

HUBUNGAN EFIKASI DIRI AKADEMIK DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI

T. Elfira Rahmayati^{1*)}, Zulkarnain Lubis¹

¹ Program Studi Magister Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Medan Area

^{*)} E-mail : analitika.jurnal.uma@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa. Populasi penelitian adalah siswa/i kelas VII SMP Swasta Budi Agung Medan yang berjumlah 209 siswa. Pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling* dengan jumlah sampel terpilih sebanyak 120 orang. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan skala penyesuaian diri, skala efikasi diri akademik, dan skala dukungan sosial yang dikembangkan berdasarkan teori yang relevan. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier berganda. Hasil analisa menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa. Semakin tinggi efikasi diri akademik yang dimiliki siswa dan semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka semakin tinggi penyesuaian diri siswa, dan sebaliknya. Selain itu, diketahui pula bahwa siswa SMP Swasta Budi Agung Medan memiliki efikasi diri akademik yang tergolong baik, dukungan sosial yang tergolong baik dan penyesuaian diri yang tergolong baik pula.

Kata Kunci : efikasi diri akademik, dukungan sosial, penyesuaian diri

Abstract

This study aimed to determine the relationship between academic self-efficacy and social support with student's self-adjustment. The study population was 209 students of class VII in Budi Agung Private School Medan.. The sample selection was done by using simple random sampling with selected samples consisted of 120 people. Data were collected by using the self-adjustment scale, the academic self-efficacy scale, and the social support scale which were developed based on relevant theories. Data analysis technique used was multiple linear regression. The analysis showed that there was a significant positive relationship between academic self-efficacy and social support with student's self-adjustment. The higher the student's academic self-efficacy and the higher the social support was given, the higher the students' self-adjustment, and vice versa. In addition, it was also found that the students of Budi Agung Private School Medan had relatively good academic self-efficacy, relatively good social support, and self-adjustment that was quite well anyway.

Keywords: academic self-efficacy, social support, adjustment

PENDAHULUAN

Sekolah adalah suatu lembaga yang mempunyai peran strategis terutama mendidik dan menyiapkan sumber daya manusia yang berkualitas dalam memegang estafet generasi sebelumnya. Sekolah diharapkan menjalankan fungsinya dengan mencerdaskan kehidupan bangsa dengan

optimal dan mengamankan diri dari pengaruh negatif lingkungan sekitar. Berdasarkan bentuknya, sekolah dibagi menjadi sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), dan sekolah menengah atas (SMA).

Sekolah menengah pertama (SMP) adalah jenjang pendidikan dasar pada pendidikan formal di Indonesia setelah lulus

sekolah dasar (atau sederajat). Sekolah menengah pertama ditempuh dalam waktu 3 tahun, mulai dari kelas 7 sampai kelas 9. Eccles dkk (Santrock, 2002) mengemukakan bahwa transisi memasuki sekolah menengah pertama (SMP) merupakan sebuah pengalaman normatif yang dialami oleh semua anak. Meskipun demikian, transisi tersebut dapat menimbulkan stres karena transisi ini terjadi secara simultan dengan banyak perubahan lain di dalam diri individu dan di sekolah. Perubahan-perubahan ini mencakup hal-hal yang berkaitan dengan perubahan guru, ruang kelas, sekolah, peraturan dan prosedur kelas, ekspektasi kinerja, kesulitan pekerjaan, dan pertemanan (Schunk, Pintrich & Meece, 2008).

Para peneliti yang memetakan transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama menemukan bahwa tahun pertama di sekolah menengah pertama dapat menjadi situasi yang sulit bagi banyak siswa. Hirsch dan Rapkin mengemukakan bahwa sebuah penyelidikan mencoba mempelajari transisi dari kelas enam disekolah dasar menuju kelas tujuh di sekolah menengah pertama, di mana persepsi para remaja mengenai kualitas kehidupan sekolah merosot di kelas tujuh. Di kelas tujuh, para siswa kurang puas dengan sekolah, kurang memiliki komitmen terhadap sekolah, dan kurang menyukai guru-gurunya (Santrock, 2002).

