

PENGARUH EFIKASI DIRI AKADEMIK TERHADAP PENYESUAIAN AKADEMIK PADA MAHASISWA BARU

THE INFLUENCE OF ACADEMIC SELF-EFFICACY ON ACADEMIC ADJUSTMENT AMONG FIRST-YEAR STUDENTS

Rihhadatul ‘Aisy*

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: rihhadatul.22072@mhs.unesa.ac.id

Mimbar Oktaviana

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: mimbaroktaviana@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh efikasi diri akademik terhadap penyesuaian akademik pada mahasiswa baru. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi mahasiswa baru Fakultas Psikologi. Sampel penelitian berjumlah 334 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik probability sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen berupa skala efikasi diri akademik dan skala penyesuaian akademik yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan teknik regresi linier sederhana. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,001$), yang menandakan bahwa efikasi diri akademik berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian akademik mahasiswa baru. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,539 menunjukkan bahwa efikasi diri akademik memberikan kontribusi sebesar 53,9% terhadap penyesuaian akademik. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri akademik merupakan faktor psikologis yang memiliki peran penting dalam mendukung proses adaptasi akademik mahasiswa baru, khususnya dalam menghadapi tuntutan perkuliahan, mengelola tekanan akademik, serta menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran di perguruan tinggi pada masa awal transisi pendidikan tinggi.

Kata kunci : Efikasi diri akademik; penyesuaian akademik; mahasiswa baru

Abstract

This study aims to examine the effect of academic self-efficacy on academic adjustment among first-year university students. A quantitative approach was employed, with the population consisting of first-year students from the Faculty of Psychology. The sample comprised 334 students selected using probability sampling techniques. Data were collected using validated and reliable instruments, including an academic self-efficacy scale and an academic adjustment scale. Data analysis was conducted using simple linear regression. The results revealed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that academic self-efficacy has a significant effect on the academic adjustment of first-year students. The coefficient of determination (R^2) of 0.539 indicates that academic self-efficacy accounts for 53.9% of the variance in academic adjustment. These findings suggest that academic self-efficacy is an important psychological factor that supports first-year students' academic adaptation, particularly in coping with academic demands, managing academic pressure, and adjusting to the higher education learning system during the initial transition to university.

Keyword : Academic self-efficacy; academic adjustment; first year students

Article History	
Submitted :	
09-2026	 
Final Revised :	
13-01-2026	<i>This is an open access article under the CC-BY-SA license</i>
Accepted :	
13-01-2026	<i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i>

Mahasiswa baru adalah peserta didik yang berada pada tahun pertama perkuliahan setelah menyelesaikan pendidikan menengah atas dan melanjutkan ke jenjang pendidikan tinggi (Sari & Zaini, 2024). Ketika mulai menjalani dunia perkuliahan, mahasiswa baru dihadapkan pada berbagai bentuk perubahan secara akademik maupun sosial (Triwahyuni & Prasetyo, 2021). Mahasiswa baru termasuk kelompok yang rawan mengalami stres akademik karena berada pada masa transisi dari status siswa SMA menuju kehidupan sebagai mahasiswa, yang umumnya ditandai oleh kesulitan beradaptasi dengan tuntutan akademik, pengelolaan waktu, beban tugas, serta tekanan evaluasi akademik (Rizki et al., 2025). Masa perkuliahan sering kali menjadi periode yang penuh tantangan, di mana kesulitan yang dialami mahasiswa dapat berujung pada kegagalan dalam aspek akademik (Claudia et al., 2023).

Dampak dari kesulitan akademik tersebut juga terlihat pada tingginya angka pemberhentian mahasiswa di Perguruan Tinggi. Sebanyak 40% mahasiswa diberhentikan pada jenjang Perguruan Tinggi, dan dari jumlah tersebut sekitar 75% merupakan mahasiswa pada tahun pertama dan kedua perkuliahan (Claudia, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Fatimah et al., (2024) menunjukkan bahwa sebanyak 36,4% mahasiswa Papua yang berkuliah di Lhokseumawe mengalami penyesuaian diri yang buruk. Penyesuaian akademik merupakan faktor yang berperan dalam keberlangsungan studi mahasiswa, di mana kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dapat memengaruhi risiko terjadinya pemberhentian di perguruan tinggi (Kim, 2022).

