

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU DI
PONDOK PESANTREN**

SKRIPSI

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



Oleh :

JIHAN SARIFAH PAMUJI

NBI : 1511900242

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2023

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU DI
PONDOK PESANTREN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

JIHAN SARIFAH PAMUJI

NBI: 1511900242

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

2023

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU DI
PONDOK PESANTREN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

JIHAN SARIFAH PAMUJI

NBI: 1511900242

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

2023

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU DI
PONDOK PESANTREN**

SKRIPSI

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



Oleh :

JIHAN SARIFAH PAMUJI

NBI: 1511900242

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2023

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Jihan Sarifah Pamuji

NPM : 1511900242

Program Studi : Psikologi

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini yang berjudul “Hubungan antara Efikasi Diri dan *Psychological Well-Being* dengan Penyesuaian Diri pada Santri Baru di Pondok Pesantren” tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 22 Juni 2023



Jihan Sarifah Pamuji

1511900242

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

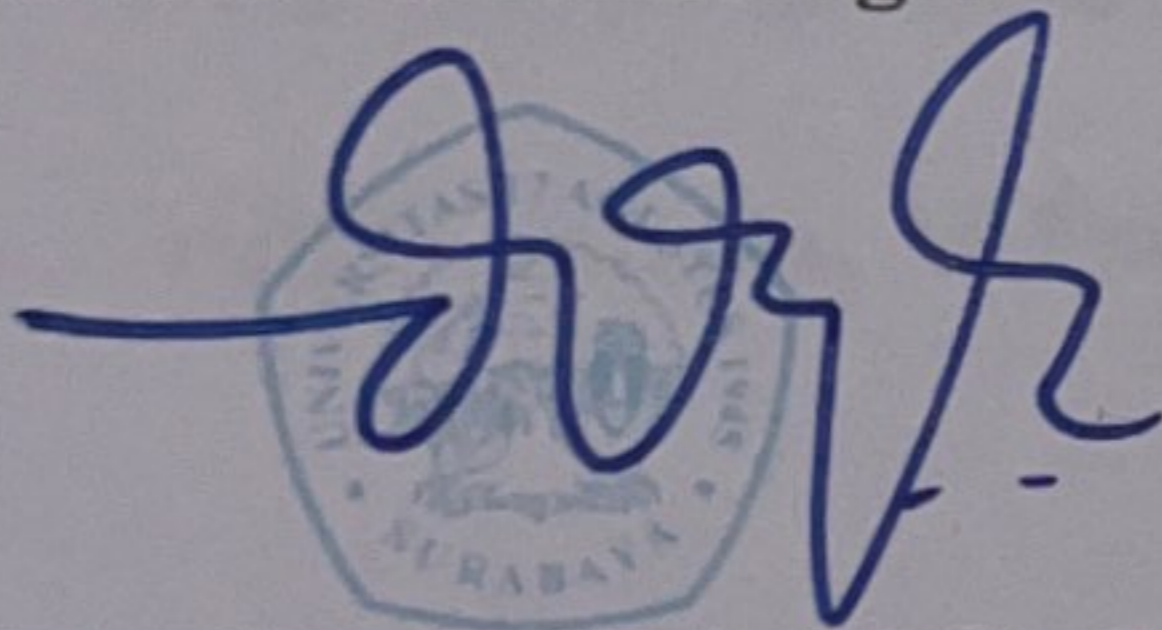
Nama : Jihan Sarifah Pamuji
NPM : 1511900242
Judul : **HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU
DI PONDOK PESANTREN**

Surabaya, 22 Juni 2023

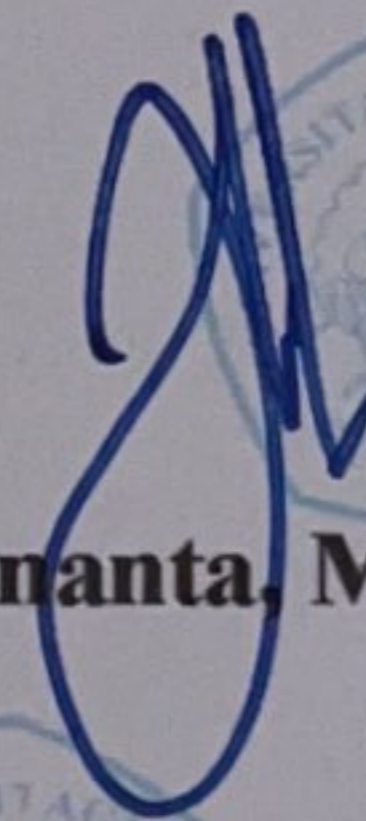
Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



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



Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dan Diterima Untuk Memenuhi Syarat - Syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal : 26 Juni 2023

Dewan Penguji :

1. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog

2. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si., Psikolog

3. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog

Mengetahui

Dekan,



Dr. Re Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

NPP. 20510020552

LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jihan Sarifah Pamuji
NBI/ NPM : 1511900242
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : ~~Tugas Akhir/Skripsi/ Tesis/ Disertasi/ Laporan Penelitian~~

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

"Hubungan antara Efikasi Diri dan Psychological Well-Being dengan Penyesuaian Diri pada Santri Baru di Pondok Pesantren".

