

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Penyesuaian Diri

##### 1. Pengertian Penyesuaian Diri

Menurut Shcneiders dalam Rini Risnawita Suminta, penyesuaian diri adalah proses kecakapan mental dan tingkah laku seseorang dalam menghadapi tuntutan-tuntutan baik dari dalam diri sendiri maupun lingkungannya.<sup>18</sup> penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respons mental dan perilaku. Dalam hal ini, individu berusaha secara memadai mengatasi ketegangan, frustrasi, kebutuhan, dan konflik yang timbul dari dirinya sendiri dan untuk membangun tingkat kesesuaian antara tuntutan yang muncul dalam dirinya dan dunia objektif di mana individu tinggal.<sup>19</sup>

Menurut Mappiare dalam Fani Kumalasari, penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan untuk dapat diterima oleh kelompok dengan mengikuti keinginan kelompok. Seorang individu dalam melakukan penyesuaian diri lebih banyak mengabaikan kepentingan kelompok agar tidak dikucilkan oleh kelompoknya.<sup>20</sup>

---

<sup>18</sup> Nuryani, "Dampak Kesulitan Menyesuaikan Diri Pada Santri", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 1, (2019), 2.

<sup>19</sup> Meidiana Pritaningrum, "Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama", *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Vol. 2, No. 3, (2013), 9.

<sup>20</sup> Fani Kumalasari, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan", *Jurnal Psikologi Pitutur*, Vol. 1, No. 1 (2012), 23.

Menurut Firman dalam Doni Darma Sagita penyesuaian diri adalah keahlian seseorang untuk bereaksi terhadap kenyataan, situasi, hubungan sosial lingkungan dalam rangka memenuhi kebutuhan hidup sesuai dengan nilai dan standar yang berlaku. Sedangkan penyesuaian diri menurut Sofyan S. Willis dalam Dony Darma Sagita ialah kemampuan seseorang untuk hidup secara alami dan bergaul dengan lingkungannya sehingga dia puas dengan dirinya dan kawasan sekitar. Dengan demikian, kita dapat melihat dengan jelas bagaimana peran dan tempat adaptasi dalam kehidupan pribadi, termasuk kehidupan siswa di lingkungan sekolah dipersepsikan.<sup>21</sup>

Menurut Nur Ghufroon & Rini Risnawita dalam Rizqiyah Mumtazah penyesuaian diri memiliki banyak arti, antara lain usaha manusia untuk mengendalikan tekanan tuntutan, usaha menjaga keseimbangan antara pemuasan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan sekitar, dan usaha menyalurkan kebutuhan lingkungan.<sup>22</sup>

Dari definisi penyesuaian diri dari beberapa tokoh diatas dapat disimpulkan bahawa penyesuaian diri kemampuan individu untuk memenuhi salah satu kebutuhan psikologis dan mampu menerima dirinya sendiri dengan baik serta mampu menerima kegiatan sosial dan ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di lingkungannya.

---

<sup>21</sup> Dony Darma Sagita, Erlamansyah, Syahniar, "Hubungan Antara Perlakuan Orang tua Dengan Penyesuaian Diri Siswa Sekolah", *Jurnal Ilmiah Konseling*, Vol 1, No. 1 Januari 2013, 295.

<sup>22</sup> Mumtazah Rizqiyah, "Peranan Guru BK Dalam Membantu Penyesuaian Diri Siswa Baru Di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta", *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, Vol 14, No. 2 Desember (2017), 4.

## 2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders dalam Rini Risnawita S penyesuaian terdiri dari empat aspek:

- a. *Adaptation* berarti bahwa penyesuaian dianggap mampu untuk beradaptasi. seseorang dapat menyesuaikan diri dengan baik berarti memiliki hubungan yang memuaskan dengan lingkungan.
- b. *Conformity* adalah seseorang dikatakan beradaptasi dengan baik jika memenuhi kriteria sosial dan internal.
- c. *Mastery* adalah orang yang mempunyai penyesuaian diri baik dengan memiliki kemampuan untuk merencanakan dan mengatur reaksinya untuk dapat mengatur dan merespons secara efektif semua masalah.
- d. *Individual Variation* adalah perbedaan individu dalam tingkah laku dan respon terhadap masalah.<sup>23</sup>

## 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders dalam Sunarto & Agung Hartono terdapat lima faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu:

- a. Kondisi fisik, termasuk genetika, susunan fisik, sistem saraf, sistem kelenjar dan otot, kesehatan dll.
- b. Perkembangan kedewasaan, terutama kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional.

---

<sup>23</sup> Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 50.

- c. Penentu psikologis, meliputi pengalaman, pembelajaran, pengkodisian, penentuan nasib sendiri, frustrasi dan konflik.
- d. Kondisi lingkungan terutama rumah dan sekolah.
- e. Penentu budaya, termasuk agama.<sup>24</sup>

#### 4. Tujuan Penyesuaian Diri

Tujuan penyesuaian diri berdasarkan Schaneiders dalam Muhammad Choiruddun menjelaskan bahwa tujuan penyesuaian diri yaitu sebagai berikut:

- a. Mendapatkan keharmonisan antara tuntutan dari dalam diri dan lingkungan dimana individu tersebut berada.
- b. Individu yang ingin beradaptasi lebih baik dari sebelumnya adalah individu yang sehat, memiliki hubungan sosial yang luas dengan keluarga dan teman, dan puas dengan kehidupan masa lalunya.<sup>25</sup>
- c. Memproleh kepuasan dalam bergaul dengan orang lain.
- d. Mengekspresikan diri secara wajar, tulus, jujur, dan cenderung memfasilitasi saling pengertian.<sup>26</sup>

#### 5. Pembentukan Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri yang baik tidak akan dapat tercapai jika kehidupan seseorang benar-benar bebas dari stres, shock, dan tekanan emosional, maka orang tersebut dapat menghadapi kesulitan secara

---

<sup>24</sup> Sunarto dan Agung Hartono, *Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Asdi Mahasatya, 2002), 229.

