

Hubungan *Self Efficacy* Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Di Pondok Pesantren “X” Bandung

Dhira Nadia Putry, Temi Damayanti Djamhoer

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Taman Sari

No. 1 Bandung 40116

Bandung, Indonesia

nadiadhira3@gmail.com, temidamayanti@gmail.com

Abstract— Boarding school is one of the formal education systems in Indonesia. Education in pesantren contains all aspects, ranging from academic, religious, skill, to character coaching. When attending boarding school students are required to live separately with parents. Various problems arise when students are unable to conform themselves in the environment. Problems often occur, both from within the individual and from the social environment. This research aims to find out the relationship between self efficacy and self-adjustment in students in pondok pesantren "X" Bandung. The subject of this study is all students in pondok pesantren "X" Bandung which numbered 169. Its data collection uses the GSE (General Self Efficacy) questionnaire (Jerusalem and Schwarzer, 1995) and scale derived from Aspects according to Runyon & Haber (Afifah, 2017). The analysis technique used is rank spearman. The results showed there was a self-adjustment relationship with efficacy cells with a correlation coefficient (r) of 0.486. With the direction of positive relationships it can be concluded that the higher self efficacy that students have then the higher the self-adjustment in the student. On the other hand, the lower the Self Efficacy that the student has, the lower the adjustment in the student.

Keywords— *Self Efficacy, Adjustment, Boarding School*

Abstrak— Pondok pesantren merupakan salah satu sistem pendidikan formal di Indonesia. Pendidikan di pesantren memuat semua aspek, mulai dari aspek akademik, agama, keterampilan, hingga pembinaan karakter. Ketika bersekolah di pondok pesantren siswa diharuskan untuk tinggal terpisah dengan orang tua. Berbagai permasalahan muncul ketika siswa tidak mampu menyesuaikan diri di lingkungan tersebut. Permasalahan sering terjadi, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun yang berasal dari lingkungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan penyesuaian diri pada siswa di pondok pesantren "X" Bandung. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa di pondok pesantren "X" Bandung yang berjumlah 169. Pengumpulan datanya menggunakan kuesioner *GSE (General Self Efficacy)* (Jerusalem dan Schwarzer, 1995) dan skala yang diturunkan dari Aspek menurut Runyon & Haber (Afifah, 2017). Teknik analisis yang digunakan adalah *rank spearman*. Hasil penelitiannya menunjukkan terdapat hubungan penyesuaian diri dengan *self efficacy* dengan koefisien korelasi (r) 0,486. Dengan arah hubungan positif dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *Self Efficacy* yang dimiliki siswa maka semakin tinggi penyesuaian diri pada siswa tersebut. Sebaliknya semakin rendah *Self Efficacy* yang dimiliki siswa maka semakin rendah penyesuaian diri pada siswa tersebut.

Kata Kunci— *Self Efficacy, Penyesuaian Diri, Pesantren*

I. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu cara untuk menyiapkan siswa melalui kegiatan belajar, bimbingan, dan latihan. Melalui pendidikan diharapkan individu mampu membentuk sikap, pengetahuan, serta keterampilan individu mencapai kesuksesan yang ingin dicapai. (Tirtarahardja & Sulo, 2005). Di Indonesia terdapat berbagai macam lembaga pendidikan, baik itu secara terstruktur maupun tidak terstruktur. Menurut UU Sisdiknas 2003, pendidikan dilakukan melalui 3 (tiga) jalur, yaitu jalur pendidikan formal, nonformal, dan informal. Pendidikan formal merupakan pendidikan yang diselenggarakan di sekolah-sekolah pada umumnya. Salah satu sistem pendidikan formal di Indonesia adalah *Boarding School*. *Boarding school* adalah sistem sekolah berasrama, dimana peserta didik dan juga guru dan pengelola sekolah tinggal di asrama yang berada dalam lingkungan sekolah. Pendidikan dengan sistem *boarding school* adalah integrasi sistem pendidikan pesantren dan madrasah (Susiyani, 2017).