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (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 : 07 Juli 2023

Yang Menyatakan,



(Jihan Sarifah Pamuji)

*Coret yang tidak perlu

MOTTO

Apabila sesuatu yang kau senangi tidak terjadi maka senangilah apa yang terjadi -Ali Bin Abi Thalib-

Kamu boleh menangis, kamu boleh berteriak, tapi tidak untuk menyerah

-Jeon Jungkook-

So whatever you do don't let go

-Coldplay-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada seluruh keluarga besar terlebih khususnya untuk orang tua dan adik saya yang selalu memberikan dukungan terbaik untuk saya, baik dukungan secara doa, restu, financial dan memberikan semangat kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini hingga selesai. Sebuah awal pencapaian dalam hidup saya bisa menyelesaikan skripsi ini karena jauh dan tidak bisa pulang untuk bertemu dengan kedua orang tua saya. Tidak ada kata selain terimakasih banyak atas dukungan yang telah diberikan dari awal perkuliahan hingga saat ini.

Untuk diri saya sendiri yang telah berjuang melewati seluruh proses bimbingan, tantangan dan hambatan dari awal hingga akhir proses pengerjaan skripsi ini sampai selesai. Terimakasih untuk tetap berproses dalam pengerjaan skripsi ini hingga selesai tanpa menyerah dipertengahan meskipun banyak hal yang telah dilewati.

CURRICULUM VITAE

A. Biodata Mahasiswa

Nama : Jihan Sarifah Pamuji
NBI : 1511900242
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Tempat, Tanggal Lahir : Bitung, 10 Maret 2002
Agama : Islam
Urutan Kelahiran : Anak Pertama
Alamat : Lingkungan III RT/RW 005/003
Kel. Girian Weru Dua Kec. Girian
Kota. Bitung Provinsi. Sulawesi
Utara

Email : jihanpamuji1@gmail.com
No Hp : 082141142224

B. Biodata Orang Tua

Nama Ayah : Pamuji, S.E
Nama Ibu : Sitti J. Nuna, S.Pd., M.Si
Alamat : Lingkungan III RT/RW 005/003
Kel. Girian Weru Dua Kec. Girian
Kota. Bitung Provinsi. Sulawesi
Utara

Pekerjaan Ayah : Karyawan BUMN
Pekerjaan Ibu : Guru

C. Riwayat Pendidikan

1 TK : RA Nurul Jannah Pateten
2 SD : MIN Bitung
3 SMP : MTs Alkhairaat Girian
4 SMA : SMA Darul Ulum 1 Unggulan
Jombang
5 Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, atas segala Rahmat, pertolongan, karunia, kesehatan dan kehendak-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan antara Efikasi Diri dan *Psychological Well-Being* dengan Penyesuaian Diri pada Santri Baru di Pondok Pesantren”. Shalawat serta salam semoga tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, Keluarga dan Sahabatnya.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan bantuan, bimbingan, arahan, kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan penelitian karya tulis ini kedepannya. Penulis ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari beberapa pihak, untuk itu peneliti menyampaikan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI., 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, 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. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi. selaku dosen wali akademik yang sudah membimbing dari awal semester sampai akhir.
6. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Pertama yang selalu meluangkan waktu dengan sabar membimbing dan memberikan motivasi, arahan, serta masukan kepada penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Kedua yang selalu meluangkan waktu dengan sabar membimbing dan memberikan motivasi, arahan, serta masukan kepada penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan arahan pada saat diskusi sidang

akhir yang telah dilaksanakan untuk memperbaiki skripsi ini dengan baik.

