

Self efficacy dan penyesuaian diri pada pekerja rantau di Bali

Haneysyah Oktivita Wibisono¹

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

Mamang Efendy²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

Rahma Kusumandari³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

E-mail: haneysyahow@gmail.com

Abstract

Self-efficacy is an individual's belief in their ability to manage actions to achieve goals, while adjustment refers to the individual's capacity to adapt personally and socially to a new environment. This study aims to examine the relationship between self-efficacy and adjustment among migrant workers in Bali. The research employed a quantitative approach with a correlational method. The sampling technique used was purposive sampling, involving 115 migrant workers in the Bali area. Data were collected using a self-efficacy scale and an adjustment scale. The data analysis technique used was the Spearman Rho correlation test. The results showed a significant positive relationship between self-efficacy and adjustment among migrant workers in Bali. The higher an individual's self-efficacy, the better their ability to adapt to a new environment. This finding is based on the Spearman Rho correlation coefficient, where $r_{xy} = 0.714$ with a significance level of $p = 0.000 < 0.05$, indicating that the higher the self-efficacy, the higher the adjustment, and vice versa. Furthermore, self-efficacy contributed 43% to the variance in adjustment.

Keywords: adjustment, migrants, self-efficacy, workers.

Abstrak

Self-efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengelola tindakan untuk mencapai tujuan, sedangkan penyesuaian diri merupakan kemampuan individu beradaptasi secara pribadi dan sosial di lingkungan baru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-efficacy dengan penyesuaian diri pada pekerja rantau di Bali. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Teknik penentuan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 115 pekerja rantau di wilayah Bali. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala self-efficacy dan skala penyesuaian diri. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi Spearman Rho'. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara self-efficacy dengan penyesuaian diri pada pekerja rantau di Bali. Semakin tinggi self-efficacy yang dimiliki individu, maka semakin baik kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Hal ini berdasarkan hasil perhitungan korelasi r Spearman Rho', dimana $r_{xy} = 0,714$ dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$ artinya semakin tinggi self-efficacy maka semakin tinggi penyesuaian diri dan sebaliknya semakin rendah self-efficacy maka semakin rendah penyesuaian diri. Adapun sumbangan efektif dari self-efficacy mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 43%.

Kata Kunci: pekerja, penyesuaian diri, rantau, self-efficacy.

Pendahuluan

Seiring dengan perkembangan zaman yang semakin maju seperti sekarang banyak pekerja yang tidak hanya mencari pekerjaan di daerah tanah kelahiran atau kampung halamannya, mayoritas dari para pekerja saat ini lebih memilih mencari pekerjaan di daerah yang lebih maju dan memiliki peluang tinggi untuk berkarir seperti di kota – kota besar, pernyataan ini didukung oleh Agustan dan Tamrin (2017), bahwa yang menjadi salah satu faktor seseorang untuk pergi merantau dikarenakan ingin memperbaiki kehidupan ekonominya menjadi lebih baik. Pernyataan lain diungkapkan oleh Sunarto (2004) bahwa terdapat banyak faktor menarik yang menjadi pemikat seseorang untuk bermigrasi ke daerah lain. Faktor menarik ini memiliki berbagai macam seperti sistem politik yang menjamin kewarganegaraan individu, keamanan yang lebih baik dan perekonomian yang lebih maju yang menawarkan peluang pendidikan dan pekerjaan serta pendapatan daerah asal yang lebih tinggi.

