

## **PERAN *ACADEMIC SELF-EFFICACY* TERHADAP *ACADEMIC ADJUSTMENT* PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM MBKM**

**Resti Arsanti<sup>1\*</sup>, Fitriani Yustikasari Lubis<sup>1,2</sup> dan Surya Cahyadi<sup>1,2</sup>**

<sup>1</sup>Pusat Studi Inovasi dan Penelitian Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran

<sup>2</sup>Departemen Psikologi Pendidikan, Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran

Jl. Raya Bandung Sumedang KM.21 Kabupaten Sumedang, Jawa Barat 45363

E-mail: resti18002@mail.unpad.ac.id

### **ABSTRAK**

Mahasiswa tahun pertama seringkali dihadapkan dengan berbagai perubahan, salah satunya tuntutan akademik. Beberapa tahun terakhir, kebijakan MBKM mulai direalisasikan oleh seluruh perguruan tinggi, sehingga mahasiswa baru akan mengalami perubahan yang berbeda dengan mahasiswa sebelumnya. Oleh karenanya, penyesuaian diri yang memadai dalam menghadapi tuntutan dan kebutuhan akademik diperlukan agar proses pembelajaran tetap dapat berjalan dengan optimal. Salah satu aspek yang mendorong pengembangan penyesuaian akademik pada mahasiswa adalah keyakinan mereka akan kemampuan dalam menghadapi tantangan akademik tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *academic self-efficacy* terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama di program Merdeka Belajar Kampus Merdeka Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Partisipan merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2021 yang ditentukan dengan secara acak dengan proses *simple random sampling* (N=109). Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian non-eksperimental. Pengukuran menggunakan alat ukur penyesuaian akademik yang dikembangkan berdasarkan konsep *academic adjustment* menurut Schneider (1964) dan alat ukur *academic adjustment* oleh Budiman et al. (2017). Analisis uji korelasi *Pearson* dan regresi linear berganda dilakukan dengan aplikasi IBM SPSS Statistics versi 23. Hasil menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* secara signifikan berperan terhadap *academic adjustment* pada mahasiswa tahun pertama program MBKM Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Upaya yang dapat dilakukan untuk membantu mahasiswa mencapai penyesuaian akademik di antaranya adalah memfasilitasi mahasiswa untuk mengembangkan keyakinan yang kuat terhadap potensi diri, komitmen untuk menyelesaikan tugas serta pandangan positif kemampuan dalam bertindak secara efektif.

**Kata kunci:** *academic adjustment*; *academic-self-efficacy*; mahasiswa tahun pertama; Merdeka Belajar Kampus Merdeka

## ***THE ROLE OF ACADEMIC SELF-EFFICACY TOWARDS ACADEMIC ADJUSTMENT IN FIRST YEAR STUDENTS WITH MBKM PROGRAM***

### **ABSTRACT**

*First year students often deal with various changes, including academic demands. In recent years, all universities have begun to implement the MBKM policy so new students will experience some different policies. Therefore, sufficient adjustment in dealing with academic demands and needs is required so the learning process can continue optimally. One aspect that promotes the development of students' academic adjustment is their belief in their ability to deal with these academic challenges. This study aims to determine the role of academic self-efficacy on academic adjustment in the first-year students of the Faculty of Psychology, University of Padjadjaran with the MBKM program. The participants are the class of 2021 students of the Faculty of Psychology which are chosen randomly using a simple random sampling process (N = 109). The research design used in this study was quantitative, non-experimental. The measurements used are an academic adjustment measurement tool developed based on the academic adjustment concept according to Schneider (1964) and an academic adjustment measurement tool by Budiman et al. (2017). Pearson correlation test analysis and multiple linear regression are performed using IBM SPSS Statistics version 23. The result of this research shows that academic self-efficacy significantly contributed to the academic adjustment among first year students of the MBKM program at Faculty of Psychology, Padjadjaran University. Steps that can be taken to help students achieve academic adjustment include facilitating students to develop a strong belief in their own potential, commitment to completing assignments and a positive outlook on their ability to act effectively.*

**Keywords:** *academic adjustment*; *academic-self-efficacy*; first year students; Merdeka Belajar Kampus Merdeka

## PENDAHULUAN

Mahasiswa tahun pertama akan menghadapi berbagai permasalahan sosial dan akademik di perguruan tinggi (Mudhovozi, 2012). Selama masa transisi jenjang akademi dari SMA menuju perguruan tinggi, mereka akan mendapati berbagai perubahan akademik. Perubahan tersebut dapat berupa perbedaan pola pembelajaran, tuntutan tugas dan performa akademik, maupun perubahan sosial seperti institusi dengan lingkup yang lebih besar (Santrock, 2017). Perubahan ini dapat berpotensi menjadi tekanan bagi para mahasiswa baru. Penelitian Chung et al. (1998) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan tekanan psikologis yang signifikan pada siswa selama masa transisi akademik seperti dari sekolah dasar menuju sekolah menengah, maupun sekolah menengah menuju perguruan tinggi. Padahal, tahun pertama selama masa transisi juga merupakan fase yang melibatkan eksplorasi diri dan penyesuaian dalam konteks baru (Zuckerman et al., 2016). Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang ada agar dapat terhindar dari peningkatan tekanan psikologis yang mungkin dialami.