Selain itu dalam tahapan perkembangannya, siswa sekolah menengah pertama juga mengalami transisi dari masa anak ke masa remaja. Remaja berasal dari kata *adolescence* yang berasal dari kata dalam bahasa Latin *adolescere* yang artinya tumbuh menjadi dewasa atau tumbuh ke arah kematangan (maturasi). Pada masa transisi ini, remaja tidak mau lagi diperlakukan oleh lingkungan keluarga dan masyarakat sebagai anak-anak. Namun dilihat dari pertumbuhan fisik, perkembangan psikis (kejiwaan), dan mentalnya belum menunjukkan tanda-tanda dewasa.

Siswa sekolah menengah pertama termasuk dalam remaja awal. Ada tiga gambaran perkembangan yang terjadi pada remaja awal tersebut yaitu terjadinya pubertas diantaranya terjadi perubahan fisik,

munculnya kemampuan-kemampuan berpikir yang lebih matang, dan adanya transisi ke dalam peran-peran baru di masyarakat (Steinberg, 2002). Tugas utama individu yang berada pada tahapan remaja awal adalah menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan tersebut.

Hurlock (1997) menyatakan adanya perubahan fisik yang terjadi dengan sangat cepat tersebut memberikan dampak pada individu, yaitu individu mempunyai keinginan yang kuat untuk menyendiri dari teman sebaya atau anggota keluarga; individu merasakan kelelahan fisik dan tidak mau melakukan aktivitas-aktivitas yang sebelumnya disenanginya; individu merasakan gerakan-gerakan tubuhnya canggung dan kaku (tidak luwes); individu merasakan emosinya tidak stabil, mudah meledak dan suasana hatinya mudah berubah-ubah; individu tampak sulit diajak kerjasama, selalu menentang/membangkang serta tidak toleran kepada orang lain; dan individu tampak kehilangan kepercayaan diri.

Berikutnya terjadi perubahan dalam kemampuan berpikir. Kemampuan berpikir individu menjadi lebih matang daripada periode sebelumnya. Individu menjadi memiliki kemampuan yang lebih baik untuk berpikir tentang hal-hal yang sifatnya hipotetis (sesuatu yang belum terjadi tetapi akan terjadi, atau sesuatu yang tidak terjadi tetapi harus terjadi) dan memiliki kemampuan yang lebih baik untuk berpikir tentang konsep-konsep yang abstrak, seperti persahabatan, demokrasi atau moralitas (Keating, dalam Steinberg, 2002).

Lebih lanjut, transisi dalam memasuki sekolah menengah pertama tersebut menghadapkan individu pada perubahan-perubahan dan tuntutan-tuntutan baru sehingga diperlukan adanya penyesuaian diri. Penyesuaian diri merupakan variasi kegiatan organisme dalam mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan serta menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial (Chaplin, 1999). Tuntutan-tuntutan tersebut dapat digolongkan menjadi tuntutan internal dan tuntutan eksternal. Tuntutan

internal dan eksternal merupakan tuntutan yang berupa dorongan atau kebutuhan yang timbul dari dalam dan luar yang bersifat fisik dan psikologis.

Penyesuaian diri berasal dari kata 'adaptasi' dalam Biologi yang berarti usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat ia hidup. Dalam psikologi, ini dikenal dengan kata '*adjustment*' (penyesuaian diri) dimana selama hidupnya manusia selalu dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Schneiders (1964) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan didalam dirinya.

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja. Banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri (Mu'tadin, 2002). Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikap sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal, dan perasaan menyerah. Bahaya yang lain adalah terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasannya, mundur ke tingkat perilaku yang sebelumnya, dan menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal, dan pemindahan (Hurlock, 1997).