Secara akademik, mahasiswa baru mengalami perubahan signifikan dibandingkan masa sekolah menengah. Menurut Sari & Zaini (2024), mahasiswa pada jenjang awal perkuliahan sering mengalami hambatan dalam melakukan penyesuaian akademik. Kesulitan dalam penyesuaian akademik akan menimbulkan perasaan tertekan serta stres karena mahasiswa harus beradaptasi dengan ritme akademik yang jauh lebih padat dibandingkan masa sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian Haruna et al. (2025) yang menunjukkan bahwa terdapat prevalensi kecemasan dan stres yang lebih tinggi di kalangan mahasiswa tingkat pertama. Oleh karena itu, kemampuan untuk menyesuaikan diri secara akademik menjadi proses yang krusial pada tahun pertama menjalani perkuliahan (Rizki et al., 2025). Kemampuan menyesuaikan diri dalam bidang akademik akan memberikan dampak terhadap kelancaran pendidikan. Di sisi lain, mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi secara akademis sering menunda-nunda tugas, pasif, kurang motivasi, dan sering absen dari kelas. Pola perilaku ini akhirnya berdampak negatif pada kesuksesan akademis (Maranressy & Rozali, 2021).

Menurut Auliya et al. (2023), efikasi diri akademik memainkan peran signifikan dalam membantu mahasiswa menyesuaikan diri secara akademik. Efikasi diri akademik adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas-tugas akademik sesuai target dan waktu yang ditentukan (Fauziah et al., 2022). Semakin kuat keyakinan tersebut, maka akan semakin besar usaha yang dilakukan dan semakin aktif pula keterlibatannya karena percaya bahwa kemampuannya dapat membantu menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan serta dapat menghadapi tantangan yang muncul demi mencapai prestasi akademik yang tinggi (Meng

& Jia, 2023). Efikasi diri akademik berperan penting dalam keterlibatan akademik mahasiswa (Putri & Prasetyaningrum, 2023). Mahasiswa dengan keyakinan terhadap kemampuannya cenderung lebih mudah beradaptasi dengan tuntutan akademik baru (Utomo & Andayani, 2023).

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian akademik. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh Fitri & Kustanti (2020) yaitu mahasiswa rantau dari Indonesia bagian timur di Semarang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri. Selanjutnya, penelitian oleh Utomo & Andayani (2023) menemukan bahwa faktor efikasi diri akademik dan *school well-being* memiliki peran yang penting terhadap penyesuaian diri akademik mahasiswa. Selain itu, penelitian dari Muchtar et al., (2023) menunjukkan bahwa efikasi diri akademik memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kemajuan terhadap kemajuan studi dan kesehatan mental.

Sejumlah studi telah menunjukkan bahwa efikasi diri akademik berkontribusi pada kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan akademik serta membantu proses adaptasi di lingkungan pendidikan. Namun demikian, kajian mengenai efikasi diri akademik dan penyesuaian akademik pada mahasiswa baru umumnya masih dilakukan secara terpisah atau difokuskan pada variabel lain, seperti stres akademik, motivasi belajar, dan prestasi akademik. Selain itu, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh langsung antara efikasi diri akademik dan penyesuaian akademik pada mahasiswa baru, khususnya pada konteks Perguruan Tinggi di wilayah Surabaya, masih belum banyak ditemukan. Padahal, masa transisi tersebut seringkali menjadi periode kritis yang akan menjadi penentu keberhasilan kehidupan akademik mahasiswa untuk tahun-tahun berikutnya. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian empiris serta memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai pengaruh efikasi diri akademik dalam mendukung penyesuaian akademik pada mahasiswa baru.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian kuantitatif kausal yang bertujuan untuk menguji hubungan sebab–akibat antar variabel. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan pengumpulan data yang bersifat terukur dan objektif, serta dapat dianalisis secara statistik untuk mengidentifikasi pola hubungan antarvariabel. Melalui analisis statistik tersebut, pengaruh antarvariabel dapat dijelaskan secara lebih sistematis dan akurat, sehingga mendukung penarikan kesimpulan yang berbasis data empiris (Sugiyono, 2023).