Penyesuaian ini juga penting seiring dengan berlakunya sistem pendidikan baru di Perguruan Tinggi yaitu, mahasiswa tahun pertama menjalankan Merdeka Belajar Kampus Merdeka atau MBKM Di antara berbagai program dari kebijakan MBKM, salah satu yang akan dapat dirasakan langsung oleh mahasiswa adalah Hak Belajar Tiga Semester di Luar Program Studi yang memiliki tujuan utama memberikan mahasiswa kesempatan untuk mengasah kemampuan sesuai bakat dan minat dengan terjun langsung ke dunia kerja sebagai persiapan karier masa depan (Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia, 2021). Dalam realisasinya, kebijakan ini berdampak pada pemadatan dan penyesuaian kembali materi akademik yang harus dihadapi, sebab waktu sebanyak 3 semester akan digantikan oleh program belajar di luar program studi, sehingga mahasiswa yang menjalani sistem MBKM sangat mungkin mengalami tuntutan akademik yang berbeda dibandingkan tahun sebelumnya. Pengaplikasian kurikulum Merdeka Belajar Kampus Merdeka merupakan salah satu upaya pemerintah untuk membentuk lulusan perguruan tinggi yang mampu menghadapi perubahan sosial, budaya, dunia kerja, dan kemajuan teknologi yang begitu pesat. Perubahan yang cepat dan tak terhindarkan menjadi poin utama yang melatarbelakangi terbentuknya kurikulum Merdeka Belajar Kampus Merdeka (Buku Panduan Merdeka Belajar - Kampus Merdeka, 2020). Hal ini menjadikan mahasiswa baru angkatan 2021 akan menghadapi perubahan, yakni tidak hanya terkait dengan jenjang pendidikan, tetapi juga perbedaan kurikulum atau sistem pendidikan perguruan tinggi. Oleh karenanya, kemampuan penyesuaian yang memadai dalam menghadapi tuntutan dan kebutuhan akademik diperlukan agar proses pembelajaran tetap dapat berjalan dengan optimal sejak tahun pertama hingga akhir masa perkuliahan.

Menurut Schneiders (1964), penyesuaian akademik atau *academic adjustment* merupakan kemampuan untuk memenuhi tuntutan, kebutuhan, dan tanggung jawab yang melekat dalam situasi akademik dengan perencanaan yang memadai, sehat, dan memuaskan. Terdapat enam dimensi dari *academic adjustment* yang tersusun atas kriteria menurut Schneiders (1964). Dimensi pertama adalah *successful performance*, yakni mahasiswa mampu menunjukkan kemampuan untuk mencapai target pribadi yang telah ditetapkan. Selanjutnya yang kedua, *adequate effort*, yakni ketika mahasiswa mampu menunjukkan usaha yang sesuai dengan kemampuan dan kapabilitasnya. Lalu dimensi selanjutnya *acquisition of worthwhile knowledge*, yakni mahasiswa mendapatkan pengetahuan bermanfaat melalui berbagai upaya yang telah dilakukannya. Dimensi keempat adalah *intellectual development* meliputi kemampuan mahasiswa dalam menggunakan dan memanfaatkan fakta, prinsip, dan teori yang dipelajarinya untuk menyelesaikan permasalahan sehari-hari. Dimensi kelima yaitu *achievement of academic goals*, di mana mahasiswa mampu memenuhi tujuan dari usaha-usaha akademis yang telah dilakukannya, seperti penguasaan materi dan kemampuan mengintegrasikannya. Terakhir, *satisfaction of needs, desires, and interest* ketika mahasiswa dapat memenuhi kebutuhan akan status keinginan alami, dan termotivasi pada pemenuhan minat intelektual di bidangnya.

*Academic adjustment* mahasiswa selama masa awal perkuliahan dapat menjadi prediktor yang signifikan terhadap pencapaian akademik di kemudian hari dalam kehidupan di perguruan tinggi (Baker & Siryk, 1984). Meskipun demikian, penyesuaian mahasiswa saat tingkat pertama perguruan tinggi memiliki tantangan tersendiri karena seringkali ada ekspektasi yang kurang sejalan dengan pengalaman mereka (Smith & Wertlieb, 2005). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat faktor yang dapat meningkatkan

*academic adjustment* mahasiswa, yakni *self-efficacy* (Amalu & Njoku, 2019). *Self-efficacy* bersifat spesifik dalam konteks maupun situasi yang dihadapi, di mana individu dapat memiliki keyakinan yang tinggi pada tugas tertentu, tetapi tidak demikian pada tugas yang lain. Keyakinan akan kemampuan diri dengan konteks akademik dalam konsep psikologi dikenal dengan istilah *academic self-efficacy*.

