

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP PENYESUAIAN DIRI  
SISWA KELAS X SMK NEGERI 10 JAKARTA TIMUR  
PADA MASA PEMBELAJARAN DARING**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Melengkapi dan Memenuhi  
Persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana (S1)**



**Oleh  
Melda  
1701015026**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA  
JAKARTA  
2021**

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X  
SMK Negeri 10 Jakarta Timur Pada Masa Pembelajaran Daring

Nama : Melda

NIM : 1701015026

Setelah diuji dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi, dan direvisi sesuai saran penguji

Program Studi : Bimbingan dan Konseling




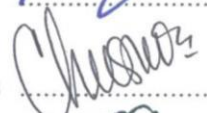

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas : Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

Hari : Sabtu

Tanggal : 11 September 2021

Tim Penguji

	Nama Jelas	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua	: Dr. Asni, M.Pd., Kons		26/11/2021
Sekretaris	: Dony Darma Sagita, M.Pd., Kons		26/11/2021
Pembimbing	: Nuraini, M.Pd., Kons		25/11/2021
Penguji I	: Chandra Dewi S. W., M.Pd., Kons		23/10/2021
Penguji II	: Fatma Nofriza, S.Pd., M.Si		23/11/2021

Disahkan Oleh,

Dekan



Dr. Desvian Bandarsyah, M.Pd.  
NIDN: 03.1712.6903

## HALAMAN PERSETUJUAN

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

Judul Skripsi : Pengaruh Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X  
SMK Negeri 10 Jakarta Timur pada Masa Pembelajaran Daring

Nama : Melda

Nim : 1701015026

Setelah diperiksa dan dikoreksi melalui proses bimbingan, maka dosen pembimbing dengan ini menyatakan setuju terhadap skripsi ini untuk diujikan atau disidangkan.

Jakarta, 27 Agustus 2021  
Pembimbing



Nuraini, M. Pd., Kons

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Melda  
Nim : 1701015026  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur Pada Masa Pembelajaran Daring* merupakan hasil karya saya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan plagiat dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain. Semua sumber baik yang kutip atau dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai dengan pedoman dan tata cara pengutipan yang berlaku.

Apabila ternyata dikemudian hari skripsi ini, baik sebagian maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 26 Agustus 2021

Yang membuat pernyataan



Nama : Melda  
Nim : 1701015026

## ABSTRAK

**Melda:** 1701015026. “*Pengaruh Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur pada Masa Pembelajaran Daring*”. Skripsi. Jakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, 2021.

Penelitian dilatarbelakangi oleh fenomena pada perubahan sistem proses pembelajaran saat ini yang dilakukan secara daring dimana menimbulkan ketidaksiapan siswa dalam melakukan proses pembelajaran. Penelitian bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan adanya pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian diri siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur pada tahun ajaran 2021-2022.

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian kuantitatif asosiatif. Populasi sebanyak 252 siswa. Sampel penelitian 155 orang, melalui teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*.

Berdasarkan analisis data menggunakan regresi linear sederhana dengan hasil analisis menunjukkan nilai  $R\text{ Square} = 0,790$ , hasil regresi  $t_{hitung} = 23,989 > t_{tabel} = 1,975$  dan nilai sig. uji  $t = 0,000 < \alpha = 0,05$ . Dari hasil ini menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri. Dengan itu maka hipotesis diterima, dimana sebesar 79% efikasi diri mempengaruhi penyesuaian diri siswa kelas X pada masa pembelajaran daring. Hal ini berarti bahwa pada masa pembelajaran daring peningkatan dan penurunan efikasi diri akan mempengaruhi penyesuaian diri siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur, jadi semakin tinggi efikasi diri siswa pada masa pembelajaran daring maka semakin baik penyesuaian diri siswa sebaliknya semakin rendah efikasi diri siswa maka semakin menurun penyesuaian diri siswa.