<sup>25</sup> Cokroda Isti Mirah Jayanti Biya, Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya, "Hubungan Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Pada Masa Pensiun Pejabat Struktural di Pemerintahan Provinsi Bali", *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol. 3, No. 3 (2016), 356.

<sup>26</sup> Muhammad Choirudin, "Penyesuaian Diri : Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa", Vol. 12, No. 1(2015), 15.

objektif dan berdampak pada hidupnya, menyenangkan, peduli dengan pekerjaan dan kinerja.<sup>27</sup>

Pada dasarnya penyesuaian diri berhubungan dengan lingkungan. Lingkungan dapat membuat penyesuaian diri yang cukup sehat bagi individu, termasuk sebagai berikut:

- a. Lingkungan keluarga, segala konflik dan tekanan yang ada dapat dihindari atau diselesaikan jika individu dibesarkan dalam keluarga dengan rasa aman, cinta, rasa hormat, toleransi. Dengan demikian, adaptasi akan lebih baik jika individu merasakan kehidupan keluarganya. Rasa dekat dengan keluarga merupakan salah satu kebutuhan dasar bagi perkembangan spiritual seseorang.<sup>28</sup>
- b. Lingkungan Teman Sebaya, dalam kehidupan pertemanan, membentuk hubungan dekat antar teman di masa remaja lebih penting daripada di masa-masa lain. Seringkali, hal tersulit bagi remaja adalah menjauh dari teman-temannya. Individu dengan bebas mengekspresikan proyek, aspirasi, dan impuls mereka kepada mereka.
- c. Lingkungan Sekolah, Sekolah memiliki tugas yang tidak terbatas pada masalah literasi informasi. Tapi itu juga menyiratkan tanggung jawab untuk pendidikan dalam arti yang lebih luas. Bagi guru, mereka tidak hanya mengajar tetapi juga berperan sebagai pendidik yang menciptakan masa depan. Guru dapat dilihat sebagai tahap

---

<sup>27</sup> Muchamad Choiruddin, 4.

<sup>28</sup> Sofyan Willis, *Remaja dan masalahnya*, (Alfabeta: Bandung, 2005), 49.

pertama dalam proses pembentukan kehidupan yang membutuhkan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan lingkungannya. Menurut guru atau pendidik, pendidikan modern terdiri dari mengamati perkembangan individu yang dapat menyesuaikan sistem pendidikan sesuai dengan rangkaian tersebut.<sup>29</sup>

Dapat disimpulkan dari tokoh di atas bahwa pembentukan penyesuaian diri berkaitan dengan dirinya dan lingkungan. Dengan begitu lingkungan dapat membentuk penyesuaian diri yang cukup positif pada pribadi, seperti lingkungan rumah, lingkungan teman seangkatan dan lingkungan pendidikan.

#### 6. Penyesuaian Diri dalam Perspektif Islam

Penyesuaian diri dalam perspektif islam tertera dalam Al-Qur'an surah Al-Isra' ayat 15.

مَنْ أَهْتَدَىٰ فَأِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّٰ فَاِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۗ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا ۗ ١٥

*Artinya: Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. dan seseorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rasul.” (Q.S. Al-Isra’: 15).*

Departemen Agama RI menjelaskan tentang surat Al-Isra' ayat 15 bahwa Allah SWT telah menerangkan dan mengingatkan kepada hamba-Nya untuk menyelamatkan dirinya sendiri sesuai dengan hidayah yang

---

<sup>29</sup> Muchamad Choirudin, 6.

telah ditunjukkan oleh Allah SWT. Allah juga telah mengingatkan kepada hamba-Nya yang melakukan atau memilih jalan sesat bahwa yang memilih jalan tersebut akan menimbulkan kerugian bagi dirinya sendiri.<sup>30</sup> Hal ini terkait dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia, bahwa dimanapun ia berada maka ia dituntut dapat menyesuaikan diri dengan tempat tersebut, sehingga manusia tersebut mampu memperoleh ketenangan dimasa yang akan datang.

## **B. Iklim Sekolah**

### **1. Pengertian Iklim Sekolah**

Menurut Hoy dan Miskell, menyebutkan bahwa iklim sekolah produk akhir dari interaksi antar kelompok peserta didik di sekolah, guru-guru dan para pegawai tata usaha (*administrators*) yang bekerja untuk mencapai keseimbangan antar dimensi organisasi (sekolah) dengan dimensi individu.

Tubs dkk, menjelaskan dalam pendapatnya bahwa iklim sekolah sebagai sesuatu yang *Intangible* tetapi penting untuk sebuah organisasi dan dianalogikan dengan kepribadian seorang individu.<sup>31</sup>

Torney Putra & Lansdale mengemukakan iklim sekolah juga berpengaruh terhadap pembentukan nilai-nilai kewarganegaraan (*civis values*). Sebagai contoh: hubungan guru-siswa yang saling menghormati,

---

<sup>30</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Surabaya : Mekar, 2008) Al-Isra' Ayat 15.

<sup>31</sup> Puspita Nur Aulia, "Hubungan Antar Presepsi Terhadap Iklim Sekolah Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Berbasis Ketarunaan", *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, Vol. 1, No. 1 (2021), 426-427.

adanya kebasahan untuk masyarakat tidak setuju, mau mendengarkan siswa meski dalam perspektif yang berbeda telah memberikan dampak terhadap tingkat kekritisian siswa tentang berbagai isu yang terkait dengan kewarganegaraan. Selain itu siswa juga lebih toleran terhadap perbedaan dan lebih mengenal terhadap berbagai hubungan internasional.

