

Pengembangan Buku Panduan Penguatan Penyesuaian Diri Mahasiswa Terhadap Lingkungan Sekolah

Arbin Janu Setiyowati*, Widya Multisari, Rizka Apriani, Awalya Siska Pratiwi, Ahmad Thoriq Tri Sainda, El-tsaniyah Rihlatul Widaad

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5, Malang, Jawa Timur, 65145, Indonesia

*Penulis korespondensi, email: arbin.janu.fip@um.ac.id

doi: 10.17977/um065.v5.i4.2025.4

Riwayat artikel

Diajukan: 6 Maret 2025

Direvisi: 14 Maret 2025

Diterima: 15 Maret 2025

Diterbitkan: 17 Maret 2025

Kata kunci

Buku panduan

Penyesuaian diri

Lingkungan sekolah

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan buku panduan berbasis *Social and Emotional Learning (SEL)* guna mendukung penyesuaian diri mahasiswa PPL 1 terhadap lingkungan sekolah. Penelitian menggunakan desain pengembangan *ADDIE* yang mencakup lima tahap: analisis, perancangan, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Subjek penelitian melibatkan ahli materi, ahli media, dan mahasiswa calon pengguna. Hasil uji validasi menunjukkan buku panduan sangat layak dengan rata-rata skor 3,8 (ahli materi), 3,95 (ahli media), dan indeks validitas ahli calon pengguna sebesar 1,00 pada semua aspek (ketepatan, kegunaan, kemudahan, dan kemenarikan). Buku panduan ini dinilai efektif untuk membantu mahasiswa PPL dalam mengelola emosi, membangun hubungan sosial, dan menghadapi tantangan di lapangan. Disarankan adanya evaluasi berkala untuk penyempurnaan buku panduan sesuai kebutuhan pengguna di masa mendatang.

1. Pendahuluan

Mahasiswa pendidikan profesi guru merupakan mahasiswa yang akan mengembangkan sayapnya untuk menjadi guru profesional. Untuk menjadi seorang guru profesional banyak sekali hal yang akan dilakukan selama perkuliahan. Menyesuaikan diri merupakan tantangan signifikan bagi mahasiswa baru, terutama yang berasal dari luar daerah (Khalid, 2021). Pengembangan sumber daya manusia yang unggul bergantung pada kualitas pendidikan (Khoiriyah, 2018). Oleh karena itu, peningkatan profesionalisme guru menjadi fokus utama dalam kerangka acuan pendidikan nasional (Richardo, 2016). Upaya peningkatan profesionalisme guru merupakan proses yang saling berkaitan dengan peningkatan mutu dan kualitas pendidikan. Salah satu kunci utama dalam mencapai tujuan pendidikan adalah kualitas guru yang baik (Permanasari, 2016). Pemerintah telah berkomitmen untuk mendukung peningkatan kualitas pendidikan dengan menyediakan berbagai aturan sebagai dasar hukum.

Pendidikan Profesi Guru (PPG) dirancang untuk menghasilkan guru profesional yang siap mengabdikan di dunia pendidikan. Program ini membekali mahasiswa dengan berbagai pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk menjadi guru yang kompeten (Arifa & Prayitno, 2019). Salah satu komponen penting dalam PPG adalah Program Pengenalan Lapangan (PPL). Dalam program ini, mahasiswa berkesempatan untuk mengamati, membantu mengajar, dan melakukan praktik pembelajaran terbimbing di sekolah. Pengalaman ini membantu mahasiswa memahami realitas pendidikan secara menyeluruh dan membekali mereka untuk menjadi guru yang handal dan siap menghadapi berbagai rintangan dalam dunia pendidikan (Suriyanisa et al., 2024).

Keberhasilan studi mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kemampuan menyesuaikan diri (Yuwanto, 2019). PPL dapat memberikan dampak yang komprehensif jika mahasiswa PPG memiliki kesiapan yang matang untuk menjadi pengajar. Kesiapan ini termasuk kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Namun kenyataannya banyak mahasiswa PPG Prajabatan yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah, penyesuaian diri merupakan salah satu faktor permasalahan mahasiswa yang dihadapi selama mengikuti PPL (Hidayati, 2018). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu kurangnya pengalaman mengajar, perbedaan budaya, emosi, dan kompetensi (Sunaryo et al., 2020).

Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa PPG jurusan bimbingan dan konseling, beberapa di antaranya mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Mereka merasa membutuhkan waktu lebih lama untuk menyesuaikan diri dengan budaya dan aturan di sekolah. Hal ini juga terlihat dari laporan guru

pamong kepada dosen pembimbing yang menunjukkan beberapa kelemahan pada mahasiswa berupa kurangnya pengelolaan kelas saat melaksanakan layanan.

Mahasiswa mengatakan bahwa masih kurang siap dalam memberikan layanan akibat ketidakcocokan materi pembekalan PPL dengan realitas di lapangan, singkatnya jarak pembekalan dengan pelaksanaan PPL, dan minimnya latihan pemberian layanan. Banyak yang melaporkan bahwa ketidaksesuaian antara persiapan yang dibekali pada mahasiswa dengan kenyataan mengelola kelas, serta waktu yang tidak cukup untuk proses persiapan dan praktik (Maulidah et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa persiapan yang tidak komprehensif dapat menyebabkan kesulitan adaptasi di lingkungan sekolah (Haratilu & Hardiman, 2024). Mahasiswa juga memaparkan bahwa masih banyak mengalami hambatan dalam aspek emosional, terutama rasa percaya diri. Mereka mengaku masih kurang yakin saat mengajar di awal karena diamati oleh guru pamong.

Melihat masalah tersebut, dipandang penting untuk mengembangkan buku panduan yang dapat membantu mahasiswa dalam penyesuaian diri dengan lingkungan sekolah untuk pelaksanaan PPL 1. Model pengembangan yang ditawarkan dalam penelitian ini adalah buku panduan berbasis *Social and Emotional Learning* sesuai aspek-aspek penyesuaian diri. SEL dapat membantu mahasiswa untuk meningkatkan kemampuan menyesuaikan diri dengan meningkatkan kesadaran diri, mengelola emosi, membangun hubungan positif, dan membuat keputusan bertanggung jawab (Helaluddin & Alamsyah, 2019). Selain itu, implementasi SEL di lingkungan pendidikan terbukti meningkatkan kemampuan adaptasi, mengurangi stres, dan memperkuat hubungan interpersonal, yang berdampak positif pada keberhasilan akademik dan kesejahteraan emosional mahasiswa (Zidour, 2022). Penelitian lain juga menegaskan bahwa penerapan SEL pada pendidikan tinggi mendukung pengembangan kekuatan personal mahasiswa yang relevan dengan tantangan lapangan (Van Pham, 2024).

Buku panduan ini dirancang dan diterapkan sesuai dengan kebutuhan mahasiswa, sehingga buku panduan yang dikembangkan dapat menjadi perantara pesan yang mudah diinternalisasi mahasiswa. Penelitian ini bertujuan mengembangkan buku panduan yang berisi pengenalan PPL, budaya dan norma di lingkungan sekolah, keterampilan mengajar dan berinteraksi, serta kompetensi guru BK dalam dasar-dasar ilmu bimbingan dan konseling yang digunakan di sekolah. Penelitian ini mendukung pencapaian renstra penelitian perguruan tinggi bidang sosial humaniora yaitu *learning innovation*.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain pengembangan model ADDIE (Branch, 2009) yaitu; (1) *Analysis*, peneliti mengkaji studi literatur terkait penyesuaian diri mahasiswa dan analisis kebutuhan yang bertujuan untuk mengumpulkan data terkait penyesuaian diri mahasiswa yang menempuh PPG (2) *Design*, merancang desain produk penguatan penyesuaian diri beserta materi/kontennya (3) *Develop*, mengembangkan produk berupa buku panduan dan kontennya, skala asesmen penyesuaian diri serta melakukan uji coba terhadap produk yang dikembangkan yaitu uji ahli dan uji calon pengguna. Uji Ahli mencakup uji ahli materi minimal s3 Bimbingan dan Konseling, ahli media minimal s3 Bimbingan dan Konseling dan calon pengguna yaitu mahasiswa yang sedang menempuh PPG (4) *Implementation*, melakukan uji coba utama atau uji coba khalayak yang melibatkan mahasiswa PPG (5) *Evaluation*, pada tahap ini melakukan evaluasi dan perbaikan/penyempurnaan produk terhadap hasil uji coba lebih luas, sehingga produk yang dikembangkan sudah merupakan desain model operasional yang siap digunakan.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan penelitian dan pengembangan yang dilakukan dengan tahapan model pengembangan ADDIE yang terdiri dari tahap *analysis, design, development, implementation* dan *evaluation* diperoleh hasil sebagai berikut:

Hasil dari perhitungan dengan rumus tersebut dapat diklasifikasikan sesuai pada Tabel 1.

