

Hubungan *Self-Efficacy* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Angkatan 2025 FKIK Universitas Khairun

INFO PENULIS	INFO ARTIKEL
Nesa Savira Ilham Universitas Khairun nesasaviraaa@gmail.com +6282196732288 Happy Cahyani Sunusi Universitas Khairun happycahyani@unkhair.ac.id +6281354587378	ISSN: 2963-8933 Vol. 5, No. 2 Juni 2026 http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi:

Ilham, N. S., & Sunusi, H. C. (2026). Hubungan *Self-Efficacy* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Angkatan 2025 FKIK Universitas Khairun. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan (AJPP)*, 5(2), 2222-2228.

Abstrak

Transisi ke lingkungan perguruan tinggi menuntut mahasiswa baru untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan serta tantangan yang ada. Salah satu faktor psikologis kunci yang menentukan keberhasilan penyesuaian diri tersebut adalah *self-efficacy*, atau keyakinan diri dalam menuntaskan tugas dan menghadapi hambatan. Mahasiswa yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi umumnya lebih adaptif dalam merespons situasi baru. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilaksanakan untuk mengkaji korelasi antara *self-efficacy* dengan kemampuan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun. Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji keterkaitan antarvariabel. Data dikumpulkan menggunakan instrumen berupa skala *self-efficacy* dan skala penyesuaian diri yang dikembangkan secara mandiri. Analisis data dilakukan melalui uji prasyarat (normalitas dan linearitas), yang diikuti dengan uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* melalui bantuan perangkat lunak SPSS. Hasil analisis menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri, dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,601 dan signifikansi $p < 0,05$. Temuan ini mengindikasikan adanya korelasi kuat yang searah; dengan kata lain, peningkatan *self-efficacy* berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa.

Kata Kunci: *Self-efficacy*, Penyesuaian Diri, Mahasiswa Baru, Mahasiswa FKIK.

Abstract

Transitioning to a college environment requires new students to adapt to various changes and challenges that exist. One of the key psychological factors that determine the success of such self-adjustment is self-efficacy, or self-confidence in completing tasks and facing obstacles. Students who have a high level of self-efficacy are generally more adaptive in responding to new situations. Based on this background, this study was carried out to examine the correlation between self-efficacy and self-adjustment ability in students of the class of 2025 of the Faculty of Medicine and Health Sciences, Khairun University. This study applies a quantitative method with a correlational design to test the relationship between variables. Data were collected using instruments in the form of self-efficacy scales and self-adjustment scales that were developed independently. Data analysis was carried out through prerequisite tests (normality and linearity), followed by hypothesis tests using the Pearson Product Moment correlation technique with the help of SPSS software. The results of the analysis showed a significant positive relationship between self-efficacy and self-adjustment, with a correlation coefficient (r) of 0.601 and a significance of $p < 0.05$. These findings indicate a strong one-way correlation; In other words, increased self-efficacy contributes significantly to the improvement of students' self-adjustment skills.

Key Words: Self-efficacy, Self-adjustment, Freshmen, Faculty of Medicine and Health Sciences Students

A. Pendahuluan

Mahasiswa baru berada pada masa transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi yang ditandai dengan perubahan sistem pembelajaran, meningkatnya tuntutan akademik, serta lingkungan sosial yang lebih beragam. Hadi (2016) menyatakan bahwa kondisi tersebut menuntut mahasiswa memiliki kemampuan penyesuaian diri agar mampu menghadapi berbagai tantangan akademik maupun sosial secara efektif. Pendapat tersebut didukung oleh Nurfitriana (2016) yang menjelaskan bahwa proses transisi ke lingkungan perguruan tinggi mengharuskan mahasiswa mampu beradaptasi dengan perubahan lingkungan akademik dan sosial. Selanjutnya, Oetomo *et al.* (2017) mengemukakan bahwa hambatan fisik dan psikologis, kesulitan mengikuti perkuliahan, kemampuan mengelola emosi, serta hubungan sosial merupakan faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa. Selain itu, Fitri dan Kustanti (2018) menemukan bahwa mahasiswa dengan kemampuan penyesuaian diri yang baik cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik serta lebih mampu mengatasi stres akademik.

Fenomena tersebut juga ditemukan pada mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Khairun. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih mengalami kesulitan beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang lebih kompleks, lingkungan sosial baru, serta tuntutan akademik yang tinggi. Salah satu faktor psikologis yang diduga berperan dalam proses tersebut adalah *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai tuntutan (Bandura, 1997). Menurut Harahap *et al.* (2021), mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan akademik. Sejalan dengan itu, Nabila dan Wahyuni (2021) menyatakan bahwa mahasiswa dengan *self-efficacy* yang tinggi lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus.