Dengan meningkatnya mobilitas tenaga kerja di Indonesia dalam aspek perkembangan ekonomi dan urbanisasi. Maka salah satu daerah yang menjadi tujuan utama bagi pekerja rantau adalah Bali, yang dikenal sebagai pusat pariwisata Internasional. Bali menawarkan beragam peluang kerja, terutama di sektor pariwisata, perdagangan, dan jasa, yang menarik banyak pekerja dari berbagai daerah di Indonesia. Menurut badan pusat statistik provinsi Bali pada bulan februari 2025 jumlah angkatan kerja di Bali mencapai 2,74 juta orang dan jumlah penduduk yg bekerja sebanyak 2,69 juta, akan tetapi jumlah pekerja migran di Bali tidak disebutkan secara spesifik dalam data yang tersedia. Menurut Putu (2024) mengatakan bahwa para perantau dari luar Bali cenderung merasa memiliki peluang yang lebih menguntungkan, seperti contohnya beberapa dari mereka merantau ke Bali untuk berjualan makanan, menawarkan jasa keahlian yang mereka miliki dan lingkungan pekerjaan yang lebih luas karena beraneka ragam masyarakat yang ada di Bali. Namun, pekerja rantau yang datang ke Bali sering kali menghadapi tantangan besar, terutama dalam hal penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial, budaya, dan pekerjaan yang berbeda dari daerah asal mereka. Hal ini dibuktikan melalui observasi dan wawancara dengan komunitas para pekerja rantau di Bali yang mengatakan bahwa ketika memilih bekerja di kota ini, menyesuaikan diri amatlah tidak mudah karena faktor lingkungan yang sangat berbeda dengan daerah asal mereka.

Peran penyesuaian diri sangat dibutuhkan oleh para pekerja rantau, karena melalui penyesuaian diri proses berinteraksi dan berkomunikasi dengan lingkungan baru dapat berjalan. Penyesuaian diri sendiri memiliki banyak makna yang dikemukakan oleh beberapa ahli maupun masyarakat umum. Dengan demikian Ali dan Asrori (2015) menjelaskan bahwa seseorang yang mampu beradaptasi dengan baik terhadap dirinya dan lingkungannya secara positif, dewasa dan sehat cenderung lebih mampu mengatasi konflik mental dan frustrasi. Namun berbeda halnya dengan orang yang kurang beradaptasi dengan lingkungan baru dapat menimbulkan rasa tidak nyaman dengan lingkungannya dan perasaan rendah diri dengan kemampuannya akibat perbedaan

kebiasaan lingkungan yang baru yang tidak dapat diterima dengan sebelumnya (Kertamuda & Herdiansyah, 2009).

Penyesuaian diri seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi fisik, kepribadian, kemampuan beradaptasi, rasa percaya diri, pengendalian diri, dan pengalaman belajar. Penyesuaian diri dengan lingkungan merupakan proses di mana seseorang berusaha untuk beradaptasi dengan masyarakat atau lingkungan sosialnya. Untuk dapat beradaptasi dengan baik dalam lingkungan sosial tersebut, individu perlu memiliki keyakinan diri yang tinggi dengan kemampuannya (Buhrmester, dkk., 1998).

Self-efficacy atau keyakinan diri merupakan faktor penting yang berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri (Schneider, 1984). Bandura (1997) menyebutkan bahwa keyakinan seseorang berpengaruh terhadap kemampuannya untuk mengontrol perilaku sehingga mendapatkan hasil yang diinginkan disebut *self-efficacy*. Makna lain dari *self-efficacy* adalah cara positif seseorang mengendalikan situasi ketika menghadapi konflik lalu dapat diterima oleh lingkungannya. Menurut Korchin, penyesuaian diri yang benar memuat perilaku nyata yang positif seperti kontrol perilaku, pikiran dan perasaan (Maddux, 1995).

