

## **Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Di Pondok Tahfidzul Qur'an Di Kecamatan Sirampog Kab. Bumiayu**

### ***The Relationship Between Self-Efficacy and Self-Adjustment of New Santri in Pondok Tahfidzul Qur'an In Sirampog District Regency. Bumiayu***

**Nely Nafisatul Fitri<sup>1</sup> dan Erni A. Setiowati, S.Psi., M.Psi<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

\*Corresponding Author:  
nelynafisatulfitri@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada santri baru pondok Tahfidzul Qur'an di Kecamatan Sirampog, Kabupaten Bumiayu. Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri dan variabel bebas pada penelitian ini adalah efikasi diri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 113 santri baru pondok Tahfidzul Qur'an di Kecamatan Sirampog, Kabupaten Bumiayu. Metode pengambilan data menggunakan *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala. Skala penyesuaian diri berjumlah 20 aitem yang memiliki koefisien reliabilitas 0,756 dengan indeks daya beda aitem bergerak antara 0,253 sampai 0,507. Skala Efikasi Diri berisi 18 aitem yang memiliki koefisien reliabilitas 0,692 dengan indeks daya beda aitem bergerak antara 0,279 sampai 0,465. Uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada santri baru pondok Tahfidzul Qur'an di Kecamatan Sirampog, Kabupaten Bumiayu, dengan  $r_{xy} = 0,520$  dan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Efikasi Diri memberikan sumbangan efektif sebesar 21,7%, dan selebihnya penyesuaian diri dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

**Kata kunci:** Penyesuaian Diri, Efikasi Diri

#### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship of self-efficacy with self-adjustment in new students of Tahfidzul Qur'an boarding school in Sirampog District, Bumiayu Regency. The dependent variable in this study is self-adjustment and the independent variable in this study is self-efficacy. This study uses a correlational quantitative method. The population in this study amounted to 113 new students of the Tahfidzul Qur'an boarding school in Sirampog District, Bumiayu Regency. The method of collecting data uses cluster random sampling. The measuring instrument used in this study consisted of two scales. The scale of self-adjustment was 20 items which have a reliability coefficient of 0.756 with a different item power index moving between 0.253 to 0.507. The Self-Efficacy Scale contains 18 items that have a reliability coefficient of 0.692 with a different item power index moving between 0.279 to 0.465.*

---

*Hypothesis testing shows that there is a significant positive relationship between self-efficacy and self-adjustment in the new santri Tahfidzul Qur'an in Sirampog District, Bumiayu Regency, with  $r_{xy} = 0.520$  and significance level  $p = 0,000$  ( $p < 0.01$ ). The efficacy of Diei contributes effectively by 21.7%, and the rest self-adjustments are influenced by other variables not included in this study.*

**Keywords:** *Self-Adjustment, Self-Efficacy*

## 1. Pendahuluan

Menghafal Al-Qur'an merupakan tradisi yang telah lama dilakukan di berbagai wilayah nusantara. Awal mula terjadinya tradisi menghafal Al-Qur'an ini dilakukan para ulama timur tengah melalui para guru, selanjutnya menyebar dan banyak diminati masyarakat Indonesia (Lutfy, 2013). Pondok pesantren menurut Wahid (2001) merupakan tempat tinggal sekaligus lembaga pendidikan para santri dibawah bimbingan Kyai. Pondok pesantren merupakan wadah bagi orang tua yang mengharapkan putra-putri mereka menjadi tahfidz atau penghafal Al-Qur'an. Kurikulum yang ditawarkan pondok pesantren berbeda dengan kurikulum yang ditawarkan sekolah umum. Pondok pesantren membekali murid-murid didik yang biasa disebut santri dengan ilmu-ilmu agama. Harapan pondok pesantren saat santri hidup bermasyarakat santri memiliki pengetahuan yang luas, serta keimanan dan taqwa..