Sampel/populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru angkatan 2025 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Sampel penelitian diperoleh melalui teknik *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*, di mana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk menjadi responden. Proses pengambilan sampel dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa baru secara acak tanpa mempertimbangkan karakteristik tertentu.

Penentuan ukuran sampel dilakukan menggunakan rumus Krejcie dan Morgan dengan taraf kesalahan sebesar 1%, yang dipilih untuk memperoleh tingkat ketelitian yang lebih tinggi dalam merepresentasikan populasi. Perhitungan tersebut menghasilkan jumlah sampel minimal sebanyak 319 responden. Dalam pelaksanaannya, jumlah sampel yang diperoleh dan digunakan dalam penelitian ini adalah 334 mahasiswa, yang melebihi jumlah minimal dengan tujuan untuk meningkatkan kekuatan analisis.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan data primer berupa kuesioner yang disusun secara daring melalui *google form*. Kuesioner disebarluaskan kepada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Negeri Surabaya dalam periode pengumpulan data hingga jumlah responden yang dibutuhkan terpenuhi.

Instrumen penelitian terdiri atas dua skala, yaitu skala efikasi diri akademik yang berjumlah 24 item dan skala penyesuaian akademik yang berjumlah 32 item. Kedua instrumen tersebut merupakan hasil adaptasi dari instrumen penelitian sebelumnya yang relevan dengan masing-masing variabel. Setiap item diukur menggunakan skala Likert empat tingkat, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS), yang merepresentasikan rentang sikap dari paling negatif hingga paling positif (Hardani et al., 2020).

Skala efikasi diri akademik terdiri atas 12 item favourable dan 12 item unfavourable, sedangkan skala penyesuaian akademik terdiri atas 25 item favourable dan 7 item unfavourable. Penggunaan kombinasi item favourable dan unfavourable bertujuan untuk mengurangi bias respons serta meningkatkan kualitas data yang diperoleh.

Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linear sederhana, yang dipilih karena penelitian bertujuan menguji pengaruh satu variabel bebas, yaitu efikasi diri akademik, terhadap satu variabel terikat, yaitu penyesuaian akademik. Sebelum dilakukan analisis regresi, data terlebih dahulu diuji melalui uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, dan uji heteroskedastisitas untuk memastikan kelayakan model analisis. Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26.

Hasil

Tabel 1. Statistik deskriptif variabel efikasi diri akademik dan penyesuaian akademik

<i>Descriptive Statistic</i>		
	Efikasi Diri Akademik	Penyesuaian Akademik
<i>N</i>	334	334
<i>Mean</i>	72	97,38
<i>Std. Deviasi</i>	10,80	12,23
<i>Minimum</i>	37	54
<i>Maximum</i>	96	128

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, efikasi diri akademik mahasiswa menunjukkan nilai rata-rata sebesar 72 dengan sebaran data yang relatif moderat, yang tercermin dari nilai standar deviasi sebesar 10,80. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri akademik yang cukup beragam. Sementara itu, penyesuaian akademik memiliki nilai rata-rata sebesar 97,38 dengan standar deviasi sebesar 12,23, yang menunjukkan variasi penyesuaian akademik yang relatif lebih tinggi dibandingkan efikasi diri akademik.

Tabel 2. Tabel ANOVA uji regresi linear sederhana

ANOVA ^a			
1	Model	F	Sig.
	Regression	387,717	0,000 ^b

Berdasarkan output uji ANOVA, model regresi linear sederhana menunjukkan bahwa model regresi linear sederhana memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05, sehingga model regresi dinyatakan signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh efikasi diri akademik terhadap penyesuaian akademik pada mahasiswa baru.