**Kata Kunci:** *efikasi diri, penyesuaian diri*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Alhamdulillah rabbil'amin*

Saya mengucapkan rasa syukur kepada Allah Swt., yang memberikan rahmat dan hidayah-Nya serta petunjuk sehingga dapat membantu saya dalam menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi ini sebagai tugas akhir kelulusan saya di Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA.

Skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang yang saya sayangi, yaitu:

1. **Keluargaku tersayang: Emakku Nurpifah, Apakku Yusmadi, adik-adiku Gita Yuspita dan Sinta Mutiara** yang selalu mendoakan keberhasilanku, yang selalu siap mendengarkan ceritaku selama masa skripsi, yang selalu memberikan aku dukungan secara penuh dari segi kasih sayang, cinta, materi, dan semangat sehingga aku bisa sampai di posisi ini bisa menyelesaikan pendidikanku dengan baik dan mendapatkan gelar serjana.
2. **Seluruh keluarga besar terkhusus pamanku M. Jais dan Abang Rianto** yang selalu memberikan dukungan selama aku menjalani masa pendidikan baik secara materi dan semangatnya.
3. **Untuk orang terkasih Nabiel Efreza** yang turut memberikan dukungan baik secara waktu, tenaga, dan semangat serta bersedia menemani dan membantu membuat instrumen penelitian dan antar-jemput saat mencari sekolah uji validitas serta kerumah dosbing selama penyusunan skripsi ini.

4. **Untuk sahabat sekaligus teman seperbimbinganku Adilah Fauziyah** yang sudah saling melemparkan semangat dan saling membantu dari penulisan maupun yang lainnya hingga sampai titik akhir penelitian sehingga penyusunan skripsi ini selesai.
5. **Untuk keluarga teletubir Adilah, Winda, Vanessa, Harlina, Yunita, Mukhlisa, Natasya, dan Adinda** yang telah memberikan dukungan dan semangat selama penyusunan skripsi dan perkuliahan selama 4 tahun ini.
6. **Untuk Kakak Adisty Safirandini, S. Pd** yang telah berkenan dan bersedia memabantu serta menjadi tempat bertanya selama penyusunan skripsi ini.
7. **Untuk keluarga sahabatku Winda Juniawati, Om Bandi, dan Tante Titin** yang telah memberikan dukungannya dan semangat selama penyusunan skripsi ini.
8. **Untuk teman-teman BK 2017, teman-teman Voli UHAMKA, dan seluruh Keluarga Besar Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA** yang telah menemani dan menjadi bagian dari perjalanan perkuliahan dan pengalaman yang tak terlupakan.

Akhir kata, saya mengucapkan terima kasih banyak untuk orang-orang baik yang telah memberikan saya dukungan dan doanya semoga Allah Swt., membalas kebaikan kalian dan skripsi ini bermanfaat untuk orang banyak.

*Aamiin Ya Rabbalalaamiin*

## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji syukur kehadirat Allah Swt., yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa SMK Negeri 10 Jakarta Timur pada Masa Pembelajaran Daring”. Shalawat dan salam tercurah kepada Rasulullah Muhammad dengan mengucapkan *Allahumma sholli 'ala Muhammad wa 'ala ali Muhammad*.

Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu selama proses penyusunan proposal penelitian ini. Ucapan terima kasih ini penulis tujukan kepada:

1. Bapak Dr. Desvian Bandarsyah, M. Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.
2. Ibu Dr. Asni, M. Pd., Kons Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA.
3. Bapak Dony Darma Sagita, M. Pd. Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA.
4. Ibu Nuraini, M. Pd., Kons selaku dosen pembimbing yang membimbing, dan telah bersedia meluangkan waktu serta memberikan dukungan, arahan, dan semangat untuk penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini sehingga terselesaikan dengan baik.



