pada anak usia 5-6 tahun di kecamatan limapuluh kota pekanbaru. *Jurnal JRPP, Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 3(2), 243-248.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi* (edisi kedua). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2016). *Dasar-dasar psikometrika* (edisi kedua). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Basith, Abd., Syahputra, A., Ichwanto, M. A. (2020) Academic self efficacy as predictor of academic achievement. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 163-170. Doi:10.23887/jpi-undiksha.v9i1.24403.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy the exercise of control*. United States of America: W. H Freeman and Company.
- Bedel, A. (2019). The role of interpersonal problem solving in using the immature defense mechanisms in adolescents. *Universitas Psychologica*, 18(5), 1-12.
- Berantas Sumsel. (2020, Oktober 18) Cerita kepek smpn 6 prabumulih masalah belajar daring siswa dan guru [online]. Retrived from <http://www.berantassumsel.id/2020/10/cerita-kepek-smpn-6-prabumulih-masalah.html>. Diakses pada tanggal 17 November 2020.

- Cahyani, A., Listiana, I. D., Larasati, S. P. D. (2020) Motivasi belajar siswa sma pada pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. *Jurnal Pendidikan Islam*, 3(01), 123-140.
- Ciptadi, B., Umar, J. (2012). Metode alternatif untuk mendeteksi bias respons social desirability pada aitem-aitem tes kepribadian. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 1(1), 1-21.
- Costa, A. D., Hanurawan, F., Atmoko, A., Hitipeuw, I. (2018) The impact of self-adjustment on academic achievement of the students. *ISLLAC: Journal of Intensive Studies on Language, Literature, Art and Culture*, 2(1), 1-6.
- Craighead, W. E., Nemeroff, C. B. (2004). *The concise corsini encyclopedia of psychology and behavioral sciences* (3rd edition). New Jersey: John Wiley & Sons Inc.
- Deshmuks, N. H. (2017). Impact of self concept and emotional intelligence on adjustment of adults. *IJRR, International Journal of Research and Review*, 4(4), 52-56.
- Erazo, A. G. (1991). *Self-efficacy, defensive pessimism, and social support: relationships to the college adjustment of minority students*. (Disertasi). Loyola university, Chicago
- Fuadi, T. M., Musriandi, R., Suryani, L. (2020) Covid-19: penerapan pembelajaran daring di perguruan tinggi. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*, 4(2), 193-200.
- Ghufron, M. N. (2017). Penyesuaian akademik tahun pertama ditinjau dari efikasi diri mahasiswa. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 1(1), 66-81.
- Gosselin, J. T., Maddux, J. E. (2003). *Self efficacy handbook of self and identity*. New York: The Guilford Press.
- Gunandar M. S., Utami, M. S. (2017). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dan penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 3(2), 98-109.
- Haber, A., Runyon, Richard P. (1984). *Psychology of Adjustment*. Homewood: Dorsey Press.
- Handayani, L. (2020) Keuntungan, kendala dan solusi pembelajaran *online* selama pandemi covid-19: studi eksploratif di smpn 3 bae kudus. *Journal Industrial Engineering & Management Research (Jiemar)*, 1(2), 15-23.
- Hutapea, B. (2014). Stres kehidupan, religiusitas dan penyesuaian diri warga Indonesia sebagai mahasiswa internasional. *Makara Hubs-Asia*, 18(1), 25-40.
- Indrawati, E. S., Fauziah, N. (2012). Attachment dan penyesuaian diri dalam perkawinan. *Jurnal Psikologi Undip*, 11(1), 40-49.