Penyesuaian diri merupakan proses mental dan perilaku untuk mendorong seseorang melakukan adaptasi dengan keinginan yang ada di dalam diri (Schneiders, 1964). Penyesuaian diri secara umum adalah reaksi individu terhadap rangsangan yang terbentuk dari dalam diri maupun situasi yang bersumber dari lingkungannya. Penyesuaian diri penting dalam kehidupan manusia karena perlu dilakukan agar kehidupan yang dijalani seimbang dan tidak menimbulkan tekanan dalam diri masing-masing individu. Sa'idah (2017) menyatakan bahwa beberapa santri baru di pondok pesantren Darut Taqwa Gresik mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren. Hal ini didasari sulitnya santri baru melakukan sosialisasi dengan baik, mereka terlebih dulu merasa putus asa dan tidak yakin terhadap dirinya sendiri bahwa mereka mampu bersosialisasi dengan baik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Yuniar dkk (2005) menyatakan terdapat 5-10% santri baru di pondok pesantren modern islam (PPMI) Assalam Surakarta memiliki permasalahan dalam upaya penyesuaian diri seperti, kurang bersemangat dalam mengikuti pelajaran, tidak bisa hidup di asrama karena terpisah dari orang tua.

Penyesuaian diri merupakan suatu hubungan yang terjadi secara signifikan antara diri sendiri, orang lain dan Tuhan. Penyesuaian diri memiliki arti sebuah proses yang memiliki dinamika, tujuannya adalah untuk merubah perilaku yang selaras antara individu dengan lingkungannya (Fahmy, 1982). Penyesuaian diri menurut Schneider (1964) merupakan proses respon mental dan perilaku yang menekankan pada seseorang untuk mengatasi tuntutan dan permasalahan yaitu dengan menyelaraskan antara diri sendiri dan lingkungan sekitar. Schneider mengungkapkan terdapat 3 sudut pandang untuk penyesuaian diri, yaitu Adaptasi, konformitas dan penguasaan. Sobur (2009) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri merupakan seseorang yang sanggup menempatkan diri dalam suatu kelompok dan menunjukkan perilaku yang baik dalam kelompok tersebut, maka orang tersebut diterima dalam lingkup kelompoknya.

Penyesuaian diri merupakan cara individu menjalin hubungan yang baik, serasi dan memuaskan untuk diri sendiri dan orang lain.

Hoerjdan (1987) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai usaha untuk mengatasi sebuah kesulitan atau hambatan. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses perubahan dalam diri individu, dimana individu tersebut mempelajari sikap baru agar dapat beradaptasi dengan keadaan yang berbeda dari keadaan sebelumnya sehingga tercapai tujuan akhir yang diharapkan dan terhindar dari konflik dan frustrasi. faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dapat disimpulkan penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu : keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, kebudayaan, keadaan lingkungan, tingkat religiusitas, , teman sebaya, pengajar, dalam faktor keadaan psikologis terdapat variabel efikasi diri atau keyakinan diri, lingkungan sekolah atau pondok pesantren.

Bandura (2009) merupakan tokoh yang pertama kali mengungkapkan teori efikasi diri. Efikasi sendiri menurut Bandura adalah kemampuan yang hanya dapat dirasakan oleh individu untuk mengatasi situasi tertentu yang berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan suatu perilaku sesuai dengan tugas atau situasi tertentu. Keyakinan diri adalah sebagai penilaian individu terhadap keyakinan dan kemampuan diri sendiri dengan menunjukkan perilaku yang dibutuhkan dalam suatu tugas yang dihadapi. Efikasi diri adalah kemampuan individu meyakini diri dapat memecahkan masalah yang dihadapi. Efikasi diri merupakan keyakinan terhadap kemampuan seseorang untuk mengatur tindakan yang akan dilakukan dengan tujuan mencapai hasil yang diinginkan (Alwisol 2004). Keyakinan yang mempengaruhi tindakan tertentu harus selaras dengan usaha dan ketekunan dalam menghadapi tantangan serta kegagalan yang akan dihadapi (Chemers, Hu, & Garcia, 2001). Mahendrani (2014) mengungkapkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan yang dimiliki oleh seseorang individu dalam memahami kemampuan yang dimiliki untuk mencapai tujuan dan mengatasi hambatan dalam menyelesaikan tugas tertentu. Bandura menyatakan bahwa efikasi diri dapat menentukan perilaku yang muncul, bagaimana individu mampu menghadapi permasalahan yang menimpa, mengalami berbagai kesuksesan dan kegagalan dalam mengemban tugas yang diberikan menjadi salah satu penentu kehidupan di masa mendatang (Friedman & Schustack, 2006).

