

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian mengenai hubungan antara efikasi diri dan harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya ini dilakukan pada bulan September – Desember 2019 di Universitas 17 Agustus 1945 (UNTAG) Surabaya dengan mengambil sampel mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2019 dengan jumlah sampel sebanyak 167 mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan 3 skala pengukuran yaitu skala penyesuaian diri sebanyak 33 aitem, skala efikasi diri sebanyak 22 aitem, dan skala harga diri sebanyak 25 aitem.

### A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data melalui analisis regresi berganda yang dilakukan dengan bantuan SPSS *Windows 21 for IBM* diperoleh sebagai berikut:

#### 1. Regresi Simultan

Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda diperoleh nilai  $F = 243.323$  dengan signifikansi ( $p$ ) = 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang artinya bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dan harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru.

Tabel 9. Hasil analisis regresi linear berganda

F	p
243,323	0,000

#### 2. Regresi Parsial

Hasil regresi parsial menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru diperoleh nilai  $t = 3,742$  dengan signifikansi ( $p$ ) = 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang artinya bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru.

Hasil regresi parsial menunjukkan bahwa variabel harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru diperoleh nilai  $t = -0,334$  dengan signifikansi ( $p$ ) = 0,739 ( $p > 0,01$ ) yang artinya bahwa tidak terdapat hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru.

Tabel 10. Hasil regresi parsial

Variabel	t	p
Efikasi diri	3,742	0,000
Harga diri	-0,334	0,739

### 3. Persamaan Garis Regresi

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda diperoleh persamaan regresi yaitu  $Y = \beta X_0 + \beta X_1 + \beta X_2$ , dimana nilai  $\beta X_0 = 17,546$ ,  $\beta X_1 = 1,293$ , dan  $\beta X_2 = -0,104$  sehingga diperoleh persamaan  $Y = 17,546 + 1,293$  (efikasi diri)  $- 0,104$  (harga diri)

Tabel 11. Hasil persamaan regresi

Variabel	b
(Constanta)	17,546
Efikasi diri	1,293
Harga diri	-0,104

### 4. Sumbangan Efektif

Berdasarkan hasil analisis nilai  $R = 0,865$  dan  $R^2 = 0,748$  yang artinya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Kedua variabel independen (efikasi diri & harga diri) tersebut memberikan sumbangsih sebesar 74,8% terhadap variabel dependen (penyesuaian diri).

Tabel 12. Hasil Sumbangan efektif

R	R <sup>2</sup>
	0,748

## B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru sehingga hipotesis pertama penelitian ini diterima. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri dan harga diri yang baik akan mampu memiliki penyesuaian diri yang baik pula dalam menjalankan studinya di kampus. Mahasiswa baru akan mudah beradaptasi dengan segala kondisi baru di kampusnya. Mahasiswa baru yang memasuki masa studinya di kampus akan mengalami suatu perubahan yang berbeda dengan pendidikan di masa SMA sebelumnya.

Awal perkuliahan, mahasiswa akan banyak terjadi proses perubahan berkaitan dengan proses belajar, tugas-tugas yang didapatkan, jam perkuliahan yang berbeda dengan masa SMA, pertemanan atau lingkungan sosial yang dituntut untuk mampu lebih mandiri daripada saat SMA. Proses-proses yang terjadi tersebut menunjukkan perubahan yang cukup besar yang harus dijalani oleh mahasiswa baru sehingga perubahan dan tuntutan yang dialami mahasiswa baru mengharuskan mahasiswa untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri dan hal ini menjadi hal yang harus ditekankan dalam dirinya. Kemampuan mahasiswa baru dalam menyesuaikan kondisi yang berbeda dengan masa SMA dirasa cenderung berkaitan dengan kepercayaan diri maupun kesanggupan yang ada dalam dirinya untuk mampu menyelesaikan segala perubahan maupun permasalahan yang dihadapi yang disebut dengan efikasi dirinya. Hernandez (2017) berpendapat bahwa penyesuaian diri sebagai suatu proses yang berkaitan dengan respon mental dan tingkah laku yaitu individu berusaha keras agar mampu mengatasi konflik dan frustrasi karena terhambatnya kebutuhan dalam dirinya, sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan.

Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik ditunjukkan dengan adanya semangat yang tinggi dalam menyelesaikan tugas kuliah yang dianggap sulit, adanya kegigihan yang dilakukan dalam menghadapi segala hambatan sehingga mahasiswa tersebut mampu memiliki penyesuaian diri dalam segala kondisi. Mahasiswa berusaha untuk memiliki target dalam penyelesaian kuliahnya meskipun beban tugasnya dirasa lebih sulit dibandingkan ketika SMA. Mahasiswa juga memiliki semangat dalam menyelesaikan masalah dengan mampu memahami segala konsekuensi yang akan dihadapinya.

Berbeda dengan mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah, mahasiswa tersebut cenderung putus asa ketika mendapatkan banyak tugas, minder dengan hasil pekerjaannya, kurang yakin dengan keputusan yang diambil. Baron dan Byrne (dalam Manuntung, 2018) berpendapat bahwa efikasi diri sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengetasi hambatan. Efikasi diri menjadi hal yang penting dalam diri mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri dalam lingkungan barunya. Mahasiswa yang kurang mampu menyesuaikan diri tersebut menjadi putus asa untuk menyelesaikan kuliahnya tepat waktu, mahasiswa juga sulit menerima hal buruk akibat konsekuensi atas keputusan yang diambilnya sehingga hal-hal tersebut menunjukkan kurangnya kemampuan dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru kampusnya.