Jonathan Cohen dkk berpendapat dalam Luluk Masroatul Lailiyah dkk bahwa iklim sekolah adalah mengacu pada kualitas dan karakter dari kehidupan sekolah. iklim sekolah didasarkan pola pengalaman masyarakat mengenai kehidupan sekolah yang mencerminkan norma, tujuan, nilai-nilai, hubungan interpersonal, praktek belajar mengajar dan struktur organisasi.<sup>32</sup>

Dari definisi iklim sekolah dapat disimpulkan bahwa iklim sekolah yang mencakup: ekspektasi prestasi siswa yang tinggi, lingkungan sekolah yang teratur, moral yang tinggi, perlakuan terhadap siswa yang positif, penyertaan aktivitas siswa yang tinggi dan hubungan sosial yang positif akan memiliki korelasi yang kuat dengan hasil-hasil akademik siswa.

## 2. Aspek-Aspek Iklim Sekolah

Menurut Jonathan Cohen dalam iklim sekolah memiliki empat aspek yaitu, sebagai berikut:

- a. *Safety* (Keamanan), mencakup peraturan yang jelas dan konsisten, sejauh mana individu merasa aman secara fisik serta sikap tentang kekerasan dan intimidasi.

---

<sup>32</sup> Luluk Masroatul Lailiyah, Moh. Irfan Burhani, dan Prima Ayu Rizki Muhanani. "Hubungan Antara Iklim Sekolah Dengan Keterlibatan Siswa Dalam Belajar", 32.



- b. *Relationship* (Hubungan), yang mencakup saling menghormati keberagaman, rasa keterhubungan antara anggota komunitas sekolah dan pola hubungan positif antara siswa, pendidik atau guru dan keluarga.
- c. *Teaching and Learning* (Mengajar dan Belajar), merupakan kualitas pengajaran, sejauhmana pembelajaran sosial-emosional dan akademis dihargai, serta apakah pembangunan profesional yang sistematis dan berkelanjutan.
- d. *Institutional Enviromental* (Lingkungan Kelembagaan), yang mencakup kebersihan, ketertiban, daya tarik fasilitas sekolah dan sumber daya yang memadai.<sup>33</sup>

### 3. Iklim Sekolah yang Sehat

Iklim sekolah dapat dikategorisasikan sebagai iklim sekolah yang kondusif/sehat/positif untuk proses belajar:

Menurut Jerome terdapat empat masalah yang selalu dihadapi oleh sekolah, antara lain:

- a. Masalah mengenai mengelola lingkungan sekolah.
- b. Masalah mengenai menyusun tujuan dan mengimplementasikan tujuan.
- c. Masalah mengenai perbaikan perpaduan yang ada di sekolah.
- d. Masalah menciptakan dan melestarikan kebudayaan sekolah.

---

<sup>33</sup> Luluk Masroatul Lailiyah, Moh. Irfan Burhani, dan Prima Ayu Rizki Muhanani. "Hubungan Antara Iklim Sekolah Dengan Keterlibatan Siswa Dalam Belajar", 32.

Menurut Jerome dalam Ornela Hapsari sekolah yang sehat yaitu sekolah yang terlindungi dari komunitas yang tidak baik dan terhindar dari tekanan orang tua. Perinsip dari sekolah yang sehat yaitu adanya pemimpin yang dinamis, pemimpin yang berorientasi pada aturan dan hubungan sosial, guru-guru memiliki kemampuan untuk mengoperasikan sekolah, guru berkomitmen untuk mengajar dan mendidik, guru menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, para siswa mengerjakan tugas dengan baik, memiliki motivasi tinggi dan menghargai siswa satu sama lain, perlengkapan belajar mengajar di sekolah disediakan dengan teknologi baru, guru saling percaya, antusias dalam bekerja dan bangga terhadap sekolah.<sup>34</sup>

#### 4. Iklim Sekolah dalam Perspektif Islam

Iklim sekolah yang berkaitan dengan lingkungan sekolah dapat diartikan sebagai persepsi warga sekolah terhadap suasana yang terjadi di sekolah. Berikut hadis tentang iklim sekolah yang diambil dari kitab Ta'lim Muata'allim sebagai berikut:

رَأَيْتَ أَحَقَّ الْحَقِّ حَقَّ الْمَعْلَمِ وَأَوْجِبَهُ حِفْظًا عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ  
لَقَدْ حَقَّ أَنْ يَهْدَى إِلَيْهِ كِرَامَةً لِتَعْلِيمِ حَرْفٍ وَاحِدٍ أَلْفَ دِرْهَمٍ  
فَإِنْ مِنْ عِلْمِكَ حَرْفًا وَاحِدًا مِمَّا تَحْتَاجُ إِلَيْهِ فِي الدِّينِ فَهُوَ أَبُوكَ فِي الدِّينِ

Artinya: “Keyakinanku tentang hak guru, hak paling hak adalah itu Paling wajib di pelihara, oleh muslim seluruhnya demi memulyakan, hadiah berhak di haturkan seharga dirham seribu, tuk mengajar huruf yang Satu Memang benar, orang yang mengajarmu satu huruf ilmu yang diperlukan dalam urusan agamamu, adalah bapak dalam kehidupan agamamu.”

---

<sup>34</sup> Ornela Hapsari, 19-20.

Dari penjelasan diatas maka dapat dinyatakan bahwa hadis tersebut berhubungan dengan iklim sekolah yang mana terdapat dari salah satu aspek point nomor 3 yaitu *teaching and learning* (mengajar dan belajar). Maka dapat disimpulkan bahwa iklim sekolah ialah suasana yang diciptakan oleh kepala sekolah selaku pemimpin yang dapat menunjang terjadinya proses belajar mengajar.