Sejumlah penelitian membahas hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada berbagai kelompok subjek. Penelitian oleh Crede & Niehorster (2011) menunjukkan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor penting dalam penyesuaian diri individu. Penelitian tersebut menemukan bahwa ketika individu berhasil beradaptasi dengan lingkungan dan situasi baru, hal ini akan berdampak positif pada *self-efficacy* mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas. Hubungan antara keduanya tergolong kuat. Di sisi lain Elias, dkk. (2010) juga menyatakan bahwa individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik di lingkungan baru. *Self efficacy* memiliki banyak manfaat diantaranya juga untuk resiliensi (Tazky, dkk, 2025). Uraian di atas menyoroti berbagai hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan hubungan yang beragam antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *Self Efficacy* dengan Penyesuaian diri pada pekerja rantau di Bali. Lalu hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan penyesuaian diri pada pekerja rantau di Bali. Hal tersebut berarti semakin tinggi *self efficacy* seseorang maka tingkat penyesuaian diri semakin tinggi. Sebaliknya, apabila *self efficacy* seseorang rendah, maka penyesuaian diri rendah.

Metode

Desain penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis korelasional yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri pada pekerja Rantau di Bali.

Subjek

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 115 responden para pekerja rantau yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang dibantu menggunakan media kuisioner melalui *google form* yang disebar dengan menggunakan *share link whatsapp* lalu disebar pada grup komunitas pekerja rantau di Bali.

Instrumen Penelitian

Terdapat 2 skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *self efficacy* yang disusun sendiri berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Bandura (1997) terdiri 36 aitem valid dengan nilai *cronbach's alpha* 0,972 dan skala penyesuaian diri yang disusun sendiri berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Fatimah (2006) terdiri dari 29 aitem valid dengan nilai *cronbach's alpha* 0,932 .

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *non-parametrik Spearman rho'* dengan bantuan *software SPSS versi 25 for windows*.

Hasil

Data Demografi Responden

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 115 responden pekerja rantau di Bali berdasarkan jenis kelamin terdiri dari pekerja perempuan sebanyak 63 orang dengan persentase 54,8%, dan pekerja laki-laki sebanyak 52 orang dengan persentase 45,2%. Adapun data demografi berdasarkan usia ditunjukkan pada gambar 1 dan data demografi berdasarkan asal daerah pada Gambar 2.

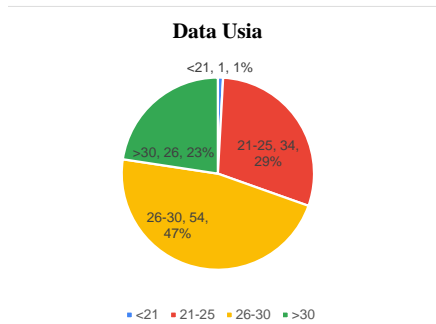
Tabel 1

Data Demografi berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1.	Perempuan	63 Orang	54,8 %
2.	Laki-laki	52 Orang	45.2 %
Total		115 Siswa	100%

