

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

Penelitian dilakukan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan subjek mahasiswa angkatan 2020 yang berasal dari tiga fakultas yaitu Fakultas Kesehatan, Fakultas Teknik dan Teknologi Informasi, serta Fakultas Ekonomi dan Sosial.

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta resmi menjadi universitas pada 26 Maret 2018 yang di sahkan oleh Kepala Staf Angkatan Darat (Kasad) Jenderal TNI Mulyono berdasarkan Surat keputusan Kementerian Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi Nomor 166/KPP/I/2018 tanggal 2 Februari 2018 yang sebelumnya berasal dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) dan Sekolah Tinggi Ilmu Komputer (Stmik) Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang berada di bawah naungan Yayasan Kartika Eka Paksi yang digabungkan menjadi universitas pada saat ini.

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta terdiri dari dua gedung, gedung satu berada di Ring Road Barat, Jalan Siliwangi, Banyuraden, Gamping Sleman, yang biasa dikenal sebagai Gedung Rektorat dan terdiri dari Fakultas Teknik dan Teknologi Informasi serta Fakultas Ekonomi dan Sosial. Sedangkan Fakultas Kesehatan menempati gedung dua yang berada di Ring Road Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman.

Fakultas Kesehatan terdiri dari prodi Farmasi, prodi Kebidanan, prodi Keperawatan, prodi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan. Fakultas Teknik dan Teknologi Informasi terdiri dari prodi Teknik Informasi, prodi Teknik Industri, prodi Sistem Informasi, prodi Informatika. Fakultas Ekonomi dan Sosial terdiri dari prodi Akuntansi, prodi Hukum, prodi Manajemen, dan prodi Psikologi. Penelitian dilakukan secara online dengan menyebarkan kuesioner penelitian kepada subjek yang sesuai kriteria.

B. Persiapan Penelitian

1. Persiapan Administrasi

Peneliti melakukan perizinan kepada instansi tempat pengambilan *sample* atau subjek penelitian yaitu Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (Unjaya) dengan mengajukan surat izin penelitian kepada bagian Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Unjaya.

Perizinan dilakukan dengan mendaftarkan judul penelitian melalui link yang disediakan oleh Bidang Administrasi Akademik (BAA) selaku bidang yang menangani berbagai administrasi akademik salah satunya menerbitkan surat izin penelitian. Peneliti juga melampirkan proposal sebagai pendamping surat izin penelitian yang diserahkan kepada LPPM Unjaya. Selanjutnya, peneliti melakukan penyebaran kuesioner kepada subjek sesuai dengan kriteria yang telah di tentukan.

2. Persiapan Alat Ukur

Peneliti mempersiapkan alat ukur sebagai bahan kuesioner berdasarkan pendapat ahli, dan telah dilakukan pengujian alat ukur kepada subjek yang memiliki karakteristik sama dengan subjek asli sehingga diperoleh nilai validitas dan reliabilitas yang baik sebelum alat ukur digunakan pada subjek yang sebenarnya, dengan rincian sebagai berikut:

a. Alat Ukur *Self-Efficacy*

Alat ukur *self-efficacy* yang digunakan adalah alat ukur General *Self-efficacy* versi bahasa Indonesia milik Schwarzer dan Jerusalem, (1995). Kemudian dalam skala tersebut tidak terdapat *blue print*, hanya terdapat 10 item pernyataan. Pada tahap uji coba skala, GSE di uji cobakan pada 30 mahasiswa angkatan 2020 dan tidak terdapat item yang gugur. Adapun nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* yang didapatkan sebesar 0.919 dan koefisien korelasi bergerak dari 0.539 sampai 0.807. Berdasarkan hal tersebut mulai dari item 1 sampai dengan item 10 dapat digunakan untuk pengambilan data karena memiliki nilai validitas dan reliabilitas yang cukup baik.