### C. Efikasi Diri

#### 1. Pengertian Efikasi Diri

Efikasi diri umumnya berkaitan dengan harga diri atau *self-esteem*, karena keduanya merupakan aspek dari penilaian diri mengenai keberhasilan atau kegagalan seseorang sebagai seorang manusia. Namun, keduanya juga memiliki perbedaan yaitu bahwa efikasi diri tidak mempunyai komponen penghargaan diri seperti pada *self esteem*.<sup>35</sup>

Albert Bandura dalam Rini Risnawita mendefinisikan efikasi diri merupakan keyakinan individu dalam kemampuan mereka untuk melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.<sup>36</sup> Sedangkan menurut Baron dan Byrne, efikasi diri didefinisikan sebagai penilaian seseorang terhadap kemampuan atau kapasitasnya untuk menyelesaikan tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan.

---

<sup>35</sup> M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, jogjakarta : Ar-Ruzamedia, (2012),1 74.

<sup>36</sup> M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, 73.

Selain itu Bandura juga mengemukakan “*Self-efficacy, which refers to the belief in one’s capabilities to organize and execute the courses of action required to manage prospective situations.*”<sup>37</sup> Efikasi diri yang mengacu pada keyakinan, kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mengelola situasi prospektif.

Judge dkk dalam Rini Risnawita, memandang efikasi diri sebagai indikator positif dan laporan diri dasar untuk penilaian diri yang berguna untuk pemahaman diri. Padahal, menurut Hakim dan Bono dalam Rini Risnawita bahwa, efikasi diri merupakan salah satu aspek terpenting dari pengetahuan diri atau self-knowledge, memiliki pengaruh yang paling penting dalam kehidupan sehari-hari masyarakat, karena efikasi diri juga mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan untuk ditempuh untuk mencapai suatu tujuan, termasuk didalamnya perkiraan tantangan yang akan dihadapi.<sup>38</sup> Sedangkan menurut Pajares dalam Mitftahun Ni’mah Suseno, efikasi diri adalah penilaian kemampuan individu untuk melakukan tugas tertentu dalam konteks tertentu. Selanjutnya, efikasi diri didefinisikan dengan berfokus pada kemampuan seseorang untuk berhasil menyelesaikan tugas-tugas tertentu. Myres dalam Mitftahun

---

<sup>37</sup> Albert Bandura, *Self-Efficacy in Changing Societies*, New York : Cambridge University Press, (1995), 2.

<sup>38</sup> M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, 76-77.

Ni'mah Suseno mengatakan bahwa efikasi diri adalah perasaan seseorang yang kompeten dan efektif dalam melakukan suatu tugas.<sup>39</sup>

Menurut Jess Feist dkk bahwa manusia bertindak dalam situasi yang bergantung pada keterkaitan perilaku, lingkungan, dan kondisi kognitif, terutama faktor kognitif yang berkaitan dengan keyakinan bahwa mereka mampu atau tidak dapat berpartisipasi, terlibat dalam perilaku yang diperlukan untuk menghasilkan kinerja yang diinginkan dalam suatu situasi.<sup>40</sup>

## 2. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Albert Bandura mengemukakan bahwa aspek-aspek efikasi diri pada tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi, sebagai berikut :

### a. Dimensi Tingkat (*level*)

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batasan kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat.<sup>41</sup>

---

<sup>39</sup> Miftahun Ni'mah Suseno, "The Effect of Interpersonal Communication Training in Improving Self Efficacy as a Trainer Among College Students", *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 1, No. 1, (2009), 95.

<sup>40</sup> Jess Feist, Gregory J. Feist, Tomi-Ann Roberts, *Teori Kepribadian*, Jakarta : Salemba Humanika (2017), 156.

<sup>41</sup> M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, 80.

b. Dimensi kekuatan (*strength*)

Dalam dimensi ini sangat berkaitan dengan kemampuan mengevaluasi diri, Keyakinan diri, Banyaknya tugas yang mampu dikerjakan, Orientasi tujuan dan *Locus of control* internal (pengendalian diri).<sup>42</sup>

c. Dimensi generalisasi (*generality*)

Dimensi *generality* menunjukkan apakah keyakinan tentang efikasi diri terjadi dalam domain tertentu atau berlaku untuk berbagai jenis kegiatan atau situasi, 1) saling menanggapi situasi lain dengan baik dan berfikir positif; 2)gunakan pengalaman masalah sebagai alat untuk sukses; 3) suka mencari situasi baru; 4)mampu merespon secara efektif terhadap situasi apapun, 5) mencoba hal-hal baru.<sup>43</sup>

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri terdiri dari tiga aspek, yaitu *Magnitude* (tingkat kesulitan) *Strength* (kekuatan) *Generality* (generalitas). Pada penelitian ini tiga dimensi tersebut digunakan sebagai indikator pengukuran efikasi diri.

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Bandura mengungkapkan efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap dirinya akan mampu melakukan suatu tingkah laku yang diperlukan dalam suatu tugas yang dipengaruhi oleh banyak faktor

---

<sup>42</sup> Oktariani, "Hubungan Self Efficacy Dan Dukungan sosial Teman Sebaya Dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan", *Jurnal Kognisi*, Vol. 2, No. 2, (2018), 100-101.