Salah satu definisi *academic self-efficacy* mengacu pada keyakinan diri individu bahwa ia dapat berhasil mencapai tingkat yang ditentukan pada tugas akademik atau mencapai tujuan akademik tertentu (Sharma & Nasa, 2014). *Academic self-efficacy* dikembangkan dari konsep *self-efficacy* milik Bandura (1977) yang dikaitkan dengan konteks akademik. Perbedaan tingkat *academic self-efficacy* dapat dilihat dari variasi dimensi penyusunnya. Dimensi pertama adalah *magnitude*, di mana *self-efficacy* berbeda dilihat dari tingkat kesulitan tugas yang dihadapi. Yang kedua adalah *generality*, yakni perbedaan *self-efficacy* berdasarkan keyakinan untuk menyelesaikan suatu tugas dapat mempengaruhi keyakinan untuk menyelesaikan tugas yang lainnya. Kemudian yang terakhir, yaitu, *strength* yang menunjukkan *self-efficacy* akan bervariasi berdasarkan kuat atau lemahnya keyakinan individu mengenai kompetensi yang dipersepsikan. Ketiga dimensi ini secara bersamaan menunjukkan perbedaan tingkat *academic self-efficacy* mahasiswa. Bandura (1977) mengemukakan bahwa *self-efficacy* dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu *mastery experience*, *vicarious experience*, *social persuasions*, dan *psychological and affective states*. Wijaya (2012) menjelaskan bahwa *mastery experience* membantu individu untuk mendapatkan bukti bahwa dirinya mampu mencapai keberhasilan. Sementara itu *vicarious experience*, merupakan upaya pembelajaran keberhasilan melalui internalisasi pengalaman orang lain yang serupa. Faktor *social persuasions* adalah kondisi yang sesuai dari persuasi dapat mempengaruhi efikasi diri. Terakhir *psychological* serta *affective state* adalah keadaan tertentu yang dapat memperkuat atau melemahkan *self-efficacy*.

Sachitra & Bandara (2017) menemukan bahwa banyak mahasiswa memiliki tingkat *academic self-efficacy* yang rendah jika dikaitkan dengan berbagai kegiatan akademik seperti mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan dalam kelas, menyusun rencana studi, meminta bantuan dosen, terlibat dalam diskusi akademis, mengungkapkan pendapat dan berbicara di depan teman-teman mereka. Terdapat perbedaan tingkat *academic self-efficacy* yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Penelitian Sachitra & Bandara (2017) menemukan bahwa mahasiswa perempuan secara signifikan lebih percaya diri dalam kemampuan mereka untuk menulis catatan tambahan, merencanakan waktu untuk ujian, meminta bantuan dari teman, terlibat dalam diskusi akademis dengan teman, memahami umpan balik tentang tugas, dan memperhatikan selama perkuliahan. Mahasiswa dengan tingkat *academic self-efficacy* yang tinggi akan lebih percaya diri dan memiliki sikap yang lebih positif terhadap masa depan (Sharma & Nasa, 2014).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* berhubungan positif dengan *academic adjustment* mahasiswa (Amalu & Njoku, 2019; Irfan & Suprapti, 2014; Sadoughi, 2018). *Academic self-efficacy* juga secara umum memiliki pengaruh pada motivasi, aplikasi, dan performa akademik. Keyakinan diri yang tinggi membuat individu merasa mampu mengontrol berbagai hal yang ada di sekitarnya. Kemampuan mengontrol berbagai tuntutan dan kebutuhan ini menjadi penting dalam penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi (Irfan & Suprapti, 2014). *Self-efficacy* dan dukungan sosial diketahui membantu mahasiswa untuk menempatkan diri, menjalin relasi, maupun memenuhi tuntutan akademiknya (Rozali, 2015). *Academic self-efficacy* yang baik akan meningkatkan fleksibilitas mahasiswa dan bertindak sebagai faktor penguat untuk mengurangi gejala depresi (Sachitra & Bandara, 2017) yang mana fleksibilitas menjadi penting bagi mahasiswa dalam menjalankan proses penyesuaian.

Mahasiswa yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah cenderung mengurangi usaha dan mudah menyerah ketika dihadapkan dengan tantangan. Adanya *self-efficacy* membantu mahasiswa untuk mengatasi konflik dan frustrasi yang muncul dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan akademiknya (Rahmayati & Lubis, 2013). Mahasiswa dengan *self-efficacy* yang tinggi lebih baik dan gigih dalam menghadapi tantangan terutama yang berkaitan dengan menghadapi tugas-tugas akademik. Mereka akan merasa tertantang dan senang untuk menyelesaikan tugasnya dibandingkan individu yang memiliki *self-efficacy* rendah (Ghufroon, 2017). Berdasarkan paparan sebelumnya, maka dapat disimpulkan *academic self-efficacy* memiliki peran terhadap kelancaran *academic adjustment* mahasiswa di tahun pertama.