Sekolah umum reguler dan *Boarding School* merupakan dua sistem sekolah yang memiliki sistem yang berbeda. Jika pada sekolah umum reguler pendidikan terfokus pada pendidikan akademis saja, *Boarding School* memuat pendidikan pada semua aspek, mulai dari aspek akademik, agama, keterampilan, hingga pembinaan karakter. Siswa yang bersekolah di sekolah umum reguler, secara bebas dapat berinteraksi dengan lingkungan yang ia inginkan. Bebas bergaul tanpa adanya peraturan baku yang mengikat. Mereka juga memiliki lingkungan yang heterogen karena terlepas dari jam sekolah mereka dapat berinteraksi di lingkungan sosial yang berbeda. Sementara itu pada siswa *boarding school*, mereka memiliki lingkungan yang homogen, bergaul dengan situasi sosial yang tidak bervariasi seperti lingkungan siswa sekolah umum reguler (Hermaleni & Zamzami, 2016).

Salah satu bentuk dari *boarding school* adalah Pondok Pesantren, Di Indonesia terdapat banyak pondok pesantren yang setiap tahunnya mengalami pertumbuhan. Seperti data yang di lasir dari gomuslim.co.id - Pendidikan Islam di Indonesia mengalami pertumbuhan yang signifikan setiap tahunnya. Hal ini terlihat dari banyaknya pesantren yang dibuka dan bertambah dua kali lipat dari kuota yang disediakan di pesantren.

Sekolah di pesantren membuat siswa diharuskan untuk

tinggal secara mandiri, terpisah dari orang tua dan juga keluarga. 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). Bagi anak yang memilih untuk bersekolah di pondok pesantren, maka siswa tersebut dituntut untuk mandiri. Karena para siswa yang diwajibkan atau diharuskan untuk menetap tinggal di lingkungan Pesantren atau Pondok ini maka dibutuhkan penyesuaian diri siswa tersebut dengan lingkungan Pesantren, terutama di tahun pertama menetap di Pesantren. Para siswa bertemu dengan teman-teman baru, tempat tinggal baru, dan situasi baru. Tidak sedikit para siswa yang merasa tidak sanggup atau merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan Pondok Pesantren sehingga menimbulkan berbagai permasalahan. (Sa'idah & Laksmiwati, 2017).

Pendidikan di pesantren memuat semua aspek, mulai dari aspek akademik, agama, keterampilan, hingga pembinaan karakter. Di Pesantren siswa terdiktomi oleh segala corak pendidikan dan nilai-nilai yang diterapkan sekolah. (Hermaleni & Zamzami, 2016). Karena para siswa yang diwajibkan atau diharuskan untuk menetap tinggal di lingkungan Pesantren maka dibutuhkan penyesuaian diri siswa tersebut dengan lingkungan pesantren terutama pada tahun pertama menetap. Di tahun pertama para siswa bertemu dengan teman-teman baru, tempat tinggal baru, dan situasi baru, tidak sedikit para siswa yang merasa tidak sanggup atau merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan Pondok Pesantren sehingga menimbulkan berbagai macam masalah. Maka dari itu penyesuaian diri diperlukan agar terjadi keselarasan antara kebutuhan dan tuntutan, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun yang berasal dari lingkungan sosial (Sa'idah & Laksmiwati, 2017).

Proses penyesuaian diri terjadi ketika masa transisi untuk menuju jenjang pendidikan selanjutnya. Memasuki lingkungan baru merupakan sebuah stimulus yang terkadang munculnya berbagai permasalahan pada diri individu, mereka memasuki lingkungan yang baru, misalnya struktur sekolah yang baru, teman-teman yang baru, tuntutan akademik yang baru (Irfan & Suprapti, 2014). Masa transisi dideskripsikan sebagai sebuah "*culture shock*" yang melibatkan pembelajaran kembali terhadap masalah sosial dan psikologis dalam menghadapi hal baru, pengajar dan teman baru dengan nilai dan berbagai keyakinan, kebebasan dan peluang baru, dan tuntutan akademik, personal, dan sosial yang baru (Sharma, 2012).