<sup>43</sup> Ely Satiyasih Rosali, Darwis Darmawan, Mega Prani Ningsih, "Kajian Efikasi Diri Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring Di Era Pandemi Covid-19", *Journal Of Geography Education Universitas Siliwangi*, Vol. 2, No. 2, (2021), 3.

salah satunya yaitu, Perubahan perilaku.<sup>44</sup> dalam sistem Bandura kuncinya adalah perubahan ekspektasi kinerja (efikasi diri). Efikasi diri atau kepercayaan diri dapat dicapai, dimodifikasi, ditingkatkan atau dikurangi, dengan salah satu atau kombinasi dari empat sumber, yakni pengalaman sukses (*mastery experience*), pengalaman orang lain (*vicarious experience*), persuasi sosial (*social persuasion*) dan pembangkitan emosi (*Emotional pshyiological states*)<sup>45</sup>

Efikasi diri adalah elemen kepribadian yang berkembang melalui pengamatan individu terhadap konsekuensi tindakan mereka dalam situasi tertentu. Persepsi yang dimiliki seseorang tentang dirinya terbentuk sepanjang hidupnya melalui penghargaan dan hukuman dari orang-orang di sekitarnya. Faktor penguatan (*reward dan punishment*) secara bertahap dibentuk dari dalam untuk membentuk pemahaman dan keyakinan tentang *self-efficacy*.

Albert Bandura, dalam kata-kata Alwisol, menyatakan bahwa persepsi pribadi tentang efikasi diri tumbuh dari perolehan bertahap kemampuan dan pengalaman tertentu secara terus menerus. Kemampuan mempersepsikan kemampuan posesif kognitif yang meningkatkan kepercayaan diri atau stabilitas akan menjadi dasar bagi individu untuk melakukan upaya terbaiknya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.<sup>46</sup>

---

<sup>44</sup> J.W. Atkinson, *Pengantar Psikologi* (Terjemah Nurdjanah dan Rukmini), Jakarta : Erlangga (1995), 78.

<sup>45</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang : UMMpres, 2009), 287.

<sup>46</sup> M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, 77-78.

Menurut Albert Bandura dalam M. Nur Ghufron & Rini Risnawita efikasi diri dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat sumber informasi utama yaitu :

- a. Pengalaman Keberhasilan (*mastery experience*) Pengalaman operasional merupakan pencapaian yang telah dicapai selama satu tahun terakhir. Sebagai sumber, kinerja masa lalu adalah perubahan paling dramatis dalam efikasi diri.<sup>47</sup> Sumber informasi ini memiliki pengaruh besar pada efikasi diri individu karena didasarkan pada pengalaman pribadi yang aktual dalam hal keberhasilan dan kegagalan.<sup>48</sup>

Mengalami kesuksesan akan meningkatkan efikasi diri individu, sedangkan mengalami kegagalan akan menurunkannya. Mencapai kesuksesan akan memiliki efek yang berbeda pada efisiensi rantai tergantung pada proses untuk mencapainya:

- 1) Semakin sulit tugasnya, semakin efektif keberhasilannya.
- 2) Bekerja sendiri, meningkatkan efikasi diri lebih dari bekerja dalam kelompok dengan bantuan orang lain.
- 3) Ketidakmampuan untuk mengurangi efikasi diri jika orang merasa telah memberikan yang terbaik.
- 4) Kegagalan dalam situasi emosional/stress, dampaknya tidak parah seolah-olah kondisinya optimal.

---

<sup>47</sup> Alwisol, 288.

<sup>48</sup> M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, 78.



- 5) Gagal setelah orang dengan keyakinan efikasi yang kuat, dampaknya akan lebih ringan jika kegagalan terjadi pada orang dengan keyakinan efikasi yang lemah.
- 6) Orang sukses, sekali gagal tidak mempengaruhi efikasi.<sup>49</sup>

Perkembangan efikasi diri ini memiliki dampak besar pada efikasi diri individu karena didasarkan pada pengalaman aktual individu dalam hal keberhasilan dan kegagalan. Pengalaman sukses akan meningkatkan efikasi diri individu, sedangkan pengalaman gagal akan menurunkannya. Begitu efikasi diri yang kuat tumbuh melalui serangkaian keberhasilan, dampak negatif dari kegagalan umum akan berkurang. Kenyataannya, kegagalan yang diatasi dengan upaya-upaya tertentu dapat memperkuat motivasi diri seseorang jika melalui pengalaman melihat bahwa rintangan yang paling sulit pun dapat diatasi.<sup>50</sup>

- b. Pengalaman Orang Lain (*mastery experience*) Pengalaman orang lain merupakan alternatif yang disediakan untuk model sosial. Mengamati perilaku dan pengalaman orang lain sebagai proses belajar pribadi. Melalui pengalaman orang lain, efikasi diri individu dapat ditingkatkan, terutama jika individu tersebut merasa bahwa dirinya sama-sama mampu atau lebih unggul dari orang lain yang diteliti. Individu akan cenderung merasa mampu melakukannya.

---

<sup>49</sup> Alwisol, 288.

<sup>50</sup> M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S, 78.

Peningkatan self efficacy dapat mengembangkan motivasi untuk mendapatkan tujuan yang diinginkan.

Dampak dari pengalaman orang lain dalam efikasi diri sangat dipengaruhi oleh kemiripan antara individu dengan pengalaman yang dilihatnya. Semakin mirip individu dengan pengalaman orang lain maka pengaruh kegagalan maupun keberhasilan akan semakin besar.<sup>51</sup>

- c. Persuasi Verbal (*verbal persuasion*) Persuasi verbal adalah cara mempercayai seseorang tentang apa yang mereka butuhkan untuk bekerja lebih keras untuk mencapai tujuan mereka dan berhasil atau gagal. Persuasi verbal cukup kuat untuk meningkatkan efektivitas pribadi dan mengadopsi perilaku yang efektif. Seseorang yang menerima sugesti atau dorongan agar percaya bahwa dirinya mampu mengatasi masalah yang akan dihadapinya. Persuasi verbal melibatkan istilah yang tepat tentang bagaimana dan kapan persuasi diberikan untuk meningkatkan efektivitas seseorang. Kondisi pribadi adalah perasaan percaya diri pada kekuatan persuasi dan sifat praktis dari apa yang dibujuk.<sup>52</sup>
- d. Keadaan Fisiologis dan Emosional Situasi dimana penekanan emosi dapat mempengaruhi efikasi diri. Gangguan emosi pribadi, syok, kecemasan yang mendalam, dan keadaan fisiologis yang rendah akan dianggap sebagai sinyal bahwa suatu peristiwa buruk akan segera

---

<sup>51</sup> Jess Feist & Gregory Feist, *Teori Kepribadian (Terjemah Smita Prathia Siahputri)*, Jakarta : Salemba Humanika, 213-214.