Adanya kurikulum baru yang diterapkan dalam pendidikan tinggi, yakni Kampus Merdeka mungkin menimbulkan konsekuensi yang berbeda pada mahasiswa program MBKM jika dibandingkan dengan mahasiswa angkatan sebelumnya. Penerapan sistem MBKM menjadi konteks baru untuk mempelajari aspek *academic adjustment* serta peran *academic self-efficacy* di dalamnya pada mahasiswa tahun pertama. Maka dari itu peneliti ingin melihat apakah *academic self-efficacy* masih efektif dalam membantu kelancaran *academic adjustment* mahasiswa di tahun pertama dalam konteks kurikulum yang baru. Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran dipilih karena *self-efficacy* bersifat spesifik dalam situasi maupun tugas yang dihadapi, sehingga dipilih satu kelompok populasi yang homogen yakni mahasiswa tahun pertama. Sementara itu, MBKM, kurikulum yang belum lama diterapkan, merupakan konteks baru yang dapat dieksplorasi untuk memahami dinamika *academic self-efficacy* dan *academic adjustment*. Oleh karena itu, penelitian ini akan mengungkapkan bagaimana pola hubungan *academic self-efficacy* dan *academic adjustment* mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran pada program Merdeka Belajar Kampus Merdeka.

## METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian non-eksperimental dengan metode korelasional kuantitatif analisis regresi, yaitu studi deskriptif berdasarkan data kuantitatif tanpa adanya intervensi tertentu terhadap sampel penelitian dan bertujuan untuk mendeskripsikan derajat hubungan yang ada di antara dua variabel (Christensen, 2007). Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Angkatan 2021 Merdeka Belajar Kampus Merdeka yang tengah menjalani tahun pertama perkuliahan. Berdasarkan total populasi penelitian yang berjumlah 148 maka akan sampel minimum sebanyak 109 partisipan. Penentuan ukuran sampel dilakukan dengan menggunakan aplikasi UNPAD SAS dengan proporsi 0.5 dan bound of error sebesar 0.05. Dalam penelitian ini, variabel *academic adjustment* diperoleh menggunakan alat ukur penyesuaian akademik yang dikembangkan berdasarkan konsep *academic adjustment* menurut Schneider (1964). Sementara, variabel *academic self-efficacy* akan diukur menggunakan alat ukur *academic self-efficacy* milik Budiman et al. (2017) yang dikembangkan berdasarkan teori *self-efficacy* Bandura (1977) serta *Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) subskala Self-Efficacy for Learning and Performance* (Pintrich, et al. 1991).

Alat ukur penyesuaian akademik dikembangkan berdasarkan konsep *academic adjustment* menurut Schneider (1964) untuk mengukur kemampuan mahasiswa dalam memenuhi tuntutan dan syarat akademis. Kuesioner penyesuaian Akademik ini terdiri dari 45 butir soal. Tes ini terdiri dari 6 dimensi, yaitu *successful performance* (5 butir soal), *adequate effort* (4 butir soal), *acquisition of worthwhile knowledge* (6 butir soal), *intellectual development* (6 butir soal), *achievement of academic goals* (14 butir soal), dan *satisfaction of needs, desires, and interest* (10 butir soal). Skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur penyesuaian akademik adalah skala likert dengan lima pilihan jawaban. Skala disusun berdasarkan derajat paling rendah hingga derajat paling tinggi, yaitu sangat tidak sesuai (STS) skala 1, tidak sesuai (TS) skala 2, cukup sesuai (CS) skala 3, sesuai (S) skala 4 dan sangat sesuai (SS) skala 5. Sistem pengkategorian digunakan dengan mengacu pada nilai rata-rata penyesuaian akademik yang diperoleh oleh partisipan, di mana penyesuaian akademik buruk ketika skor total di bawah skor rata-rata dan penyesuaian akademik baik ketika skor total sama atau lebih dari rata-rata.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini telah diadaptasi oleh Harianja (2021). Reliabilitas diuji menggunakan *internal consistency* melalui *Cronbach's Alpha* dan didapatkan hasil sebesar .865. Alat ukur ini telah memiliki validitas berupa *evidence based on internal structure* melalui prosedur CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) di mana berdasarkan pengukuran terakhir kriteria *fit indices* alat ukur ini memiliki *p-value* = .44 (*Good Fit*), RMSEA = .000 (*Good Fit*) SRMR = .036 (*Good Fit*), CFI = 1.00 (*Good Fit*) di mana berdasarkan pengukuran terakhir kriteria *fit indices* alat ukur ini memiliki *p-value* = .44 (*Good Fit*), RMSEA = .000 (*Good Fit*) SRMR = .036 (*Good Fit*), CFI = 1.00 (*Good Fit*).

Dalam penelitian ini, alat ukur yang akan digunakan untuk mengukur variabel *academic self-efficacy* adalah alat ukur *academic self-efficacy* milik Budiman et al. (2017) dikembangkan berdasarkan teori *self-efficacy* dari Albert Bandura yang terinspirasi dari *Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)*