Tabel 1. Skala Interpretasi Rata-Rata Penilaian Produk Oleh Uji Ahli Media dan Calon Pengguna

No	Rentang Skor	Kriteria
1.	1,00 - 1,74	Tidak Layak
2.	1,75 - 2,49	Kurang Layak
3.	2,50 - 3,24	Layak
4.	3,25 - 4,00	Sangat Layak

3.1. Hasil Uji Ahli Materi

Dari hasil tabel uji ahli materi terdapat empat aspek yang dinilai beserta skor dari ahli, hasil uji ahli materi tergambar pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Ahli Materi

No	Aspek yang Dinilai	Rata-rata Skor	Interpretasi
1	Ketepatan	3,8	Sangat Tepat
2	Kegunaan	4,0	Sangat Berguna
3	Kemudahan	3,9	Sangat Mudah
4	Kemenarikan	3,5	Sangat Menarik
	Rata-rata Total	3,8	Sangat Layak

Data hasil penilaian ahli materi diperoleh rata-rata total 3,8. Hal ini dapat disimpulkan bahwa buku panduan ini sangat layak digunakan. Berdasarkan hasil uji ahli tersebut dapat dikatakan bahwa produk memenuhi aspek keberterimaan yaitu, ketepatan, kegunaan, kemudahan dan kemenarikan.

3.2. Hasil Uji Ahli Media

Dari hasil tabel uji ahli media terdapat empat aspek yang dinilai beserta skor dari ahli, hasil uji ahli materi tergambar pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Ahli Media

No	Aspek yang Dinilai	Rata-rata Skor	Interpretasi
1	Ketepatan	3,8	Sangat Tepat
2	Kegunaan	4,0	Sangat Tepat
3	Kemudahan	4,0	Sangat Mudah
4	Kemenarikan	4,0	Sangat Menarik
	Rata-rata Total	3,95	Sangat Layak

Data hasil penilaian ahli media diperoleh rata-rata total 3,95. Hal ini dapat diketahui bahwa buku panduan ini sangat layak digunakan. Berdasarkan hasil uji ahli tersebut dapat dikatakan bahwa produk memenuhi aspek keberterimaan yaitu, ketepatan, kegunaan, kemudahan dan kemenarikan.

3.3. Hasil Uji Ahli Calon Pengguna

Dari hasil uji ahli calon pengguna yaitu 2 mahasiswa yang menempuh studi PPG, hasil uji ahli calon pengguna terpapar pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Ahli Calon Pengguna

No	Aspek yang Dinilai	A	B	C	D	Indeks Uji Ahli	Kesimpulan
1	Ketepatan	0	0	0	10	1,00	Validitas sangat tinggi; kedua ahli setuju bahwa buku panduan sangat tepat untuk penyesuaian diri mahasiswa.
2	Kegunaan	0	0	0	6	1,00	Validitas sangat tinggi; buku panduan sangat berguna dalam membantu mahasiswa menyesuaikan diri.
3	Kemudahan	0	0	0	8	1,00	Validitas sangat tinggi; buku panduan mudah dipahami dan digunakan oleh mahasiswa.
4	Kemenarikan	0	0	0	4	1,00	Validitas sangat tinggi; buku panduan dinilai menarik secara keseluruhan oleh kedua ahli.

Berdasarkan hasil uji ahli, buku panduan dinilai memiliki validitas yang sangat tinggi dalam aspek ketepatan, kegunaan, kemudahan, dan kemenarikan. Kedua ahli memberikan skor 3 dan 4 untuk seluruh item, menunjukkan bahwa buku panduan ini memenuhi kriteria yang sangat baik untuk mendukung penyesuaian diri mahasiswa dalam lingkungan sekolah atau kegiatan PPL pada mahasiswa PPG.