<sup>52</sup> Jess Feist & Gregory Feist, 214.

terjadi, sehingga akan ada kecenderungan untuk menghindari situasi stres, langsung dan mengancam. Ketika menilai

Dalam banyak kasus, kemampuan individu untuk menyembunyikan informasi tubuh diselesaikan oleh keadaan fisiologis dan emosional mereka. Pribadi menafsirkan ketakutan, kecemasan, stres dan reaksi stres sebagai ciri-ciri yang menunjukkan kinerja yang birik. Peringkat efikasi diri orang dipengaruhi oleh suasana hati yang buruk melemahkan efikasi diri.<sup>53</sup>

#### 4. Efikasi Diri dalam Perspektif Islam

Self-efficacy berkaitan dengan persepsi seseorang tentang kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau mencapai tujuannya berpengaruh pada motivasi seseorang yang kemudian akan mendorong individu tersebut berusaha yang lebih keras. Allah Swt berfirman dalam surah al-Ra'd ayat 11 :

لَهُ مَعْقِبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ  
مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ  
لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya: “Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”

---

<sup>53</sup> Jess Feist & Gregory Feist, 215.

Menurut Hamka dalam M. Quraish Shihab menafsirkan kalimat (sebagai ‘sisi dalam’ atau kondisi kejiwaan manusia, sedang Hamka menyebutnya sebagai kekuatan dan akal budi yang dianugerahkan Allah kepada manusia sehingga manusia dapat bertindak sendiri dan mengendalikan dirinya sendiri di bawah naungan Allah. Dengan demikian, manusia berkuasa atas dirinya selama masih dalam batas-batas ketentuan Allah dengan mengandalkan sisi dalam atau akal budi mereka.<sup>54</sup>

Perubahan yang terjadi karena sebab perubahan ‘sisi’ menurut Shihab adalah perubahan dalam bentuk apa saja, baik perubahan dari hal yang positif menjadi negatif ataupun sebaliknya (dari negatif berubah positif). Terkait hal tersebut, Bandura menyatakan bahwasanya *self-efficacy* yang dimiliki seseorang akan menentukan apakah orang tersebut akan menampilkan perilaku tertentu atau tidak. Kinerja pencapaian yang dilakukan seseorang dipengaruhi oleh tingkat keyakinannya. Tanpa adanya *self-efficacy*, seseorang bahkan akan enggan untuk mencoba sesuatu karena individu tersebut sudah tidak yakin terhadap kemampuannya.<sup>55</sup>

Meski perubahan yang dimaksud dalam surah al-Ra‘d ialah perubahan sosial dengan melihat kata qawm yang menunjuk pada kelompok masyarakat. Akan tetapi, perubahan sosial dapat bermula dari

---

<sup>54</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu’ 13 Surat 13* (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1982), 73.

<sup>55</sup> Howard S. Friedman dan Miriam W . Schustack, *Kepribadian : Teori Klasik dan Riset Modern*, (Jakarta: Erlangga, 2006), 283.

individu dalam masyarakat yang kemudian menyebar ke masyarakat luas berupa ide-ide atau gagasan yang ia sampaikan. Shihab menjelaskan bahwa sesuatu yang menular dari perseorangan kepada masyarakat ialah pola pikir dan sikap perorangnya yang memengaruhi masyarakat luas.<sup>56</sup>

Menurut Hamka dalam M. Quraish Shihab menegaskan bahwa *iradah* (tekad dan kemauan keras) lahir dari nilai-nilai yang ditawarkan dan diseleksi oleh akal dan dapat menghasilkan aktivitas bila disertai dengan kemampuan. Selaras dengan hal tersebut. Menurut Bandura bahwa keyakinan (*self-efficacy*) individu akan memberikan efek pada diri individu tersebut. Keyakinan seseorang akan memengaruhi rangkaian tindakan yang diambil untuk mencapai sesuatu dan seberapa besar usaha yang ia lakukan. Di samping itu, keyakinan seseorang akan memengaruhi seberapa lama ia akan gigih dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, atau ketabahannya dalam menghadapi kemalangan. Keyakinan tersebut juga terkait bagaimana pola pikir seorang individu menghalangi diri atau membantu dirinya sendiri, serta tingkat prestasi yang ia capai.<sup>57</sup> Hal tersebut terjadi karena keyakinan *self-efficacy* dalam diri individu akan memprediksi rangkaian tujuan bagi dirinya serta kinerja dalam mencapai tujuan tersebut.<sup>58</sup>

---

<sup>56</sup> Ibid., 285.

<sup>57</sup> Albert Bandura, *Self Efficacy: The Exercise of Control*, (New York: W. H. Freeman and Company, 1997), 3.

<sup>58</sup> Ibid., 11.

Dari pemaparan di atas maka nilai-nilai yang dimaksud Shihab (yang dapat melahirkan perilaku tertentu dalam rangka merubah nasib seseorang) juga terkait dengan persepsi seseorang terhadap kompetensi yang dimilikinya (*self efficacy*). Hal tersebut (sebagaimana pendapat Hamka) karena Allah tidak akan merubah nasib seseorang jika individu tersebut tidak berusaha merubah nasibnya.<sup>59</sup> Sedang usaha yang dilakukan seseorang bergantung pada seberapa besar keyakinannya terhadap kemampuannya.

