

**Yemima Claudya br
 Sembiring¹
 Dewita Karema
 Sarajar²**

HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA PANTI ASUHAN THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND SELF ADJUSTMENT IN ADOLESCENTS IN ORPHANAGES

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-efficacy dan penyesuaian diri pada remaja panti asuhan, menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Populasi penelitian terdiri dari remaja Panti Asuhan Woro Wiloso Salatiga berusia 13-18 tahun, dengan sampel sebanyak 60 responden yang diambil menggunakan teknik sampling jenuh. Instrumen penelitian berupa angket menggunakan skala Likert, terdiri dari skala self-efficacy dan skala penyesuaian diri. Uji daya diskriminasi menunjukkan 21 item valid untuk self-efficacy dan 23 item valid untuk penyesuaian diri, dengan kriteria korelasi item-total $\geq 0,30$. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menghasilkan nilai 0,783 untuk self-efficacy dan 0,786 untuk penyesuaian diri, yang menunjukkan instrumen self-efficacy reliabel, sementara penyesuaian diri memerlukan penyempurnaan lebih lanjut. Hasil analisis data menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat self-efficacy dan penyesuaian diri yang cukup baik dengan variasi dalam batas wajar.

Kata kunci: Self-Efficacy, Penyesuaian Diri, Remaja, Panti Asuhan

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and self-adjustment in adolescents in orphanages, using a quantitative method with a correlational approach. The study population consisted of adolescents at the Woro Wiloso Salatiga Orphanage aged 13-18 years, with a sample of 60 respondents taken using a saturated sampling technique. The research instrument was a questionnaire using a Likert scale, consisting of a self-efficacy scale and a self-adjustment scale. The discrimination power test showed 21 valid items for self-efficacy and 24 valid items for self-adjustment, with item-total correlation criteria ≥ 0.30 . The reliability test using Cronbach's Alpha produced a value of 0.684 for self-efficacy and 0.066 for self-adjustment, indicating that the self-efficacy instrument is reliable, while self-adjustment requires further refinement. The results of the data analysis showed that the majority of respondents had a fairly good level of self-efficacy and self-adjustment with variations within reasonable limits.

Keywords: Self-Efficacy, Self-Adjustment, Adolescents, Orphanage

PENDAHULUAN

Setiap individu mengalami berbagai tahap perkembangan dalam kehidupannya, salah satunya adalah masa remaja. Remaja merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, serta sosial-emosional (Hurlock, 1994). Dalam bahasa Latin, istilah adolescare berarti "tumbuh atau berkembang menuju kedewasaan," yang dalam bahasa Inggris dikenal sebagai adolescence (Santrock, 2003). Meskipun secara psikologis remaja mulai memasuki usia masyarakat dewasa, mereka sering kali masih ragu untuk mengakui kesetaraan dengan orang dewasa (Ali, 2001). Namun, tidak semua remaja memiliki lingkungan keluarga yang dapat mendukung perkembangan mereka. Beberapa remaja harus hidup terpisah dari keluarganya karena berbagai alasan, seperti

¹Universitas Kristen Satya Wacana,
 email: yemimaclaudyaa@gmail.com, dewita.sarajar@uksw.edu

kehilangan orang tua atau tidak adanya anggota keluarga yang bersedia mengasuh mereka. Dalam kondisi ini, panti asuhan menjadi tempat yang menyediakan perlindungan dan dukungan bagi mereka yang tidak memiliki keluarga (Lusiawati, 2013). Rahma (2011) menjelaskan bahwa terdapat banyak faktor yang menyebabkan seorang anak akhirnya tinggal di panti asuhan, seperti yatim piatu atau ketidakmampuan keluarga dalam merawatnya.

Remaja yang tinggal di panti asuhan menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Mereka lebih rentan mengalami hambatan dalam membangun hubungan sosial yang bermakna dan cenderung menarik diri dari interaksi sosial (Lusiawati, 2013). Rahma (2011) menambahkan bahwa remaja yang baru tinggal di panti sering kali bersikap pendiam, sulit bergaul, dan cenderung menghindari orang asing. Hal ini menunjukkan bahwa proses penyesuaian diri mereka di lingkungan panti asuhan tidak selalu berjalan dengan mudah.