*subskala Self-Efficacy for Learning and Performance* Pintrich, et al. (1991). Alat ukur ini terdiri dari 27 item dan kemudian diadaptasi kembali oleh Fomidia (2020) sehingga menghasilkan 25 item. Tes ini terdiri dari 3 dimensi yaitu magnitude (9 butir soal), generality (9 butir soal), dan strength (7 butir soal). Seluruh item pada alat ukur *MSLQ subscale Self-Efficacy for Learning and Performance* diukur menggunakan skala likert dengan tujuh pilihan jawaban. Skala disusun berdasarkan derajat paling rendah hingga derajat paling tinggi, yaitu 1 untuk poin terendah dengan keterangan “sama sekali tidak benar bagi saya” hingga skala 7 untuk poin tertinggi dengan keterangan “sangat benar bagi saya”. Seluruh item digunakan untuk mendapatkan skor total dari *academic self-efficacy*. Semakin tinggi skor total yang didapatkan menggambarkan semakin baik penilaian subjek mengenai kemampuan dirinya untuk mempelajari keterampilan yang diperlukan dalam melakukan tugas-tugas akademik. Reliabilitas alat ukur ini yaitu .951 atau memiliki reliabilitas baik dan dapat diandalkan. Alat ukur ini telah memiliki bukti validitas dari peneliti sebelumnya. Melalui penelitian Fomidia (2020) berdasarkan construct validity menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* dan didapatkan bahwa *factor loading* setiap item bernilai  $> 0.5$  yang mengindikasikan bahwa seluruh item valid serta dibuktikan bahwa terdapat 7 dari 12 kriteria *Goodness of item fit* terpenuhi yakni RMR, NFI, NNFI, CFI, IFI, RFI, dan PNFI.

Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner alat ukur *academic adjustment* dan *academic self-efficacy* secara daring dalam bentuk formulir online melalui berbagai platform media sosial seperti LINE, WhatsApp, dan lainnya kepada sampel penelitian yaitu mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Pada halaman awal formulir online sebelum alat ukur partisipan akan terlebih dahulu disajikan penjelasan singkat mengenai penelitian diikuti dengan *informed consent*. Apabila partisipan bersedia berpartisipasi dalam penelitian maka selanjutnya partisipan diminta untuk mengisi data diri. Terakhir partisipan akan diminta untuk mengisi kuisisioner penelitian alat ukur *academic adjustment*, dan alat ukur *academic self-efficacy*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan regresi linier berganda.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini sebanyak 109 mahasiswa Fakultas Psikologi tahun pertama angkatan 2021 bersedia untuk menjadi partisipan penelitian. Berdasarkan hasil pengolahan data 109 mahasiswa, partisipan didominasi oleh perempuan sebanyak 96 orang (88%) dengan usia partisipan berkisar antara 17 sampai dengan 20 tahun, mayoritas berusia 18 tahun (68.8%). Setelah skor diubah menjadi *standardized score*, didapatkan bahwa rata-rata *academic self-efficacy* adalah sebesar 18.77 dengan mayoritas mahasiswa memiliki tingkat *academic self-efficacy* di atas rata-rata ( $N = 55$ ) dan *academic adjustment* sebesar 33.27 dengan mayoritas mahasiswa memiliki tingkat *academic adjustment* di bawah rata-rata ( $N = 61$ ).

Uji korelasi digunakan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara variabel *academic self-efficacy* serta dimensinya, yakni *magnitude*, *generality*, dan *strength* dengan *academic adjustment*. Uji korelasi yang digunakan adalah *Pearson's Correlation* ( $\alpha = .05$ ). Dari hasil uji korelasi yang dilakukan antara variabel *academic self-efficacy* dan *academic adjustment*, uji *Pearson's Correlation* ( $\alpha = .05$ ) menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan positif yang signifikan,  $r(109) = .721, p < .05$ . Selain itu, pengujian korelasi pada setiap dimensi dari *academic self-efficacy* dengan *academic adjustment*, menggunakan uji *Pearson's Correlation* ( $\alpha = .05$ ) juga menunjukkan bahwa setiap dimensi variabel *academic adjustment* berkorelasi secara positif dan signifikan,  $r(109) = .691, p < .05$  untuk dimensi *magnitude*,  $r(109) = .688, p < .05$  untuk dimensi *strength*, dan  $r(109) = .631, p < .05$  untuk dimensi *generality*.

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan regresi linier berganda. Uji analisis regresi linear berganda terhadap setiap dimensi variabel *Academic Self-efficacy* dilakukan untuk melihat dimensi apa yang berperan paling signifikan terhadap *Academic Adjustment* mahasiswa Fakultas Psikologi Unpad angkatan 2021.

**Tabel 1.** Hasil analisis regresi linear berganda

Variabel	<i>Unstandardized Coefficients</i>				
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>	$\beta$
<i>Magnitude</i>	1.47	.529	2.81	.006	.36
<i>Strength</i>	1.46	.452	3.23	.002	.36
<i>Generality</i>	.215	.413	.53	.599	.06