Selain data berbentuk numerik, para ahli juga memberikan catatan untuk pengembangan produk yang telah dikembangkan. Ahli I menyebutkan bahwa buku panduan yang dikembangkan dapat ditambahkan gambar untuk menghindari kesan monoton dan ahli II memberikan catatan bahwa buku panduan sudah menarik dan sangat membantu mahasiswa dalam mengembangkan keterampilan penyesuaian diri.

3.4. Pembahasan

Penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan mahasiswa dalam PPL tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademik, tetapi juga keterampilan sosial dan emosional yang memadai untuk menavigasi lingkungan sekolah yang kompleks. Hal ini juga diperkuat oleh hasil studi menemukan bahwa resiliensi dan

efikasi diri sosial merupakan sesuatu yang penting dalam penyesuaian diri mahasiswa baru (Chen et al., 2023). Penelitian lain menekankan bahwa *psychological capital*, yang meliputi kepercayaan diri (*self-efficacy*), optimisme, harapan, dan resiliensi, sangat relevan dalam menghadapi tekanan lingkungan baru (Luthans et al., 2006). Selain itu, studi lain menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat dari keluarga, teman, dan institusi pendidikan dapat meningkatkan keberhasilan penyesuaian diri mahasiswa (Hu et al., 2022). Dengan demikian, pengembangan program pendukung yang meningkatkan resiliensi mahasiswa dapat memperkuat kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri di lingkungan sekolah.

Penyesuaian diri mahasiswa terhadap lingkungan sekolah merupakan aspek fundamental yang menentukan keberhasilan Program Pengalaman Lapangan (PPL) 1. Pada tahap ini, mahasiswa calon guru diharapkan tidak hanya mahir dalam teori pendidikan, tetapi juga mampu beradaptasi dengan dinamika kehidupan di sekolah. Penyesuaian diri juga memiliki dampak dalam berbagai aspek seperti halnya menemukan korelasi positif antara penyesuaian diri dan kebahagiaan pada mahasiswa sehingga individu yang mengalami kebahagiaan maka akan dengan mudah beradaptasi (Imania et al., 2019), serta antara penyesuaian diri dan prestasi akademik (Boharudin & Liana, 2018). Selain itu dengan siswa yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik cenderung mengalami kondisi psikologis yang lebih positif selama kegiatan akademik (Rizki & Listiara, 2014). Pentingnya penyesuaian diri terlihat dari hubungan positif antara kemampuan penyesuaian diri dengan lingkungan sekolah dan motivasi belajar (Anjaryani & Edwina, 2020).

Buku panduan yang dirancang dengan baik dapat menjadi salah satu sumber daya utama yang memberikan informasi yang dibutuhkan, serta membekali mahasiswa dengan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan untuk beradaptasi dengan lingkungan yang berbeda-beda. Dengan adanya buku panduan, mahasiswa dapat merasa lebih siap dan percaya diri dalam menjalani masa PPL mereka (Wijoyoko & Astuti 2022). Buku panduan juga diharapkan dapat memberikan panduan praktis yang dapat diterapkan di lapangan untuk membantu mahasiswa mengatasi tantangan yang mereka temui (Azizah et al., 2024)

Pelatihan keterampilan sosial dapat membantu mahasiswa beradaptasi dengan kehidupan kampus (Ghofiniyah & Setiowati, 2017) serta keterampilan interpersonal yang baik meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekolah (Hulu, 2022). Buku panduan diharapkan juga dapat memberikan panduan praktis yang dapat diterapkan di lapangan untuk membantu mahasiswa mengatasi tantangan yang mereka temui, sehingga dapat meminimalkan kesenjangan antara harapan dan realitas serta meningkatkan kualitas pengalaman belajar mereka di sekolah.