Agar remaja dapat menyesuaikan diri dengan baik di panti asuhan, keterlibatan lingkungan sosial sangat diperlukan. Dukungan dari pengasuh serta teman sebaya menjadi faktor utama dalam membantu remaja menyesuaikan diri (Rahma, 2011). Kumalasari dan Ahyani (2012) menegaskan bahwa remaja membutuhkan bantuan dari orang-orang di sekitarnya untuk menghadapi berbagai tantangan adaptasi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa interaksi sosial yang positif dalam panti asuhan dapat mempercepat proses penyesuaian diri mereka.

Temuan dari wawancara dengan pengasuh di Panti Asuhan Woro Wiloso Salatiga menunjukkan bahwa tidak semua remaja mampu menyesuaikan diri dengan cepat. Dari sepuluh remaja yang diwawancara, tujuh di antaranya masih mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahma (2011), yang menyatakan bahwa remaja yang kurang mampu menyesuaikan diri cenderung memiliki keterbatasan dalam membangun hubungan sosial yang sehat.

Dalam beberapa kasus, ketidakmampuan menyesuaikan diri bahkan dapat menyebabkan remaja memilih meninggalkan panti. Seperti yang diberitakan oleh Subaru Merdeka (2010), seorang remaja berusia 13 tahun meninggalkan panti asuhan di Semarang karena merasa tidak nyaman dengan lingkungannya. Yancey (1998) menegaskan bahwa gangguan emosional sering kali terjadi pada remaja yang tinggal di panti asuhan, terutama akibat kurangnya kasih sayang dan perhatian yang memadai. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri menjadi sangat penting bagi kesejahteraan mereka.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa self-efficacy atau efikasi diri berperan penting dalam kemampuan individu menyesuaikan diri. Penelitian oleh Irfan dan Suprapti (2014) serta Fitri dan Kustanti (2020) menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri seseorang, semakin baik pula kemampuannya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Hal ini juga didukung oleh penelitian Crede dan Niehoffer (dalam Veronika & Irfan, 2011), yang menemukan adanya hubungan positif yang kuat antara efikasi diri dan penyesuaian diri.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara self-efficacy dengan penyesuaian diri pada remaja di panti asuhan. Dengan memahami keterkaitan kedua variabel ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru mengenai faktor-faktor yang dapat mendukung adaptasi remaja dalam lingkungan panti asuhan serta memberikan rekomendasi bagi pengelola panti dalam membantu proses penyesuaian diri para remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk menganalisis hubungan antara self-efficacy dan penyesuaian diri pada remaja di Panti Asuhan Woro Wiloso Salatiga. Metode korelasional dipilih karena bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel independen (self-efficacy) dan variabel dependen (penyesuaian diri) (Sugiyono, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja yang tinggal di Panti Asuhan Woro Wiloso Salatiga, dengan sampel sebanyak 60 remaja berusia 13–18 tahun, baik laki-laki maupun perempuan, yang bersedia menjadi responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode sampling jenuh, di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2019).

Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket tertutup berbasis skala Likert, yang terdiri dari dua skala, yaitu skala self-efficacy dan skala penyesuaian diri. Skala self-efficacy disusun berdasarkan teori Bandura (1997) yang mencakup tiga aspek, yaitu magnitude (tingkat kesulitan yang dapat diatasi), generality (cakupan keyakinan diri dalam berbagai situasi), dan strength (ketahanan individu dalam menghadapi tantangan). Sementara itu, skala penyesuaian diri disusun berdasarkan teori Ali dan Asrori (2005), yang mencakup tiga aspek utama, yaitu adaptasi (adaptation), konformitas (conformity), dan penguasaan lingkungan (mastery). Setiap item dalam angket memiliki empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS), dengan sistem penilaian berbeda untuk item favorable dan unfavorable. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik analisis korelasi untuk menguji hubungan antara self-efficacy dan penyesuaian diri remaja di panti asuhan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk menguji hubungan antara self-efficacy dan penyesuaian diri pada remaja panti asuhan. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan perangkat lunak SPSS 25.0. Sebelum melakukan analisis, penelitian ini terlebih dahulu melakukan uji asumsi klasik yang mencakup uji normalitas dengan metode Kolmogorov-Smirnov untuk memastikan distribusi data normal serta uji linearitas untuk mengevaluasi hubungan linier antara variabel. Setelah uji asumsi terpenuhi, dilakukan uji hipotesis dengan teknik analisis korelasi Pearson Product Moment guna mengetahui tingkat hubungan antara variabel independen (self-efficacy) dan variabel dependen (penyesuaian diri). Jika nilai signifikansi yang diperoleh kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Orientasi Kancah Penelitian dan Pengumpulan Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Woro Wiloso Salatiga, sebuah lembaga yang berdiri dengan tujuan memberikan perlindungan dan pembinaan kepada anak-anak yatim, piatu, dan dhuafa. Panti asuhan ini berlokasi di wilayah strategis di Salatiga dan telah beroperasi selama lebih dari dua dekade, dengan fokus utama pada pembentukan karakter dan pendidikan formal serta non-formal. Lembaga ini menyediakan lingkungan yang mendukung perkembangan psikologis dan sosial bagi anak-anak yang tinggal di sana, termasuk kelompok remaja berusia 13-18 tahun yang menjadi subjek penelitian ini.

Pengumpulan data dilakukan dengan metode survei menggunakan kuesioner yang disebarluaskan kepada 60 remaja, baik laki-laki maupun perempuan, yang bersedia menjadi responden. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 5 Agustus 2024 hingga 15 Agustus 2024. Langkah-langkah pengambilan data dimulai dengan penyusunan instrumen penelitian yang telah divalidasi, kemudian dilakukan pendekatan kepada pengelola panti asuhan untuk mendapatkan izin dan dukungan dalam pelaksanaan survei. Kuesioner dibagikan kepada remaja di bawah pengawasan pengelola panti, untuk memastikan proses pengisian berjalan dengan lancar dan tanpa tekanan.

Kendala yang dihadapi selama pengambilan data termasuk keterbatasan waktu para remaja karena jadwal kegiatan di panti yang padat, serta beberapa responden yang membutuhkan penjelasan lebih lanjut terkait beberapa item dalam kuesioner. Selain itu, adanya perbedaan latar belakang pendidikan di antara responden juga menjadi tantangan, karena mempengaruhi pemahaman mereka terhadap instruksi yang diberikan. Hal ini bisa memengaruhi konsistensi jawaban yang diberikan, namun diatasi dengan penjelasan tambahan yang diberikan oleh peneliti.

Hasil Penelitian

A. Hasil Statistik Deskriptif

Berdasarkan data subjek yang telah didapatkan dari setiap variabel, maka selanjutnya data tersebut dikategorisasikan menjadi 3 kategorisasi, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

Tabel 1. Analisis Deskriptif

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
---	---------	---------	------	----------------

Self-Efficacy	60	45	60	85	66,97
Penyesuaian diri	60	50	60	75	60,10

B. Mean dan Kategorisasi Penyesuaian Diri

Tabel 2. Penyesuaian Diri

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq 65$	18	30 %
Sedang	$55 \leq X < 65$	35	58,3 %
Rendah	$X < 55$	7	11,7 %
TOTAL			100%

C. Hasil Uji Asumsi

Uji Normalitas

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai	Keterangan
	Sig.	
Self-efficacy	0,201	Data berdistribusi normal
Penyesuaian diri	0,212	Data berdistribusi normal

Uji Linieritas

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Nilai	Keterangan
	Sig.	
Self-efficacy*Penyesuaian diri	0,803	Linear

D. Hasil Uji Hipotesis

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi

	Self-Efficacy	Penyesuaian Diri
Self Efficacy	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	.340**
	N	60
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.08
	Sig. (2-tailed)	1
	N	60

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-efficacy dan penyesuaian diri pada remaja berusia 14-18 tahun yang tinggal di Panti Asuhan Woro Wiloso Salatiga. Berdasarkan uji Product Moment Correlation, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,340 dengan signifikansi sebesar 0,08 ($P < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan positif antara self-efficacy dan penyesuaian diri. Artinya, semakin tinggi self-efficacy seorang remaja, semakin baik penyesuaian dirinya. Dengan demikian, hipotesis penelitian ini dapat diterima.