- Jaeh, N. S., Madihie, A. (2019). Self efficacy and resilience among adolescent. *Journal of Counseling and Educational Technology*, 2(1), 27-32.
- Juneman. (2013). Common method variance & bias dalam penelitian psikologis. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 2(5), 364-381.
- Khotimatussannah, N., Khairunisya, N., Pitaliki, T., Anggraeni, A. (2021). Pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian akademik di masa pembelajaran online pada mahasiswa universitas Muhammadiyah Bandung. *Jurnal Sosial dan Humaniora*, 3(1), 27-36.
- Kompas.com. (2020, April 5). Tak liburkan saat wabah corona, kini walikota prabumulih minta siswa belajar di rumah [online]. Retrived from <https://regional.kompas.com/read/2020/04/05/14340001/tak-liburkan-sekolah-saat-wabah-corona-kini-wali-kota-prabumulih-minta-siswa?page=all>. Diakses pada tanggal 24 Oktober 2020.
- Lalita, T. V. (2014). Hubungan antara self efficacy dengan kecemasan pada remaja yang putus sekolah. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 3(2), 60-66.
- Lidya, S. F., Darmayanti, N. (2015). Self-efficacy akademik dan penyesuaian diri siswa kelas X sma patra nusa. *Jurnal Diversita*, 1(1), 43-55.
- Lunenburg, F. C. (2011). Self efficacy in the workplace: implications for motivation and performance. *International Journal of Management, Business and Administration*, 14(1), 1-6.
- Maddux, J. E. (1995). *Efficacy, agency and self-esteem*. Athens, Georgia: Springer Sciences+Business Media, LLC.
- Mahmudah, S. R. (2020). Pengaruh pembelajaran daring terhadap psikologis siswa terdampak social distancing akibat covid-19. *Jurnal Al-Mau'izhoh*, 2(2), 1-14.
- Mahmudi, M. H., & Suroso. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 183-194.
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri. *Psikoborneo*, 8(2), 275-282.
- Mamesah, T. S., Kusumiati, R. Y. E. (2019). Hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru provinsi ntt yang merantau di universitas kristen satya wacana salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling*, 14(1), 317-329.
- Mansyur, Abd. R. (2020). Dampak covid-19 terhadap dinamika pembelajaran di indonesia. *Education and Learning Journal*, 1(2), 113-123.

- Marpaung, I. M. N., & Wati, C. L. S. (2020). Hubungan antara harga diri, efikasi diri akademik dan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah para siswa kelas VII di SMP ST. kristoforus 1. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 18(1), 18-31.
- Mesidor, S. K., Sly, K. F. (2016). Factors that contribute to the adjustment of international students. *Journal of International Students*, 6(1), 262-282.
- Napoli, V., Kilbride, J. M., Tebbs, D. E. (1982). *Adjustment & growth in a changing world* 95th edition). New York: West Publishing Company.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A. (2016). *Psychology and the challenges of life adjustment and growth* (13th edition). United States of America: John Wiley & Sons Inc.
- Nicola, M., Alsafi, Z., Sohrabi, C., Kerwan, A., Al-Jabir, A., Isofidis, C et al. (2020) The socio-economic implications of the coronavirus pandemic (covid-19): a review. *International Journal of Surgery*, 78, 185-193.
- Noor, R., Gul, S., Khalily, M. T. (2017). Psycap as predictor of psychological adjustment among parents of intellectually disabled children. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 7(1), 203-206.
- Oktaningrum, A., Santhoso, H. F. (2018). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada siswa sma berasrama di magelang. *Gajah Mada Journal of Psychology (Gamajop)*, 4(2), 127-134.
- Pasha, H. S., Munaf, S. (2013). Relationship self-esteem and adjustment in traditional university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 84, 999-1004.
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J. Y., Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: a critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879-903.
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Hyun, C. C et al. (2020) Studi eksploratif dampak pandemic covid-19 terhadap proses pembelajaran online di sekolah dasar. *Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1-12.
- Putri, A. P., Rahhayu, R. S., Suswandari, M., Ningsih, P. A. R. (2020). Strategi pembelajaran melalui daring dan luring selama pandemic covid-19 di sd negeri sugihan 03 bendosari. *Prima Magistra, Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(1), 1-8.
- Putri, G. S. (2020, Juni 22) Apa itu gelombang kedua dan kapan situasi itu terjadi?. *Kompas.com* [online] retrived from <https://www.kompas.com/sains/read/2020/06/22/110100223/covid-19-apa-itu-gelombang-kedua-dan-kapan-situasi-itu-terjadi-?page=all>. Diakses pada tanggal 20 Januari 2021