Keyakinan yang dimiliki individu terkait kemampuannya dalam mencapai suatu tujuan akan memengaruhi usaha yang dilakukannya. Semakin kuat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya, maka akan semakin besar usaha yang dilakukannya. Sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* seseorang, maka akan semakin kecil usaha yang dilakukannya. Hal tersebut sesuai dengan yang dinyatakan oleh Bandura bahwa semakin kuat *self-efficacy* (positif) seseorang maka akan semakin semangat untuk mencapai tujuannya, begitu juga sebaliknya. *Self-efficacy* sebagai konsep diri seseorang akan mengarahkan seseorang tersebut agar tetap semangat untuk mencapai suatu yang telah diyakini. Oleh karena itu, individu yang sudah yakin terhadap kemampuannya, maka ia akan berusaha dengan penuh semangat. Dengan demikian, individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi merupakan individu yang memiliki

---

<sup>59</sup> Hamka, *al-Azhar Juzu' 14.*, 74.

keinginan yang kuat dan tidak mudah putus asa dalam mencapai tujuannya.<sup>60</sup>

#### **D. Dinamika Pengaruh Antara Variabel Iklim Sekolah $X_1$ dan Efikasi Diri $X_2$ Terhadap Penyesuaian Diri Y**

##### **1. Pengaruh Antara Iklim Sekolah Terhadap Penyesuaian Diri**

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Puspita Nur Aulia, yang berjudul “Hubungan Antara Presepsi Terhadap Iklim Sekolah Dengan Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Berbasis Ketrunaan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan yang terdapat di antara presepsi terhadap iklim sekolah dengan penyesuaian diri pada siswa SMA berbasis ketrunaan. Hasil reliabilitas menunjukkan angka sebesar 0,837 dan *Learning Environment Inventory* mengukur presepsi terhadap iklim sekolah dengan reliabilitas 0,657. Hasil analisis variabel penelitian menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,274. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara presepsi terhadap iklim sekolah dengan penyesuaian diri pada siswa SMA berbasis ketrunaan.<sup>61</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Arifin dengan judul “Hubungan Antara Presepsi Terhadap Iklim Sekolah Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa SMP”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan yang terdapat di antara presepsi terhadap iklim sekolah dengan penyesuaian diri siswa SMP. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai koefisien

---

<sup>60</sup> Noornajihan J, “Efikasi Kendiri: Perbandingan Antara Islam dan Barat”, GJAT, Vol. 4 Issue 2, (December 2014), 92.

<sup>61</sup> Puspita Nur Aulia, “Hubungan Antar Presepsi Terhadap Iklim Sekolah Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Berbasis Ketrunaan” 426.

korelasi  $r_{xy} = 0,508$ ;  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hasil ini menunjukkan ada hubungan yang positif yang sangat signifikan antara persepsi terhadap iklim sekolah dengan penyesuaian diri. Hipotesis penelitian dapat diterima. Semakin tinggi (positif) persepsi terhadap iklim sekolah maka semakin tinggi penyesuaian diri, demikian pula sebaliknya semakin rendah (negatif) persepsi terhadap iklim sekolah maka semakin rendah penyesuaian diri.<sup>62</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Astrid Noviasari Suprpto dengan, yang berjudul “ Hubungan Antara Persepsi Siswa Terhadap Iklim Sekolah Dengan Penyesuaian diri Siswa SMA Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi siswa terhadap iklim sekolah dengan penyesuaian diri siswa SMA Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat terdapat hubungan antara penyesuaian diri dengan persepsi siswa terhadap iklim sekolah. diperoleh hasil adanya hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan persepsi siswa terhadap iklim sekolah ( $r = 0,723$ ,  $p < 0,05$ ).<sup>63</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Yuhana Nur Aini yang berjudul “Pengaruh Iklim Intelektual Sekolah Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Di Ma’arif Cekok Tahun Pelajaran 2016/2017”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa pengaruh iklim intelektual sekolah terhadap penyesuaian diri. Hasil analisis data menunjukkan hasil

---

<sup>62</sup> Arifin, “Hubungan Antara Persepsi Terhadap iklim Sekolah Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa SMP”, Skripsi (2013), 1.

<sup>63</sup> Astrid Noviasari Suprpto, “Hubungan Antara Persepsi Siswa Terhadap Iklim Sekolah Dengan Penyesuaian Diri Siswa SMA Yogyakarta”, Skripsi (2018), 1.



perhitungan yaitu  $F_{hitung} > F_{tabel}$ , maka  $H_0$  ditolak. Kemudian diperoleh koefisien determinasi sebesar 53,32% yang artinya iklim intelektual sekolah berpengaruh sebesar 53,32% terhadap kemampuan diri siswa 46,68% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam pembahasan ini.<sup>64</sup>

Berdasarkan teori Jonathan Cohen yang telah diungkapkan oleh Puspita Nur Aulia, Arifin, dan Astrid Noviasari Suprpto, serta penelitian Yuhana Nur Aini maka dapat disimpulkan bahwa iklim sekolah memiliki dampak positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri.