Hasil ini konsisten dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa self-efficacy memiliki dampak positif terhadap penyesuaian diri. Misalnya, penelitian oleh Dewi (2021) menemukan bahwa self-efficacy yang tinggi memungkinkan remaja untuk merasa yakin terhadap kemampuan mereka dalam menghadapi perubahan atau tantangan. Bentuk peran self-efficacy dalam penelitian ini adalah membantu remaja mengembangkan strategi pemecahan masalah yang efektif, seperti berkomunikasi secara terbuka dengan teman sebaya atau mencari dukungan dari pengasuh saat menghadapi konflik. Hal ini meningkatkan kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial secara lebih baik. Sementara itu, penelitian oleh

Sari dan Pratama (2019) menunjukkan bahwa self-efficacy berperan dalam memotivasi remaja untuk tetap gigih menghadapi tantangan akademis dan sosial di panti asuhan. Penelitian ini menyoroti bahwa self-efficacy memungkinkan remaja untuk tidak mudah menyerah saat menghadapi tekanan, seperti tugas sekolah yang sulit atau dinamika hubungan antar penghuni panti. Dalam konteks ini, self-efficacy bertindak sebagai penguat keyakinan diri, sehingga remaja mampu mencari solusi yang kreatif dan produktif untuk menyelesaikan masalah, yang pada akhirnya mendukung penyesuaian diri mereka. Dengan demikian, bentuk peran self-efficacy berbeda pada tiap penelitian, tetapi secara umum berfungsi sebagai penguat kepercayaan diri dan motivasi internal yang mendukung adaptasi remaja terhadap tantangan di lingkungan sosial maupun akademis.

Berdasarkan kategorisasi tingkat self-efficacy, mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki self-efficacy yang sedang (50%), diikuti dengan self-efficacy tinggi (40%), dan self-efficacy rendah (10%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki keyakinan yang cukup baik terhadap kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan. Hal ini berdampak positif pada kemampuan penyesuaian diri mereka, di mana mayoritas responden juga berada pada tingkat penyesuaian diri sedang (58,3%) dan tinggi (30%). Responden dengan self-efficacy tinggi menunjukkan kemampuan lebih baik dalam menyesuaikan diri dengan situasi dan lingkungan yang ada di panti asuhan, terutama dalam menghadapi tantangan sehari-hari dan menjaga hubungan baik dengan sesama. Temuan ini diperkuat oleh data yang menunjukkan adanya distribusi normal pada kedua variabel, serta hubungan linear yang signifikan antara self-efficacy dan penyesuaian diri.

Penelitian ini mendukung teori bahwa self-efficacy yang tinggi memiliki peran penting dalam membantu remaja panti asuhan menyesuaikan diri dengan tantangan kehidupan mereka. Remaja yang memiliki keyakinan pada kemampuan diri untuk mengatasi masalah cenderung lebih tangguh dalam menghadapi tekanan dan perubahan lingkungan. Self-efficacy yang tinggi membuat mereka lebih optimis dan percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi sulit, seperti penyesuaian terhadap aturan panti, hubungan dengan penghuni lain, dan keterbatasan fasilitas. Dengan keyakinan diri yang kuat, mereka lebih termotivasi untuk mencari solusi atau bantuan ketika menghadapi kesulitan, alih-alih merasa putus asa atau menyerah. Hal ini tidak hanya mendukung kemampuan mereka dalam mengelola emosi dan stres, tetapi juga memungkinkan mereka untuk mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik, yang pada akhirnya meningkatkan penyesuaian diri mereka secara keseluruhan.