- Putria, H., Maula, L. H., Uswatun, D. A. (2020) Analisis proses pembelajaran dalam jaringan (daring) masa pandemi covid-19 pada guru sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 4(4), 861-872.
- Rahadianto, A. I., Yoenanto, N. H. (2014). Hubungan antara self-efficacy dan motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik pada siswa program sekolah rsbi di Surabaya. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 3(3), 123-128.
- Rahma, A. N. (2011) Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Psikoislamika, Jurnal Psikologi Islam*, 8(2), 231-246.
- Rahmayati, T, E., Lubis, Z. (2018). Hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi Universitas Medan Area*, 5(2), 43-49.
- Rathus, Spencer A., Nevid, Jeffrey S. (2016). *Psychology and The Challenges of Life Adjustment and Growth* (13th edition). Hoboken, NJ: John Wiley.
- Roeckelein, J. (2006). *Elsevier's dictionary of psychological theories*. Amsterdam, The Netherlands: Elsevier B. V.
- Rosali, E. S. (2020) Aktifitas pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 di jurusan pendidikan geografi Universitas Siliwangi Tasikmalaya. *Geography Science Education Journal (GEOSEE)*, 1(1), 21-30.
- Rozali, Y. A. (2015). Hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa UEU Jakarta. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 65-69.
- Safareka, Y., Setyowani, N., Anni, C. T. (2018). Penyesuaian diri siswa ditinjau dari konsep diri dan dukungan sosial pada siswa smp. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(2), 61-67.
- Sa'idah, S., Laksmiwati, H. (2017) Dukungan sosial dan self efficacy dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di pondok pesantren. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(2), 116-122.
- Salami, S. O. (2011). Psychosocial predictors of adjustment among first year college of education students. *US-China Education Review*, 8(2), 239-248.
- Santrock, J. W. (2006). *Human adjustment*. New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2014). *Psikologi pendidikan* (edisi 5). Jakarta: Salemba Humanika
- Santrock, J. W. (2014). *Adolescence* (15th edition). New York: McGraw-Hill Education.
- Sasmita, I. A. G. H. D., Rustika, I. M. (2015) Peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama program studi pendidikan

- dokter fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280-289.
- Schneiders, A. A. (1960). *Personal adjustment and mental health*. New York: United States of America
- Sharma, M., Joshi, H. L. (2009). Adjustment among adolescents: role of self efficacy and family environment. *Journal of Indian Health Psychology*, 3(2), 28-37.
- Sim, Hee-Seok., Moon, Weon-Hee. (2015). Relationships between self-efficacy, stress, depression and adjustment of college students. *Indian Journal of Science and Technology*, 8(35), 1-4.
- Singh, M., Sharma, M. (2017). Impact of adjustment on self efficacy of collegiates of jammu. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 6(8), 59-62.
- Snyder, C. R., Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*. Avenue New York: Oxford University Press, inc.
- Sopiyanti, F. (2011). Pengaruh self efficacy terhadap penyesuaian akademik mahasiswa. *Psychomatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 289-304.
- Suci, M. P. (2020). Efektivitas pembelajaran berbasis daring pada mata kuliah insya' di stai ma'arif sarolangun. *El-Jaudah: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Arab*, 1(2), 59-68.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kealitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sutherland, S. (1989). *Macmillan dictionary of psychology*. London and Basingstoke: The Macmillan Press Ltd.
- Wardhani, T. Z. Y., Krisnani, H. (2020). Optimalisasi peran pengawasan orang tua dalam pelaksanaan sekolah *online* di masa pandemic covid-19. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 48-59.
- Warsito, H. (2009). Hubungan antara self-efficacy dengan penyesuaian akademik dan prestasi akademik (studi pada mahasiswa fip universitas negeri Surabaya. *Pedagogi, Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 9(1), 29-47.
- Weiten, W., Lloyd, M. A. (2006). *Psychology applied to modern life adjustment in 21st century* (8th edition). Canada: Thomson Learning Inc.
- Widiarso, W. (2010). *Catatan pada uji linieritas hubungan*. (Manuskrip tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi, Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Widiarso, W. (2012). *Tanya jawab tentang uji normalitas*. 1-5.

Yanti, M. T., Kuntarto, E., Kurniawan, A. R. (2020). Pemanfaatan portal rumah belajar kemendikbud sebagai model pembelajaran daring di sekolah dasar. *Adi Widya: Jurnal Pendidikan Dasar*, 5(1), 61-68.