Salah satu sekolah menengah pertama (SMP) yang ada di kota Medan adalah SMP Swasta Budi Agung. Berdasarkan data dan hasil wawancara dengan salah satu guru bimbingan konseling di sekolah tersebut, diketahui bahwa sebagian siswa mampu beradaptasi dengan kehidupan sekolah namun sebagian lagi masih bermasalah dengan proses penyesuaian dirinya. Hal yang

paling terlihat adalah kurangnya tanggung jawab dalam mematuhi peraturan sekolah yang menjadi tuntutan mereka sebagai seorang siswa.

Data menunjukkan bahwa terdapat kurang lebih 30% dari siswa melakukan beberapa pelanggaran dalam kurun waktu satu semester termasuk siswa tahun pertama yaitu kelas VII. Pelanggaran yang terjadi di sekolah merupakan wujud kurangnya disiplin siswa di sekolah. Menurut Scheineders (1964), kedisiplinan diri merupakan salah satu faktor yang menentukan proses penyesuaian diri dimana pelanggaran-pelanggaran tersebut terjadi karena kurangnya tanggung jawab siswa dalam melaksanakan tuntutan-tuntutan yang ada di lingkungan sekolah.

Rasa tanggung jawab, kontrol dan pengembangan diri, bebas dari respon-respon simtomatis, kemampuan bekerja sama dengan orang lain merupakan beberapa kriteria penyesuaian diri yang baik menurut Scheineders (1964). Kurangnya tanggung jawab siswa terhadap pelaksanaan tata tertib sekolah menyebabkan timbulnya masalah antara siswa dengan pihak sekolah. Hal yang terlihat dari pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan dalam aspek penyesuaian diri diantaranya masih adanya siswa yang sering terlambat datang ke sekolah sehingga harus berhadapan dengan guru, lalai dalam mengerjakan tugas sehingga harus dihukum oleh guru, mencoba mencontek, berpakaian tidak sesuai dengan peraturan seperti baju yang ketat dan celana yang sengaja dirobek sehingga siswa harus diberikan peringatan dan sanksi, terkadang terjadi perkelahian di kelas, sikap permusuhan antar teman, absen/ketidakhadiran yang meningkat setiap hari sabtu dengan alasan yang beragam baik dengan alasan sakit, urusan keluarga, hingga akhirnya diketahui karena mereka malas berada di sekolah.

Beberapa penelitian tentang penyesuaian diri menyebutkan bahwa penyesuaian diri berhubungan dengan aspek psikologis yang lain. Schneiders (1964) menyebutkan bahwa kondisi psikologis merupakan salah satu faktor yang

mempengaruhi penyesuaian diri. Kondisi psikologis meliputi keadaan mental individu yang sehat. Individu yang memiliki mental yang sehat mampu melakukan pengaturan terhadap dirinya sendiri dalam perilakunya secara efektif. Menurut Bandura (1997), untuk mengatur perilaku akan dibentuk atau tidak, individu tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang keuntungan dan kerugian, tetapi juga mempertimbangkan sampai sejauh mana individu mampu mengatur perilaku tersebut. Kemampuan ini disebut dengan efikasi diri (*self-efficacy*).

Efikasi diri adalah perasaan individu akan kemampuannya mengerjakan suatu tugas. Efikasi diri mengacu pada persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengimplementasi tindakan yang dibutuhkan untuk menampilkan kecakapan tertentu (Bandura, 1997). Siswa sebagai subjek didik dituntut untuk dapat menyesuaikan diri di sekolah agar proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik dan segala hal yang menyangkut akademik bisa diikuti demi kemajuan prestasi siswa. Untuk itu siswa diharapkan memiliki efikasi diri dalam mengikuti kegiatan akademik. Efikasi diri akademik didefinisikan sebagai perasaan individu akan kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas akademik, yaitu tugas yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan yang harus dipelajari selama individu menempuh pendidikan.