Tabel 3. Tabel uji koefisien determinasi

R	R Square	Adjusted R Square
0,734	0,539	0,537

Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,539. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa efikasi diri akademik mampu menjelaskan sebesar 53,9% variasi penyesuaian akademik pada mahasiswa baru. Temuan ini menunjukkan bahwa efikasi diri akademik memiliki peran dalam penyesuaian akademik mahasiswa baru, sementara sebesar 46,1% variasi penyesuaian akademik dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel yang diteliti.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan regresi linier sederhana, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($P<0,001$) yang menunjukkan bahwa efikasi diri akademik berperan dalam membantu mahasiswa baru menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik, sehingga semakin tinggi efikasi diri akademik yang dimiliki mahasiswa, semakin baik pula penyesuaian akademiknya. Beragam faktor dapat memengaruhi tingkat penyesuaian akademik mahasiswa. Namun efikasi diri akademik merupakan salah satu faktor yang berperan dalam penyesuaian akademik pada mahasiswa tahun pertama (Utomo & Andayani, 2023). Hal ini karena keyakinan terhadap kemampuan diri berkaitan dengan cara mahasiswa menghadapi tuntutan dan kesulitan akademik, sehingga berkontribusi terhadap proses penyesuaian akademik.

Efikasi diri akademik dapat berperan sebagai sumber kemampuan psikologis yang membantu mahasiswa menghadapi tantangan dalam penyesuaian akademik (Claudia et al., 2023). Dalam penelitian ini, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,539 menunjukkan bahwa efikasi diri akademik menjelaskan 53,9% variasi penyesuaian akademik pada mahasiswa baru, sedangkan 46,1% variasi lainnya dipengaruhi oleh faktor di luar model penelitian. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri akademik mahasiswa baru, maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian akademik.

Secara teoritis, hasil penelitian ini konsisten dengan teori efikasi diri akademik Bandura (1997) yang mengatakan bahwa efikasi diri akademik dibutuhkan agar mahasiswa dapat mencapai keberhasilan dan memenuhi berbagai tuntutan akademik. Mahasiswa dengan tingkat efikasi diri akademik lebih tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tantangan akademik, mengatur waktu belajar, dan menyesuaikan diri dengan beban kuliah (Utomo & Andayani, 2023). Semakin besar keyakinan mahasiswa terhadap kapasitas akademiknya, semakin tinggi pula motivasi dan usaha yang mereka keluarkan dalam menjalani proses belajar (Meng & Jia, 2023). Kepercayaan tersebut membuat mahasiswa mampu mengelola tugas, menghadapi kesulitan akademik, dan mempertahankan performa belajar yang baik sehingga hal itu membantu dalam proses penyesuaian akademik (Safira, 2022). Oleh karena itu, teori

ini menjadi landasan penting yang membantu menjelaskan pengaruh efikasi diri akademik terhadap penyesuaian akademik.

Temuan ini mengindikasikan bahwa penguatan efikasi diri akademik dapat menjadi salah satu aspek yang mendukung kemampuan mahasiswa baru dalam menghadapi tuntutan perkuliahan. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan akademiknya cenderung lebih siap menghadapi dinamika lingkungan kampus, baik dari segi pengaturan belajar, pemahaman materi, maupun pengelolaan tekanan akademik (Salim & Fakhrurrozi, 2020). Pada akhirnya, hal ini tidak hanya membantu mahasiswa baru menjalani masa transisi perkuliahan dengan lebih stabil, tetapi juga berkontribusi pada keberhasilan dan kesejahteraan akademik secara keseluruhan.

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara efikasi diri akademik terhadap penyesuaian akademik pada mahasiswa baru. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,001$) dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,539. Artinya, semakin tinggi efikasi diri akademik yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula kemampuan mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik. Efikasi diri akademik memberikan kontribusi terhadap penyesuaian akademik mahasiswa, baik dalam kemampuan menyelesaikan tugas maupun beradaptasi dengan tuntutan akademik. Penelitian ini memberikan kontribusi empiris dengan menunjukkan bahwa efikasi diri akademik berperan dalam menjelaskan tingkat penyesuaian akademik pada mahasiswa baru, sehingga temuan ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi atau program pendampingan yang berfokus pada penguatan efikasi diri akademik di lingkungan perguruan tinggi.