Penyesuaian diri merupakan salah satu faktor terciptanya kesehatan mental individu dalam melakukan proses belajar. Kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya cenderung terkait dengan keyakinan dan kesanggupan diri individu tersebut. Untuk dapat melakukan penyesuaian diri yang baik, tentu saja dibutuhkan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam melakukan aktivitas dengan baik (Sa'idah & Laksmiwati,

2017). Schneiders (1964) mengatakan salah satu faktor penyesuaian diri adalah keadaan psikologis individu. Keadaan psikologis merupakan syarat bagi terciptanya penyesuaian diri yang baik karena keadaan mental yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan lingkungannya. Keadaan psikologis meliputi pengalaman, pendidikan, konsep diri, dan *self efficacy* (*Self Efficacy*).

Fenomena *maladjustment* bisa terjadi pada siswa-siswa baru yang mengalami masa transisi perpindahan sekolah seperti yang terjadi pada penelitian-penelitian sebelumnya yang dilakukan pada siswa atau mahasiswa baru. Hal ini juga seperti yang ditemukan di pondok pesantren, banyak siswa di Pondok Pesantren yang sulit menyesuaikan diri karena di pesantren memuat pendidikan pada semua aspek, mulai dari aspek akademik, agama, keterampilan, hingga pembinaan karakter. Hal tersebut seringkali menimbulkan masalah di Pondok Pesantren (Hermaleni & Zamzami, 2016).

Di Bandung ada banyak pondok pesantren, namun tidak semua sudah memiliki program unggulan. Hanya ada beberapa pondok pesantren yang memiliki program unggulan salah satunya adalah Pondok Pesantren "X" Bandung. Menurut hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling (BK) di Pondok Pesantren "X" Bandung, pesantren ini merupakan salah satu pondok pesantren yang banyak diminati. Pondok pesantren ini memiliki banyak peraturan yang harus ditaati oleh siswa-siswa yang menjadi siswa di pondok pesantren tersebut. Pada Pondok Pesantren "X" Bandung juga tidak hanya menekankan aspek religiusitas saja tetapi akademik dan religiusitas berjalan beriringan, berbeda dengan pesantren pada umumnya yang lebih menekankan pada religiusitasnya.

Pesantren "X" Bandung ini adalah salah satu pesantren yang sudah mengikuti saran dari Presiden Jokowi untuk memiliki program unggulan yang diterapkan di masing-masing pesantren. Tidak semua pesantren memiliki program unggulan, seperti dilansir dari Demak, Kominfo program unggulan ini bertujuan untuk menyetarakan antara aspek religiusitas dan akademik dimana supaya melahirkan sumber daya manusia Indonesia yang *akhlakul karimah*, yang memiliki kemampuan tinggi, dan yang bisa berkompetisi dengan negara lain. Pada pesantren ini mempunyai visi & misi membentuk siswanya menjadi sosok calon pemimpin yang berakhlakul karimah untuk menjadi rahmatan lil' alamin. menjadi sosok yang unggul dan cerdas dengan tetap memiliki keimanan dan berakhlak mulia. dengan visi & misi tersebut pondok pesantren ini memiliki program unggulan yang hanya ada di pondok pesantren ini.

Program unggulan yang sudah dibuat ini bertujuan memudahkan siswanya untuk dapat beradaptasi di lingkungan pondok pesantren sehingga proses pembelajarannya akan lebih mudah. Diharapkan siswa akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan tuntutan yang ada di pondok pesantren. Namun pada kenyataannya banyaknya