Hasil wawancara awal dengan beberapa mahasiswa angkatan 2025 FKIK Universitas Khairun dari Program Studi Psikologi, Farmasi, dan Pendidikan Dokter menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan. Kesulitan tersebut meliputi perbedaan sistem pembelajaran dibandingkan saat di SMA, padatnya materi perkuliahan, serta rasa canggung dalam berinteraksi dengan teman yang memiliki latar belakang berbeda. Beberapa mahasiswa juga mengaku belum yakin dengan kemampuan mereka dalam mengelola strategi belajar yang efektif, meskipun mereka berupaya beradaptasi melalui komunikasi dengan teman, keterbukaan dalam berinteraksi, serta memanfaatkan dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar. Temuan ini menunjukkan bahwa proses penyesuaian diri pada mahasiswa baru masih menjadi tantangan yang berkaitan dengan tingkat keyakinan diri (*self-efficacy*) yang dimiliki mahasiswa.

Sebaliknya, hasil wawancara pada mahasiswa angkatan 2025 dari beberapa fakultas non-kedokteran di Universitas Khairun menunjukkan bahwa mereka umumnya telah mampu

melakukan penyesuaian diri dengan baik, yang ditunjukkan melalui kemampuan beradaptasi dengan lingkungan kampus, menjalin hubungan sosial yang positif, bekerja sama, menghargai perbedaan, serta menyesuaikan perilaku dengan norma yang berlaku. Perbedaan temuan tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dapat bervariasi antar fakultas, sehingga diperlukan penelitian untuk mengkaji faktor-faktor yang berperan dalam proses penyesuaian diri mahasiswa, salah satunya adalah *self-efficacy*.

Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara tambahan pada mahasiswa angkatan 2024 FKIK Universitas Khairun yang menunjukkan bahwa mereka juga mengalami tantangan akademik dan sosial pada awal perkuliahan. Namun, seiring berjalannya waktu mereka mampu menyesuaikan diri melalui pengelolaan strategi belajar, komunikasi yang baik dengan dosen dan teman, pemanfaatan dukungan sosial, serta keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi berbagai tuntutan perkuliahan. Hal ini menunjukkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses yang berkembang secara bertahap dan dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, termasuk *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa.

Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1997). *Self-efficacy* terdiri atas tiga aspek, yaitu *level*, yang berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang diyakini mampu diselesaikan *strength*, yang menunjukkan kuat atau lemahnya keyakinan individu terhadap kemampuannya; dan *generality*, yang menggambarkan sejauh mana keyakinan tersebut dapat diterapkan pada berbagai situasi atau tugas yang berbeda. Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih percaya diri, gigih menghadapi tantangan, serta mampu mengatasi hambatan dalam proses adaptasi.

Penyesuaian diri merupakan proses individu dalam mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dengan tuntutan lingkungan sehingga mampu berfungsi secara efektif (Schneiders, 1960). Penyesuaian diri terdiri atas dua aspek, yaitu *personal adjustment*, yang berkaitan dengan kemampuan individu menerima dan mengelola dirinya sendiri, serta *social adjustment*, yang berkaitan dengan kemampuan menjalin hubungan dan berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial.

Penelitian Irwansyah (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Temuan tersebut didukung oleh penelitian Novita (2022) yang juga menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *self-efficacy* yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik. Meskipun demikian, penelitian yang mengkaji hubungan kedua variabel tersebut pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun, khususnya angkatan 2025, masih sangat terbatas. Padahal, karakteristik pembelajaran di FKIK yang memiliki beban akademik lebih tinggi dibandingkan banyak program studi lain memungkinkan munculnya dinamika penyesuaian diri yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memperkaya bukti empiris mengenai hubungan *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada konteks mahasiswa di wilayah Maluku Utara.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri serta menggambarkan tingkat *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2025 FKIK Universitas Khairun. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya terkait faktor psikologis yang memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa baru, serta menjadi dasar dalam penyusunan program pendampingan untuk meningkatkan kemampuan adaptasi mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi.

B. Metodologi

1. Research Design

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional untuk menganalisis hubungan antara *self-efficacy* sebagai variabel bebas dan penyesuaian diri sebagai variabel terikat. Penelitian dilaksanakan pada bulan April-Mei 2026 di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Khairun, Kota Ternate, Maluku Utara.

2. Participants (Population and Sample)

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 257 mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun yang berasal dari Program Studi Psikologi, Farmasi, dan Pendidikan Dokter. Sampel penelitian berjumlah 162 mahasiswa

yang ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi penelitian meliputi mahasiswa aktif angkatan 2025 FKIK Universitas Khairun, terdaftar pada salah satu dari tiga program studi tersebut, bersedia menjadi responden, serta mengisi kuesioner secara lengkap.