9. Segenap Dosen Fakultas Psikologi dan Dosen Mata Kuliah yang telah memberikan banyak ilmu dan pengetahuan, senantiasa sabar dalam mendidik dan membimbing.
10. Segenap Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu dalam pengurusan administrasi dan setiap urusan mata kuliah.
11. Drs. Nurkolis, M.Pd.I selaku Kepala Sekolah SMPN3 Darul Ulum Peterongan Jombang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.
12. Ibu Ani, Ibu Tyas, Ibu Enik dan Ibu Istutia yang telah membantu penulis dari awal sampai dalam proses pengambilan data di lokasi penelitian.
13. Bapak Drs. KH. M. Zaimuddin W. As'ad, MS dan Ibu Nyai Hj. Umi Hasunah, M.Thi selaku Pengasuh Asrama X Hurun Inn yang senantiasa memberikan bantuan doa, motivasi dan tempat beristirahat kepada penulis selama proses penelitian dan pengambilan data. Terimakasih untuk selalu mengingatkan “pulang” ketika penulis merasa diatas maupun berada dibawah.
14. Kepada Orang tua dan adik khususnya buat mama yang selalu mendoakan, memberi semangat, motivasi, masukan dan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini hingga selesai.
15. Terimakasih kepada Intan Maulidha Alifia Putri sebagai teman sekaligus sahabat penulis dari awal PKKMB hingga saat ini senantiasa bersama sampai penulisan skripsi ini selesai. Terimakasih atas dukungan serta kebaikannya selama ini. See u soon intan!!
16. Indra Rachma Zulia dan Athiyyah Nadiawan R, sebagai teman seperjuangan yang telah lulus terlebih dahulu, terimakasih sudah menemani penulis dari awal perkuliahan hingga saat ini dan telah banyak membantu.
17. Nurliyana Oktorika, Mutiara Pamungkas, Dea Galuanta, dan teman-teman se-pertongkrongan yang selalu meluangkan waktu untuk keluar mengobrol dan bersenang-senang melepas penat disaat penulis membutuhkan hiburan.
18. Aldo Jeremia, Deta, Anggoro dan Rizal selaku teman tidak terduga yang telah membantu, memberi semangat dan

mengajak penulis jalan-jalan saat sedang capek dalam proses penyusunan skripsi.

19. A. Sulthani Awliya' S.Psi terimakasih atas waktunya yang selalu bersedia meluangkan waktu dan bantuannya dikala penulis sedang kesusahan dan kesulitan selalu ada untuk membantu dan memberikan dukungan penuh agar tetap semangat dalam proses penyusunan skripsi.
20. Seluruh responden penelitian yang telah meluangkan waktu dan bersedia untuk mengisi kuesioner saat pengambilan data.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan dan penyusunan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk menyempurnakan karya tulis ini.

Surabaya, 22 Juni 2023

Jihan Sarifah Pamuji

1511900242

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN

Jihan Sarifah Pamuji

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

jihanpamujil@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan *psychological well-being* dengan penyesuaian diri pada santri baru di pondok pesantren. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional dengan menggunakan teknik analisis data yaitu analisis regresi ganda. Penelitian ini dilakukan di SMPN 3 Darul Ulum Peterongan Jombang dengan jumlah partisipan sebanyak 244 siswa. Berdasarkan hasil uji parsial menunjukkan bahwa nilai korelasi antara efikasi diri dengan penyesuaian diri sebesar 0,280 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.01$). Artinya ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri. Kemudian diperoleh nilai korelasi antara *psychological well-being* dengan penyesuaian diri sebesar 0.627 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.01$). Artinya ada hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dengan penyesuaian diri. Sementara itu diperoleh hasil uji simultan dengan nilai korelasi skor $R = 0.839$ dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.01$). Artinya ada hubungan antara efikasi diri dan *psychological well-being* dengan penyesuaian diri mempunyai hubungan yang positif dan sangat signifikan. Artinya semakin tinggi efikasi diri dan *psychological well-being* maka semakin tinggi pula penyesuaian diri pada santri baru di pondok pesantren dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan baru. Sumbangan efektif dalam penelitian ini sebesar 0.704. Artinya efikasi diri dan *psychological well-being* memiliki kontribusi sebesar 70,4% terhadap penyesuaian diri.