tuntutan di pondok pesantren ini membuat banyak siswa merasa kewalahan, hal tersebut yang membuat siswa merasa tuntutan di pesantren sangatlah berat, banyak siswa yang tidak yakin mampu memenuhi berbagai tuntutan yang ada. Hal tersebut memunculkan berbagai permasalahan pada siswa, ketika ia tidak mampu menyesuaikan diri di lingkungan tersebut, permasalahan seperti ini tidak hanya terjadi pada siswa kelas 7 sebagai siswa baru, tetapi juga masih banyak siswa kelas 8 yang merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri, juga pada siswa kelas 9. Dengan banyaknya peraturan di pondok pesantren, seringkali terjadi permasalahan-permasalahan pada siswa-siswa disana. Tidak semua siswa yang daftar dapat diterima di pondok pesantren ini, untuk bisa diterima di Pondok Pesantren ini dilakukan beberapa test terlebih dahulu, ketika siswa tersebut memenuhi standart/syarat yang sudah di tetapkan barulah siswa tersebut dapat diterima di Pondok Pesantren itu, sehingga siswa yang diterima disana adalah siswa-siswa yang terpilih yang diasumsikan dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan yang ada di pondok pesantren.

Jika dihubungkan dengan penelitian Sa'idah & Laksmiwati (2017) yang meneliti hubungan *Self Efficacy* dengan dukungan sosial dan penyesuaian diri hasilnya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Self Efficacy* dengan penyesuaian diri siswa namun *Self Efficacy* tidak ada hubungan dengan dukungan sosial. Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas VII di pondok pesantren yang sedang didalam masa transisi. Ada juga penelitian Lidya & Darmayanti (2015) yang meneliti pada subjek SMA hanya kelas X saja. Fenomena penyesuaian diri ini terjadi di pondok pesantren "X" Bandung dan tidak hanya terjadi di kelas 7 sebagai siswa baru namun permasalahan-permasalahan juga terjadi pada kelas 8 dan bahkan pada siswa kelas 9. sehingga pada penelitian ini tidak hanya mengambil sampel hanya siswa baru saja, namun seluruh siswa di pondok pesantren ini menjadi subjek penelitian. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan *Self Efficacy* dengan Penyesuaian Diri pada siswa di pondok pesantren "X" Bandung.

II. LANDASAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

Runyon dan Haber (1984) mengemukakan bahwa penyesuaian diri dapat dipandang sebagai keadaan (*state*) atau sebagai proses. Penyesuaian diri sebagai keadaan berarti bahwa penyesuaian diri merupakan suatu tujuan yang ingin dicapai oleh individu. Menurut Runyon dan Haber, konsep penyesuaian diri sebagai keadaan mengimplikasikan bahwa individu merupakan keseluruhan yang bisa bersifat *well adjusted* dan *maladjusted*. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik terkadang tidak dapat meraih tujuan yang ditetapkannya, membuat dirinya atau orang lain kecewa, merasa bersalah, dan tidak dapat lepas dari perasaan takut dan kuatir. Penyesuaian diri sebagai tujuan atau kondisi ideal yang diharapkan tidak mungkin dicapai oleh individu dengan sempurna. Tidak ada

individu yang berhasil menyesuaikan diri dalam segala situasi sepanjang waktu karena situasi senantiasa berubah. Penyesuaian diri merupakan proses yang terus berlangsung dalam kehidupan individu. Situasi dalam kehidupan selalu berubah. Individu mengubah tujuan dalam hidupnya seiring dengan perubahan yang terjadi di lingkungannya. Terdapat 5 aspek penyesuaian diri menurut Runyon & Haber (1984) diantaranya adalah:

1. Persepsi Terhadap Realitas

Individu mengubah persepsinya tentang kenyataan hidup dan menginterpretasikannya, sehingga mampu menentukan tujuan yang realistis sesuai dengan kemampuannya serta mampu mengenali konsekuensi dan tindakannya agar dapat menuntun pada perilaku yang sesuai.

2. Kemampuan Mengatasi Stres dan Kecemasan

Mempunyai kemampuan mengatasi stres dan kecemasan berarti individu mampu mengatasi masalah-masalah yang timbul dalam hidup dan mampu menerima kegagalan yang dialami.