Pada penelitian Poyrazli (Wijaya, 2012) diungkapkan bahwa efikasi diri dan penyesuaian diri menunjukkan hubungan yang bersifat positif. Bandura menyatakan bahwa efikasi diri yang kuat tentang kemampuan dan kompetensi akan membantu seorang individu untuk beradaptasi secara emosional. Penelitian Wijaya (dalam Hartati dan Sandha, 2012) menyebutkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri siswa dimana semakin tinggi efikasi diri akademik maka penyesuaian diri siswa akan semakin baik, sebaliknya semakin rendah efikasi diri akademik maka penyesuaian diri siswa semakin buruk.

Astuti (Hatati dan Sudha, 2012) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa masa penyesuaian diri, individu membutuhkan dukungan sosial dari orang-orang terdekat. Menurut House (Sarafino, 2002) meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang dengan memberikan perhatian, rasa pengertian yang memenuhi aspek *emotional support*, penerimaan *feedback* terhadap hasil kerja subjek yang memenuhi aspek *appraisal support*, pemberi nasehat, dan informasi yang memenuhi aspek *instrumental support* akan menimbulkan perasaan memilih, meningkatkan harga diri subjek, serta menimbulkan perasaan positif subjek mengenai diri sendiri.

Penyesuaian diri siswa yang berada dalam lingkungan sekolah tidak lepas dari adanya teman sebaya. Teman sebaya didefinisikan sebagai individu-individu yang memiliki kedudukan yang sederajat dengan individu lain. Santrock (2002) menjelaskan bahwa teman-teman sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima oleh kawan sebaya atau kelompok. Sebagai akibatnya, mereka akan merasa senang apabila diterima dan sebaliknya akan merasa sangat tertekan dan cemas apabila dikeluarkan dan diremehkan oleh teman sebayanya. Bagi mereka pandangan teman-teman sebaya sangat penting.

Relasi yang baik di antara teman-teman sebaya dibutuhkan bagi perkembangan sosial yang normal di masa remaja. Isolasi sosial atau ketidakmampuan untuk terjun dalam sebuah jaringan sosial berkaitan dengan berbagai bentuk masalah dan gangguan, mulai dari masalah kenakalan dan masalah minuman keras dan depresi. Dalam sebuah studi mengenai remaja terungkap bahwa relasi yang positif dengan teman sebaya berkaitan dengan penyesuaian sosial yang positif dimana dalam studi tersebut dijelaskan bahwa remaja yang memiliki sahabat lebih berperilaku positif. Berdasarkan latar belakang di atas, akan dilihat apakah efikasi diri akademik dan dukungan sosial berhubungan dengan

penyesuaian diri pada siswa SMP Swasta Budi Agung Medan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal yang diolah dengan metode statistika. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII SMP swasta Budi Agung yang berjumlah 209 siswa. Penelitian ini menggunakan sampel dari populasi dengan teknik *simple random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 120 orang.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui :

1. Skala penyesuaian diri : berupa skala *Likert* yang mengacu pada enam aspek penyesuaian diri (Schneiders, 1964) yaitu kontrol terhadap emosi yang berlebihan, mekanisme pertahanan diri yang minimal, frustrasi personal yang minimal, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, serta sikap realistik dan objektif. Skala ini terdiri dari 30 aitem dengan kisaran koefisien korelasi $r_{ix} = 0.315$ sampai dengan $r_{ix} = 0.745$ dan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0.882.
2. Skala efikasi diri akademik : berupa skala *Likert* yang mengacu pada tiga dimensi (Bandura, 1997) yaitu tingkat (*level*), keluasan (*generality*), dan kekuatan (*strength*). Skala ini terdiri dari 24 aitem dengan kisaran koefisien korelasi $r_{ix} = 0.307$ sampai dengan $r_{ix} = 0.666$ dan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0.858.
3. Skala dukungan sosial : berupa skala *Likert* yang mengacu pada tiga bentuk dukungan sosial (Tracy, dalam Hikmah, 2012) yaitu dukungan emosi, dukungan informasi, dan dukungan konkrit. Skala ini terdiri dari 24 aitem dengan kisaran koefisien korelasi $r_{ix} = 0.328$ sampai dengan $r_{ix} = 0.633$ dan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0.834.