b. Alat Ukur Penyesuaian Diri

Alat ukur penyesuaian diri dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan teori dari Schneiders (1960) yang berjumlah 47 item. Pada tahap uji coba skala hanya 44 item yang diikutkan, karena 2 item yaitu item nomor 36 dan 19 tidak valid pada saat pengujian validitas

kualitatif oleh *expert judgement*. Kemudian terdapat 1 item digugurkan karena item nomor 2 memiliki makna yang sama dengan item nomor 46, sehingga item nomor 2 juga digugurkan. Uji coba skala penyesuaian diri ini dibersamakan dengan uji coba skala GSE kepada 30 mahasiswa angkatan 2020. Terdapat 8 item yang gugur pada saat uji coba item yaitu item nomor 4, 9, 18, 20, 24, 26, 34, dan 41. Total item yang gugur ada 11 dan pada akhirnya hanya terdapat 36 item pada skala penyesuaian diri. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh berkisar antara 0.430 sampai 0.893 dan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0.977.

Tabel 4.1
Blue Print Skala Penyesuaian Diri setelah Uji Coba Alat Ukur

Aspek	Indikator Perilaku	Butir			
		Favorable	Unfavorable		
		Nomor	Jumlah	Nomor	Jumlah
Tidak memiliki emosi yang berlebihan	d. Mampu mengendalikan emosi	7, 15	7	-	
	e. Memiliki emosi yang stabil	30, 3, 10			
	f. Mampu merespon situasi dengan tepat	43, 17			
Tidak adanya mekanisme psikologis	c. Memiliki keterbukaan	22, 8, 32, 42, 1, 21	6	-	
	d. Tidak mencari pembelaan diri				
Tidak adanya perasaan frustasi	d. Mampu menghadapi kesulitan	35, 37,5	7	-	
	e. Mampu mengendalikan pikiran dan perasaan	23			
	f. Berperilaku dengan tepat	13, 16, 11			
Adanya pertimbangan rasional dan pengarahan diri	c. Mampu mengarahkan diri	31, 6	5	-	
	d. Berfikir rasional	33,36 14		-	

Aspek	Indikator Perilaku	Butir Favorable		Butir Unfavorable	
		Nomor	Jumlah	Nomor	Jumlah
Memiliki kemampuan untuk belajar dan mampu memaafkan pengalaman	c. Memiliki keinginan untuk belajar	12,27,25,	5	-	
	d. Memaafkan pengalaman	45, 39			
Memanfaatkan pengalaman	a. Mampu belajar dari pengalaman	44	1	-	
Sikap yang realistis dan objektif	c. Memiliki sikap yang realistis	28, 40, 19	5	-	
	d. Mampu menilai permasalahan secara objektif	34, 38			
Total			36	0	

C. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan oleh peneliti pada tanggal 05 Juni 2022 sampai 20 Juni 2022 dengan melakukan penyebaran kuesioner yang berupa link *google form* kepada subjek yang sesuai dengan kriteria. Kuesioner tersebut berisikan informasi umum subjek, *informed consent*, serta skala psikologi yaitu skala *self efficacy* dan skala penyesuaian diri yang telah diuji cobakan pada subjek yang bukan sebenarnya namun kriterianya sama, selain itu juga terdapat tata cara pengisian kuesioner untuk menghindari kesalahan dalam pengisian.

Kuesioner disebarakan melalui media sosial khususnya WhatsApp oleh peneliti kepada mahasiswa Unjaya angkatan 2020 yang pernah mengikuti perkuliahan daring dan saat ini mengikuti perkuliahan tatap muka atau mengikuti perkuliahan *hybrid*. Selama proses pengambilan data peneliti memantau jumlah subjek yang telah mengisi *link google form*. Peneliti

membagikan lagi *link* kuesioner setiap *weekend* kepada mahasiswa angkatan 2020 dan meminta beberapa subjek untuk membagikan ke grup angkatan masing-masing sehingga pada akhirnya peneliti mendapatkan subjek sebanyak 147 orang yang berasal dari tiga fakultas, yaitu Fakultas Kesehatan yang terdiri dari prodi Farmasi, prodi Kebidanan, prodi Keperawatan, prodi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan. Fakultas teknik dan Teknologi Informasi yang terdiri dari prodi Teknik Informasi, prodi Teknik Industri, prodi Sistem Informasi, prodi Informatika. Fakultas Ekonomi dan Sosial terdiri dari prodi Akuntansi, prodi Hukum, prodi Manajemen, dan prodi Psikologi.

D. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Berdasarkan data kuesioner yang diperoleh peneliti pada saat pengambilan data kepada subjek menunjukkan sebaran subjek yang mengisi kuesioner penelitian sebagai berikut:

Tabel 4.2
Deskripsi Sebaran Subjek Penelitian

Fakultas	N	Persentase (%)
FES	61	41.5
FKES	68	46.3
FTTI	18	12.2
Total	147	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diambil kesimpulan bahwa dari total subjek 147 mahasiswa angkatan 2020 yang sesuai kriteria, 61 mahasiswa berasal dari Fakultas Ekonomi dan Sosial (FES) dengan presentase 41.5%, 68 mahasiswa berasal dari Fakultas Kesehatan (FKES) dengan presentase 46.3%, dan sebanyak 18 mahasiswa berasal dari Fakultas

Teknik dan Teknologi Informasi (FTTI) dengan presentase sebesar 12.2%.

Tabel 4.3
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Jenis Kelamin	N	Persentase (%)
Laki-laki	35	23.8
Perempuan	112	76.2
Total	147	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebaran responden terbanyak yang mengisi kuesioner berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan dengan jumlah 112 mahasiswa dengan persentase 76.2%, sementara laki-laki sebanyak 35 mahasiswa dengan persentase 23.8%.

Tabel 4.4
Sebaran Subjek Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase (%)
18	1	.7
19	21	14.3
20	89	60.5
21	25	17.0
22	7	4.8
23	2	1.4
24	1	.7
29	1	.7
Total	147	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa rentang usia mahasiswa yang mengisi kuesioner penelitian ini berada di antara usia 18 tahun sampai 29 tahun. Usia terendah mahasiswa dalam penelitian ini adalah 18 tahun dan hanya ada 1 mahasiswa dengan persentase 0.7%. Mahasiswa dengan usia 19 tahun yang berpartisipasi dalam penelitian ini ada sebanyak 21 mahasiswa dengan persentase 14.3%. Mahasiswa

dengan usia 20 tahun yang berpartisipasi dalam penelitian ini terdapat 89 mahasiswa dengan persentase 60.5% mahasiswa. Mahasiswa dengan usia 21 tahun terdapat sebanyak 25 mahasiswa dengan persentase 17%. Selanjutnya terdapat responden dengan usia 22 tahun sebanyak 7 orang dengan persentase 4.8%. Mahasiswa dengan usia 23 tahun yang ikut berpartisipasi ada sebanyak 2 orang dengan persentase 1.4%. Mahasiswa dengan usia 24 tahun yang berpartisipasi ada sebanyak 1 orang dengan persentase 0.7%. mahasiswa dengan usia 29 tahun yang mengikuti penelitian ini juga ada 1 dengan persentase 0.7% mahasiswa.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berusia 20 tahun. Mahasiswa terbanyak kedua yang berpartisipasi berusia 21 tahun. Partisipan terbanyak ketiga adalah mahasiswa yang berusia 19 tahun. Mahasiswa yang paling sedikit berpartisipasi dalam penelitian ini adalah usia 18 tahun, 24 tahun, dan 29 tahun.

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian digunakan untuk menyajikan data hasil penelitian agar lebih mudah dipahami dan dikomunikasikan kepada pembaca. Salah satu cara yang paling umum dalam pengorganisasian sekumpulan data adalah dengan menempatkan skor dalam distribusi frekuensi dengan tabel (Gravetter dan Wallnau, 2013).

Tabel 4.5
Deskripsi Ststistik Data Penelitian

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	XMin	XMax	Mean	SD	XMin	XMax	Mean	SD
<i>Self-Efficacy</i>	10	40	25	5	23	29	30.28	3.60
Penyesuaian Diri	36	144	90	18	89	142	115	11

Berdasarkan data diatas dapat dilihat bahwa nilai rata-rata skor hipotetik pada variabel *self efficacy* adalah 25 dengan standar deviasi 5. Sedangkan pada skor nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 30,28 dengan standar deviasi 3.60. Kemudian pada variabel penyesuaian diri nilai rata-rata yang diperoleh dari skor hipotetik adalah 90 dengan standar deviasi 18. Sedangkan pada skor empirik diperoleh nilai rata-rata sebesar 115 dengan standar deviasi 11. Berdasarkan hal tersebut peneliti melakukan kategori subjek dengan norma sebagai berikut:

Tabel 4.6
Norma Kategorisasi

No	Kategorisasi	Rumus Norma
1.	Sangat Rendah	$X < \mu - 1,5 \sigma$
2.	Rendah	$\mu - 1,5 \sigma \leq X < \mu - 0,5 \sigma$
3.	Sedang	$\mu - 0,5 \sigma \leq X < \mu + 0,5 \sigma$
4.	Tinggi	$\mu + 0,5 \sigma \leq X < \mu + 1,5 \sigma$
5.	Sangat Tinggi	$X > \mu + 1,5 \sigma$

Keterangan:

X : Skor Total

μ : Mean

σ : Standar Deviasi

Berdasarkan norma kategorisasi di atas, diperoleh hasil kategorisasi berikut:

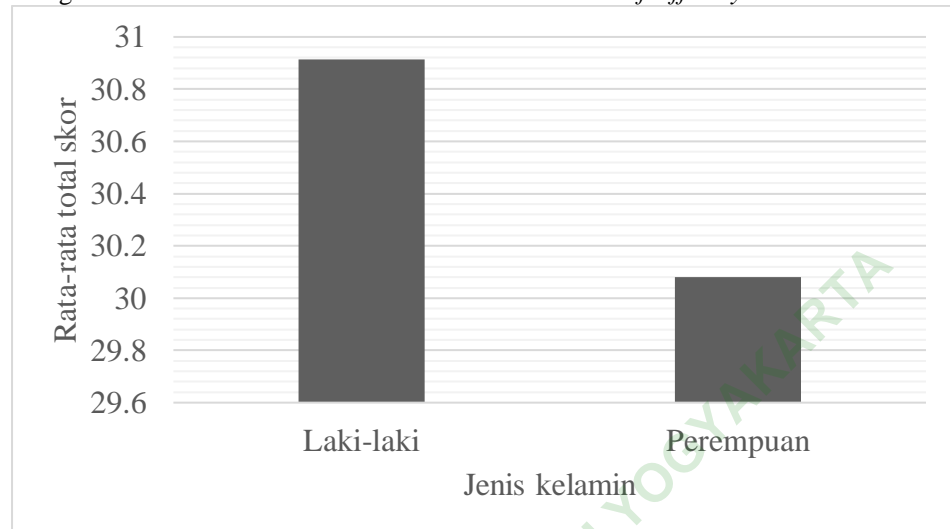
Tabel 4.7
Kategorisasi Data Penelitian

Kategorisasi	<i>Self-Efficacy</i>		Penyesuaian Diri	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	0	0	0	0
Rendah	0	0	0	0
Sedang	37	25,2	7	4,8
Tinggi	76	51,7	85	57,8
Sangat Tinggi	34	23,1	55	37,4
Total	147	100	147	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat dipahami bahwa pada variabel *self-efficacy* tidak terdapat partisipan yang memiliki *self-efficacy* yang sangat rendah atau rendah. Rata-rata partisipan memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi dengan persentase 51,7% yaitu sebanyak 76 mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kategori sedang juga cukup banyak yaitu 37 mahasiswa dengan persentase sebesar 25,2%. Selanjutnya partisipan yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang sangat tinggi terdapat sebanyak 34 mahasiswa dengan persentase 23,1%.