Sumber: *Output Statistic SPSS 25.0 For Windows*

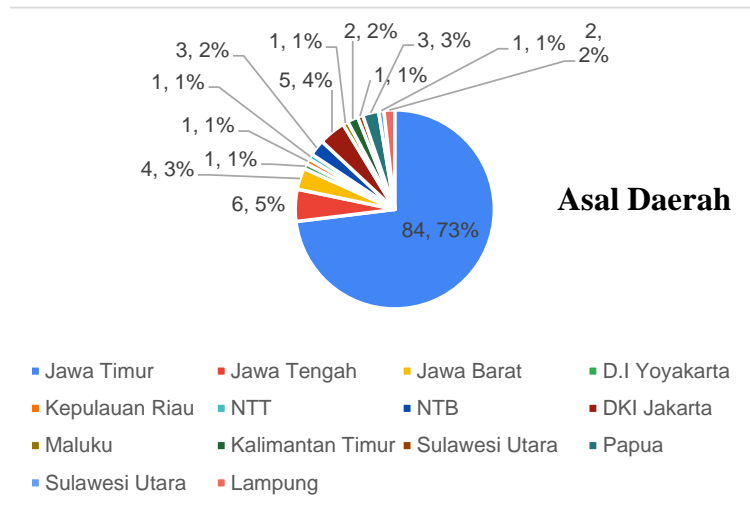
Gambar 1



Data Demografi berdasarkan Usia

Gambar 2

Data Demografi berdasarkan Asal Daerah



Uji Deskriptif

Analisis Deskriptif Skala Penyesuaian Diri

Hasil analisis mengenai tingkatan kategorisasi partisipan pada skala Penyesuaian diri responden yang memiliki skor penyesuaian diri tinggi sebanyak 4 orang atau 3,5%, responden yang memiliki skor Penyesuaian diri sedang sebanyak 94 orang atau 81,7%, dan responden yang memiliki skor Penyesuaian diri rendah sebanyak 17 orang atau 14,8%. Berdasarkan hasil dari kategori skala Penyesuaian diri yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa pekerja rantau di Bali dalam variabel Penyesuaian diri cenderung berada pada kategori sedang. Analisis deskriptif skala penyesuaian diri ditunjukkan pada tabel 2.

Tabel 2

Analisis Deskriptif Skala Penyesuaian Diri

Variabel	Rentang Skor	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
Penyesuaian diri	X > 136	Tinggi	4	3,5%
	103 - 136	Sedang	94	81,7%
	X < 103	Rendah	17	14,8%
Total			115	100%

Sumber: Output Statistic SPSS 25.0 For Windows

Analisis Deskriptif Skala Self-Efficacy

Hasil analisis mengenai tingkatan kategorisasi partisipan pada skala *Self Efficacy* responden yang memiliki skor *Self Efficacy* tinggi sebanyak 2 orang atau 1,7%, responden yang memiliki skor *Self Efficacy* sedang sebanyak 97 orang atau 84,3%, dan responden yang memiliki skor *Self Efficacy* rendah sebanyak 16 orang atau 13,9%. Berdasarkan hasil dari kategori skala *Self Efficacy* yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa pekerja rantau di Bali dalam variabel *Self Efficacy* cenderung berada pada kategori sedang. Tabel Analisis deskriptif skala *self efficacy* ditunjukkan pada tabel 3.

Tabel 3

Analisis Deskriptif Skala *Self Efficacy*

Variabel	Rentang Skor	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
<i>Self-Efficacy</i>	X > 174	Tinggi	2	1,7%
	126 - 174	Sedang	97	84,3%
	X < 126	Rendah	16	13,9%
Total			115	100%

Sumber: Output Statistic SPSS 25.0 For Windows

Uji Asumsi

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas sebaran variabel *Penyesuaian diri* yang telah dilakukan menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* memperoleh nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti sebaran data berdistribusi tidak normal, sehingga variabel *Penyesuaian diri* tidak memenuhi syarat uji asumsi normalitas. Adapun tabel hasil uji normalitas ditunjukkan pada tabel 4.

Tabel 4
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	
	Sig. (p)	Keterangan
Penyesuaian Diri	0,000	Berdistribusi Tidak Normal

Sumber: Output Statistic SPSS 25.0 For Windows

Uji Linearitas

Hasil uji linieritas hubungan antara *Self Efficacy* dengan Penyesuaian Diri diperoleh signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Artinya ada hubungan yang linier antara variabel *Self Efficacy* dengan penyesuaian diri. Adapun tabel hasil uji linearitas ditunjukkan pada tabel 5.

Tabel 5
Hasil Uji Linearitas

Variabel	linearity		
	F	Sig. (p)	Keterangan
<i>Self Efficacy</i> – Penyesuaian Diri	224,794	0,000	Linier

Sumber: Output Statistic SPSS 25.0 For Windows

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis penelitian menggunakan korelasi *spearman rho* dengan bantuan SPSS 25.0 statistic for windows diperoleh skor korelasi sebesar $r = 0,714$ dengan signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$) yang berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *Self Efficacy* dengan Penyesuaian diri pada pekerja rantau di Bali. Dapat diartikan semakin tinggi skor *Self Efficacy* maka akan semakin tinggi skor penyesuaian diri, begitu sebaliknya semakin rendah skor *Self Efficacy* maka akan semakin rendah penyesuaian diri. Adapun tabel hasil uji hipotesis ditunjukkan pada tabel 6.