5. Ibu Chandra Dewi S. W., M.Pd., Kons selaku dosen penguji 1 yang telah memberikan arahan dan masukan kepada penulis agar skripsi ini selesai dengan baik.
6. Ibu Fatma Nofriza, S.pd., M.Si selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis agar skripsi ini selesai dengan baik.
7. Ibu Aminah, M.Pd Kepala Sekolah SMK Negeri 10 Jakarta Timur yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian.
8. Ibu Desita Arief, S.Pd, Ibu Dra. Puspa Rini, dan Ibu Nurlailah, S.Pd selaku Guru BK di SMK Negeri 10 Jakarta Timur yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membantu dalam proses wawancara dan saat pengambilan data penelitian.
9. Ibu/Bapak Guru beserta Staff SMK Negeri 10 Jakarta Timur atas kesempatan dan bantuan yang diberikan kepada penulis dalam melakukan penelitian dan memperoleh informasi yang diperlukan selama penulisan penelitian ini.
10. Siswa-siswi SMK Negeri 10 Jakarta Timur, terkhususnya kelas X yang telah bersedia membantu penulis dalam studi pendahuluan dan mengisi kuesioner penelitian penulis.
11. Ibu Desly Wahyuni, S.Pd Kepala Sekolah SMK Negeri 40 Jakarta yang telah mengizinkan penulis melakukan uji validitas instrumen.
12. Ibu Yunni Nursalam, S.Pd Wakil Kurikulum Sekolah SMK Negeri 40 Jakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan Uji Validitas Instrumen Penelitian di SMK Negeri 40 Jakarta.

13. Ibu Nurul Hidayati Ma'sar, S. Pd selaku Guru BK yang telah membantu dan memberikan kesempatan untuk penulis masuk ke kelas untuk menyebarkan instrumen penelitian guna melakukan Uji Validitas.
14. Siswa-siswa SMK Negeri 40 Jakarta, terkhusus kelas X yang telah bersedia membantu dalam Uji Validitas Instrumen.
15. Kedua orangtua yang selalu memberikan doa, dorongan, semangat, dan kasih sayang yang tak terhingga kepada penulis serta nasihat-nasihat yang diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.

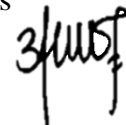
Penulis sangat menyadari di dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan-kekurangan yang mana disebabkan oleh keterbatasan dan kemampuan penulis. Oleh karena itu dengan kerendahan hati penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan segala kekurangan dalam skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan khususnya bagi pembaca pada umumnya.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarahkatuh*

Jakarta, 26 Agustus 2021

Penulis



**Melda**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Batasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORETIS</b>	
A. Deskripsi Teoretis.....	8
1. Efikasi Diri .....	8
a. Pengertian Efikasi Diri .....	8
b. Dimensi-Dimensi Efikasi Diri .....	10
c. Proses Efikasi Diri .....	13
d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri .....	16
2. Penyesuaian Diri.....	19
a. Pengertian Penyesuaian Diri.....	19
b. Karakteristik Penyesuaian Diri .....	21
c. Macam-Macam Penyesuaian Diri .....	25
d. Proses Penyesuaian Diri .....	27
e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri .....	29

B. Penelitian yang Relevan .....	32
C. Kerangka Berpikir .....	35
D. Hipotesis Penelitian .....	38

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	39
1. Tempat Penelitian .....	39
2. Waktu Penelitian .....	39
C. Metode Penelitian .....	40
D. Populasi dan Sampel .....	40
1. Populasi .....	40
2. Sampel .....	41
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	41
4. Ukuran Sampel .....	42
E. Teknik Pengumpulan Data .....	44
1. Instrumen Efikasi Diri .....	44
a. Definisi Konseptual .....	44
b. Definisi Operasional .....	44
c. Jenis Instrumen .....	44
d. Kisi-kisi Instrumen .....	46
e. Pengujian Validitas dan Perhitungan Reliabilitas .....	47
2. Instrumen Penyesuaian Diri .....	50
a. Definisi Konseptual .....	50
b. Definisi Operasional .....	50
c. Jenis Instrumen .....	50
d. Kisi-kisi Instrumen .....	52
e. Pengujian Validitas dan Perhitungan Reliabilitas .....	54
F. Teknik Analisis Data .....	57
1. Deskripsi Data .....	57
2. Pengujian Persyaratan Analisis .....	58
3. Pengujian Hipotesis .....	60

