

Dukungan Sosial dan *Self-Efficacy* dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren

Salwa Sa'idah, dan Hermien Laksmiwati

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya

Abstract: *The purpose of this study was to determine: (1) the correlations between social support and adjustment, (2) between self-efficacy and adjustment, and (3) between social support and self-efficacy to adjustment among first year students of an Islamic Boarding School in Gresik, East Java, Indonesia. This study used quantitative approach with correlation method involving 90 first year students who were recruited using boring sampling. Three Likert model questionnaires of social support, self-efficacy, and self-adjustment were used to collect data. Data were analyzed using multiple regression analysis. The results show that: (1) social support has no significant correlation to self-adjustment which can be seen from its significance value (p) of 0,914 ($p > .,005$); (2) self-efficacy has a significance correlation to self-adjustment which can be seen from its significance value of 0,000 ($p < 0,005$). The result shows that determination coefficient (R^2) is 0,588 in the significant value of 0,000 ($p < 0,005$). It means that there is a significant relationship between social support and self-efficacy to self-adjustment. The contribution of both social support and self-efficacy factors to self-adjustment is 58%.*

Key words: *social support, self-efficacy, adjustment.*

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri (2) hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri (3) hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampel jenuh dan diperoleh jumlah sampel sebanyak 90 santri. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Peneliti menggunakan tiga skala Likert, yaitu skala dukungan sosial, *self-efficacy* dan penyesuaian diri. Teknik analisis data menggunakan teknik regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) dukungan sosial tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri, dapat dilihat dari signifikansi sebesar 0,914. (2) *Self-efficacy* memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri, dapat dilihat dari signifikansi sebesar 0,000. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa nilai R^2 adalah 0,588, artinya kontribusi variabel dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap penyesuaian diri sebesar 58%.

Kata Kunci: dukungan sosial, *self-efficacy*, penyesuaian diri.

Pondok Pesantren merupakan lembaga yang bisa dikatakan sebagai wujud proses perkembangan sistem pendidikan

nasional. Di mana memiliki karakteristik yang unik dan sedikit berbeda dengan sekolah formal pada umumnya. Sebagai-

Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Salwa Saidah melalui email: salwaidah@mhs.unesa.ac.id; atau ke Hermien Laksmiwati melalui email: hlaksmiwati@yahoo.com

mana pelajaran agama yang lebih diutamakan, serta para siswa dan siswinya lebih dikenal dengan sebutan santri, yang harus tinggal di lingkungan Pesantren.

Karena para santri yang diwajibkan atau diharuskan untuk menetap tinggal di lingkungan Pesantren atau Pondok ini maka dibutuhkan penyesuaian diri santri tersebut dengan lingkungan Pesantren, terutama di tahun pertama menetap di Pesantren. Para santri bertemu dengan teman-teman baru, tempat tinggal baru, dan situasi baru. Tidak sedikit para santri yang merasa tidak sanggup atau merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan Pondok Pesantren.

Pada umumnya remaja masih tinggal dengan orangtua, maka peran orangtua sangat penting dalam membantu remaja untuk mengenali lingkungan sosialnya, memahami peran-peran yang dibebankan pada mereka, dan mampu menyesuaikan dirinya (Maharani & Andayani, 2003).

Santri yang tidak terbiasa jauh dari orang tua dan selalu mengandalkan orang tuanya akan merasa sedikit kualahan dengan kehidupan di pesantren. Beberapa dari mereka mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan di pesantren, mereka memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kondisi di pondok pesantren, seperti pada Pondok Pesantren Daruttaqwa di Gresik. Beberapa santri di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik merasa kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren. Hal ini terjadi karena mereka merasa sulit untuk bersosialisasi sehingga sulit untuk dekat dengan teman-teman baru di Pondok. Mereka merasa putus asa dan tidak yakin akan dirinya sendiri bahwa mereka bisa menyesuaikan diri dengan baik dan bersosialisasi dengan baik.

Menurut Lathifah (2015), tidak selamanya individu berhasil dalam penyesuaian diri, hal itu disebabkan adanya rintangan atau hambatan tertentu yang menyebabkan seseorang itu tidak mampu melakukan penyesuaian diri secara optimal.

