

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA SANTRI MADRASAH ALIYAH
PONDOK PESANTREN AL BURHAN
HIDAYATULLAH**

Efi Wulansari, Dinie Ratri Desiningrum
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Efi_Wulansari@yahoo.com, dn_psiundip@yahoo.co.id

ABSTRAK

Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah. *Problem focused coping* adalah usaha individu yang berorientasi pada pemecahan atau penyelesaian masalah dengan cara menghadapi langsung sumber masalah, serta mengubah situasi yang menimbulkan masalah dengan melakukan tindakan yang konstruktif dan mempelajari cara-cara atau keterampilan baru. *Self efficacy* merupakan suatu keyakinan individu akan kemampuan atau kompetensi yang dimiliki dalam melaksanakan pekerjaan atau tugas pada situasi tertentu sehingga akan memperoleh hasil yang diharapkan.

Penelitian dilakukan pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah. Enam kelas populasi penelitian, melalui metode *cluster random sampling* didapatkan sampel penelitian sejumlah tiga kelas, yaitu satu kelas putri dan dua kelas putra. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala *self efficacy* yang berjumlah 21 aitem valid (koefisien reliabilitas= 0,895) dan skala *problem focused coping* yang berjumlah 45 aitem valid (koefisien reliabilitas= 0,950).

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan $r_{xy} = 0,749$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai r_{xy} positif menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel adalah positif, yaitu semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah. Hal itu berlaku pula sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah pula *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah. Sumbangan efektif *self efficacy* terhadap *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah sebesar 56,1%.

Kata Kunci: *self efficacy*, *problem focused coping*, santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah.

ABSTRACT

The study was conducted to determine the relationship between self-efficacy with problem focused coping in students of Madrasah Aliyah Al Burhan Pondok Pesantren Hidayatullah. Problem focused coping is an individual business-oriented problem solving or settlement by dealing direct source of the problem, and change the problematic situation with constructive action and learn ways or new skills. Self efficacy is an individual's belief in the ability or competency in performing work or duties in certain situations that will get the expected results.

The study was conducted on the students of Madrasah Aliyah Al Burhan Pondok Pesantren Hidayatullah. Six classes of the study population, through cluster random sampling method obtained a sample of three classes, namely the class grade daughter and two sons. Methods of data collection in this study was self-efficacy scale, which has 21 aitem valid (reliability coefficient = 0.895) and problem focused coping scale, amounting to 45 aitem valid (reliability coefficient = 0.950).

Simple regression analysis results showed $r_{xy} = 0.749$ with $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Positive values indicate that rxy direction of the relationship between the two variables is positive, ie the higher self-efficacy, the higher the students problem focused coping at Madrasah Aliyah Al Burhan Pondok Pesantren Hidayatullah. It applies also on the contrary, the lower the self-efficacy then the lower the problem focused coping at Madrasah Aliyah students Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah. Effective contribution of self-efficacy on problem focused coping at Madrasah Aliyah students Pondok Pesantren Hidayatullah Al Burhan of 56.1%.

Keywords: self-efficacy, problem focused coping, students of Madrasah Aliyah Al Burhan Pondok Pesantren Hidayatullah.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan individu untuk dapat bersaing di zaman yang semakin maju. Pendidikan juga semakin variatif seiring dengan perkembangan zaman. Undang-undang sistem pendidikan nasional No 20 Tahun 2003 (UU SISDIKNAS, 2013, hal 12) menjelaskan bahwa sistem pendidikan dibagi ke dalam jalur, jenjang dan jenis pendidikan. Jenis pendidikan meliputi pendidikan umum, kejuruan, akademik, profesi, vokasi, pendidikan khusus dan keagamaan. Pendidikan keagamaan yang lebih intensif dapat diperoleh melalui pendidikan pesantren.

Pendidikan pesantren tidak hanya menuntut santrinya untuk cerdas secara intelektual, namun juga cerdas secara spiritual. Dhofier (2011, hal. 57) menjelaskan kegiatan pembelajaran di pondok pesantren diselenggarakan setiap hari dari setelah sembayang subuh sampai larut.

Kegiatan-kegiatan santri yang padat dapat menjadi masalah yang bisa memicu *stress* pada santri. *Stress* dikenali sebagai interaksi antara kemampuan *coping* seseorang dengan tuntutan lingkungannya (Dewi, 2010, hal. 113). Diungkapkan oleh Garmezy dan Utter; Holmes dan Frenets (dalam Noviekayati, 2003) bahwa banyaknya kegiatan sekolah yang dapat membuat anak sibuk diduga menjadi faktor pemicu timbulnya *stress*.

Stress menurut Baum (Taylor, 2009, hal. 147) adalah keadaan tegang secara biopsikososial yang diikuti dengan adanya perubahan fisiologis, kognitif dan perilaku

yang diarahkan untuk merubah peristiwa stres ataupun mengurangi efek yang ditimbulkannya. Usaha yang dilakukan santri untuk mengatasi tuntutan-tuntutan yang penuh stres disebut dengan *coping*. Folkman dkk (dalam Taylor, 2009, hal. 174) mengartikan *coping* sebagai suatu proses ketika individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan (baik tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan berupa pikiran dan perilaku dalam menghadapi situasi yang dinilai stres.