Buku panduan dapat berfungsi sebagai alat bantu yang efektif dalam mempersiapkan mahasiswa untuk menghadapi tantangan ini. Buku panduan yang dirancang dengan baik harus mencakup informasi komprehensif yang akan diimplementasikan pada mahasiswa PPG yang akan memasuki PPL Tahap 1. Buku panduan membantu siswa beradaptasi dengan lingkungan sekolah, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kepercayaan diri mereka (Andini, 2016). Penelitian menunjukkan bahwa buku panduan yang dikembangkan dengan baik dinilai sangat efektif oleh ahli dan pengguna, dengan tingkat penerimaan di atas 80% (Kurniasih et al., 2022). Dengan adanya buku panduan ini, mahasiswa akan lebih siap untuk beradaptasi dan memahami harapan yang ada dalam lingkungan sekolah. Selain itu, buku panduan juga harus menyediakan strategi penyesuaian diri yang praktis.

4. Simpulan

Pengembangan buku panduan untuk penyesuaian diri mahasiswa PPL 1 merupakan langkah strategis meningkatkan kesiapan calon guru. Validasi ahli menunjukkan buku ini sangat layak dan memenuhi aspek keberterimaan. Buku ini membantu mahasiswa mengelola emosi, membangun hubungan positif, dan mengambil keputusan bertanggung jawab, sehingga meminimalkan kesenjangan antara harapan dan realitas PPL serta meningkatkan kualitas pengalaman belajar di sekolah. Tindak lanjut dari penelitian ini yaitu melakukan pengawasan secara berkala terhadap penggunaan buku panduan di lapangan. Selain itu, melakukan evaluasi berkala terhadap efektivitas buku panduan dan program PPL secara keseluruhan. Umpan balik dari mahasiswa dan pengajar dapat digunakan untuk memperbaiki dan menyempurnakan buku panduan agar lebih sesuai dengan kebutuhan mahasiswa di masa mendatang.

Kontribusi Penulis

Seluruh penulis memiliki kontribusi yang sama terhadap artikel. Semua penulis telah membaca dan menyetujui versi akhir artikel.

Pendanaan

Penelitian ini didanai Universitas Negeri Malang lewat skema PPG dengan nomor kontrak 28.5.36/UN32.14.1/LT/2024.

Deklarasi Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada potensi konflik kepentingan sehubungan dengan penelitian, kepenulisan, dan/atau publikasi artikel ini.