G. Hipotesis Statistik.....	61
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskriptif Data .....	62
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	74
1. Uji Normalitas .....	74
2. Uji Heteroskedastisitas .....	75
C. Pengujian Hipotesis .....	77
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	79
E. Keterbatasan Penelitian .....	82
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan.....	83
B. Saran .....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>88</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Kegiatan Penyusunan Skripsi .....	39
Tabel 3.2 Jumlah Populasi dan sampel Siswa Kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur .....	41
Tabel 3.3 Jumlah Sampel dari masing-masing kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur .....	43
Tabel 3.4 Bobot Jawaban dan Skala Likert (Efikasi Diri) .....	45
Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri .....	46
Tabel 3.6 Skala Intrumen Efikasi Diri untuk Penelitian .....	46
Tabel 3.7 Skala Intrumen Efikasi Diri yang Valid dan Gugur .....	48
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Efikasi Diri .....	49
Tabel 3.9 Bobot Jawaban dan Skala Likert (Penyesuaian Diri).....	51
Tabel 3.10 Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Diri .....	52
Tabel 3.11 Skala Intrumen Penyesuaian Diri untuk Penelitian.....	53
Tabel 3.12 Skala Intrumen Penyesuaian Diri yang Valid dan Gugur .....	55
Tabel 3.13 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penyesuaian Diri .....	57
Tabel 4.1 Data Efikasi Diri Siswa Pada Masa Pembelajaran Daring .....	62
Tabel 4.2 Kategori Rata-rata Jawaban Responden .....	64
Tabel 4.3 Deskripsi Jawaban Responden Pada Variabel Efikasi Diri .....	65
Tabel 4.4 Data Penyesuaian Diri Siswa Pada Masa Pembelajaran Daring .....	66
Tabel 4.5 Kategori Rata-rata Jawaban Responden .....	69
Tabel 4.6 Deskripsi Jawaban Responden Pada Variabel Penyesuaian Diri.....	69
Tabel 4.7 Frekuensi Jawaban Responden Berdasarkan Indikator Efikasi Diri .....	71
Tabel 4.8 Frekuensi Jawaban Responden Berdasarkan Indikator Penyesuaian Diri .....	72
Tabel 4.9 Tabulasi Silang Tingkat Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri Ditinjau dari Jenis Kelamin .....	73
Tabel 4.10 Hasil Uji Asumsi Menggunakan Uji Normalitas <i>One Sample Kolmogrov-Smirnov</i> .....	75
Tabel 4.11 Hasil Uji Heterokedastisitas .....	75
Tabel 4.12 Hasil Analisis Regresi Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri .....	77
Tabel 4.13 Rentang Nilai Koefisien Determinasi .....	78

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	35
Gambar 4.1 <i>Normal Probability Plot</i> .....	74
Gambar 4.2 Scatter Plot ZPRED dan SRESID .....	76

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian .....	88
---------------------------------------	----



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Dalam kehidupan, individu merupakan makhluk sosial yang perlu melakukan penyesuaian diri. Individu yang mampu melakukan penyesuaian diri yang baik yaitu mampu menyalurkan tuntutan dalam hidupnya. Namun, keadaan ini juga berlaku bagi individu pada aspek pendidikan dimana individu memiliki tuntutan di sekolah dan dalam proses pembelajaran yang harus dipenuhi sebagai siswa. Hal ini merupakan kemampuan individu dalam melakukan penyesuaian diri untuk mampu mengikuti proses pembelajaran dengan baik di sekolah.

