

**HUBUNGAN KETERAMPILAN SOSIAL DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA YANG  
MENGIKUTI PROGRAM MBKM**

**SKRIPSI**

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



Oleh :

EVITA AYU RACHMAN

NBI : 3047000267

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2023**

**HUBUNGAN KETERAMPILAN SOSIAL DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA YANG  
MENGIKUTI PROGRAM MBKM**

**SKRIPSI**

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



**Oleh:**

**EVITA AYU RACHMAN**

**NBI: 1511900267**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2023**

**HUBUNGAN KETERAMPILAN SOSIAL DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA YANG  
MENGIKUTI PROGRAM MBKM**

**SKRIPSI**

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



**Oleh:**

**EVITA AYU RACHMAN**

**NBI: 1511900267**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2023**

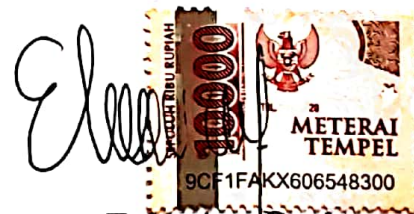
## PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertanda Tangan di bawah ini:

Nama : Evita Ayu Rachman  
NIM : 1511900267  
Program Studi : Psikologi  
Judul : Hubungan Keterampilan Sosial dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa yang Mengikuti Program MBKM

Saya menyatakan bahwa dalam penelitian ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya, pada penelitian ini tidak ada karya ataupun pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini disebutkan dalam daftar Pustaka.

Surabaya, 05 April 2023



**Evita Ayu Rachman**

1511900267





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 AKADEMIS

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

Nama : Evita Ayu Rachman  
NBI : 1511900267  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : S1 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 Keterampilan Sosial dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa yang Mengikuti Program MBKM”**

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 selama tetap tercantum

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada tanggal : 11 Juli 2023

  
  
(Evita Ayu Rachman)

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**NAMA** : EVITA AYU RACHMAN  
**NBI** : 1511900267  
**JUDUL** : HUBUNGAN KETERAMPILAN SOSIAL  
DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA  
MAHASISWA YANG MENGIKUTI PROGRAM  
MBKM

Surabaya, 10 Juni 2023

Disetujui oleh:

**Dosen Pembimbing I**



**Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi.,  
M.Psi, Psikolog**

**Dosen Pembimbing II**



**Rahma Kusumandari, S.Psi.,  
M.Psi., Psikolog**

**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 Sarjana Psikologi**

**Pada tanggal : 22 Juni 2023**

**Dewan Penguji :**

**1. Suhadianto, S.Psi., M.Psi**



**2. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Psi, Psikolog**

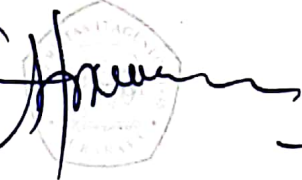


**3. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog**



**Mengetahui**

**Dekan,**



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

**NPP. 20510020552**

## HALAMAN MOTTO

Letakan dunia cukup di tangan saja dan kejarlah akhiratmu letakan dalam hati maka seperti dirimu berdiri di bawah terik matahari yang terlihat bayangan sebagai dunia yang sedang mengikuti

*“Karena Aku berjanji, aku akan memberikan cahaya terang diantara kegelapanmu.”*

**(QS. Al Azhab : 43)**

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”*

**(QS. Al Baqarah : 286)**

**Kerjakan skripsimu sekarang... jangan jadikan rasa takutmu menguasai dan menghambat masa depanmu – Evita Ayu Rachman**



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Pertama-tama syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT atas selesainya skripsi ini dengan baik dan lancar. Skripsi ini peneliti persembahkan untuk orang tua peneliti Bapak Fatchur Rohman dan Ibu Lilik Susianah, semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat ayah dan ibu bahagia karena kusadar aku belum memberikan lebih, tidak ada kata selain ucapan Terima Kasih atas segala limpahan kasih sayang yang diberikan, dukungan, doa dan perjuangannya selama ini yang diberikan kepada peneliti agar bisa meraih cita-cita yang diinginkan.

Peneliti ingin juga menyampaikan ucapan Terima Kasih kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya atas segala ilmu yang diberikan selama masa perkuliahan. Khususnya kepada Ibu Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Psi, Psikolog dan Ibu Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membimbing peneliti selama pengerjaan skripsi ini. Mohon maaf sebesar-besarnya jika peneliti sebagai anak bimbing belum bisa berusaha semaksimal mungkin.

