

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN  
KECEMASAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN  
DIRI PADA MAHASISWA RANTAU**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**FRANCISCA FAULIA ALDI FIRMANI**  
**NBI : 1511900227**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2022**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN  
KECEMASAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI  
PADA MAHASISWA RANTAU**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**Francisca Faulia Aldi Firmani**

**NPM : 1511900227**

**Fakultas Psikologi**

**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

**2022**

## HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Francisca Faulia Aldi Firmani  
NBI : 1511900227  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Efikasi Diri dan Kecemasan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, 17 Desember 2022



Francisca Faulia Aldi F.



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN

Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Tlp. 031 593 1800 (ex.311)

Email : [perpus@untag-sby.ac.id](mailto:perpus@untag-sby.ac.id)

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMI

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Francisca Faulia Aldi Firmani  
NPM : 1511900227  
Fakultas : Psikologi  
Progran Studi : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)* karya ilmiah saya yang berjudul:

### “Hubungan Antara Efikasi Diri dan Kecemasan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau”

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada tanggal : 12 Desember 2022

Yang Menyatakan



(Francisca Faulia A F)

**HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING**

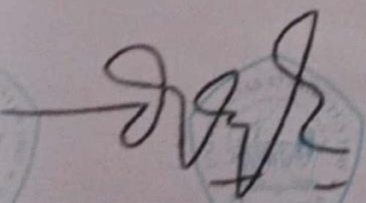
**Nama** : Francisca Faulia Aldi Firmani  
**NBI** : 1511900227  
**Judul** : Hubungan Antara Efikasi Diri dan Kecemasan Sosial  
Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau

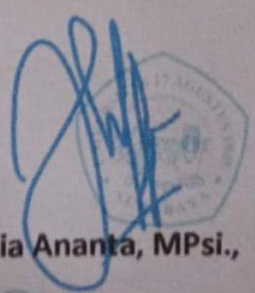
Surabaya, 17 Desember  
2022

**Disetujui Oleh :**

**Dosen Pembimbing I**

**Dosen Pembimbing II**

  
**Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Psi**  
**Psikolog**

  
**Aliffia Ananta, MPsi.,**

**HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI**

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-syarat  
Guna memperoleh Derajat Gelar Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal : 21 Desember 2022**

**Dewan Penguji :**

1. **Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog** .....
2. **Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Psi** .....
3. **Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog** .....

**Mengesahkan,**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**Dekan,**



**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si. Psikolog**  
**NPP. 20510020552**

## **HALAMAN MOTTO**

**“Jangan Biarkan Trauma Dimasa Lalu Merusak Kebahagiaanmu Dimasa Yang Akan Datang”**

**“Jatuh Bukan Berarti Kalah, Tetapi Berusaha Untuk Bangkit Dan Mencoba Lagi Untuk Tidak Gagal Kedua Kalinya”**

**“Siapapun Kamu, Jadilah Versi Terbaik Menurutmu Tetap Semangat Dan Pantang Menyerah”**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini....

Untuk kedua orang tua yang selalu mendoakan, memberi semangat serta kasih sayang yang tidak pernah henti sampai saat ini.

Untuk kakak dan juga istrinya yang selalu memberi motivasi sampai bisa menyelesaikan skripsi ini.

Untuk diriku sendiri yang selalu mencoba dan berani menghadapi segala rintang yang ada.

Untuk saudara, someone, sahabat, dan teman-teman yang sudah membantu dan menjadi support sistem terbaik agar skripsi ini selesai.

Semoga karya pada skripsi ini dapat bermanfaat.



## *CURRICULUM VITAE*

### **A. BIODATA MAHASISWA**

Nama : Francisca Faulia Aldi Firmani  
NBI : 1511900227  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Tempat, Tanggal Lahir : Jombang, 15 Januari 2000  
Agama : Islam  
Urutan kelahiran : Anak ke 2 dari 2 bersaudara  
Alamat : Dsn. Seblak Ds. Kwaron Rt/Rw 06/02 Kec.  
Diwek Kab. Jombang  
Email : [franciscaaldi@gmail.com](mailto:franciscaaldi@gmail.com)

### **B. BIODATA ORANG TUA**

Nama Ayah : Khumaidi  
Nama Ibu : Alfiyah  
Alamat : Dsn. Seblak Ds. Kwaron Rt/Rw 06/02 Kec.  
Diwek Kab. Jombang  
Pekerjaan Ayah : Karyawan Swasta  
Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga

### **C. RIWAYAT PENDIDIKAN**

1. TK : TK Al-Khoiriyah
2. SD : SDN Cukir I
3. SMP : MTs Perguruan Mu'allimat
4. SMA : SMA PGRI 2 Jombang
5. Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*  
*Bismillahirrahmanirrahim*

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt. Dzat yang hanya kepada-Nya memohon pertolongan. Atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsinya yang berjudul "Hubungan Efikasi Diri dan Kecemasan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau". Sholawat dan salam kepada Rasulullah Saw yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan teladan terbaik untuk umat manusia.

Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Amherstia Pasca Rina, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Bawinda Sri Lestari, S.H., M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan pengarahan mengenai mata kuliah dari awal semester hingga akhir semester.
6. Dr. Dyan Evita Santy, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembimbing pertama yang telah sabar membimbing penulis dan memberikan motivasi pada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing kedua yang telah sabar membimbing penulis dan memberikan motivasi kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog selaku Dosen Penguji dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Segenap Dosen Fakultas Psikologi dan Dosen Mata Kuliah yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan baru.

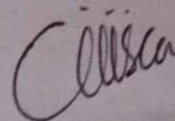
10. Segenap Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu dalam setiap urusan mata kuliah dan administratif skripsi.
11. Kepada Kedua Orang Tua yang selalu mendoakan, memberi semangat. Selalu mendukung baik secara moril, materiil, serta kasih sayang yang tidak pernah henti sampai saat ini.
12. Kakak dan juga istrinya yang selalu memberi motivasi untuk terus semangat sampai bisa menyelesaikan skripsi ini.
13. Ryan Dwiyanto yang selalu memberikan dukungan terbaik dan sabar mendengarkan keluh kesah pada saat peneliti melakukan skripsi.
14. Kepada saudara yang selalu memberi dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
15. Teman-teman seperjuangan yang saling mengingatkan dan juga memberikan dukungan satu sama lain.
16. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah tulus ikhlas memberikan doa dan dukungan sehingga dapat terselesaikan skripsi ini.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, meskipun penulis telah berusaha sebaik mungkin. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan guna penyempurnaan penyusunan dan penulisan skripsi ini.

Besar harapan penulis agar tugas ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan serta pihak lain yang membutuhkan guna perkembangan dan kemajuan dalam dunia pendidikan.

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Surabaya, 17 Desember 2022



Francisca Faulia Aldi F.

# Hubungan Antara Efikasi Diri dan Kecemasan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau

Francisca Faulia A. F

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail : [franciscaaldi@gmail.com](mailto:franciscaaldi@gmail.com)

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan kecemasan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan penelitian korelasional. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 107 dan hanya 99 mahasiswa rantau Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang memenuhi kriteria. Metode pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran link kuesioner secara online menggunakan *googlem form* dengan menggunakan skala *likert*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Spearman's Rho*. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,647 dan signifikansi 0,000 ( $<0,05$ ). Artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula penyesuaian diri. Hal ini tidak berlaku untuk kecemasan sosial dengan penyesuaian diri. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kecemasan sosial dengan penyesuaian diri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,035 dengan signifikansi 0,729 ( $>0,05$ ). Artinya tinggi atau rendahnya kecemasan sosial tidak mempengaruhi tinggi atau rendahnya penyesuaian diri.

Kata Kunci : Efikasi Diri, Kecemasan Sosial, Penyesuaian Diri

# **The Relationship Between Self-Efficacy and Social Anxiety With Self-Adjustment in Overseas Students**

**Francisca Faulia A.F**

Faculty of Psychology, University of August 17, 1945, Surabaya

E-mail : franciscaaldi@gmail.com

## **Abstract**

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and social anxiety with self-adjustment in overseas students. This research is a quantitative research using correlational research. There were 107 subjects in this study and only 99 overseas students at the University of 17 August 1945 Surabaya who met the criteria. The data collection method was carried out through distributing questionnaire links online using a Googlem form using a Likert scale. The data analysis technique used in this study is Spearman's Rho. Based on the results of the data analysis that has been done, it shows that there is a positive relationship between self-efficacy and self-adjustment with a correlation coefficient of 0.647 and a significance of 0.000 ( $<0.05$ ). This means that the higher the self-efficacy, the higher the adjustment. Conversely, the lower the self-efficacy, the lower the adjustment. This does not apply to social anxiety with adjustment. Based on the results of the data analysis conducted, it shows that there is no relationship between social anxiety and self-adjustment with a correlation coefficient of 0.035 with a significance of 0.729 ( $> 0.05$ ). This means that high or low social anxiety does not affect high or low self-adjustment.