Kata kunci : Penyesuaian Diri, Efikasi Diri, *Psychological Well-Being*

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING WITH SELF-ADJUSTMENT IN NEW STUDENTS AT BOARDING SCHOOLS

Jihan Sarifah Pamuji

Faculty of Psychology, University of August 17 1945 Surabaya

jihanpamuji1@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and psychological well-being with self-adjustment in new students at Islamic boarding schools. This research is a type of correlational quantitative research using data analysis techniques, namely multiple regression analysis. This research was conducted at SMPN 3 Darul Ulum Peterongan Jombang with a total of 244 students participating. Based on the results of the partial test, it shows that the correlation value between self-efficacy and self-adjustment is 0.280 with a significance of 0.000 ($p < 0.01$). This means that there is a significant relationship between self-efficacy and adjustment. Then a correlation value was obtained between psychological well-being and self-adjustment of 0.627 with a significance of 0.000 ($p < 0.01$). This means that there is a significant relationship between psychological well-being and adjustment. Meanwhile, the simultaneous test results obtained with a correlation score of $R = 0.839$ with a significance of 0.000 ($p < 0.01$). This means that there is a relationship between self-efficacy and psychological well-being with self-adjustment having a positive and very significant relationship. This means that the higher the self-efficacy and psychological well-being, the higher the self-adjustment of new students at Islamic boarding schools in the process of adjusting to a new environment. The effective contribution in this study was 0.704. This means that self-efficacy and psychological well-being contribute 70.4% to self-adjustment.

Keywords: *Self-adjustment, Self-Efficacy, Psychological Well-Being*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK.....	xii
<i>ABSTRACT</i>	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah	6
B. Tujuan dan Manfaat	7
1. Tujuan Penelitian.....	7
2. Manfaat Penelitian.....	7
C. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Penyesuaian Diri	11

1.	Pengertian Penyesuaian Diri.....	11
2.	Aspek-aspek Penyesuaian Diri	12
3.	Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri	15
B.	Efikasi Diri.....	19
1.	Pengertian Efikasi Diri	19
2.	Aspek-aspek Efikasi Diri.....	20
3.	Faktor-faktor yang mempengaruhi Efikasi Diri	22
C.	<i>Psychological Well-Being</i>	23
1.	Pengertian <i>Psychological Well-Being</i>	23
2.	Aspek-aspek <i>Psychological Well-Being</i>	25
3.	Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	27
D.	Kerangka Berpikir.....	28
E.	Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN		31
A.	Populasi dan Partisipan	31
1.	Populasi Penelitian	31
2.	Partisipan Penelitian	31
B.	Desain Penelitian.....	31
C.	Instrument Pengumpulan Data	32
1.	Penyesuaian Diri	32
a.	Definisi Operasional.....	32
b.	Pengembangan Alat Ukur.....	32
c.	Uji Alat Ukur.....	34
2.	Efikasi Diri.....	36
a.	Definisi Operasional.....	36
b.	Pengembangan Alat Ukur.....	36
c.	Uji Alat Ukur.....	37

3. <i>Psychological Well-Being</i>	39
a. Definisi Operasional.....	39
b. Pengembangan Alat Ukur.....	39
c. Uji Alat Ukur.....	41
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	43
1. Uji Prasyarat.....	43
2. Analisis Data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Penelitian	47
B. Pembahasan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	61

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Skala Likert	32
Tabel 3. 2 Blue Print Penyesuaian Diri.....	33
Tabel 3. 3 Hasil Uji Diskriminasi Skala Penyesuaian Diri.....	35
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Efikasi Diri	37
Tabel 3. 5 Hasil Uji Diskriminasi Skala Efikasi Diri.....	38
Tabel 3 6 Blue Print Skala <i>Psychological Well-Being</i>	40
Tabel 3. 7 Hasil Uji Diskriminasi Skala	42
Tabel 3. 8 Hasil Uji Normalitas Sebaran	44
Tabel 3. 9 Hasil Uji Linieritas Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri.....	44
Tabel 3. 10 Hasil Uji Linieritas <i>Psychological Well-Being</i> dengan Penyesuaian Diri.....	45
Tabel 3. 11 Hasil Uji Multikolinearitas	45
Tabel 3. 12 Hasil Uji Heterokedastisitas.....	46
Tabel 4. 13 Hasil Uji Analisis Parsial	48
Tabel 4. 14 Hasil Uji Analisis Parsial	48
Tabel 4. 15 Hasil Uji Analisis Regresi Simultan	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	29
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	61
Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian Dari Sekolah SMPN 3 Darul Ulum Jombang.....	62
Lampiran 3. Angket Skala	63
Lampiran 4. Tabulasi Data Skala Penyesuaian Diri	72
Lampiran 5. Tabulasi Data Skala Efikasi Diri	74
Lampiran 6. Tabulasi Data Skala <i>Psychological Well-Being</i>	76
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri	81
Lampiran 8. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Efikasi Diri.....	87
Lampiran 9. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Psychological Well-Being</i>	93
Lampiran 10. Uji Normalitas	98
Lampiran 11. Uji Linearitas	99
Lampiran 12. Uji Multikolinearitas	100
Lampiran 13. Uji Heterokedastisitas	100
Lampiran 14. Uji Analisis Regresi Ganda	101
Lampiran 15. Hasil Turnitin	102