## 2. Pengaruh Antara Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri

Penelitian yang dilakukan oleh Aulia Suhesty dan Zafira Noor Basuki, yang berjudul “Penyesuaian Diri dan Efikasi Diri Terhadap *Academic Bouyancy*”. *Academic bouyancy* dan penyesuaian diri merupakan sebuah satu kesatuan yang saling mempengaruhi satu sama lain bagi mahasiswa yang bekerja. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyesuaian diri dan efikasi diri akademik terhadap *academic bouyancy* pada mahasiswa Sekolah Tinggi X Kota Balikpapan yang bekerja. Berdasarkan tabel 5 hasil uji analisis regresi model penuh, ditemukan hasil yang menunjukkan bahwa nilai  $f_{hitung} > F_{tabel}$  yakni  $81.466 > 3.08$  serta nilai  $p$  yang menunjukkan nilai  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menyatakan bahwa hipotesis mayor dalam penelitian yang diterima, yakni terdapat pengaruh penyesuaian diri dan

---

<sup>64</sup> Yuhana Nur Aini, “Pengaruh Iklim Intelektual Sekolah Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Di Ma’arif Cekok Tahun Pelajaran 2016/2017”, Skripsi (2017), 2.

efikasi diri akademik terhadap *academic bouyanancy* pada mahasiswa yang bekerja. Dari penelitian tersebut menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antar variabel yaitu penyesuaian diri dan efikasi diri.<sup>65</sup>

Penelitian selanjutnya yang ditulis oleh Adelina Rahmawati dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui efikasi diri dan penyesuaian diri terhadap santri baru. Hasil perhitungan yang menggunakan analisis *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,685$ ;  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri, semakin tinggi afikasi diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri begitupun sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula penyesuaian diri. Dari penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru.<sup>66</sup>

Penelitian dari Toar Shamgar Mamesah dan Ratriana Y.E Kusumiati, dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Pada mahasiswa Baru Provonsi NTT yang merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga”. Dalam penelitian tersebut untuk mengetahui efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri mahasiswa merantau. Berdasarkan penelitian mengenai

---

<sup>65</sup> Aulia Suhesty dan Zafira Noor Basuki, “Peneyesuaian Diri dan Efikasi Diri Akademik Terhadap Academic Bouyancy”, Vol. 6, No, 3 (2022),7-9.

<sup>66</sup> Adelina Rahmawati, “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru”, Naskah Publikasi, (2015) 10-12.

hubungan efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru provinsi NTT yang merantau di UKSW Salatiga mendapatkan hasil korelasi positif yang signifikan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri ( $r = 0,564$ ). Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri.<sup>67</sup>

Penelitian Diana Aulia dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Boarding School Di Madrasah Tsanawiyah Amsilati”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan penyesuaian diri siswa boarding school. Hasil dari penelitian tersebut berdasarkan korelasi Spearman Rank diperoleh nilai ( $r_s = 0,670$ ;  $p = < 0,005$ ), sehingga terdapat hubungan positif antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada siswa boarding school di MTS Amsilati. Kesimpulan hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil positif yang signifikan efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri siswa boarding school di MTS Amsilati.<sup>68</sup>

Berdasarkan teori dari Bandura serta penelitian yang telah dilakukan oleh Aulia Suhesty dan Zafira Noor Basuki, Adelina Rahmawati, serta penelitian Diana Aulia maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri.

---

<sup>67</sup> Toar Shamgar Mamesah dan Ratriana Y.E Kusumiati, “Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Pada mahasiswa Baru Provinsi NTT yang merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga”, Vol. 14, No. 1 (2019), 326-327.

<sup>68</sup> Diana Aulia, “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Boarding School Di Madrasah Tsanawiyah Amsilati”, Skripsi (2015), 1.

### 3. Pengaruh Antara Iklim Sekolah, Efikasi Diri, dan Penyesuaian Diri

Penelitian ini didasari oleh fenomena yang sedang terjadi dimana siswa mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, yang mengakibatkan nilai akademis menurun dan munculnya berbagai masalah.

Sehubungan dengan kondisi sulit yang dihadapi siswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik. Siswa dengan penyesuaian diri yang tinggi akan mempengaruhi nilai akademik siswa. Siswa dengan penyesuaian diri yang tinggi dapat diterima disuatu kelompok, dapat menerima dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri. Schneiders mengatakan bahwa suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu, dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik, yang bertujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan dimana dia tinggal dengan tuntutan dalam dirinya.

Penyesuaian diri yang tinggi akan mempengaruhi dengan iklim sekolah yang dimiliki setiap siswa. Iklim sekolah adalah mengacu pada kualitas dan karakter dari kehidupan sekolah. iklim sekolah didasarkan pola pengalaman masyarakat mengenai kehidupan sekolah yang mencerminkan norma, tujuan, nilai-nilai, hubungan interpersonal, praktek belajar mengajar dan struktur organisasi. Iklim sekolah selain berdampak pada pencapaian akademik, juga memiliki kontribusi positif

terhadap hasil non akademik, seperti pembentukan konsep diri, keyakinan diri dan apresiasi.

Efikasi diri juga memegang peran sangat penting dalam kehidupan sehari-hari terutama disekolah, seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi dalam dirinya mendukung. mengemukakan efikasi diri mempunyai peran sangat besar terhadap kemampuan siswa mengembangkan efikasi di dalam dirinya. demikian halnya dengan efikasi diri yang tinggi. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan melakukan usaha lebih keras untuk mengatasi semua kesulitan, berusaha mengerahkan seluruh kemampuan sumber daya kognitif, motivasi dan menentukan atau merencanakan tindakan apa yang dibutuhkan untuk mencapai situasi yang diinginkan.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Irma Marlina Novita Marpaung dan Caroline Lisa Setia Wati pada tahun 2020 dengan judul “Hubungan Antara Harga Diri, Efikasi Diri Akademik, dan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Para Siswa Kelas VII di SMP ST. Kristoforus 1”. Hasil menunjukkan bahwa iklim sekolah dan efikasi diri memiliki dampak positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri siswa.

Berdasarkan teori Jonathan Cohen dan Albert Bandura serta penelitian yang telah dilakukan oleh Irma Marlina Novita Marpaung dan Caroline Lisa Setia Wati maka dapat diambil kesimpulan bahwa iklim

sekolah dan efikasi diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri.

### E. Kerangka Berpikir

*Gambar 2.1 Kerangka Teoritis*