3. Gambaran Diri yang Positif

Gambaran diri yang positif berkaitan dengan penilaian individu tentang dirinya sendiri. Individu mempunyai gambaran diri yang positif baik melalui penilaian pribadi maupun melalui penilaian orang lain, sehingga individu dapat merasakan kenyamanan psikologis.

4. Kemampuan Mengekspresikan Emosi

Kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik berarti individu memiliki ekspresi emosi dan kontrol emosi yang baik.

5. Memiliki Hubungan Interpersonal yang Baik

Memiliki hubungan interpersonal yang baik berkaitan dengan hakekat individu sebagai makhluk sosial, yang sejak lahir tergantung pada orang lain. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu membentuk hubungan dengan cara yang berkualitas dan bermanfaat.

B. *Self Efficacy*

Menurut Bandura (1997) *Self Efficacy* yaitu keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kompetensi atau kemampuannya untuk mengelola perilakunya dalam melakukan suatu tugas, mengatasi rintangan dan mencapaitujuan yang telah ditetapkan. Individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki akan menggunakan pengetahuan dan keterampilan secara efektif untuk mengatasi setiap hambatan yang sedang dialami. *Self Efficacy* adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. *Self Efficacy* berhubungan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. *Self Efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, benar atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. *Self Efficacy* berbeda dengan aspirasi (*cita-cita*), karena *cita-cita* menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya (dapat dicapai), sedang *Self Efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri. Terdapat tiga

dimensi *self efficacy* menurut Bandura (1997) diantaranya adalah:

1. Dimensi *Level*

Pada dimensi ini, individu dituntut untuk menyelesaikan setiap tugasnya dari tingkat kesulitan yang sederhana hingga yang membutuhkan performansi maksimal (sulit). Setiap tugas yang dikerjakan memiliki konsekuensi dari tingkah laku individu yang diyakini mampu mengatasi kesulitannya. Dimensi ini berkaitan dengan kemampuan individu dalam memprediksi tingkah laku yang dianggap sesuai dengan kemampuannya.

2. Dimensi *Generality*

Dimensi ini berkaitan dengan keyakinan individu akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas yang bervariasi. Aktivitas yang bervariasi menuntut individu yakin atas kemampuannya melaksanakan tugas di berbagai aktivitas.

3. Dimensi *Strength*

Aspek ketiga ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Terkait dengan kekuatan *self efficacy* individu ketika berhadapan dengan tuntutan tugas atau permasalahan. Dimensi ini berkaitan erat dengan dimensi *level* atau *magnitude*, dimana semakin tinggi tingkat kesulitan tugas, semakin rendah keyakinan individu untuk menyelesaikan tugasnya.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

TABEL 1 HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN PENYESUAIAN DIRI

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig.	Keterangan
<i>Self Efficacy</i> dan Penyesuaian Diri	0,486	0,000	H_0 di tolak

Diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,486 dan nilai *sig.* sebesar 0,000. Dengan taraf nyata $\alpha = 0,05$, H_0 ditolak karena nilai *sig.* lebih kecil dari taraf nyata yang ditetapkan ($0,000 < 0,05$). Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat terdapat hubungan antara *Self Efficacy* dan penyesuaian diri pada siswa di Pondok Pesantren "X" Bandung. Nilai koefisien korelasi antara *Self Efficacy* dan penyesuaian diri sebesar 0,486 atau 48,6% termasuk dalam tingkat hubungan yang cukup. Dengan arah hubungan positif dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *Self Efficacy* siswa maka semakin tinggi penyesuaian diri pada siswa tersebut. Sebaliknya semakin rendah *Self Efficacy* siswa maka semakin rendah penyesuaian diri pada siswa tersebut.

TABEL 2 GAMBARAN SELF EFFICACY PADA SISWA

Kategori	Skor	N (orang)	% N
Tinggi	37-50	88	52,07%
Rendah	20-36	81	49,73%

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa *Self Efficacy* yang dimiliki siswa sebagian besar adalah tinggi yaitu sebanyak 88 siswa dengan presentase 52,07% berbeda selisih sedikit dengan siswa yang memiliki *Self Efficacy* rendah yaitu sebanyak 81 siswa dengan presentase 49,73%.