Model skala yang digunakan adalah penskalaan model *Likert* dengan menggunakan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Untuk

aitem yang *favorable*, pilihan SS bernilai empat, pilihan S bernilai tiga, pilihan TS bernilai dua, dan pilihan STS bernilai satu. Sedangkan untuk aitem yang *unfavorable*, pilihan SS bernilai satu, pilihan S bernilai dua, pilihan TS bernilai tiga dan pilihan STS bernilai empat.

Sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri akademik dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri siswa, maka teknik analisis yang digunakan adalah regresi linier berganda.

HASIL PENELITIAN

Secara umum hasil penelitian ini menggambarkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa. Hal ini dapat dilihat dari Tabel *Model Summary* dimana dari tabel tersebut menerangkan bahwa besarnya korelasi (r) sebesar 0.786 mendekati nilai 1 artinya hubungan antara variabel-variabel independen (X_1, X_2) dan dependen (Y) berkorelasi kuat atau signifikan. Korelasinya bersifat positif. Artinya jika nilai X naik maka akan direspon dengan kenaikan nilai Y . Koefisien determinan R^2 sebesar 0.618, artinya bahwa 61.8% efikasi diri akademik dan dukungan sosial memberi sumbangan kepada penyesuaian diri. Sedangkan 39.2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dapat dijelaskan dalam persamaan regresi tersebut (residual).

Tabel 1. Ringkasan Hasil Analisis Data

Variabel	F	r	R ²	P
X1 – Y	-	0.777	0.603	0.000
X2 – Y	-	0.540	0.291	0.000
X1 X2 – Y	94.717	0.786	0.618	0.000

Perhitungan hasil analisa regresi menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa dimana $F = 94.717$ dengan $r = 0.786$ dan persentasenya sebesar 61,8% yang artinya semakin tinggi efikasi diri akademik yang dimiliki siswa dan semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka semakin tinggi penyesuaian diri siswa. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri akademik dan dukungan sosial maka

semakin rendah penyesuaian diri siswa tersebut.

Berdasarkan perbandingan kedua nilai rata-rata (mean hipotetik dan mean empirik), maka diketahui bahwa para siswa SMP Swasta Budi Agung Medan memiliki efikasi diri akademik yang tergolong baik, dukungan sosial yang tergolong baik dan penyesuaian diri yang tergolong baik pula.

Tabel 2. Perbandingan Antara Mean Hipotetik dengan Mean Empirik

Variabel	SD	Mean		Keterangan
		Hipote- tik	Empi- rik	
Efikasi diri akademik	7.790	60.0	71.83	Tinggi
Dukungan sosial	8.338	60.0	72.15	Tinggi
Penyesuaian diri	10.383	75.0	91.16	Baik

DISKUSI

Secara teoritis, efikasi diri akademik berkaitan dengan kemampuan penyesuaian diri siswa dalam mengerjakan tugas-tugas keilmuan untuk membentuk perilaku yang relevan. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Bandura (1997) bahwa harapan mengenai kemampuan untuk melakukan tindakan akan menentukan apakah individu yang bersangkutan akan berusaha melakukannya, seberapa tekun ia melakukannya, dan menentukan seberapa keberhasilan yang diperolehnya.

Siswa yang mempunyai keyakinan yang tinggi bahwa dirinya mampu mengerjakan tugas akademik, akan menerima tugas yang dibebankan kepadanya dan berusaha mengerjakan tugas tersebut dengan baik dan dengan suasana hati yang baik. Ketika menemui hambatan, siswa dengan keyakinan diri yang tinggi akan berusaha lebih tekun dan gigih. Apabila mengalami kegagalan, siswa dengan keyakinan diri akademik yang tinggi akan mengatribusikan kegagalan yang dialaminya pada kurangnya usaha, sehingga siswa tersebut semakin terpacu untuk meningkatkan usahanya. Usaha dan ketekunan yang dimiliki tersebut didasari adanya kepercayaan bahwa apa yang dikerjakan akan memberikan hasil seperti yang diharapkan. Sementara itu, siswa

yang tidak yakin akan kemampuannya dalam mengerjakan tugas akademik cenderung menghindari tugas-tugas akademik yang dirasanya berat dan di luar batas kemampuannya. Siswa dengan keyakinan diri yang rendah tersebut cenderung mengurangi usaha dan mudah menyerah ketika menemui rintangan. Kegagalan yang dialami siswa diatribusikan pada kurangnya kemampuan yang dimilikinya, sehingga pasrah pada keterbatasan yang dirasakannya. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Swasta Budi Agung Medan, dimana hasil penelitiannya menggambarkan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri.