Coping stress menurut Lazarus & Folkman (dalam Taylor, 2009, hal. 181) dapat dilakukan dengan dua cara yaitu *emotion focused coping* dan *problem focused coping*. Strategi *coping* yang tepat untuk menghadapi secara langsung masalah yang dihadapi oleh santri adalah *problem focused coping*, karena permasalahan dalam sekolah merupakan permasalahan yang dapat diatasi dengan tindakan yang tepat dan memfokuskan perhatian pada penanganan *stressor*.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *Problem Focused Coping* adalah harga diri (*Self Esteem*). Prasetya dkk (2013, hal. 62) dalam penelitiannya mengatakan bahwa *self esteem* dan *self efficacy* berkaitan dengan personalitas seseorang. Bandura (dalam Alwisol, 2004, hal. 360) mendefinisikan *self efficacy* sebagai penilaian diri, keyakinan individu akan kemampuan diri menunjukkan perilaku yang dibutuhkan dalam suatu tugas. Adanya keyakinan dalam diri individu bahwa ia mampu menghadapi kesulitan, membuat individu bekerja keras dan bertahan untuk mengerjakan tugas sampai selesai sebagai usahanya mengatasi *stressor* (Bandura dalam Alwisol, 2004, hal. 361). Keyakinan tersebut merupakan hal yang penting

dalam perilaku coping karena dapat mempengaruhi cara individu dalam mengatasi berbagai kesulitannya sehingga mendorong munculnya *problem focused coping* pada santri.

METODE

Teknik analisis regresi sederhana dipilih dengan pertimbangan bahwa tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencari hubungan antara dua variable penelitian, yaitu satu variable bebas (*self efficacy*) dan satu variable tergantung (*problem focused coping*), serta menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. Selain itu, dapat juga diketahui besarnya sumbangan efektif variable bebas (*self efficacy*) terhadap variable tergantung (*problem focused coping*) pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Modern.

Asumsi yang harus dipenuhi untuk melakukan analisis data dengan teknik Analisis regresi sederhana adalah :

1. Uji normalitas, dipakai untuk menguji apakah data subjek penelitian mengikuti suatu distribusi normal statistik (Santosa, 2002, hal. 378). Uji normalitas dengan menggunakan teknik statistic uji *Kolmogorof Smirnov Goodness of Fit Test*.
2. Uji linearitas, merupakan suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linear tidaknya suatu distribusi data penelitian (Winarsunu, 2009, hal. 180). Semua perhitungan dalam analisis tersebut menggunakan program *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 17.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada santri Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah Semarang. Hasil tersebut ditunjukkan dengan angka koefisien korelasi $r_{xy} = 0,749$ dengan $P=0,000 (<0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self efficacy* dengan *problem focused coping*.

Nilai r_{xy} positif menunjukkan arah hubungan kedua variabel positif, yaitu semakin tinggi *self efficacy* maka akan semakin tinggi kecenderungan santri menggunakan *problem focused coping*. Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah, sehingga semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki santri maka semakin tinggi pula *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah. Hal itu berlaku pula sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* yang dimiliki santri maka semakin rendah pula *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah. Nilai korelasi sebesar 0,749 menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah Semarang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah Semarang berada pada

kategori tinggi, yaitu pada rentang: 112,5-146,25. Dapat dicermati bahwa 73,81% (31 dari 42 santri) sampel penelitian berada pada kategori tinggi. Kategori tinggi berarti bahwa pada saat penelitian, subjek dalam menyelesaikan suatu masalah yang menjadi sumber stres dengan mengambil tindakan langsung (menghadapi masalah yang menjadi penyebab stres) atau meningkatkan sumber daya yang ada.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat dibuat simpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah Semarang.
2. Sumbangan efektif *self efficacy* terhadap *problem focused coping* sebesar 56,1%.

Berdasarkan hasil penelitian, dikemukakan saran sebagai berikut :

Problem focused coping penting bagi santri untuk menghadapi masalah yang dihadapi, sehingga subjek diharapkan mempertahankan *problem focused coping* yang dimiliki. Sesuai dengan hasil penelitian, *problem focused coping* dapat ditingkatkan dengan cara meningkatkan *self efficacy*.

Pihak Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Burhan Hidayatullah Semarang dan guru khususnya guru BK (bimbingan konseling) untuk lebih memahami *self efficacy* siswanya, sehingga dapat memberikan bimbingan dan dukungan dalam

rangka membantu siswa untuk memilih *coping stress* yang tepat dengan masalah yang berhubungan dengan sekolah yakni *problem focused coping*.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik yang sama, disarankan untuk menggunakan populasi yang lebih luas, serta memperhatikan faktor-faktor lain yang diduga turut berperan dan mempengaruhi *problem focused coping*.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura. 1997. *Self Efficacy; The Exercice of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Damopolii, Muljono. 2011. *Pesantren Modern IMMIM Pencetak Muslim Modern*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Feist, Jess., Feist, Gregory J. 2008. *Theories of Personality; edisi keenam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Frydenber, Erica. 2008. *Adolescent coping: advances in theory, research, and practice*. New York: Routledge.
- Prasetya, Veronika., Handayani, Dwi dan Purbandari, Theresia. 2013. Peran Kepuasan Kerja, *Self Estem, Self Efficacy* Terhadap Kinerja Individual. *Jurnal Riset Manajemen dan Akuntansi*. Vol. 1. No. 1.
- Undang-undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. 2013. Jakarta: Sinar Grafika.