Penyesuaian diri merupakan usaha yang dilakukan individu dalam memenuhi, mengatasi, dan menguasai kebutuhan dalam dirinya dan tuntutan lingkungannya, untuk merubah tingkah laku dalam menghadapi tuntutan tersebut sehingga tercapainya keselarasan antara tuntutan dalam dirinya dengan tuntutan lingkungannya seperti yang diungkapkan oleh Schneiders (1960:51), penyesuaian diri adalah usaha manusia yang melibatkan respon mental serta sikap pada usahanya mengatasi kebutuhan batin, ketegangan, putus harapan, serta permasalahan sehingga diperoleh kesesuaian antara tuntutan yang berasal dalam diri serta berasal dari lingkungan. Namun faktanya tidak semua individu mampu menyesuaikan diri secara mudah, bagi sebagian individu perubahan situasi menyebabkan muncul berbagai masalah karena adanya tuntutan untuk mampu menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut.

Saat ini di sekolah penyesuaian diri merupakan hal yang krusial yang tengah dihadapi oleh siswa terutama untuk siswa baru dalam proses pembelajaran yang dilakukan secara daring karena masih banyak siswa kurang mampu mengikuti proses pembelajaran dengan baik hal ini juga diungkapkan Oktariani (2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa lingkungan siswa dalam belajar akan memberikan pengaruh dalam proses pembelajaran siswa, cara siswa belajar dan cara siswa berinteraksi. Artinya, pada masa pembelajaran daring siswa melakukan proses pembelajaran tanpa berinteraksi di kelas seperti dulu, maka siswa akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dalam belajar.

Siswa mengalami perubahan sistem belajar mengajar serta memiliki tuntutan tugas yang lebih banyak dan sulit ketika masuk menjadi siswa SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) ditambah proses pembelajaran dilaksanakan secara daring, sehingga dilapangan menunjukkan bahwa banyak siswa yang kesulitan dan mengalami kendala untuk melakukan penyesuaian diri dalam proses pembelajarannya. Hal ini sependapat dengan pendapat Fajriani dkk (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa pada masa pembelajaran daring penyesuaian diri siswa mengalami kendala yang berkaitan dengan diri sendiri, guru, tugas, dan cara belajar yang diberikan. Artinya, pada masa pembelajaran daring penyesuaian diri siswa mengalami penurunan dalam proses pembelajaran. Usaha penyesuaian diri yang dilakukan dengan menerima meningkatkan potensi dan menerima kekurangan untuk

mengatasinya, serta berupaya memandang secara objektif untuk menyelesaikan tuntutan.

Berdasarkan studi pendahuluan berupa observasi dan wawancara dengan guru BK kelas X menyatakan sebagian besar siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur kurang memiliki kesiapan dalam mengikuti proses pembelajaran secara daring. Seperti saat akan melakukan proses pembelajaran masih banyak siswa yang saat proses pembelajaran mematikan kamera, tidak memakai baju seragam sekolah, tidak bersemangat saat mengikuti kelas seperti saat ditanya terkait materi masih banyak siswa hanya diam, dan saat proses pembelajaran daring siswa susah untuk absen dan bahkan kadang tidak mengikuti kelas pada saat itu dengan berbagai macam alasan. Dan saat diberikan tugas mereka mengumpulkannya telat terkadang harus ditagih terlebih dahulu agar mengumpulkan tugas. Setelah ditelusuri oleh guru BK, ternyata beberapa siswa memiliki alasan kenapa mereka tidak mengikuti kelas atau mengumpulkan tugas telat yaitu, ada yang berkendala dengan sinyal, tidak memiliki laptop, dan menggunakan *handphone* yang sama dengan orangtua yang kadang *handphone* tersebut dibawa oleh orangtua mereka.

Berdasarkan studi pendahuluan berupa wawancara dengan beberapa orang siswa perwakilan dari kelas X AKL, X OTKP, X BDP, dan X RPL SMK Negeri 10 Jakarta Timur dalam memperkuat fenomena yang terjadi. Fenomena pertama yang peneliti dapatkan yaitu siswa kelas X AKL, X OTKP, X BDP, dan X RPL menjelaskan bahwa mereka merasa kesulitan memahami pelajaran pada pembelajaran daring ini karena mereka merasa kurang mengerti dengan penjelasan

materi yang guru sampaikan, dan terkadang guru hanya memberikan materi tanpa penjelasan, sehingga mereka merasa kurang memahami pelajaran saat daring seperti sekarang apalagi saat diberikan tugas namun mereka belum memahami materi tersebut membuat mereka merasakan kesulitan dalam menyelesaikan tugas.