Rintangan-rintangan itu dapat bersumber dari dalam dirinya sendiri atau dari luar dirinya.

Anak yang dapat mengontrol dirinya dan menyesuaikan dirinya dengan baik di lingkungan Pondok Pesantren kebanyakan karena mereka memiliki rasa yakin akan dirinya sendiri bahwa hal seperti ini merupakan hal yang biasa dan juga dukungan dari orang tua dan temannya juga yang membuat mereka menjadi bisa bertahan dan menyesuaikan diri dengan baik disana atau bisa dibilang anak tersebut memiliki *self-efficacy* yang cukup tinggi. Menurut Bandura (dalam Warsito 2009) *self-efficacy* adalah suatu keyakinan individu bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu dalam situasi tertentu dengan berhasil. Hal ini akan mengakibatkan bagaimana individu merasa, berfikir dan bertindak-laku (keputusan-keputusan yang dipilih, usaha-usaha dan keteguhannya pada saat menghadapi hambatan), memiliki rasa bahwa individu mampu untuk mengendalikan lingkungan sosialnya.

Dukungan sosial yang mereka dapat terutama dukungan dari orangtua yang membuat mereka dengan mudah dapat menyesuaikan diri. Mereka mempunyai teman-teman akrab yang membuat mereka sedikit melupakan kerinduan terhadap keluarga di rumah. Hal ini yang menyebabkan peneliti melakukan penelitian di Pondok Pesantren Daruttaqwa tentang dukungan sosial, *self-efficacy* dan penyesuaian diri.

Hurlock (2004) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah subjek yang mampu menyesuaikan diri kepada umum atau kelompoknya dan orang tersebut memperlihatkan sikap dan perilaku yang menyenangkan, berarti orang tersebut diterima oleh kelompok dan lingkungannya. Menurut Gunarsa & Gunarsa (dalam Maslihah 2011), penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Sehingga penyesuaian diri dalam hidup harus dilakukan supaya terjadi keseimbangan dan tidak ada tekanan yang

dapat mengganggu suatu dimensi kehidupan.

Dari berbagai definisi yang telah disebutkan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan yang sesuai dengan topik penelitian terkait dengan bidang penulis, bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses perubahan dalam diri pada peserta didik, dimana individu harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk berubah sesuai dengan jurusan studi yang telah ditentukan dan menghadapi segala keadaan yang bertolak belakang dengan peserta didik tersebut sehingga tercapai tujuan sekolah, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar.

Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri yang baik meliputi tujuh aspek sebagai berikut: (1) tidak terdapat emosionalitas yang berlebih, aspek pertama menekankan adanya kontrol dan ketenangan emosi individu yang memungkinkannya untuk menghadapi permasalahan secara inteligen dan dapat menentukan berbagai kemungkinan pemecahan masalah ketika muncul hambatan; (2) Tidak terdapat mekanisme psikologis, aspek kedua menjelaskan pendekatan terhadap permasalahan lebih mengindikasikan respon yang normal dari yang disertai tindakan nyata untuk mengubah suatu kondisi. Individu dikategorikan normal jika bersedia mengakui kegagalan yang dialami dan berusaha kembali untuk mencapai tujuan yang ditetapkan; (3) Tidak terdapat perasaan frustrasi personal, penyesuaian dikatakan normal ketika seseorang bebas dari frustrasi personal. Perasaan frustrasi membuat seseorang sulit untuk bereaksi secara normal terhadap situasi atau masalah; (4) kemampuan untuk belajar, proses dari penyesuaian yang normal bisa diidentifikasi dengan pertumbuhan dan perkembangan dalam pemecahan situasi yang penuh dengan konflik, frustrasi atau stress; (5) pemanfaatan pengalaman masa lalu, dalam proses pertumbuhan dan perubahan, penggunaan pengalaman di masa lalu itu penting. Ini merupakan salah satu cara

dimana organism belajar; (6) sikap realistik dan objektif, penyesuaian yang normal secara konsisten berhubungan dengan sikap realistik dan objektif. Sikap yang realistik dan objektif adalah berdasarkan pembelajaran, pengalaman masa lalu, pemikiran rasional mampu menilai situasi, masalah atau keterbatasan personal seperti apa adanya; (7) pertimbangan rasional dan pengarahannya diri, individu memiliki kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik serta kemampuan mengorganisasi pikiran, tingkah laku dan perasaan untuk memecahkan masalah, dalam kondisi sulit sekalipun menunjukkan penyesuaian yang normal.