*Dependent Variable: Academic Adjustment*

*Note:  $R^2_{adj} = .520$  ( $N = 109$ ,  $p < .05$ )*

Tabel 1 menunjukkan hasil uji analisis regresi pada setiap dimensi variabel *Academic Self-efficacy* terhadap *Academic Adjustment*. Dimensi *magnitude* memiliki peran yang signifikan,  $\beta = .36$ ,  $t(105) = 2.81$ ,  $p = .006$ , koefisien regresi ( $B = 1.486$ ) menunjukkan bahwa peningkatan satu poin dimensi *magnitude* akan diikuti dengan peningkatan 1.486 poin *academic adjustment*. Dimensi *strength* memiliki peran yang signifikan,  $\beta = .36$ ,  $t(105) = 3.23$ ,  $p = .002$ , koefisien regresi ( $B = 1.458$ ) menunjukkan bahwa peningkatan satu poin dimensi *magnitude* akan diikuti dengan peningkatan 1.458 poin *academic adjustment*. Sementara dimensi *generality* tidak memiliki peran yang signifikan terhadap *academic adjustment* karena nilai signifikansi,  $p > .05$ . Sementara itu nilai  $R^2_{adj} = .520$ . Ketiga dimensi secara bersamaan memiliki kontribusi sebesar 52% pada *academic adjustment*.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah *academic self-efficacy* memiliki peran terhadap *academic adjustment* pada Mahasiswa tahun pertama yaitu angkatan 2021 Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran yang mengikuti kebijakan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* memiliki peran yang signifikan terhadap *academic adjustment* pada Mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* berperan secara positif terhadap *academic adjustment* mahasiswa di tahun pertama (Amalu & Njoku, 2019; Sadoughi, 2018; Ghufron, 2017). Artinya, mahasiswa yang memiliki keyakinan diri bahwa dirinya mampu dalam menyelesaikan berbagai tuntutan dan kewajiban akademik seperti menyimak pembelajaran di kelas, mengerjakan tugas, maupun belajar secara mandiri juga akan mampu untuk beradaptasi serta mengontrol berbagai hal yang ada disekitarnya, sehingga mencapai penyesuaian diri yang optimum. Hal tersebut karena *academic self-efficacy* bertindak sebagai faktor penguat yang membantu meningkatkan fleksibilitas mahasiswa tahun pertama dalam menghadapi berbagai tekanan akademik.

Populasi dalam penelitian ini merupakan Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Unpad angkatan 2021 yang saat ini tengah belajar menggunakan sistem pembelajaran yang baru direalisasikan dua tahun terakhir, yaitu Merdeka Belajar Kampus Merdeka. Dengan demikian, penelitian ini juga menunjukkan bahwa terlepas dari sistem pembelajaran yang dijalani oleh mahasiswa, *academic self-efficacy* tetap berperan secara signifikan dalam proses penyesuaian akademis mahasiswa. Maka, *academic self-efficacy* dapat berkontribusi bagi mahasiswa untuk mengembangkan kemampuannya dalam menghadapi tantangan sebagai individu yang menjalani transisi akademik, yaitu tantangan tahun pertama, maupun tantangan dalam sistem pembelajaran yang baru, yakni Merdeka Belajar Kampus Merdeka.

*Academic-self efficacy* bertindak sebagai *psychological determination* mahasiswa dalam mengembangkan *academic adjustment* mereka (Schneider, 1964). Melalui berbagai proses, yakni kognisi, motivasi, afektif, dan selektif, *academic self-efficacy* mahasiswa memberikan kontribusinya dalam mempengaruhi optimalisasi fungsi diri mereka dalam mencapai tujuan pembelajaran yang baik (Bandura, 1977). Secara kognitif, keyakinan diri individu yang baik akan membantu dalam memproyeksikan skenario keberhasilan yang mampu mengarahkan individu untuk bertindak secara positif dalam menghadapi tantangan dalam kegiatan akademik mahasiswa. Berdasarkan hasil proses kognitif tersebut, mahasiswa akan memotivasi

diri melalui apa yang mereka bayangkan tentang masa depan mereka. Keyakinan diri juga membantu dalam pengelolaan emosi, kecemasan, dan tekanan. Mahasiswa akan percaya bahwa mereka dapat mengendalikan kemungkinan adanya ancaman serta mengontrol pikiran-pikiran negatif dan mengarahkan fokusnya pada hal-hal yang menenangkan serta mendorong mereka untuk mencari dukungan dari teman, keluarga, dan lingkungan di sekitar mereka. Terakhir, *academic self-efficacy* mahasiswa akan membantu mereka dalam menentukan pilihan dan tindakan yang akan mereka lakukan. Mahasiswa dengan keyakinan diri yang tinggi akan memilih untuk melibatkan dirinya dalam kegiatan akademis yang menantang bukan menghindarinya, lebih cepat mengondisikan kembali dirinya setelah menghadapi kegagalan, sehingga akan mengurangi kerentanan diri dari stres dan depresi. Proses ini membantu mahasiswa untuk memenuhi berbagai kriteria dalam *academic adjustment* dan mencapai tujuan pembelajaran yang optimal.