3. *Technique of Data Collection*

Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner melalui *Google Form* dengan skala Likert empat pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Sebelum pengisian kuesioner, seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan diminta menyatakan persetujuan (*informed consent*) untuk berpartisipasi dalam penelitian.

4. *Instruments*

Instrumen penelitian terdiri atas skala *self-efficacy* yang disusun berdasarkan teori Bandura (1997) yang meliputi aspek *level*, *strength*, dan *generality*, serta skala penyesuaian diri yang disusun berdasarkan teori Schneiders (1960) yang meliputi aspek *personal adjustment* dan *social adjustment*. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen diuji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dan diuji reliabilitas menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Hasil uji menunjukkan butir pernyataan skala penyesuaian diri yang dinyatakan valid sebanyak 19 aitem dan skala *self-efficacy* sebanyak 22 aitem, sedangkan nilai reliabilitas skala *self-efficacy* sebesar 0,938 dan skala penyesuaian diri sebesar 0,933, sehingga kedua instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik.

5. *Technique of Data Analysis*

Analisis data dilakukan menggunakan program *IBM SPSS Statistics*. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta tingkat *self-efficacy* dan penyesuaian diri. Sebelum pengujian hipotesis dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas untuk memastikan hubungan linear antara kedua variabel. Setelah seluruh asumsi terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan taraf signifikansi 0,05 untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Penelitian ini melibatkan 162 mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun yang berasal dari Program Studi Psikologi, Farmasi, dan Pendidikan Dokter. Karakteristik responden dikelompokkan berdasarkan program studi dan jenis kelamin untuk memberikan gambaran mengenai profil partisipan penelitian.

Tabel 1. Data Demografis

Demografi	Kategori	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Usia	17 tahun	41	25,3%
	18 tahun	63	38,9%
	19 tahun	48	29,6%
	20 tahun	9	5,6%
	21 tahun	1	0,6%
Jenis Kelamin	Perempuan	131	80,9%
	Laki-laki	31	19,1%

Berdasarkan Tabel 1, responden penelitian terdiri atas mahasiswa angkatan 2025 dari Program Studi Psikologi, Farmasi, dan Pendidikan Dokter. Mayoritas responden berasal dari kategori yang memiliki jumlah terbanyak berdasarkan distribusi data penelitian. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden merupakan perempuan.

Uji Asumsi

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, penelitian ini terlebih dahulu melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan analisis parametrik.

Uji Normalitas

Tabel 2. Uji Normalitas

Variabel	Statistik	Std. Deviation	Sig	Ket
X	0.815	3.932	0.520	Normal
Y	0.815	3.932	0.520	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,520 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal dan memenuhi asumsi untuk dilakukan analisis korelasi *Pearson Product Moment*.

Uji Linearitas

Tabel 3. Uji Linearitas

Hubungan Variabel	Sig. Linearity	Sig. Deviation from Linearity	Ket
Variabel X dengan Y	0.000	0.001	Linear

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi *Linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Dengan demikian, hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri bersifat linear sehingga memenuhi asumsi untuk dilakukan analisis korelasi *Pearson Product Moment*.

Uji Hipotesis

Tabel 4. Uji Hipotesis

Variabel	N	r. hitung	Sig	Ket
X dengan Y	162	0.601	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,601$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima, yang berarti semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian dirinya. Sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy*, maka semakin rendah pula kemampuan penyesuaian diri mahasiswa.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* merupakan faktor psikologis yang berperan penting dalam membantu mahasiswa baru menghadapi proses transisi ke lingkungan perguruan tinggi. Keyakinan terhadap kemampuan diri mendorong mahasiswa lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas akademik, mengatasi tekanan perkuliahan, serta membangun hubungan sosial yang positif. Temuan ini sejalan dengan teori Bandura (1997) yang menjelaskan bahwa individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung memiliki motivasi, ketekunan, dan kemampuan bertahan yang lebih baik ketika menghadapi berbagai tantangan. Dengan demikian, *self-efficacy* tidak hanya memengaruhi keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya, tetapi juga menentukan bagaimana individu merespons tuntutan dan perubahan lingkungan.

Hasil penelitian ini juga mendukung teori penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneiders (1960), yang menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan individu mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan tuntutan lingkungan. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung lebih mampu mengendalikan emosi, menerima perubahan, menyelesaikan permasalahan akademik, serta berinteraksi secara efektif dengan lingkungan kampus. Sebaliknya, rendahnya *self-efficacy* dapat menyebabkan mahasiswa lebih mudah merasa cemas, ragu terhadap kemampuan diri, dan mengalami hambatan dalam proses adaptasi.