Berdasarkan pemaparan teori di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan yang terdapat dalam diri individu bahwa individu tersebut memiliki kecakapan dalam penyelesaian segala tantangan yang diberikan dengan tujuan mendapatkan hasil akhir yang selaras dengan usaha yang telah dikeluarkan.

## **2. Metode Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru di pondok Tahfidzul Qur'an Kecamatan Sirampog Kabupaten Bumiayu. Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri dan variabel bebas pada penelitian ini adalah efikasi diri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 414 santri baru di pondok Tahfidzul Qur'an Kecamatan Sirampog Kabupaten Bumiayu. Pada penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 113 santri baru di pondok Tahfidzul Qur'an Al-Hikmah 2 terdapat beberapa subjek terdiri dari berbagai macam tingkatan sekolah antara lain SMP sebanyak 16, MTS sebanyak 8 subjek, SMA 20 subjek, MA sebanyak 14, 1 subjek, SMK 20 subjek, MMA sebanyak 6 subjek dan yang khusus menghafal Al-Qur'an sebanyak 28 subjek.. Metode pengambilan data menggunakan cluster random sampling. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala yakni

skala penyesuaian diri dan skalaefikasi diri. Pengukuran Penyusunan skala efikasi diri pada penelitian ini menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Alat ukur ini menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yaitu, dimensi tingkat, dimensi luas bidang perilaku dan dimensi kekuatan. Semakin tinggi skor efikasi diri yang dilakukan, maka semakin tinggi penyesuaian diri yang dimiliki pada santri baru.

Penyusunan skala penyesuaian diri pada penelitian ini menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Haber & Runyon (2006) meliputi presepsi terhadap realitas, kemampuan mengatasi stress dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, hubungan interpersonal yang baik. Skala penyesuaian diri berjumlah 20 aitem yang memiliki koefisien reliabilitas 0,756 dengan indeks daya beda aitem bergerak antara 0,253 sampai 0,507. Skala Efikasi Diri berisi 18 aitem yang memiliki koefisien reliabilitas 0,692 dengan indeks daya beda aitem bergerak antara 0,279 sampai 0,465. Indeks daya beda dihitung dengan menggunakan korelasi product moment untuk mengetahui daya beda aitem. Pengujian reliabilitass menggunakan analisis Alpha Cronbach dengan program SPSS versi 21.0.

### 3. Hasil

Hasil uji normalitas yang telah dilakukan, penelitian ini diketahui bahwa skala penyesuaian diri mempunyai nilai K-SZ sebesar 0,701 dengan taraf signifikansi 0,709 ( $p > 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa data dari skala penyesuaian diri termasuk penyebaran data yang normal. Sedangkan uji normalitas pada skala efikasi diri menunjukkan bahwa nilai K-SZ sebesar 0,972 ( $p > 0,05$ ). Hasil ini menjelaskan bahwa data dari skala efikasi diri merupakan penyebaran data yang normal.

**Tabel 1.**  
**Hasil Analisis Uji Normalitas**

Variabel	Mean	Std. Deviasi	K-SZ	Sig	P	Keterangan
Efikasi Diri	75,776	4,641	0,972	0,301	$\geq 0,05$	Normal
Penyesuaian Diri	80,250	7,065	0,701	0,709	$\geq 0,05$	Normal

Uji linieritas memiliki tujuan untuk menemukan apakah antar variabel memiliki korelasi yang berupa linier. Teknik yang tepat digunakan untuk menguji linieritas pada penelitian ini menggunakan uji F. Berdasarkan uji linearitas pada variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri memperoleh nilai F linear sebesar 40,848 dan taraf signifikan sebesar 0,000 ( $p \leq 0,01$ ), hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dengan penyesuaian diri berhubungan secara linear.

Tahap menguji hipotesis adalah tahap yang dilakukan setelah tahap uji asumsi. Penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* yang digunakan untuk melihat apakah terdapat hubungan positif terhadap efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru di pondok Tahfidzul Qur'an Kecamatan Sirampog Kabupaten Bumiayu. Hasil perhitungan menunjukkan nilai korelasi rxy 0,520 dengan taraf signifikansi p 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil ini menyatakan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dan penyesuaian diri. Hasil menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri semakin tinggi pula penyesuaian diri atau apabila semakin rendah efikasi diri semakin rendah pula penyesuaian diri. Hasil tersebut menandakan bahwa

hipotesis dalam penelitian ini diterima. Efikasi diri telah memberikan sumbangan efektif sebesar 27,1% yang berdasarkan dari nilai  $R^2$  sebesar 0,271. Kelemahan penelitian ini terletak pada kurangnya kemampuan peneliti untuk mengetahui kondisi subjek dalam kesiapan mengisi alat ukur penelitian.