Penelitian ini juga melakukan pengujian lebih lanjut terhadap hubungan antara dimensi dalam *academic self-efficacy* dengan *academic adjustment*. Hasil analisis lanjutan menunjukkan bahwa dari tiga variabel dalam *academic self-efficacy*, yakni *magnitude*, *strength*, dan *generality*, hanya dimensi *strength* dan *magnitude* yang menunjukkan peran signifikan terhadap *academic adjustment* mahasiswa angkatan 2021. Penyesuaian akademis dapat diprediksi melalui tingkat keyakinan mahasiswa mengenai kuat atau lemahnya kompetensi yang dipersepsikannya (*strength*) dan keyakinan mengenai kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas pada tingkat kesulitan tertentu (*magnitude*), bukan ketika mereka menggeneralisasikan kemampuan mereka dalam mengerjakan berbagai subjek atau jenis tuntutan (*generality*). Keyakinan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akademik yang berbeda-beda belum mampu untuk mendorong mahasiswa mengembangkan *academic adjustment* dalam dirinya. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dimensi *generality* dalam *self-efficacy* akan bergantung pada tingkat keasaman yang dipersepsikan di antara tugas-tugas yang dihadapi oleh mahasiswa (Bong, 1997). Dengan demikian, *academic adjustment* Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran angkatan 2021 yang tengah menjalani program MBKM tidak didukung oleh keyakinan diri pada seluruh proses pembelajaran melainkan pada keyakinan dalam menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan tertentu dan keyakinan diri akan kompetensi yang mereka miliki.

Dimensi *magnitude* melihat bahwa *self-efficacy* berbeda dilihat dari tingkat kesulitan tugas yang dihadapi. Aspek ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan dicoba mahasiswa berdasarkan pemahamannya terhadap tingkat kesulitan tugas. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa yang hanya akan merasa mampu untuk menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan rendah seperti membuat rangkuman materi atau membuat *powerpoint*. Sebaliknya ada mahasiswa yang lebih yakin untuk menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang tinggi, seperti melakukan mini riset atau melakukan presentasi mandiri di kelas besar. Terakhir, pada dimensi *strength*, *self-efficacy* akan bervariasi berdasarkan kuat atau lemahnya keyakinan individu mengenai kompetensi yang dipersepsikan. Aspek ini berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan mahasiswa atas kemampuannya. Keyakinan yang kuat pada individu akan mendorong mereka untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan, sekalipun mungkin belum memiliki pengalaman yang menunjang. Sebagai mahasiswa baru, tentu mereka belum memiliki banyak pengalaman dan pengetahuan mengenai kehidupan akademik di perkuliahan, sehingga mahasiswa dengan keyakinan yang kuat akan mempertahankan usahanya walau harus menghadapi berbagai rintangan dan kesulitan dan menilai hal tersebut sebagai tantangan yang harus mereka hadapi (Bandura, 1977). Sebaliknya mahasiswa baru yang ragu akan kemampuan dirinya akan lebih mudah goyah dalam menghadapi hal tersebut.

Limitasi dalam penelitian ini adalah tidak memungkinkannya dilakukan uji beda tingkat kedua variabel pada mahasiswa perempuan dan laki laki. Hal ini karena partisipan berdasarkan jenis kelamin memiliki perbedaan jumlah yang cukup jauh sehingga tidak mencukupi untuk dilakukan uji beda. Kedua, konsep *self-efficacy* sendiri bersifat spesifik dan terkait dengan konteks (Bandura, 1997). Hal ini berimplikasi pada limitasi dari penelitian ini, di mana populasi merupakan mahasiswa psikologi, yang memiliki karakteristik dan tantangan tugas yang berbeda. Dengan demikian, generalisasi hasil dari penelitian ini hanya terbatas pada populasi yang karakteristiknya serupa dengan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran angkatan 2021.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian peran *academic self-efficacy* terhadap *academic adjustment* pada Mahasiswa tahun pertama angkatan 2021 Program Merdeka Belajar Kampus Merdeka Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut. Pertama, *academic self-efficacy* berperan secara signifikan terhadap *academic adjustment* Mahasiswa tahun pertama angkatan 2021. Dengan demikian mahasiswa yang menilai dirinya mampu untuk mempelajari keterampilan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik akan mampu mencapai pemenuhan akan tuntutan, kebutuhan, dan tanggung jawab yang melekat dalam situasi akademik dengan perencanaan yang memadai, sehat, dan memuaskan. Kedua, dimensi *magnitude* dan *strength* dalam *academic self-efficacy* memiliki peran yang signifikan terhadap *academic adjustment*. Artinya, meningkatkan keyakinan diri mahasiswa terhadap dimensi *magnitude* dan *strength* akan mendorong mahasiswa lebih efektif dalam mencapai *academic adjustment* yang optimal.