Menurut Sarason (dalam Baron & Byrne, 2005), dukungan sosial adalah Kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain. Dukungan sosial yang dirasakan individu dapat diterima dari berbagai pihak, yang diberikan baik secara disadari maupun tidak disadari oleh pemberi dukungan. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu yang diterima dari orang lain atau kelompoknya (Sarafino, 2011).

Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan oleh Gottlieb (dalam, Maslihah, 2011) sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau pengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Bentuk-bentuk dukungan sosial menurut Sarafino (2011) adalah sebagai berikut: (1) dukungan Penghargaan, dukungan ini dapat berupa penghargaan positif kepada orang lain, mendorong dan memberikan persetujuan atas ide-ide individu atau perasaannya, memberikan semangat, dan membandingkan orang tersebut secara positif; (2) dukungan Emosional, yaitu dukungan yang berhu-

bungan dengan hal yang bersifat emosional atau menjaga keadaan emosi, afeksi atau ekspresi. Dukungan ini meliputi ekspresi empati, kepedulian, dan perhatian pada individu, memberikan rasa nyaman, memiliki dan perasaan dicintai; (3) dukungan Instrumental, dukungan ini merupakan pemberian sesuatu berupa bantuan nyata (*tangible aid*) atau dukungan alat (*instrumental aid*); (4) dukungan Informasi, dukungan informasi berarti memberi solusi pada suatu masalah. Dukungan ini diberikan dengan cara menyediakan informasi, memberikan saran secara langsung, atau umpan balik tentang kondisi individu dan apa yang harus ia lakukan.

Self efficacy pertama kali dikenalkan oleh Albert Bandura. *Self efficacy* merupakan masalah kemampuan yang dirasakan individu untuk mengatasi situasi khusus sehubungan dengan penilaian atas kemampuan untuk melakukan satu tindakan yang ada hubungannya dengan tugas khusus atau situasi tertentu.

Self efficacy merupakan salah satu faktor personal yang menjadi perantara atau mediator dalam interaksi antara faktor perilaku dan faktor lingkungan. "*Self efficacy* dapat menjadi penentu keberhasilan performansi dan pelaksanaan pekerjaan. *Self efficacy* juga sangat mempengaruhi pola pikir, reaksi, emosional, dalam membuat keputusan. Meskipun demikian, *self efficacy* diyakini merupakan aspek prediktor dari kecakapan untuk sukses pada berbagai bentuk prestasi" (Bandura, 2006).

Menurut Bandura (2004), aspek-aspek *self-efficacy* adalah: (1) kognitif, ialah kemampuan seseorang memikirkan cara-cara yang digunakan serta merancang tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang diharapkan; (2) motivasi, yaitu kemampuan seseorang memotivasi diri melalui pikirannya untuk melakukan suatu tindakan dan keputusan dalam mencapai tujuan yang diharapkan. Motivasi seseorang timbul dari pemikiran optimis dari dalam dirinya untuk mewujudkan tujuan yang diharapkan; (3) afeksi, ialah

kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan afeksi ditujukan dengan mengontrol kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola-pola pikir yang benar untuk mencapai tujuan; (4) seleksi, yaitu kemampuan seseorang untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Seleksi tingkah laku mempengaruhi perkembangan personal.

Berdasarkan latar belakang di atas, hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik, terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik, terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik.

Metode

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh santri tingkat pertama Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik yang setara dengan siswa kelas VII SMP yang berjumlah 120 siswa. Subjek sebanyak 90 siswa akan digunakan untuk uji penelitian. Peneliti memilih subjek remaja yang berada di usia 11-15 tahun dan masih duduk di kelas pertama bangku SMP dikarenakan saat itu adalah tahun pertama para santri tinggal di pondok pesantren di mana para santri masih mengalami masa-masa transisi dari kehidupan tinggal bersama kedua orang tua dan tinggal sendiri bersama teman-teman di pondok pesantren. Peneliti fokus pada santri yang berusia 11-15 tahun dimana santri tergolong pada remaja awal dikarenakan pada masa ini remaja sering merasa sunyi, ragu-ragu, tidak stabil, tidak puas dan merasa kecewa.