Ucapan terimakasih juga peneliti sampaikan kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

## CURRICULUM VITAE

### A. Identitas Diri

Nama : Evita Ayu Rachman  
Tempat Lahir : Surabaya  
Tanggal Lahir : 30 April 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Jl. Kutisari Selatan No. 127, Surabaya,  
Jawa Timur  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Email : evitaayurachman@gmail.com  
No. telepon : 085855261620



### B. Riwayat Pendidikan

2019 – Sekarang : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
2016 – 2019 : SMA Dr. Soetomo Surabaya  
2013 – 2016 : SMP Dr. Soetomo Surabaya  
2007 – 2011 : SDN Kutisari Selatan I/268 Surabaya

### C. Pengalaman

2022-2023 : Asisten Laboratorium Psikologi  
2021-2022 : Asisten Unit Pelayanan Psikologi Untag

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas berkat rahmat dan ridhonya yang telah dilimpahkan sehingga pengerjaan skripsi ini dapat terselesaikan dengan berjalan lancar. Skripsi yang tersusun berjudul Hubungan Keterampilan Sosial dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa yang Mengikuti Program MBKM dapat terselesaikan dengan baik. Peneliti juga ingin menyampaikan banyak Terima Kasih karena dalam proses penyusunan skripsi ini banyak sekali bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, diantaranya:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Amherstia Pasca Rina, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Drs. Herlan Pratikto, M.Si selaku Dosen Wali yang telah memberikan arahan dan dukungan selama menempuh perkuliahan.
5. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan saran serta ilmunya kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan saran serta ilmunya kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Seluruh Dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dan memberikan banyak ilmu sehingga menjadi ilmuwan psikologi yang bermanfaat.

8. Bapak Fatchur Rohman, Ibu Lilik Susianah, kakak Ayu Verda Rohma A dan Alm. Kakek Kadir karena kalian hidup ini terasa begitu mudah dan penuh kebahagiaan. Terima kasih atas doa-doa yang selalu diberikan dalam setiap usaha peneliti jalani, serta selalu mendukung peneliti dalam mengejar impiannya.
9. Crisetiawanto, A.Md.Pel. ATT-III yang telah menjadi teman hidup, yang menemani suka dan duka dari awal perkuliahan hingga akhir ini, serta atas dukungan, doa dan cintanya selama ini.
10. Etik Darul Muslikah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku kepala UPKP yang telah memberikan dukungan, kesempatan dan motivasi untuk berproses dalam tim di Biro UPKP.
11. Sahabat seperjuangan Dila, Amelia, Brisa dan Laili dan rekan seperjuangan tim patologis UPKP yang selalu memberikan keceriaan, semangat, dukungan, bertukar pikiran dan cerita selama menempuh tugas akhir dengan peneliti.
12. Mahasiswa/I MBKM Universitas 17 Agustus 1945 selaku subjek penelitian atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian peneliti.

Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya, fakultas Psikologi, dan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Surabaya, 10 Juni 2023

Peneliti,



Evita Ayu Rachman



# HUBUNGAN KETERAMPILAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA YANG MENGIKUTI PROGRAM MBKM

**Evita Ayu Rachman**

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[evitaayurachman@gmail.com](mailto:evitaayurachman@gmail.com)

## Abstrak

Penyesuaian diri adalah proses respon mental dan tingkah laku individu untuk berusaha keras agar mampu mengatasi konflik dan frustrasi karena terhambatnya kebutuhan dalam dirinya sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan antar diri sendiri dengan lingkungannya. Kemampuan penyesuaian diri tersebut sangat dibutuhkan oleh mahasiswa yang mengikuti Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) saat pertama kali diterjukan di lapangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterampilan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang mengikuti program MBKM. Hipotesis yang diajukan adalah keterampilan sosial berkorelasi positif dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang mengikuti program MBKM yang terdiri dari pertukaran pelajar, magang atau praktik kerja asistensi mengajar di satuan pendidikan penelitian atau riset, proyek kemanusiaan, kegiatan wirausaha, studi atau proyek independen, membangun desa atau Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T). Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Skala keterampilan sosial dan penyesuaian diri digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini. Subjek dalam penelitian ini adalah 144 mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2019 Semester Genap 2021/2022 yang telah mengikuti program MBKM. Teknik pengambilan sampel yaitu *incidental sampling*. Data pada penelitian ini diuji dengan korelasi *Spearman' Rho* dan diperoleh hasil bahwa variabel keterampilan sosial berkorelasi positif secara signifikan dengan variabel penyesuaian diri pada mahasiswa yang mengikuti program MBKM. Berdasarkan hasil penelitian bahwa mahasiswa dapat meningkatkan keterampilan sosial dengan mengikuti kegiatan organisasi kampus baik secara formal dan non formal, mengikuti kegiatan kepanitiaan, ketika berbicara dalam sebuah diskusi atau rapat kerja, meminta pertolongan dan bantuan tanpa merasa malu dan menambah relasi pertemanan untuk mengungkapkan pendapat dalam diskusi belajar.