Tabel 6
Hasil Uji Korelasi Spearman Rho'

Variabel	rxv	Sig.	Keterangan
<i>Self Efficacy</i> -Penyesuaian diri	0,714	0,000	Signifikan

Sumber: Output Statistic SPSS 25.0 For Windows

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri pada pekerja rantau di Bali. Setelah dilakukan uji korelasi *Spearman Rho'*, menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* yang dimiliki pekerja rantau, maka semakin tinggi pula kemampuannya dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial dan pekerjaan barunya.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Bandura (1997) yang menyatakan bahwa individu dengan *self-efficacy* tinggi akan lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan, mengelola stres, serta lebih adaptif dalam situasi baru. Dalam konteks ini, pekerja rantau yang merasa yakin terhadap kemampuannya cenderung mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, baik dari sisi sosial, budaya, maupun pekerjaan.

Rata-rata skor *self-efficacy* dalam penelitian ini adalah kategori sedang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja rantau memiliki tingkat keyakinan diri yang cukup baik dalam menjalankan tugas dan menghadapi tekanan kerja. Hal ini juga diperkuat oleh hasil observasi lapangan yang menunjukkan bahwa responden dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan komunitas lokal, mampu membangun jaringan sosial, dan memiliki strategi koping yang adaptif.

Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian oleh Fatimah (2021), yang menyatakan bahwa individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung mampu menyesuaikan diri secara sosial dengan lebih baik, karena mereka merasa mampu berinteraksi, mengatasi konflik, dan menerima norma yang berbeda. Di sisi lain, responden dengan *self-efficacy* rendah menunjukkan kecenderungan untuk menarik diri, mengalami kesulitan dalam komunikasi interpersonal, dan lebih rentan terhadap stres sosial.

Dalam konteks pekerja rantau di Bali, terdapat beberapa faktor eksternal yang turut memengaruhi proses penyesuaian diri, seperti perbedaan budaya antara daerah asal dan Bali, dukungan sosial dari komunitas sesama perantau, serta tekanan kerja di sektor pariwisata yang cenderung fluktuatif. Responden yang tinggal di lingkungan dengan komunitas yang inklusif dan suportif cenderung menunjukkan penyesuaian diri yang lebih baik, dibandingkan dengan mereka yang tinggal sendiri atau jauh dari keluarga.

Selain itu, faktor internal seperti motivasi bekerja, tujuan merantau, dan kondisi psikologis individu juga turut berkontribusi terhadap penyesuaian diri. Misalnya, individu yang merantau dengan motivasi yang jelas dan tujuan jangka panjang, seperti peningkatan karier atau pendidikan anak, cenderung memiliki *self-efficacy* yang lebih stabil dan mampu bertahan dalam situasi sulit.

Penelitian ini memperkuat pemahaman bahwa *self-efficacy* berperan penting dalam proses adaptasi sosial dan personal, khususnya bagi individu yang berada di lingkungan baru dan menghadapi berbagai tantangan, seperti halnya pekerja rantau.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara *Self-Efficacy* dan penyesuaian diri pada pekerja rantau di Bali, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kedua variabel tersebut. Artinya, semakin tinggi tingkat *Self-Efficacy* yang dimiliki oleh individu pekerja rantau, maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri yang mereka rasakan. *Self-Efficacy* menjadi salah satu kemampuan penting yang memungkinkan individu untuk menghadapi dan mengatasi tantangan lingkungan perantauan yang kompleks, baik dari aspek sosial, budaya, maupun emosional. Kemampuan individu dalam menyesuaikan diri berdampak besar terhadap kepercayaan dirinya dalam menjalani kehidupan dan tanggung jawab pekerjaan di tempat yang jauh dari lingkungan asalnya.