Pada penelitian ini, alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala angket penelitian menggunakan model Likert. Uji

validitas dan reliabilitas skala terhadap subjek 30 santri menghasilkan 99 butir aitem pernyataan dengan rincian skala penyesuaian diri berjumlah 47 butir, dukungan sosial 30 butir, dan *self-efficacy* sebanyak 22 butir. Untuk menguji hipotesis penelitian, teknik regresi linier berganda digunakan dengan bantuan *SPSS 21 for Windows*.

Hasil dan Pembahasan

Peneliti telah mendapatkan data penelitian melalui kuesioner penyesuaian diri, dukungan sosial dan *self-efficacy*, sehingga langkah selanjutnya adalah scoring yang kemudian dilakukan pengolahan data. Selain uji hipotesis, dan uji asumsi, peneliti juga melakukan uji statistik deskriptif yang meliputi penghitungan mean, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum.

Hasil uji normalitas nilai didapatkan signifikansi variabel penyesuaian diri adalah 0,200 (sig > 0.05), dan signifikansi variabel *self-efficacy* adalah 0.072 (sig > 0.05). Hasil tersebut memiliki arti bahwa kedua variabel yaitu variabel penyesuaian diri dan *self-efficacy* berdistribusi normal. Sedangkan untuk variabel dukungan sosial memiliki nilai signifikansi 0.012 (sig < 0.05) sehingga data variabel dukungan sosial berdistribusi tidak normal.

Hasil uji linieritas didapatkan nilai signifikansi linierty antara penyesuaian diri dan *self-efficacy* sebesar 0.000 yang berarti kurang dari 0.05. Nilai signifikansi linierty antara penyesuaian diri dan dukungan sosial sebesar 0.000 yang berarti kurang dari 0.000. Hal ini dapat disimpulkan bahwa antara variabel penyesuaian diri dan *self-efficacy* adalah linier, begitu juga antara penyesuaian diri dan dukungan sosial juga memiliki hubungan linear.

Hasil analisis regresi bahwa nilai R sebesar 0,767, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan kuat antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri. Nilai R Square sebesar 0,588

menggambarkan bahwa pengaruh yang diberikan variabel dukungan sosial dan *self-efficacy* pada penyesuaian diri sebesar 58,8%, sedangkan sisanya 41,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Berdasarkan uji parameter diketahui bahwa nilai signifikansi variabel dukungan sosial sebesar 0,914 (> 0,05) menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak memiliki keterkaitan yang signifikan dengan penyesuaian diri. Sehingga hipotesis (H₀) yang berbunyi “tidak ada hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik”, diterima sedangkan H_a ditolak.

Dukungan sosial para santri di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik tidak memiliki keterkaitan yang signifikan dengan penyesuaian diri dikarenakan para santri di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik banyak yang berasal dari luar provinsi dan bahkan luar pulau yang tidak bisa setiap minggu dikunjungi oleh orang tuanya. Namun tetap bisa menyesuaikan diri karena ia memiliki *self-efficacy* yang tinggi. Sehingga ketika dukungan sosial bertemu dengan *self-efficacy* maka akan dapat mempengaruhi penyesuaian diri secara positif sedangkan apabila dukungan sosial berdiri sendiri maka tidak ada hubungan dengan penyesuaian diri.

Pada penelitian ini terdapat tiga hipotesis yang diajukan yaitu sebagai berikut: (1) H₀: Tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik, H_a: Ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik; (2) H₀: Tidak ada hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik, H_a: Ada hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik; (3) H₀: Tidak

ada hubungan secara bersama-sama antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik, H_a : Ada hubungan secara bersama-sama antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik.