Siswa dari kelas X AKL, X BDP, dan X OTKP menjelaskan mereka juga kesulitan menyesuaikan diri di lingkungan sekolah yang mana mereka mengenal lingkungan sekolah, belum mampu mengenal guru mata pelajaran yang mengajar juga di kelas, kenal dengan teman sekelas hanya beberapa lewat daring, terlebih dengan pelajaran dan cara mengajar guru dan mengalami banyak kendala saat mengikuti kelas daring seperti jaringan internet, sehingga mereka tidak ikut kelas dan materi yang sulit dipahami. Lalu, siswa dari kelas X AKL, X OTKP dan X RPL mengungkapkan saat guru menjelaskan masih belum bisa menyesuaikan dengan belajar daring seperti ini apalagi mereka siswa baru yang harus menyesuaikan diri terlebih SMK banyak praktek/kerjanya namun belajar daring.

Selanjutnya mereka juga menjelaskan bahwa pada proses pembelajaran daring ini merasa terbebani ketika diberikan tugas yang banyak karena terkadang jangka waktu yang diberikan mepet, kurang memahami materi terkait tugas yang diberikan. Siswa dari kelas X BDP dan X AKL mengatakan bahwa saat mereka memiliki tugas sering menunda-nunda dan menyebabkan mereka mencontek tugas temannya, dan kurang mampu bisa bekerja sama dengan teman saat tugas kelompok karna tidak saling kenal sehingga susah untuk berkomunikasi.

Dalam melakukan penyesuaian diri yang baik ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi yaitu situasi, pikiran, perilaku, serta perasaan. Saat individu dapat mengontrol situasi sekitar dan dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik maka individu akan merasa lebih baik menghadapi tuntutan hidup dan mencapai keselarasan serta kepuasan diri. Namun, kemampuan ini perlu adanya keyakinan diri pada diri seseorang hal ini diungkapkan oleh Irfan & Veronika (2014) dalam penelitiannya menyatakan kemampuan penyesuaian diri yang akan sulit dicapai tanpa adanya keyakinan diri. Hal ini sejalan dengan teori Schneiders Ansori & Ali (2019:181) yang menyatakan penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh efikasi diri. Artinya, agar mampu melakukan penyesuaian diri yang baik individu perlu memiliki efikasi diri yang baik.

Dari beberapa penelitian, siswa yang memiliki keyakinan diri yang tinggi akan merasa mampu menghadapi tugas yang sulit, persoalan, dan memotivasi diri secara kognitif dalam bertindak dan cenderung optimis, sedangkan siswa yang memiliki keyakinan diri yang rendah memiliki kecenderungan menghindari tantangan dan merasa itu sebagai ancaman, serta pesimis. Hal ini sejalan dengan pendapat Adicondro & Purnamasari (2011) dalam penelitiannya individu yang memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) tinggi akan membantu kemampuan penyesuaian diri sehingga dapat mengatur dan menyelesaikan tugas dan tuntutan pada tingkat kesulitan serta mencapai tujuan.

Pada proses pembelajaran siswa baru dituntut mampu menguasai lingkungan baru dan situasi belajar yang baru. Dalam hal ini agar siswa mampu melakukan penyesuaian diri untuk mendukung keberhasilan mereka

yaitu keyakinan dalam diri mereka sendiri seperti yang di ungkapkan oleh Irfan & Veronika (2014) dalam penelitiannya faktor yang mendukung keberhasilan dalam menghadapi tuntutan adalah keyakinan diri.

Berdasarkan uraian fenomena dan permasalahan yang dijelaskan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui Pengaruh Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMK Negeri 10 Jakarta Timur pada Masa Pembelajaran Daring.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka peneliti mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut.

1. Siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur merasa kurang mampu menyesuaikan diri pada proses pembelajaran daring.
2. Siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur cenderung mengalami kesulitan memahami materi pelajaran pada proses pembelajaran daring.
3. Siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur cenderung merasa terbebani diberikan tugas banyak pada proses pembelajaran daring.
4. Siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur cenderung menunda mengerjakan tugas saat proses pembelajaran daring.
5. Siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur merasa kesulitan mengerjakan tugas kelompok pada masa pembelajaran daring.

## **C. Batasan Masalah**

Batasan masalah pada penelitian tentang pengaruh efikasi diri terhadap penyesuaian diri siswa kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur pada masa pembelajaran daring.

**D. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah penelitian yaitu “apakah ada Pengaruh Efikasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMK Negeri 10 Jakarta Timur pada Masa Pembelajaran Daring?”.

**E. Manfaat Penelitian****1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling terkait efikasi diri dan penyesuaian diri.

**2. Manfaat Praktis****a. Bagi Guru BK**

Dari penelitian ini, diharapkan guru dapat membina dan memberikan bantuan kepada siswa terkait dalam meningkatkan efikasi diri sehingga dapat membantu dalam penyesuaian diri pada pembelajaran daring.

**b. Bagi Siswa**

Dari penelitian ini dapat memberikan informasi kepada siswa bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri, sehingga dengan adanya efikasi diri dapat membantu siswa melakukan penyesuaian diri dengan baik pada masa pembelajaran daring.

**c. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Manfaat bagi peneliti selanjutnya yaitu dengan meneliti efikasi diri dan penyesuaian diri pada unsur-unsur yang lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). (2011). . Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas VII. *Humanitis*, 8(1), 18–27.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM Press.
- Ansori, Mohammad & Ali, M. (2019). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik (Kesembilan)*. Bnadung: PT. Bumi Aksara.
- Bandura, A. (1994). *Efikasi Diri dalam VS Ramachaudran*. New York: Pers Akademik.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Fajriani, Yulizar, Bahri, S., & Bakar, A. (2020). Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Pembelajaran Daring di SMA Laboratorium Unsyiah pada Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional*, 271–278.
- Fathimah, E. (2008). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Pustaka Setia.
- Feist, Jess & Feist, G. J. (2013). *Teori Kepribadian Theories Of Personality Edisi 7*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghozali, Imam. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 (9th ed.)*. Semarang: Undip.
- Ghufron, M. Nur & Risnawita, R. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Greenbreg, J. dan R. A. B. (2008). *Behavior in Organization*. New Jarsey: Prentice Hall.
- Hartinah, S. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Rafika Aditama.
- Irfan, M. dan Veronika. S. (2014). Hubungan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(3).



- Lidya, S. F., & Darmayanti, N. (2015). Self-Efficacy Akademik dan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMA Patra Nusa. *Jurnal Diversita*, 1(1).
- Mahmudi, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02).
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2).
- Noor, J. (2011). *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah Edisi Pertama*. Jakarta: Kencana.
- Oktariani. (2018). Peranan Self Efficacy Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Kognisi*, 3(1).
- Riduwan. (2020). *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Muda*. Bandung: Alfabeta.
- Riza, P. (2016). Pengaruh Self-Efficacy terhadap Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Asrama Universitas Andalas. *Diploma Thesis, Universitas Andalas*.
- Schneiders, A. A. (1960). *Personal Adjustmen and Mental Helath*. New York: Holt, Renehart & Winston.
- Sherer, M. and Maddux, J. (1982). *The Self Efficacy Scale: Contruction And Validation*. 663–671, 16(1).
- Sobur, A. (2003). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Rizki, F., Appulembang, Y., Mardhiyah, S. A. (2021). Peran Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kota Prabumulih Selama Pembelajaran Daring. (Doctoral dissertation, Sriwijaya University), 3(2).
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf, M. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.