Saran

Berdasarkan temuan penelitian, mahasiswa baru disarankan untuk meningkatkan efikasi diri akademik melalui penguatan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tugas dan tantangan akademik guna mendukung proses penyesuaian akademik. Bagi instansi pendidikan, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam penerapan strategi pembelajaran yang mendukung penguatan efikasi diri akademik, seperti pemberian umpan balik yang konstruktif dan mendorong keterlibatan aktif mahasiswa dalam proses pembelajaran. Mengingat penelitian ini hanya dilakukan pada satu fakultas dan menggunakan desain penelitian satu waktu pengambilan data, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan populasi yang lebih luas serta menggunakan desain penelitian jangka panjang agar peran efikasi diri akademik terhadap penyesuaian akademik dapat dipahami secara lebih mendalam.

Daftar Pustaka

- Auliya, N. N., Zaharuddin, Z., & Darmayanti, K. K. H. (2023). Internal Locus of Control and Academic Self-Efficacy Influence on Academic Adjustment among College Students. COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education, 8(1). <https://doi.org/10.23916/0020230841810>
- Bandura, A. (1997). Albert Bandura Self-Efficacy: The Exercise of Control. In W.H Freeman and Company New York (Vol. 43, Issue 9).
- Claudia, C., Yasin, A., Noviekayati, I., Rina, A. P., & Psikologi, F. (2023). Penyesuaian akademik pada mahasiswa tahun pertama: Bagaimana peran efikasi diri? INNER:

Journal of Psychological Research, 2(4), 626–632.
<https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/778/551>

Fatimah, N., Musni, R., & Julistia, R. (2024). Penyesuaian Diri Mahasiswa Papua yang Berkuliah di Lhokseumawe. 2(4), 718–727.
<https://doi.org/10.2910/insight.v2i4.18006>

Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang. Jurnal EMPATI, 7(2), 491–501.
<https://doi.org/10.14710/empati.2018.21669>

Hardani, N., Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. CV. Pustaka Ilmu.

Maranressy, Y. A. A., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Penyesuaian Akademik Siswa SMK di Jakarta Selama Pembelajaran Online. Psychommunity: Seminar Nasional Psikologi Esa Unggul, 1(9), 78–90.
<https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SEMNASPSIKOLOGI/article/view/208>

Meng, Q., & Jia, W. (2023). Influence of psychological hardiness on academic achievement of university students: The mediating effect of academic engagement. Work, 74(4), 1515–1525. <https://doi.org/10.3233/WOR-211358>

Muchtar, D. Y., Wahyuni, Z. I., Murniasih, F., & Rasaki, A. F. (2023). Academic Self-Efficacy as a Predictor of College Student's Mental Health and Study Progress. TAZKIYA Journal of Psychology, 11(2), 132–142.
<https://doi.org/10.15408/tazkiya.v11i2.33531>

Putri, H. A. K., & Prasetyaningrum, S. (2023). Dampak efikasi diri akademik terhadap keterlibatan siswa pada remaja. Cognicia, 11(2), 99–105.
<https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i2.28486>

Rahmadani A., Rahmawati Y.M. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional: studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. Jurnal Konseling Dan Pendidikan, 8(3), 159. <https://doi.org/10.29210/145700>

Rizki, A., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2025). Hubungan Adaptasi Diri dengan Tingkat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan, 3(1), 243–252.
<https://doi.org/10.61132/corona.v3i1.1151>

- Safira, G. (2022). *Pengaruh Academic Self Efficacy terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh*, *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 109–118. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.462>
- Salim, F., & Fakhrurrozi, M. (2020). Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 175–175. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.9718>
- Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator. Personifikasi: *Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64–78. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.23190>
- Sugiyono. (2023). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Triwahyuni, A., & Eko Prasetyo, C. (2021). Gangguan Psikologis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Baru. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 35–56. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art3>
- Utomo, R. C., & Andayani, B. (2023). The role of academic self-efficacy and school well-being on adjustment of first year university student. *Psychological Research and Intervention*, 6(1), 18–25. <https://doi.org/10.21831/pri.v6i1.61908>