Pada penelitian ini diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,340 antara self-efficacy dan penyesuaian diri pada remaja di Panti Asuhan Woro Wiloso Salatiga. Berdasarkan Sugiyono (2019), koefisien korelasi dengan rentang 0,21 hingga 0,40 menunjukkan adanya hubungan yang lemah. Hal ini mengindikasikan bahwa hubungan antara self-efficacy dan penyesuaian diri pada remaja di panti asuhan termasuk dalam kategori hubungan yang lemah, yaitu memiliki hubungan yang tidak signifikan. Selain itu, hasil analisis menunjukkan bahwa self-efficacy memberikan sumbangan efektif sebesar 5%, yang ditunjukkan oleh nilai R square sebesar 0,050, terhadap penyesuaian diri pada remaja di panti asuhan. Artinya, self-efficacy memengaruhi penyesuaian diri sebesar 5%, sementara 95% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri meliputi faktor pribadi, keluarga, sosial, dan kelembagaan. Menurut Istiantoro (2018), faktor pribadi bisa mencakup gangguan kesehatan, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, dan kebiasaan yang buruk. Faktor keluarga meliputi pola asuh, kurangnya bimbingan serta dukungan orang tua, dan masalah dalam keluarga. Faktor sosial mencakup penolakan lingkungan dan persepsi individu terhadap pandangan orang lain. Sementara itu, faktor kelembagaan bisa mencakup hubungan remaja dengan pengasuh, fasilitas yang ada di panti asuhan, serta kompetisi antar penghuni panti.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, salah satunya adalah dalam proses pengambilan data, di mana kuesioner disebarluaskan melalui media sosial. Hal ini menyulitkan peneliti untuk mengawasi partisipan dalam mengisi kuesioner dengan sungguh-sungguh, terutama karena jumlah partisipan yang cukup banyak, yaitu 60 remaja. Oleh karena itu, disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang

mungkin berkontribusi terhadap penyesuaian diri, seperti faktor keluarga, sosial, dan kelembagaan, yang relevan dalam konteks panti asuhan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara self-efficacy dan penyesuaian diri pada remaja berusia 14-18 tahun yang tinggal di Panti Asuhan Woro Wiloso Salatiga, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,340 dan nilai signifikansi 0,08 ($P < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat self-efficacy seorang remaja, semakin baik kemampuan penyesuaian dirinya dalam menghadapi tantangan sehari-hari di lingkungan panti. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden memiliki self-efficacy dan tingkat penyesuaian diri pada kategori sedang hingga tinggi, yang berarti sebagian besar remaja memiliki keyakinan yang baik terhadap kemampuan mereka untuk menghadapi masalah, yang turut mendukung kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri. Self-efficacy memberikan sumbangan efektif sebesar 5% terhadap penyesuaian diri, sementara 95% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar self-efficacy.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqila, F. Y., Prihartanti, N., & Asyanti, S. (2022). Peningkatan Penyesuaian Diri Remaja Panti Asuhan melalui Pelatihan Regulasi Emosi. *Psypathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 297–306. <https://doi.org/10.15575/psy.v8i2.6681>
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4911>
- Mahmudi, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 183–194. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i02.382>
- Nurmalia, T., Choirunnisa, D., Hanim, W., & Marjo, H. K. (2020). Self Efficacy Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Dalam Konseling Kelompok Pada Peserta Didik Sma. *Visipena*, 11(2), 404–415. <https://doi.org/10.46244/visipena.v11i2.1298>
- Oktariani, O., Munir, A., & Aziz, A. (2020). Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(1), 26–33. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v2i1.284>
- Riyanti, C., & Darwis, R. S. (2021). Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Dengan Metode Cognitive Restructuring. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 569. <https://doi.org/10.24198/jppm.v7i3.32150>
- Rahma, A. N. (2011). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(2), 231–246. <https://doi.org/10.18860/psi.v0i0.1551>
- Soleh, A. I., & Permadi, D. A. (2024). Efikasi diri dan penyesuaian diri siswa baru Sekolah Menengah Atas. *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*, 3(2), 94–101. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2024.v3i2.94-101>
- Sujadi, E., Meditamar, M. O., Ahmad, B., & Artikel, I. (2022). Pengaruh Stres Akademik dan Self-Efficacy terhadap Penyesuaian Diri Santriwati Pondok Pesantren Tahun Pertama: Efek Mediasi Self-Esteem. *Ijgc*, 11(3), 64–80. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Sa'idah, S., & Laksmiwati, H. (2017). Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(2), 116. <https://doi.org/10.26740/jptt.v7n2.p116-122>