**Kata Kunci:** Keterampilan Sosial, Penyesuaian Diri

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SKILLS AND SELF-ADJUSTMENT IN STUDENTS WHO FOLLOW THE MBKM PROGRAM**

**Evita Ayu Rachman**

*Faculty of Psychology University of 17 August 1945 Surabaya*

*[evitaayurachman@gmail.com](mailto:evitaayurachman@gmail.com)*

## **Abstract**

*Adjustment is a process of mental response and individual behavior to try hard to be able to overcome conflicts and frustrations due to inhibition of needs within oneself so as to achieve harmony and harmony between oneself and one's environment. This self-adjustment ability is needed by students who take part in the Independent Learning Campus Merdeka (MBKM) the first time they are put in the field. This study aims to determine the relationship between social skills and self-adjustment in students participating in the MBKM program. The hypothesis proposed is that social skills are positively correlated with self-adjustment in students participating in the MBKM program consisting of students, internships or teaching assistant work practices in research or research education units, humanitarian projects, entrepreneurial activities, independent learning or projects, building villages or Thematic Real Work Lecture (KKN-T). The method used in this research is correlational quantitative. The scale of social skills and self-adjustment is used as a measuring tool in this study. The subjects in this study were 144 Psychology students at the University of 17 August 1945 Surabaya class of 2019 Even Semester 2021/2022 who had participated in the MBKM program. The sampling technique is incidental sampling. The data in this study were tested with the Spearman' Rho correlation and the results obtained were that the social skills variable had a significantly positive correlation with the adjustment variable in students participating in the MBKM program. Based on the results of the research that students can improve social skills by participating in campus organizational activities both formally and non-formally, participating in committee activities, when speaking in a discussion or work meeting, asking for help and assistance without feeling embarrassed and adding relationships first to express opinions in study discussion*

**Keywords:** *Social Skills, Self-Adjustment*

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
CURRICULUM VITAE .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK .....	xi
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Permasalahan .....	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Rumusan Masalah Penelitian.....	5
B. Tujuan dan Manfaat .....	5
1. Tujuan Penelitian .....	5
2. Manfaat Penelitian .....	6
C. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. Penyesuaian Diri .....	9
1. Definisi Penyesuaian Diri .....	9
2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri .....	10
3. Indikator Penyesuaian Diri .....	13
4. Faktor-faktor Penyesuaian Diri.....	15
B. Keterampilan Sosial.....	19
1. Definisi Keterampilan Sosial .....	19
2. Aspek-Aspek Keterampilan Sosial .....	20
3. Indikator Keterampilan Sosial .....	22
4. Faktor-Faktor Keterampilan Sosial.....	24
C. Kerangka Berfikir .....	26



D. Hipotesis.....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A. Populasi dan Sampel.....	31
1. Populasi.....	31
2. Sampel.....	31
B. Desain Penelitian.....	32
1. Jenis Penelitian.....	32
2. Variabel Penelitian.....	32
C. Instrumen Pengumpulan Data.....	32
1. Skala Penyesuaian Diri.....	33
4. Skala Keterampilan Sosial.....	38
D. Uji Prasyarat dan Teknik Analisa Data.....	42
1. Uji Prasyarat.....	42
2. Analisa Data.....	43
<b>BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>45</b>
A. Hasil Penelitian.....	45
1. Hasil Data Subjek.....	45
2. Hasil Deskriptif Variabel Penelitian.....	46
3. Hasil Uji Hipotesis.....	46
B. Pembahasan.....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>51</b>
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran.....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>53</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>59</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Point dan Skor Skala Likert.....	33
Tabel 2. Blue Print Penyebaran Aitem Skala Penyesuaian Diri.....	35
Tabel 3. Rangkuman Hasil Analisis Aitem Penyesuaian Diri.....	36
Tabel 4. Distribusi aitem Skala Penyesuaian Diri setelah Uji Validasi.....	37
Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas Item Skala Penyesuaian Diri.....	38
Tabel 6. Blue Print Penyebaran Aitem Skala Keterampilan Sosial.....	39
Tabel 7. Rangkuman Hasil Analisa Aitem Keterampilan Sosial.....	40
Tabel 8. Distribusi Aitem Skala Keterampilan Sosial setelah Uji Validasi ..	41
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Item Skala Keterampilan Sosial.....	42
Tabel 10. Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	42
Tabel 11. Hasil Uji Linieritas .....	43
Tabel 12. Rekapitulasi Jenis Kelamin .....	45
Tabel 13. Rekapitulasi Program MBKM.....	45
Tabel 14. Deskriptif Statistik.....	46
Tabel 15. Hasil Kategori Keterampilan Sosial .....	46
Tabel 16. Hasil Kategori Penyesuaian Diri .....	46
Tabel 17. Hasil Uji <i>Spearman'S Rho</i> .....	47

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	25
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengantar Penelitian .....	59
Lampiran 2. Tabel Krejcie.....	60
Lampiran 3. Skala Penyesuaian diri Sebelum Uji Validitas.....	61
Lampiran 4. Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Validitas.....	66
Lampiran 5. Skala Keterampilan Sosial Sebelum Uji Validitas.....	71
Lampiran 6. Skala Keterampilan Setelah Uji Validitas.....	75
Lampiran 7. Tabulasi Skor Jawaban Skala Penyesuaian Diri .....	79
Lampiran 8. Tabulasi Skor Jawaban Keterampilan Sosial.....	81
Lampiran 9. Output SPSS Uji Validasi dan Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri .....	83
Lampiran 10. Output SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Keterampilan Sosial .....	88
Lampiran 11. Uji Asumsi Klasik.....	93
Lampiran 12. SPSS Hasil Analisis Data Korelasi <i>Spearman's Rho</i> .....	94
Lampiran 13. SPSS Hasil Koefisien Determinasi .....	95
Lampiran 14. Hasil Turnitin Skripsi.....	96