Hasil korelasi antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dimana hal tersebut

berarti bahwa semakin tinggi efikasi diri pada mahasiswa baru, maka semakin tinggi juga kemampuan penyesuaian dirinya. Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian Crede & Niehorster (2011) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan penyesuaian diri. Hal tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa baru yang memiliki *self efficacy* yang tinggi, maka kemampuan menyesuaikan diri di lingkungan baru kampusnya juga tinggi, dan sebaliknya, mahasiswa baru yang memiliki efikasi diri yang rendah, maka kemampuan penyesuaian dirinya juga rendah.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru ditolak. Harga diri menjelaskan tentang cara pandang individu terhadap situasi dirinya maupun lingkungannya sehingga berpengaruh terhadap perilaku yang terjadi. Hasil penelitian ini berlawanan dengan pendapat Baron & Byrne (dalam Ross, 2000) bahwa harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian dan merupakan kunci terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang yang sangat berpengaruh pada proses berpikir, tingkat emosi, serta keputusan yang diambil maupun tujuan hidup individu sehingga memungkinkan individu untuk menikmati dan menghayati kehidupan. Harga diri pada individu tidak memberikan kontribusi yang berarti terhadap proses adaptasi mahasiswa.

Ditolaknya hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru berlawanan dengan hasil penelitian Permatasari & Savira (2017) bahwa terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Psikologi angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. Hal tersebut terjadi karena setiap individu memiliki keunikannya masing-masing dalam beradaptasi yang mana hal tersebut sesuai dengan pendapat Chaplin (1995) bahwa perbedaan kuantitatif dalam suatu sifat yang dapat membedakan antara satu individu dengan individu lainnya.

Mahasiswa yang memiliki harga diri yang rendah tidak selalu merasa menyesal dengan kekurangan yang dimilikinya, tidak merasa keberadaannya tidak diterima orang lain, sehingga mahasiswa tersebut merasa dirinya masih dalam hal yang wajar sehingga tidak mempengaruhi proses adaptasi dengan lingkungan barunya. Mahmood, Ijaz, dan Khan (2015) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa salah satu aspek penyesuaian diri berkaitan dengan persepsi terhadap diri sendiri yang merupakan indikator dari penyesuaian diri. Pendapat tersebut mendukung ditolaknya hasil penelitian bahwa tidak terdapat hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Mahasiswa baru tidak menghiraukan penilaian dirinya sendiri sehingga cenderung dapat menyesuaikan diri dalam segala

kondisi tanpa memikirkan berbagai hal yang ada dalam dirinya. Hasil penelitian berlawanan dengan pendapat Sandha dkk (2012) yang membuktikan bahwa penyesuaian diri dapat dibentuk melalui adanya harga diri sehingga hasil penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri bukan merupakan faktor dalam proses penyesuaian diri pada mahasiswa baru.

Kondisi sebagai mahasiswa baru yang berbeda dengan masa SMA yang harus lebih mandiri dari sebelumnya serta tuntutan-tuntutan yang tinggi dari perkuliahannya menunjukkan bahwa keunikan individu menjadi hal yang dapat berpengaruh dalam penyesuaian diri mahasiswa. Keanekaragaman mahasiswa di kampus membuat mahasiswa baru tersebut harus dapat berinteraksi dengan semua temannya tanpa harus memandang berbagai status sosial. Hal tersebut mendukung pendapat Hurlock (2012) yang menjelaskan bahwa aspek penyesuaian diri diantaranya mampu menyesuaikan diri secara baik dengan setiap kelompok yang dimasukinya, baik teman sebaya maupun orang dewasa, individu dapat memenuhi harapan kelompok dan dapat diterima menjadi anggota kelompok tersebut, mampu menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, adanya rasa puas dan perasaan bahagia karena dapat ikut ambil bagian dalam aktivitas kelompok dan mampu menerima diri sendiri apa adanya dalam situasi sosial.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dan harga diri berpengaruh terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri dan harga diri merupakan faktor yang penting terhadap penyesuaian diri mahasiswa. Mahasiswa baru yang dapat beradaptasi dengan lingkungan baru di kampusnya dengan baik, menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut memiliki efikasi diri dan harga diri yang baik. Mahasiswa memiliki keyakinan dan kesanggupan diri untuk mengerjakan tugas-tugas yang berorientasi pada hasil yang diharapkan serta mahasiswa tersebut merasa berharga dan diterima oleh orang lain akan kehadiran dan kontribusi yang dilakukan sehingga mahasiswa mampu dengan mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru di kampus yang jauh berbeda dengan masa studi sebelumnya. Variabel efikasi diri dan harga diri tersebut memberikan sumbangsih sebesar yang cukup besar terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Mahasiswa baru yang memiliki efikasi diri dan harga diri yang baik, maka penyesuaian dirinya juga baik, dan sebaliknya, ketika efikasi diri dan harga diri mahasiswa tersebut rendah, maka penyesuaian dirinya juga rendah.

Mahasiswa baru yang memiliki efikasi diri dan harga diri yang tinggi cenderung yakin dan percaya diri untuk mampu menyelesaikan berbagai tugas serta dirinya merasa dapat diterima dengan segala kekurangan dan kelemahan oleh orang lain sehingga mahasiswa mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan kampusnya.

Mahasiswa menjadi lebih aktif dan percaya diri untuk memberikan kontribusi maupun perannya dalam berbagai kegiatan. Berbagai macam perubahan yang terjadi di lingkungan barunya, baik mengenai sistem pembelajaran di kampus, status sosial teman, dan lingkungan baru di kampus bukan menjadi halangan lagi bagi dirinya untuk dapat menyesuaikan diri dalam segala interaksi maupun kegiatan di kampus sehingga mahasiswa dapat menjalankan studinya dengan lancar dan sesuai harapan.