Selain efikasi diri akademik, faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah dukungan sosial yang tidak lepas dari adanya teman sebaya (Schneider, 1964). Dalam pengembangan penyesuaian diri lingkungan sekolah, teman sebaya diharapkan memberi dukungan yang sifatnya positif, misalnya dalam dukungan emosi seperti dukungan emosional dan dukungan penghargaan, dukungan informasi seperti pemberian informasi dan integrasi sosial, dan dukungan nyata berupa dukungan instrumental sehingga saat berada disekolah individu tersebut merasa nyaman dan dapat mengatasi masalahnya dengan adanya dukungan bantuan dari teman-teman sebayanya disekolah. Semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya, maka akan semakin tinggi penyesuaian diri akademik yang dimiliki siswa. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Swasta Budi Agung Medan, dimana hasil penelitiannya menggambarkan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa SMP Swasta Budi Agung Medan. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi efikasi diri akademik yang dimiliki siswa dan semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan kepada

mereka maka akan semakin tinggi penyesuaian diri siswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri akademik dan dukungan sosial yang diberikan maka akan semakin rendah penyesuaian diri siswa tersebut. Selain itu, diketahui pula bahwa para siswa SMP Swasta Budi Agung Medan memiliki efikasi diri akademik yang tergolong baik, dukungan sosial yang tergolong baik, dan penyesuaian diri yang tergolong baik pula.

Siswa sangat dituntut untuk memiliki efikasi diri guna menumbuhkan penyesuaian diri. Dengan adanya rasa keyakinan dalam diri siswa maka siswa akan mampu untuk mengatasi konflik dan frustrasi sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan antara diri sendiri dengan lingkungan sekolahnya termasuk dalam pergaulan teman sebaya. Selain itu, dukungan antar sesama siswa, baik berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi, maupun dukungan instrumental akan membuat siswa merasa kuat dalam menghadapi konflik yang ada dalam diri maupun lingkungannya, terutama mengingat bergejolaknya masa remaja ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Asrori, M. & Ali, M. (2006). *Psikologi Remaja : Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Marsh, H. W., Yeung, A. S., (1997). Causal Effects of Academic Self-Concept on Academic Achievement : Structural Equation Models of Longitudinal Data. *Journal of Educational Psychology*. 89 : 41-54.
- Minauli, I., Imelda B.,(2011), Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Regulasi Diri Dalam Belajar Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa, *Analitika*: 3 (2): 99-114
- Santrock, J.W. (2002). *Live Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Edisi kelima. Jakarta : Erlangga.
- Schunk, D., Pajares, F. (2001). *The Development of Academic Self-Efficacy*. San Diego : Academic Press.
- Schunk, D., Pintrich, P., Meece, J. (2008). *Excerpt from Motivation in Education : Theory, Research, and Applications*. <<http://www.education.com/reference/article/school-adjustment/>>.
- Schneiders, A.A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence*. 6th Edition. New York : McGraw-Hill.
- Wijaya, I. P. (2012). Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orangtua dan Penyesuaian diri Mahasiswa dalam Perkuliahan. *Jurnal Psikologi Persona*. Volume 01, Nomor 01, Juni 2012.
- Wijaya, N. (2007). Hubungan Antara Keyakinan Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri Siswa Tahun Pertama Sekolah Asrama SMA Pangudi Luhur Van Lith Muntilan. *Skripsi*. Semarang : Universitas Diponegoro.