Daftar Rujukan

- Andini, L. (2016). *Pengembangan buku panduan kemampuan problem solving untuk siswa sekolah menengah pertama*. State University of Surabaya.
- Anjaryani, A. M., & Edwina, T. N. (2020). Penyesuaian diri pada lingkungan sekolah sebagai prediktor motivasi belajar pada siswa asli Papua. *Prosiding Seminar Nasional Milenial 5.0 Fakultas Psikologi UMBY*.
- Arifa, F. N., & Prayitno, U. S. (2019). Peningkatan kualitas pendidikan: Program Pendidikan Profesi Guru Prajabatan dalam pemenuhan kebutuhan guru profesional di Indonesia. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 10(1), 1–17. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v10i1.1229>
- Azizah, N., Fadia, I. F., Rusli, N., & Syamsi, N. (2024). Menjaga perpustakaan tetap hidup: Peran praktik kerja lapangan dalam aktivitas harian di Perpustakaan Balai Penelitian dan Pengembangan Agama Makassar. *Jurnal Abdidas*, 5(6), 804–813.
- Boharudin, B., & Liana, D. (2018). Penyesuaian diri mahasiswa dalam belajar dan prestasi belajar mahasiswa STAI Auliaurrasyidin TA 2016/2017. *Mitra Ash-Shibyan: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 2(1), 1–17.
- Chen, C., Shen, Y., Zhu, Y., Xiao, F., Zhang, J., & Ni, J. (2023). The effect of academic adaptability on learning burnout among college students: The mediating effect of self-esteem and the moderating effect of self-efficacy. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 1615–1629.
- Ghofinayah, E., & Setiowati, E. A. (2017). Hubungan antara kematangan emosi dan keterampilan sosial dengan penyesuaian diri pada santri Pondok Pesantren Daar Al Furqon Kudus. *Proyeksi*, 12(1), 1–16.
- Haratilu, D. M., & Hardiman, F. B. (2024). Studi evaluasi New Teachers Support Program (mentoring) dengan model Context, Input, Process, Product (CIPP) di Sekolah XYZ Makassar. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(9), 10334–10339.
- Helaluddin, H., & Alamsyah, A. (2019). Kajian konseptual tentang social-emotional learning (SEL) dalam pembelajaran bahasa. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 11(1), 1–16.
- Hidayati, S. (2018). Permasalahan yang dihadapi mahasiswa Pendidikan Ekonomi selama mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tahun 2018. *JPEK*, 2(2), 84–94.
- Hu, S., Cai, D., Zhang, X. C., & Margraf, J. (2022). Relationship between social support and positive mental health: A three-wave longitudinal study on college students. *Current Psychology*, 41(10), 6712–6721.
- Hulu, Y. (2022). Pengaruh komunikasi interpersonal terhadap penyesuaian diri siswa kelas XI SMA Negeri 1 Lahusa tahun pelajaran 2020/2021. *Counseling for All: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 13–22.
- Imania, A., Hartanti, H., & Muttaqin, D. (2019). Hubungan antara penyesuaian diri dan kebahagiaan mahasiswa tahun pertama. *Calyptra*, 7(2), 3967–3980.
- Khalid, R. (2021). Hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswi rantau di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 10(4), 248–254. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32579>
- Khoiriyah, N. (2018). Implementasi pendekatan pembelajaran STEM untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis siswa SMA pada materi gelombang bunyi. *Jurnal Riset dan Kajian Pendidikan Fisika*, 5(2).
- Kurniasih, M. D., Utami, A. D., Prajoko, S., & Salma, A. (2022). Pengembangan buku panduan mini riset mandiri berbasis keterampilan 4C untuk mata kuliah reproduksi dan embriologi tumbuhan. *BIOEDUSAINS: Jurnal Pendidikan Biologi dan Sains*, 5(1), 255–266.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2006). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford University Press.
- Maulidah, M., Ma'ruf Al Bawani, A., Afifah, A. D., & Ahadah, S. Z. (2023). Studi kasus kesiapan diri sebelum mengajar bagi mahasiswa pengenalan lapangan persekolahan (PLP) Program Studi Pendidikan Fisika. *Jurnal Pembelajaran Fisika*, 12(3), 107–113.
- Permanasari, A. (2016). STEM education: Inovasi dalam pembelajaran sains. *Seminar Nasional Pendidikan Sains VI 2016*. Sebelas Maret University.
- Branch, R. M. (2009). *Instructional design: The ADDIE approach*. Springer.
- Richardo, R. (2016). Program guru pembelajar: Upaya peningkatan profesionalisme guru di abad 21. *Prosiding Seminar Matematika dan Pendidikan Matematika*, 1(1), 777–785.
- Rizki, M., & Listiara, A. (2014). Hubungan antara penyesuaian diri dengan school well-being pada mahasiswa. *Jurnal Empati*, 3(4), 356–367.
- Sunaryo, H., Zuriyah, N., & Handayani, T. (2020). Kesiapan mahasiswa pendidikan profesi guru (PPG) dalam jabatan untuk menempuh program praktik pengalaman lapangan. *Jurnal Pendidikan Profesi Guru*, 1(1), 29–38.
- Suriyanisa, S., Yani, Y., Rajab, S. C. W., Wijaya, T., Syamsuri, S., & Ramadhan, I. (2024). Analysis of PPL implementation in the Prajabatan PPG program in the field of sociology studies at SMA Negeri 1 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Sosiologi dan Humaniora*, 15(1), 333–346.

- Van Pham, S. (2024). The influence of social and emotional learning on academic performance, emotional well-being, and implementation strategies: A literature review. *Saudi Journal of Humanities and Social Sciences*, 9(12), 381–391.
- Wijoyoko, G. D., & Astuti, A. (2022). Analisis tanggung jawab pelaksanaan praktik pengalaman lapangan (PPL) mahasiswa STPKat di Santo Fransiskus Asisi Semarang. *Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Katolik*, 2(1), 89–110.
- Yuwanto, L. (2019). Faktor penghambat penyesuaian diri mahasiswa baru. Diakses dari http://ubaya.ac.id/2018/content/articles_detail/279/faktor-penghambat-penyediaan-diri-mahasiswa-baru.html
- Zidour, H. (2022). An SEL needs analysis sustaining and improving students' adaptability to change through the inclusion of social and emotional learning into higher education: A case study. *University of Northampton*.