#### 4. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel *dependent* dengan variabel *independent*. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memiliki hipotesis apakah terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-Hikmah 2. Hasil dari uji linearitas variabel efikasi diri memperoleh hasil  $F_{linier} = 40,848$  dan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Skor  $r_{xy}$  yang didapatkan dalam penelitian ini sebesar 0,520 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hasil koefisien determinasi sebesar 0,271 maka sumbangan efektif variabel efikasi diri terhadap penyesuaian diri yaitu 27,1%. Hal ini menunjukkan bahwa sekitar 72,9% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti keadaan fisik, kebudayaan, perkembangan kematangan, keadaan dan tingkat religiusitas. Berdasarkan hasil penelitian efikasi diri berada pada kategorisasi sangat tinggi hal tersebut menunjukkan bahwa santri baru mempunyai keyakinan pada diri yang tinggi untuk menyelesaikan pekerjaan yang dihadapi. Sedangkan untuk penyesuaian diri berada kategorisasi tinggi hal tersebut menunjukkan bahwa santri baru dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik pada lingkungan baru.

Hal itu sejalan dengan penelitian yang dilakukan Warsito (2004) yaitu seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki strategi yang baik untuk menghadapi situasi dalam penyesuaian diri tanpa harus mengasingkan diri dari persoalan baru di sekitarnya. Rahma (2011) mengungkapkan bahwa remaja yang mempunyai efikasi diri yang baik mampu mengatasi ketidakpuasan, permasalahan serta stress yang sedang dihadapi. Efikasi diri yang dimiliki dapat memiliki strategi untuk memilah tindakan serta pola pikir untuk mengatasi masalah dalam melakukan penyesuaian diri. Lingkungan baru merupakan suatu perubahan besar dalam hidup seseorang. Tuntutan dan perubahan akan dialami, maka dari itu penyesuaian diri dibutuhkan bagi seseorang yang memiliki lingkungan baru dan keyakinan diri akan membantu seseorang berorientasi dengan tugas-tugas dan peran baru (Sasmita & Rustika, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2018) menunjukkan bahwa santri baru putri memerlukan waktu untuk membaur dan lebih mengenal terhadap tuntutan baruyang di hadapi di pondok pesantren.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Laely (2017) menunjukkan bahwa santri di pondok pesantren modern yang memiliki penyesuaian diri yang tinggi mampu menyesuaikan diri dengan baik untuk menghadapi tuntutan agar lebih mandiri, bertanggung jawab dalam menghadapi hubungan sosial dan kegiatan akademik maupun non akademik di pondok pesantren. Mubarak (2012) mengungkapkan pada penelitiannya bahwa seseorang yang melakukan penyesuaian diri di lingkungan yang baru akan merubah diri sesuai dengan kondisi lingkungan baru yang ditempati. Penelitian yang dilakukan oleh Mega (2013) menunjukkan bahwa santri di pondok pesantren An-Nur melakukan penyesuaian diri dengan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dan tuntutan dari faktor di dalam diri dan faktor di luar diri.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Anwar (2017) santri yang memiliki pengetahuan tentang diri sendiri mengenai kekurangan dan kelebihan akan mampu menghadapi keseleran antara tuntutan dalam melakukan penyesuaian diri. Penelitian yang dilakukan Rosida dan Lestari (2017) menyatakan bahwa santri yang menerapkan efikasi diri dalam melakukan penyesuaian diri akan lebih mampu memotivasi diri sendiri dan orang lain, lebih berfikir positif, dapat menyelesaikan permasalahan yang dimiliki dan mampu meningkatkan keakraban sosial. Penelitian lain yang dilakukan Handono dan Bashori (2013) menyatakan bahwa santri yang mampu melakukan penyesuaian diri yang baik akan semangat dalam mencapai tujuan serta mampu menghadapi permasalahan dari berbagai situasi.