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai peran *academic self-efficacy* terhadap *academic adjustment* secara umum dan khususnya terkait dua dimensi yang signifikan, yaitu *strength* dan *magnitude*. Oleh karena itu memfasilitasi kegiatan yang dapat mengembangkan, keyakinan yang kuat terhadap potensi diri, semangat juang, dan komitmen untuk menyelesaikan tugas serta membangun pandangan positif kemampuan dalam bertindak secara efektif akan dapat membantu mahasiswa mencapai penyesuaian akademik. Penelitian ini juga dapat digunakan oleh pihak pengajar, institusi penyedia layanan konseling, serta pengelola perguruan tinggi sebagai referensi terkait informasi mengenai permasalahan penyesuaian akademik dan untuk mengembangkan intervensi dengan memperhatikan peran tingkat *self-efficacy* yang baik pada mahasiswa tahun pertama, khususnya pada dua dimensi yang signifikan yakni *strength* dan *magnitude*. Secara teoritis, peneliti menyarankan bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian dan kajian lebih lanjut terkait topik serupa pada universitas atau fakultas yang berbeda agar pembahasan lebih beragam, melakukan penelitian kualitatif untuk menemukan pemahaman yang lebih baik dan melihat sudut pandang mahasiswa terhadap kedua variabel, dan melakukan penelitian dengan metode mediasi maupun moderasi untuk memperkaya pemahaman tentang hubungan antara kedua variabel.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalu, M. N., & Njoku, J. N. (2019). Academic self-efficacy, satisfaction and academic adjustment of undergraduates in University of Calabar, Cross River State. *International Journal of Pedagogy, Policy and ICT in Education*, 7, 1–19.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179–189. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi:10.1037/0033-295x.84.2.191>
- Budiman, A., Rosa, E. M., & Afandi, M. (2017). Cross cultural adaptation: Kuesioner Strategi Motivasi Belajar (MSLQ) Subskala Efikasi Diri dalam Belajar dan Mengerjakan Tugas versi Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2).
- Buku Panduan Merdeka Belajar - Kampus Merdeka (1st ed.). (2020). Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kemdikbud RI. <http://dikti.kemdikbud.go.id/wp-content/uploads/2020/04/Buku-Panduan-Merdeka-Belajar-Kampus-Merdeka-2020>
- Bong, M. (1997). Generality of academic self-efficacy judgments: Evidence of hierarchical relations. *Journal of Educational Psychology*, 89(4), 696–709. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.89.4.696>
- Chung, H. H., Elias, M., & Schneider, K. (1998). Patterns of individual adjustment changes during middle school transition. *Journal of School Psychology*, 36(1), 83–101. [https://doi.org/10.1016/S0022-4405\(97\)00051-4](https://doi.org/10.1016/S0022-4405(97)00051-4)
- Christensen, L. B. (2007). *Experimental Methodology* (1st ed.). Pearson.
- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia. (2021). Kampus Merdeka. Kampus Merdeka. <https://kampusmerdeka.kemdikbud.go.id/>

- Fomidia, O. R. (2020). *Peran academic self-efficacy terhadap kematangan karir pada siswa sma di Jatinangor*. [Skripsi, Universitas Padjadjaran].
- Ghufron, M. N. (2017). Penyesuaian akademik tahun pertama ditinjau dari efikasi diri mahasiswa. *Konseling Edukasi "Journal of Guidance and Counseling,"* 1(1), 1–16. <https://doi.org/10.21043/konseling.v1i1.3860>
- Harianja, T. R. (2021). *Peran self-regulated learning terhadap penyesuaian akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran angkatan 2020*. [Skripsi, Universitas Padjadjaran].
- Irfan, M., & Suprpti, V. (2014). Hubungan self-efficacy dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga,* 3(3), 172-178
- Mudhovozi, P. (2012). Social and academic adjustment of first-year university students. *Journal of Social Sciences,* 33(2), 251–259. <https://doi.org/10.1080/09718923.2012.11893103>
- Pintrich, P. R., Smith, D. A., Gracia, T., & McKeachie, W. J. (1991). A Manual for the Use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ). *ERIC*. <https://eric.ed.gov/?id=ED338122>
- Rahmayati, T. E., & Lubis, Z. (2013). Hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri. *Analitika,* 5(2), 43–49. <https://doi.org/10.31289/analitika.v5i2.784>
- Rozali, Y. A. (2015). Hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial orangtua dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa UEU Jakarta. *Jurnal Psikologi Esa Unggul,* 13(2). <https://www.neliti.com/publications/126455/hubungan-efikasi-diri-akademik-dan-dukkungan-sosial-orangtua-dengan-penyessuaian-d#cite>
- Sachitra, V., & Bandara, U. (2017). Measuring the academic self-efficacy of undergraduates: The role of gender and academic year experience. *World Academy of Science, Engineering and Technology,* 11(11), 6. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1132491>
- Sadoughi, M. (2018). The relationship between academic self-efficacy, academic resilience, academic adjustment, and academic performance among medical students. *Education Strategies in Medical Sciences,* 11(2), 7–14. <https://doi.org/10.29252/edcbmj.11.02.02>
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. Rinehart and Company.
- Sharma, H., & Nasa, G. (2014). Academic self-efficacy: A reliable predictor of educational performances *British Journal of Education (2054-6351),* 2, 57–64. <https://www.eajournals.org/journals/british-journal-of-education-bje/vol-2issue-3july-2014/academic-self-eficacy-reliable-predictor-educational-performances-2/>
- Smith, J. S., & Wertlieb, E. C. (2005). Do first-year college students' expectations align with their first-year experiences? *NASPA Journal,* 42(2), 153–174. <https://doi.org/10.2202/1949-6605.1470>
- Santrock, J. (2017). *A Topical Approach to Lifespan Development* (9th ed.). McGraw-Hill Education.
- Wijaya, I. P. (2012). Efikasi diri akademik, dukungan sosial orangtua dan penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia,* 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.30996/persona.v1i1.14>
- Zuckerman, M., Li, C., & Hall, J. A. (2016). When men and women differ in self esteem and when they don't: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality,* 64, 34–51. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2016.07.007>