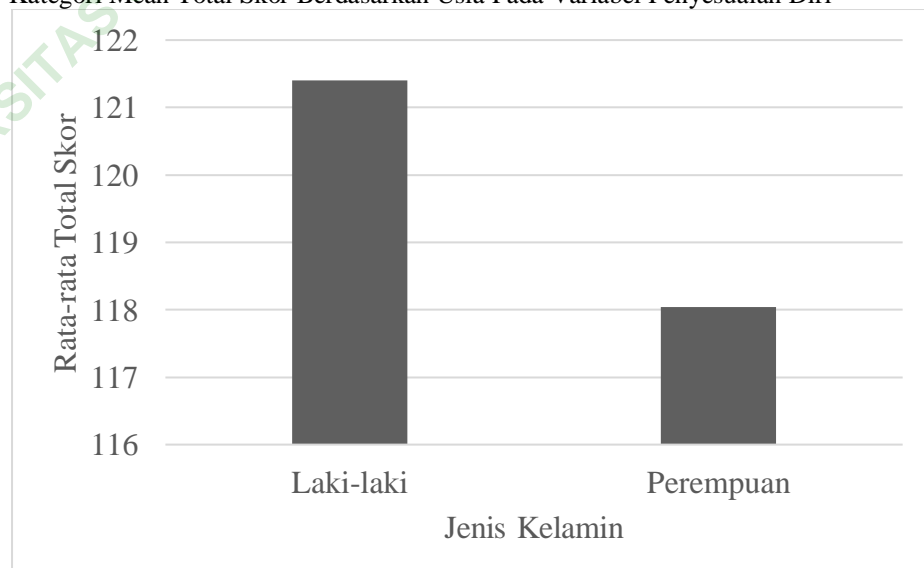
Selanjutnya, pada variabel penyesuaian diri juga tidak terdapat partisipan yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang sangat rendah maupun rendah, bahkan pada kategori sedang hanya ada sedikit partisipan yaitu 7 mahasiswa dengan persentase 4,8%. Pada variabel penyesuaian diri ini rata-rata subjek berada pada tingkat tinggi dan sangat tinggi yaitu sebanyak 85 mahasiswa dengan persentase 57,8% dan 55 mahasiswa dengan persentase sebesar 37,4%.

Tabel 4.8
Kategorisasi Perolehan Mean Total Skor Pada Variabel *Self-Efficacy*



Berdasarkan tabel diatas, dapat dipahami bahwa laki-laki mendapatkan rata-rata total skor sebesar 30,9, lebih besar dari perempuan yang memperoleh rata-rata total skor sebesar 30,1. Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan bahwa partisipan laki-laki memiliki tingkat penyesuaian diri yang lebih tinggi dari perempuan.

Tabel 4.9
Kategori Mean Total Skor Berdasarkan Usia Pada Variabel Penyesuaian Diri



Berdasarkan tabel diatas dapat dipahami bahwa partisipan laki-laki memiliki penyesuaian diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

3. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan uji prasyarat sebelum dilakukannya uji hipotesis. Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linearitas. Peneliti menggunakan SPSS versi 20 dalam melakukan uji asumsi.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan oleh peneliti dengan bantuan *software* SPSS versi 20. Berikut hasil uji normalitas yang telah dilakukan:

Tabel 4.10
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig.	Keterangan
<i>Self-efficacy</i>	0,00	Tidak Normal
Penyesuaian diri	0,00	Tidak Normal

Berdasarkan tabel uji normalitas tersebut, dapat dilihat bahwa hasil uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,00 pada variabel *self-efficacy*, dan 0,00 pada variabel penyesuaian diri. Hal tersebut dapat dikatakan data tidak terdistribusi normal karena nilai signifikansi kurang dari 0,05 (Gunawan, 2015).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas berhubungan secara linear dengan variabel tergantung atau tidak. Dalam hal ini peneliti melakukan uji linearitas dengan bantuan SPSS versi 20. Berikut hasil uji linearitas yang telah dilakukan:

Tabel 4.11
Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Keterangan
<i>Self-efficacy</i> dengan penyesuaian diri	1,318	0,200	Linear

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa variabel bebas *self-efficacy* berhubungan secara linear dengan variabel tergantung penyesuaian diri, dimana nilai signifikansi p adalah 0,200 yang berarti lebih dari 0,05. Dikatakan oleh Gunawan (2015) bahwa interpretasi uji linearitas dapat dilihat dari *deviation from linearity* dengan nilai F tuna dan nilai signifikansi (p) berada diatas 0,05.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan oleh peneliti setelah melakukan uji asumsi. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *Spearman Rho* yang menggunakan bantuan *software* SPSS versi 20. Uji hipotesis dilakukan untuk menguji hubungan antara variabel bebas (*self-efficacy*) dengan variabel tergantung (penyesuaian diri). Berikut hasil uji hipotesis yang telah dilakukan:

Tabel 4.12
Hasil Uji Korelasi *Spearman's Rho*

		<i>Self Efficacy</i>	Penyesuaian Diri
<i>Self_Efficacy</i>	Correlation Coefficient	1.000	.593**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	147	147
Penyesuaian_Diri	Correlation Coefficient	.593**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	147	147

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, diperoleh nilai korelasi positif (r_s) sebesar 0,593 dengan nilai signifikansi (p) 0,000 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara variabel *self-efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa, dimana semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa, maka semakin tinggi pula penyesuaian dirinya. Adapun tingkat hubungannya dalam uji korelasi ini masuk dalam kategori sedang, sesuai dengan yang dikemukakan oleh Sugiyono (2015) dalam memberikan interpretasi terhadap koefisien korelasi sebagai berikut:

Tabel 4.13
Kategori Tingkat Hubungan

Interval	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1.000	Sangat kuat

Sugiyono (2015) mengatakan bahwa analisis korelasi dapat dilanjutkan dengan dengan analisis determinasi. Koefisien determinasi (r^2) mengukur proporsi variabilitas dalam suatu variabel yang dapat

ditentukan hubungannya dengan variabel lainnya (Gravetter & Wallnau, 2013). Hasil uji determinasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.14
Hasil Uji Koefisien Determinasi

Variabel	Nilai Korelasi (r)	Nilai R Square	Keterangan
<i>Self-Efficacy</i> Penyesuaian Diri	0,635	0,403	40,3%

Berdasarkan nilai R Square di atas dapat dipahami bahwa nilai koefisien determinasi sebesar 40,3%. Artinya *self-efficacy* dan penyesuaian diri memiliki hubungan sebesar 40,3% dan 59,7% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

C. Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada sampel 147 mahasiswa aktif angkatan 2020 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang pernah mengikuti perkuliahan daring dan saat ini mengikuti perkuliahan tatap muka atau *hybrid*. Mahasiswa yang berpartisipasi dalam penelitian ini berasal dari seluruh fakultas yaitu Fakultas Kesehatan, Fakultas Teknik dan Teknologi Informasi, serta Fakultas Ekonomi dan Sosial, baik laki-laki maupun perempuan. Rentang usia mahasiswa yang berpartisipasi dalam penelitian ini mulai dari usia 18 tahun sampai 29 tahun.

Sesuai dengan data yang telah diperoleh dan dilanjutkan dengan analisis data penelitian menggunakan bantuan *software* SPSS didapatkan hasil koefisien korelasi *Spearman Rho* (r_s) sebesar 0,593 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 dimana $p < 0,05$, sehingga dapat diartikan bahwa hipotesis

diterima dan terdapat hubungan yang positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa angkatan 2020. Tingkat hubungan antar variabel masuk pada kategori sedang. Arah hubungan yang positif dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa, maka semakin tinggi pula penyesuaian dirinya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* mahasiswa, maka semakin rendah juga penyesuaian dirinya.

Hasil kategorisasi *mean* total skor pada variabel *self-efficacy* berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa laki-laki memiliki skor *mean* yang lebih tinggi yaitu sebesar 30,9, jika dibandingkan dengan perempuan yang hanya sebesar 30,1. Dapat dikatakan bahwa partisipan laki-laki memiliki tingkat *self-efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan perempuan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kamaruddin (2018). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa laki-laki memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi dibandingkan perempuan. Selanjutnya, hasil kategorisasi *mean* total skor pada variabel penyesuaian diri juga menunjukkan bahwa laki-laki memiliki *mean* skor penyesuaian diri yang tinggi yaitu sebesar 121, jika dibandingkan dengan perempuan sebesar 118, sehingga dapat diartikan bahwa laki-laki memiliki tingkat penyesuaian diri yang lebih tinggi daripada perempuan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kaur dan Sharma (2022) yang menunjukkan hasil bahwa laki-laki mampu menyesuaikan diri dalam kelompok dan perkumpulan sosial serta mampu menyeimbangkan kebutuhan pribadi, norma sosial, dan tuntutan lingkungan dibandingkan perempuan.