TABEL 3 GAMBARAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA

Kategori	Skor	N (orang)	% N
Tinggi	37-50	88	52,07%
Rendah	20-36	81	49,73%

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa Penyesuaian Diri yang dimiliki siswa sebagian besar adalah tinggi yaitu sebanyak 88 siswa dengan presentase 52,07% berbeda selisih sedikit dengan siswa yang memiliki Penyesuaian diri kurang baik yaitu sebanyak 81 siswa dengan presentase 49,73%.

TABEL 5 TABULASI SILANG ANTARA SELF EFFICACY DENGAN PENYESUAIAN DIRI

<i>Self-Efficacy</i>	Penyesuaian Diri		Total
	Rendah	Tinggi	
Rendah	48	33	81
Tinggi	33	55	88

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat dari 169 subjek penelitian mayoritas 55 orang memiliki *self efficacy* kategori tinggi dan penyesuaian diri kategori tinggi. Kemudian 48 orang memiliki *self efficacy* kategori rendah dan penyesuaian diri kategori rendah. Selanjutnya ada 33 orang memiliki *self efficacy* kategori rendah dan penyesuaian diri kategori tinggi serta memiliki *self efficacy* kategori tinggi dan penyesuaian diri kategori rendah.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti Dari hasil data yang diperoleh beserta pembahasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil analisis korelasi, didapatkan Nilai koefisien korelasi antara *Self Efficacy* dan penyesuaian diri sebesar 0,486 atau 48,6% termasuk dalam tingkat hubungan yang sedang. Dengan arah hubungan positif dapat disimpulkan

bahwa semakin tinggi *Self Efficacy* yang dimiliki siswa maka semakin tinggi penyesuaian diri pada siswa tersebut. Sebaliknya semakin rendah *Self Efficacy* yang dimiliki siswa maka semakin rendah penyesuaian diri pada siswa tersebut.

2. Berdasarkan data deskriptif *self efficacy* pada siswa pondok pesantren “X” Bandung, hasilnya adalah sebagian besar siswa pondok pesantren “X” Bandung memiliki *self efficacy* tinggi yaitu sebanyak 88 siswa atau 52,07% berbeda selisih sedikit dengan siswa dengan *self efficacy* rendah yaitu sebanyak 81 siswa atau 47,93%.
3. Berdasarkan data deskriptif penyesuaian diri pada siswa pondok pesantren “X” Bandung, hasilnya adalah sebagian besar siswa pondok pesantren “X” Bandung memiliki penyesuaian diri yang baik yaitu sebanyak 88 siswa atau 52,07% berbeda selisih sedikit dengan siswa dengan penyesuaian diri kurang baik yaitu sebanyak 81 siswa atau 47,93%.

V. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka saran yang diberikan dari hasil penelitian ini, diantaranya:

A. Saran Metodologis

Pada penelitian ini ditemukan bahwa Hubungan *Self Efficacy* dengan Penyesuaian Diri memiliki korelasi sedang dengan nilai koefisien korelasi antara *Self Efficacy* dan penyesuaian diri sebesar 0,486 atau 48,6%. Sehingga untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan menggunakan variabel atau faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri, seperti *self concept* atau *self regulation*.

B. Saran Praktis

Penelitian ini menemukan bahwa penyesuaian diri dan *self efficacy* yang dimiliki oleh siswa pondok pesantren “X” Bandung adalah tinggi. Sehingga diharapkan dapat mempertahankan kondisi tersebut seperti selama ini bahkan ketika nantinya berada dalam kondisi yang penuh tekanan.