Hasil penelitian efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren tahfidzul Qur'an Kecamatan Sirampog Bumiayu menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan, namun antara studi pendahuluan wawancara dengan hasil penelitian mengalami perbedaan, dalam studi pendahuluan wawancara santri baru mengungkapkan bahwa mengalami sedikit kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan kegiatan di pondok pesantren, hasil yang didapatkan setelah penelitian adalah efikasi diri dan penyesuaian diri santri baru pada kategori sangat tinggi dan tinggi. Faktor yang menyebabkan perbedaan antara hasil penelitian dan studi pendahuluan wawancara adalah santri baru di pondok pesantren yang diuji melakukan kegiatan pondok pesantren dengan tertib, setoran hafalan dengan lancar, dan menaati peraturan yang ditetapkan pondok pesantren sehingga permasalahan yang dialami saat studi pendahuluan wawancara berangsur-angsur mengalami perubahan yang signifikan dan saat pelaksanaan penelitian efikasi diri dan penyesuaian diri santri baru sudah dalam kondisi yang baik.

#### **4. Kesimpulan dan Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dan penyesuaian diri pada santri baru penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Kecamatan Sirampog Bumiayu. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri pada diri santri baru penghafal Al-Qur'an maka diikuti dengan penyesuaian diri yang baik pula. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri santri baru penghafal Al-Qur'an semakin rendah kemampuan melakukan penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran kepada :

##### **1. Santri Baru**

Diharapkan mampu mempertahankan efikasi diri sehingga dapat melakukan proses penyesuaian diri dengan lingkungan pondok pesantren dengan baik.

##### **2. Keluarga**

Diharapkan kepada keluarga dapat memberi keyakinan pada calon santri baru tentang hal-hal baik yang nantinya didapatkan di pondok pesantren agar terjadi penyesuaian diri yang baik sehingga calon santribaru dapat menyelesaikan tugasnya menuntut ilmu di pondok pesantren.

##### **3. Peneliti selanjutnya**

Agar dalam penelitian selanjutnya dapat mencari tahu hubungan penyesuaian diri dengan aspek-aspek lainnya tidak hanya efikasi diri, namun bisa dikaitkan dengan tingkat religiusitas, kematangan, fisik maupun kebudayaan.

### Ucapan Terima Kasih

1. Bapak Ruseno Arjangga, S.Psi., MA., Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Ibu Erni Agustina Setiowati, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembimbing terbaik yang telah bersabar membimbing saya dalam pengerjaan skripsi ini.

### Daftar Pustaka

- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM Press.
- Antley, M. W. (2010). Toward a Methatheoretical Iintegration Of Development Paradigms. *Integral Review*, 6, 1-15.
- Anwar, M. B. (2017). Pengaruh Kelekatan Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Santri Baru Tingkat SMP Di Pondok Pesantren Annur Al-Murtadlo Bululawang Malang. *Skripsi*.
- Arikunto, P. S. (2003). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Artha, N. W., & Supriyadi. (2013). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Self Efficacy Dalam Pemecahan Masalah Penyesuain Diri Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1, 190-202.
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lutfy, A. (2013/ 1435 H). Metode Tahfidz Al Qur'an (Studi Komparatif Metode Tahfidz Al Qur'an di Pondok Pesantren Madrasah Al Hufadz II Gedongan Ender, Pangenan Cirebon dengan Pondok Pesantren Tahfidz Qur'an Terpadu Al Hikmah Bobos, Dukuh Puntang Cirebon. *Jurnal Pendidikan Islam*, 14, 157-173.
- M. Irfan, & Suprpti, V. (2014). Hubungan Self Efficacy dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3, 172-178.
- Maghfur, S. (2018). Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang. *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 12, 1-10.
- Mahendrani, W., & Esthi, R. (2014). Hubungan antara Self Efficacy dengan Penyesuaian Diri pada siswa Akselerasi. *Psikodimensia*, 13, 1-10.

- Mahendrani, W., & Rahayu, E. (2015). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Akselerasi. *1*, 1-10.
- Mark , M. C., & Edward, L. (1981). Self Efficacy Relapse in Smoking Cessation Programs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, Consultation* 49, 648-649.
- Martin , M. C., Li-Tze, H., & Ben, F. G. (2001). Academy Self Efficacy and First Year Collage Student Performance and Adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93, 55-64.