**Keywords:** Self-Efficacy, Social Anxiety, Adjustment

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul (Cover).....	i
Halaman Judul.....	ii
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan.....	iii
Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi.....	iv
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	v
Halaman Persetujuan Tim Penguji.....	vi
MOTTO.....	vii
Halaman Persembahan.....	viii
<i>Curriculum Vitae</i> .....	ix
Kata Pengantar.....	x
<i>Abstrak</i> .....	xii
<i>Abstract</i> .....	xiii
Daftar Isi.....	xiv
Daftar Tabel.....	xvii
Daftar Lampiran.....	xviii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Rumusan Masalah.....	5
B. Tujuan dan Manfaat.....	5
1. Tujuan Penelitian.....	5
2. Manfaat Penelitian.....	6
a. Manfaat Teoritis.....	6
b. Manfaat Praktis.....	6
C. Keaslian Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	9
A. Penyesuaian Diri.....	9
1. Pengertian Penyesuaian Diri.....	9
2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri.....	10
3. Faktor-faktor Penyesuaian Diri.....	13
B. Efikasi Diri.....	16
1. Pengertian Efikasi Diri.....	16
2. Aspek-aspek Efikasi Diri.....	17

3. Faktor-faktor Efikasi Diri .....	19
C. Kecemasan Sosial .....	20
1. Pengertian Kecemasan Sosial .....	20
2. Aspek-aspek Kecemasan Sosial .....	22
3. Faktor-faktor Kecemasan Sosial .....	23
D. Kerangka Berpikir .....	25
E. Hipotesis .....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Populasi dan Partisipan .....	27
1. Populasi .....	27
2. Partisipan .....	27
B. Desain Penelitian .....	28
1. Jenis Penelitian .....	28
2. Variabel Penelitian .....	28
C. Instrument Pengumpulan Data .....	28
1. Skala Penyesuaian Diri .....	29
a. Definisi Oprasional .....	29
b. Pengembangan Alat Ukur .....	29
c. Uji Alat Ukur .....	30
1) Uji Validitas .....	30
2) Uji Reliabilitas .....	31
2. Skala Efikasi Diri .....	32
a. Definisi Oprasional .....	32
b. Pengembangan Alat ukur .....	32
c. Uji Alat Ukur .....	33
1) Uji Validitas .....	33
2) Uji Reliabilitas .....	34
3. Skala Kecemasan Sosial .....	34
a. Definisi Oprasional .....	34
b. Pengembangan Alat ukur .....	34
c. Uji Alat Ukur .....	35
1) Uji Validitas .....	35
2) Uji Reliabilitas .....	36

D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	37
1. Uji Prasyarat	37
a. Uji Normalitas	37
b. Uji Linearitas	38
c. Uji Multikolinier	39
d. Uji Heteroskedastisitas	39
2. Analisis Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	41
A. Hasil Penelitian.....	41
1. Data Demografi Partisipan Penelitian	41
2. Uji Deskriptif	45
3. Uji Hipotesis	46
B. Pembahasan .....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	55



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Skala <i>Likert</i> .....	29
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Penyesuaian Diri.....	30
Tabel 3. Hasil Uji Validitas Skala Penyesuaian Diri.....	31
Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri.....	32
Tabel 5. <i>Blueprint</i> Efikasi Diri .....	32
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Skala Efikasi Diri .....	33
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri .....	34
Tabel 8. <i>Blueprint</i> Kecemasan Sosial.....	35
Tabel 9. Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan Sosial.....	36
Tabel 10. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan Sosial.....	37
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Test .....	38
Tabel 12. Hasil Uji Linearitas.....	38
Tabel 13. Hasil Uji Multikolinieritas.....	39
Tabel 14. Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	39
Tabel 15. Rekatipulasi Tanggal.....	41
Tabel 16. Rekatipulasi Usia .....	41
Tabel 17. Rekatipulasi Jenis Kelamin .....	42
Tabel 18. Rekatipulasi Semester .....	42
Tabel 19. Rekatipulasi Lama Tinggal di Surabaya.....	43
Tabel 20. Rekatipulasi Kota Asal.....	43
Tabel 21. Hasil Kategori Penyesuaian Diri.....	45
Tabel 22. Hasil Kategori Efikasi Diri.....	45
Tabel 23. Hasil Kategori Kecemasan Sosial.....	45
Tabel 24. Hasil Analisis Korelasi <i>Spearman's Rho</i> Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri.....	46
Tabel 25. Hasil Analisis Korelasi <i>Spearman's Rho</i> Kecemasan Sosial dengan Penyesuaian Diri .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i> .....	55
Lampiran 2. Angket Skala.....	55
Lampiran 3. Tabulasi Jawaban .....	64
Lampiran 4. Uji Validitas dan Reliabilitas Output SPSS (Putaran Pertama sampai Terakhir) Skala Penyesuaian Diri .....	78
Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas Output SPSS (Putaran pertama sampai Terakhir) Skala Efikasi Diri.....	84
Lampiran 6. Uji Validitas dan Reliabilitas Output SPSS (Putaran Pertama sampai Terakhir) Skala Kecemasan Sosial .....	87
Lampiran 7. Uji Prasyarat (Uji Normalitas, Uji Linearitas, Uji Multikolinieritas, Uji Heteroskedastisitas .....	93
Lampiran 8. Uji Hipotesis .....	95
Lampiran 9. Sumbangan Efektif.....	95
Lampiran 10. Plagiarisme.....	96