Secara deskriptif, sebagian besar responden dalam penelitian ini berada pada kategori sedang dalam hal *self-efficacy* maupun penyesuaian diri. Namun, kelompok dengan *self-efficacy* tinggi cenderung menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap tekanan pekerjaan, perbedaan budaya, serta dinamika sosial yang mereka hadapi di Bali. Hal ini menunjukkan bahwa faktor internal seperti keyakinan diri dan efikasi pribadi memainkan peran penting dalam proses adaptasi individu di lingkungan kerja dan sosial yang baru.

Lingkungan tempat tinggal dan sosial pekerja rantau juga berpengaruh terhadap proses penyesuaian diri. Dukungan dari rekan kerja, komunitas sesama perantau, dan akses terhadap fasilitas sosial menjadi faktor eksternal yang dapat memperkuat atau melemahkan hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri. Sebaliknya, pekerja yang merasa terisolasi atau menghadapi tekanan sosial tanpa upaya yang memadai cenderung mengalami kesulitan dalam proses adaptasi.

Penelitian ini memperkuat pandangan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor krusial yang mempengaruhi keberhasilan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Oleh karena itu, penting bagi perusahaan, lembaga sosial, dan komunitas lokal untuk menciptakan lingkungan yang suportif serta memberikan pelatihan atau pendampingan psikologis guna meningkatkan *self-efficacy* para pekerja rantau. Upaya tersebut mencakup penguatan dukungan sosial, pengembangan keterampilan interpersonal, serta penyediaan wadah untuk aktualisasi diri agar pekerja rantau dapat beradaptasi secara optimal dan menjalani kehidupannya dengan lebih sejahtera di tempat perantauan.

Referensi

- Agustan & Tamrin, S. (2017). Merantau: Studi Tentang Faktor Pendorong Dan Dampak Sosial Ekonomi Terhadap Aktivitas Merantau Di Desa Sijelling Kecamatan Tellu Siattinge Kabupaten Bone. 10(1), 50-61
- Ali, M dan Asrori, M. (2015). Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Bumi Kasara.
- Bandura, Albert. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York: W.H. Freeman and Company.
- Buhrmester, D., F, W., Wittenberg, M.T., & Reis, D. (1998). Five Domain of Interpersonal Competence in Peer Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55 (6), 991-1008.
- Crede, M., & Niehorster, S. (2011). Adjustment to College as Measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A Quantitative Review of its Structure and Relationships with Correlates and Consequences. *Educational Psychology Review* 24: 133-165.
- Elias, H., Noordin, N., & Mahyuddin, R. H. (2010). Achievement motivation and self-efficacy in relation to adjustment among university student. *Journal of Social sciences*, 6 (3), 333-339
- Fatimah, E. (2006). Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik). Bandung: Pustaka Setia.
- Kertamuda, F., & Herdiansyah, H. (2009). Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru. *Jurnal Universitas Paramadina*, 6, 11- 23.
- Maddux, J. E. (1995). Self Efficacy, Adaptation, and Adjustment Theory, Research, and Application. New York: Plenum Press.
- Putu (2022). *Mengapa orang yang sudah merantau jarang yang kembali lagi ke kampung halaman?* (n.d.). Quora. Retrieved 8 October 2024, from <https://id.quora.com/Mengapa-orang-yang-sudah-merantau-jarang-yang-kembali-lagi-ke-kampung-halaman>
- Schneider, David 1984. A Critique of the Study of Kinship . Ann Arbor, MI: University of Michigan Press. hlm. 49. ISBN 978-0-472-08051-9.
- Sunarto, (2004). Perilaku Organisasi. Yogyakarta : Grafika Indah.
- Tazky, A., Arifiana, I. Y., & Efendy, M. (2025). Resiliensi Akademik Mahasiswa MBKM: Bagaimana Peranan Self Regulated Learning dan Efikasi Diri?. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(1), 7301-7308.