Hubungan positif antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori Bandura (1997), khususnya pada aspek *strength*. Aspek ini menggambarkan kuatnya keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi berbagai tantangan. Mahasiswa yang memiliki keyakinan diri yang kuat cenderung lebih gigih,

mampu bertahan ketika menghadapi hambatan akademik maupun sosial, serta tidak mudah menyerah dalam menyelesaikan berbagai tuntutan perkuliahan. Kondisi tersebut mendukung kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri secara lebih efektif dengan lingkungan perguruan tinggi.

Selain itu, aspek *generality* juga menjelaskan hubungan positif antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri. Aspek ini menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri dapat diterapkan dalam berbagai situasi dan tantangan yang berbeda. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri dalam mengikuti perkuliahan, menyelesaikan tugas, berinteraksi dengan dosen dan teman sebaya, serta menghadapi berbagai perubahan selama masa transisi menjadi mahasiswa. Dengan demikian, semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa, semakin baik pula kemampuan penyesuaian dirinya.

Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Irwansyah (2021), Novita (2022), serta Tarigan dan Fuadillah (2022) yang melaporkan adanya hubungan positif antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Kesamaan hasil tersebut memperkuat bukti empiris bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu prediktor penting keberhasilan adaptasi mahasiswa di perguruan tinggi. Penelitian ini juga memberikan kontribusi empiris pada konteks mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun, yang memiliki karakteristik tuntutan akademik relatif tinggi, sehingga memperkaya kajian mengenai hubungan *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa di wilayah Maluku Utara.

Secara akademik, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan *self-efficacy* berpotensi menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa baru. Oleh karena itu, pengembangan program pembinaan mahasiswa, seperti pelatihan peningkatan kepercayaan diri, keterampilan pemecahan masalah, serta pendampingan akademik dan psikologis sejak awal perkuliahan, dapat menjadi upaya yang mendukung proses adaptasi mahasiswa di lingkungan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun. Meskipun demikian, *self-efficacy* bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi penyesuaian diri. Faktor lain, seperti dukungan sosial, lingkungan keluarga, kemampuan komunikasi, kondisi emosional, dan pengalaman individu juga diduga berkontribusi terhadap kemampuan penyesuaian diri mahasiswa sehingga perlu dikaji lebih lanjut pada penelitian berikutnya.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun ($r = 0,601$; $p < 0,05$). Hasil tersebut menjawab tujuan dan rumusan masalah penelitian bahwa semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa, semakin baik pula kemampuan penyesuaian dirinya dalam menghadapi tuntutan akademik dan lingkungan sosial di perguruan tinggi. Temuan ini menegaskan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam mendukung proses adaptasi mahasiswa baru. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi perguruan tinggi dalam merancang program pembinaan dan pendampingan untuk meningkatkan *self-efficacy* serta kemampuan penyesuaian diri mahasiswa.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan *Google Form*, hanya melibatkan mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun, serta hanya mengkaji satu variabel bebas, yaitu *self-efficacy*. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan populasi yang lebih luas dan mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi penyesuaian diri, seperti dukungan sosial, lingkungan keluarga, kemampuan komunikasi, kondisi emosional, kepribadian, dan pengalaman individu, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa.

E. Referensi

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Empati*, 7(2), 66-77.
- Hadi, I. (2016). *Hubungan self-efficacy dengan penyesuaian diri mahasiswa baru di Universitas Negeri Jakarta* (Skripsi, Universitas Negeri Jakarta). Universitas Negeri Jakarta

- Harahap, D., dkk. (2021). Hubungan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa baru. *Jurnal Psikologi*, 5(3), 7828–7833.
- Irwansyah, S. (2021). *Hubungan Self-efficacy dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru UIN Ar-Raniry Banda Aceh* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
- Nabila, T., & Wahyuni, E. (2021). Hubungan antara efikasi diri (*self efficacy*) dengan kepuasan hidup (*life satisfaction*) mahasiswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 164–172.
- Novita, E. (2022). Hubungan *Self-efficacy* Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Pertanian Universitas Medan Area. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 3(2), 154-159.
- Nurfitriana, P. (2016). *Penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Oetomo, P. F., Yuwanto, L., & Rahaju, S. (2017). Faktor penentu penyesuaian diri pada mahasiswa baru *emerging adulthood* tahun pertama dan tahun kedua (*Determinants of adjustment for new students emerging adulthood first year and year two*). *Mind Set*, 8(2), 67–77.
- Schneiders, A. A. (1960). *Personal adjustment and mental health*. Holt, Rinehart and Winston.
- Tarigan, B. A., & Fuadillah, A. (2022). *Penyesuaian Diri Ditinjau dari Self-Efficacy pada Mahasiswa Awal yang Merantau di Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Sari Mutiara Medan*. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 1(1), 85-92