Bagi siswa-siswi yang memiliki *self efficacy* yang rendah dapat memperhatikan sumber-sumber efikasi seperti persuasi sosial (*social persuasion*) yaitu individu diarahkan berdasarkan saran, nasihat, dan bimbingan. bisa juga *Vicarious experience* yaitu dengan mengikuti seminar-seminar atau *sharing session* yang dapat memberikan motivasi pada siswa, sehingga pengalaman tersebut dapat dihayati oleh dirinya sehingga akan meningkatkan *self efficacy* siswa tersebut. Untuk yang memiliki penyesuaian diri yang kurang baik, bisa memperhatikan faktor-faktor penyesuaian diri yang baik seperti kondisi fisik yang baik akan membuat individu lebih mudah menyesuaikan diri, lalu bisa juga dari kondisi psikologis nya bisa dilakukan dengan mengikuti konseling sehingga dapat diketahui apakah siswa ini memiliki kecemasan, frustrasi, dll yang bisa jadi melatarbelakangi penyesuaian diri tersebut. Untuk Pihak sekolah dapat melakukan konseling atau *sharing*

session dengan siswa, sehingga dapat dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimiliki dapat membantu tercapainya tujuan yang diinginkan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Bandura, A. 1997. *Self Efficacy –The Exercise of Control* (Fifth Printing, 2002). New York: W.H. Freeman & Company.
- [2] Darmayanti, N., & Lidya, S. F. (2015). *Self efficacy Akademik Dan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMA Partra Nusa*. *Jurnal Diversita*, 1(1), 43–55.
- [3] Gomuslimid. (2019, 13 Maret). *Pesantren Modern Jadi Incaran Orangtua Masa Kini*. Retrived From <https://www.gomuslim.co.id/read/news/2019/03/13/11016/-p-pesantren-modern-jadi-incaran-orangtua-masa-kini-p-.html>
- [4] Haber, A., dan Runyon, R. P. (1984). *Psychology of adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- [5] Hermaleni, T., & Zamzami, A. 2016. *Perbedaan Kompetensi Sosial Siswa Boarding School Dan Siswa Sekolah Umum Reguler*. *Jurnal RAP UNP*, Vol. 7, No. 1, Mei 2016, hlm. 90-98
- [6] Irfan, M dan Veronika, Suprpti. 2014. *Hubungan Self efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*. Surabaya: *JURNAL Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* Volume 3, No. 3
- [7] Kominfo. (2019). *Presiden Jokowi Tegaskan Komitmen*
- [8] *Pemerintah Beri Dukungan ke Pondok Pesantren*. Retrived From <https://www.kominfo.go.id/content/detail/15092/presiden-jokowi-tegaskan-komitmen-pemerintah-beri-dukungan-ke-pondok-pesantren/0/berita>
- [9] Laely, Afifah Nur. (2017). *Pengaruh Penyesuaian Diri Siswa*
- [10] Putra Dan Putri Terhadap Kesenian Di Pondok Pesantren Modern. Skripsi, Diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- [11] Maharani & Andayani (2003). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Ayah Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja Laki-laki*. *Jurnal Psikologi*. Yogyakarta: Fakultas UGM.
- [13] Sa'idah, S., & Laksmiwati, H. (2017). *Dukungan Sosial dan Self efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Tingkat Pertama di Pondok Pesantren*. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(2), 116. Retrived From <https://doi.org/10.26740/jptt.v7n2.p116-122>
- [14] Schwarzer, Ralf & Jerusalem, Matthias, (1995). *Generalized Self Efficacy Scale*. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, *Measures in health psychology: A wer's Portofolio*. Causal and control beliefs (pp. 35-37). Windsor, UK: NFER-NELSON
- [15] Susiyani, A. S. (2017). *Manajemen Boarding School dan Relevansinya dengan Tujuan Pendidikan Islam di Muhammadiyah Boarding School (MBS) Yogyakarta*. *Jurnal Pendidikan Madrasah*, 2(2), 327. Retrived From <https://doi.org/10.14421/jpm.2017.22-08>
- [16] Tirtarahardja, U. dan La Sulo, S. 2005. *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.