Nilai signifikansi untuk variabel *self-efficacy* sebesar 0,000 ($< 0,05$) menunjukkan bahwa variabel *self-efficacy* memiliki keterkaitan yang signifikan dengan penyesuaian diri. Sehingga hipotesis (H_0) kedua ditolak dan H_a yang berbunyi “ada hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik”, diterima.

Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Mahendrani (2014), *self-efficacy* dapat mempengaruhi penyesuaian diri, seseorang dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih belajar dan berprestasi daripada mereka yang memiliki *self-efficacy* rendah. *Self-efficacy* merupakan masalah kemampuan yang dirasakan individu untuk mengatasi situasi khusus sehubungan dengan penilaian atas kemampuan untuk melakukan satu tindakan yang ada hubungannya dengan tugas khusus atau situasi tertentu (Bandura, 2004). Tugas khusus atau situasi tertentu disini dapat berupa penyesuaian diri.

Diketahui nilai signifikansi variabel dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap penyesuaian diri sebesar 0,000. Nilai tersebut kurang dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dan *self-efficacy* memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik. Berdasarkan hasil

analisis terhadap *model summary* dan anova diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis nol (H_0) ketiga ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) ketiga yang berbunyi “ada hubungan secara bersama-sama antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik”, diterima.

Berdasarkan hasil analisis terhadap *model summary* dan *anova* diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan secara bersama-sama antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama Pondok Pesantren Daruttaqwa Gresik.

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri. Kontribusi yang diberikan variabel dukungan sosial dan *self-efficacy* sebesar 58,8%. Korelasi bersifat positif yang artinya bahwa kenaikan satu tingkatan yang terjadi pada variabel *self-efficacy* maka akan naik juga satu tingkatan pada penyesuaian diri.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri dilihat dari hasil perhitungan menunjukkan signifikansi 0,000. Sedangkan untuk dukungan sosial dan penyesuaian diri didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,914 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara keduanya, sehingga disimpulkan bahwa penyesuaian diri tidak hanya di pengaruhi oleh dukungan sosial dan tidak semua proses penyesuaian diri di pengaruhi oleh dukungan sosial.

Daftar Pustaka

- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Edisi Revisi. Malang : UMM Press.
- Baron, Robert A., & Byrne, Donn. (2005). *Psikologi Sosial*. Edisi Kesepuluh.

- Jilid 2 (Penerjemah: Ratna Djuwita, dkk.). Jakarta : Erlangga.
- Bandura, A. (2004). Self-efficacy. In E. W. Craighead & C. B. Nemeroff (Eds.). *The concise Corsini Encyclopedia of psychology and behavioral sciences*. (pp. 859-862). New York: Wiley.
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 307-337). Greenwich, CT: LAP-Information Age Publishing.
- Hurlock, E. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Kumalasari, F., & Latifah, N., A. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21-31.
- Lathifah, Siti. (2015). Hubungan antara Kematangan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Remaja Pondok Pesantren AL-Luqmaniyyah Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Maharani, P, Orthorita., & Andayani, Budi. (2003). Hubungan antara Dukungan Sosial Ayah dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja Laki-laki. *Jurnal Psikologi*, 1, 23-35.
- Mahendrani, Widanti., & Esthi, Rahayu. (2014). Hubungan antara Self-efficacy dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Akselerasi. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*, 13 (2). 1-10.
- Maslihah, Sri. (2011). Studi tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10 (2), 103-114. DOI: <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.103-114>
- Rahmawati, Adelina. (2015). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri Santri Baru. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sarafino, E., P. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. Seventh Edition. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York : Rinehart and Winston.
- Warsito, Hadi. (2009). Hubungan antara Self-efficacy dengan Penyesuaian Akademik dan Prestasi Akademik. *Pedagogi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 9 (1), 29-47. Diakses pada 12 November 2016 dari: <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/pedagogi/article/view/119/pdf>.
- Craighead, WE, & Nemeroff CB. (2004). *The Concise Corsini Encyclopedia of Psychology and Behavioral Sciences*. 3rd ed. New Jersey : John Wiley & Sons Inc.
- Yasa, Binti, R. (2015). Penyesuaian Diri Anak Perempuan dalam Menghadapi Perubahan Zaman. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 1 (2), 99-108