Nilai koefisien determinasi adalah 40,3%, yang berarti *self-efficacy* memberikan sumbangan sebesar 40,3% terhadap variabel penyesuaian diri, dan 59,7% di tentukan oleh variabel yang tidak diteliti. Berdasarkan perhitungan kategorisasi partisipan pada aspek *self-efficacy*, terlihat bahwa tidak ada partisipan yang memiliki *self-efficacy* sangat rendah maupun rendah. Sebagian besar partisipan (51,7%) memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Seperti halnya yang dikatakan oleh Schultz & Schultz (2013) bahwa orang yang memiliki *self-efficacy* tinggi dapat mengurangi rasa takut, kegagalan, meningkatkan aspirasi, dan meningkatkan kemampuan pemecahan masalah dan berpikir analitis. Begitu juga sebaliknya, orang yang memiliki *self-efficacy* rendah merasa tidak berdaya, tidak mampu mengontrol peristiwa kehidupan, merasa bahwa apa yang dilakukan sia-sia (Schultz & Schultz, 2013). Sejalan dengan hal tersebut, Bantam, Jayanti, dan Syah (2022) juga mengatakan bahwa dengan adanya *efficacy* dalam diri individu remaja mau dan mampu mengatasi hambatan.

Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi lebih mudah melakukan penyesuaian diri karena mampu menghadapi berbagai tantangan yang ada dari setiap perubahan yang dialami, seperti adanya peralihan dari perkuliahan daring menjadi perkuliahan tatap muka. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Jerrusalem dan Mittag (2009) bahwa dalam transisi adaptasi pada kehidupan masyarakat atau kondisi baru yang penuh tekanan, *self-efficacy* berfungsi sebagai pelindung sumber daya pribadi terhadap pengalaman

buruk, emosi negatif, dan gangguan kesehatan. Berkaitan dengan hal tersebut, terdapat penelitian yang dilakukan oleh Khotimatussannah et al. (2021) yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap penyesuaian akademik mahasiswa dalam kondisi pembelajaran *online*, dimana mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi akan memberikan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk menyesuaikan dengan tuntutan akademik di masa pembelajaran *online*. Berdasarkan hal tersebut dapat dilihat bahwa dengan adanya *self-efficacy* dalam diri mahasiswa dapat membantu mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan, khususnya adanya perubahan sistem pembelajaran.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat dipahami bahwa penelitian ini menunjukkan hasil adanya hubungan yang positif signifikan antara variabel *self-efficacy* dengan variabel penyesuaian diri pada mahasiswa tahun angkatan 2020 saat menghadapi perkuliahan tatap muka setelah perkuliahan daring di Universitas Jenderal Achamad Yani Yogyakarta. Dengan demikian hipotesis yang diajukan peneliti diterima, yang artinya semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa akan diikuti dengan tingginya kemampuan penyesuaian diri mahasiswa. begitu juga sebaliknya, ketika *self-efficacy* mahasiswa rendah penyesuaian diri mahasiswa juga rendah.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nafeesa dan Siregar (2021) dengan subjek siswa baru Sekolah Menengah Pertama di SMP STI Nurul Ilmi Medan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self-efficacy*

dengan penyesuaian diri pada siswa dan siswi baru SMP dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,577. Artinya, ketika *self-efficacy* tinggi maka penyesuaian diri juga tinggi, begitupun sebaliknya, jika *self-efficacy* rendah maka penyesuaian dirinya juga rendah. Penelitian lain dengan variabel *self-efficacy* dan penyesuaian diri juga dilakukan oleh Nuraini et al., (2021) Dengan subjek mahasiswa baru di Universitas 17 Agustus Surabaya yang menunjukkan hasil bahwa *self-efficacy* dengan penyesuaian diri memiliki hubungan positif dan signifikan dengan nilai korelasi (r) sebesar 0,548. Terdapat penelitian lain dengan metode studi literatur terhadap enam artikel mengenai hubungan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri. Hasil review artikel menunjukkan bahwa meskipun subjek memiliki latar belakang dan daerah yang berbeda-beda tetapi tetap terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian Fajar dan Aviani (2022).