

## **Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Ketika Menyusun Skripsi pada Mahasiswa**

**Ratna Patriani 1**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru, 45 Surabaya

**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog 2**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru, 45 Surabaya

**Nindia Pratitis, S.Psi, M.Psi, Psikolog 3**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru, 45 Surabaya

ratnapatriani1@gmail.com

### **Abstract**

*The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and resilience when compiling a thesis for students. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between self-efficacy and resilience when compiling a thesis for students. The research subjects were 124 people. Sampling using incidental sampling. Methods of data collection using a scale of self-efficacy and resilience. The requirements in determining the analysis between the independent variable and the dependent variable must show normal and linear, therefore the data analysis method in this study uses Pearson Product Moment using SPSS version 18.0 program facilities. Based on the calculation results, the coefficient value of  $r_{xy} = 0.765$  is obtained.  $P = 0.000$  ( $p < 0.01$ ). The results show that there is a very significant positive relationship between self-efficacy and resilience when compiling a thesis for students. The higher the self-efficacy, the higher the resilience and vice versa, the lower the self-efficacy, the lower the resilience.*

Keywords: self-efficacy, resilience.

### **Abstrak**

*Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi ketika menyusun skripsi pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan yang positif antara efikasi diri dengan resiliensi ketika menyusun skripsi pada mahasiswa. Subjek penelitian berjumlah 124 orang. Pengambilan sampel menggunakan incidental sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala Efikasi diri dan resiliensi. Adapun syarat dalam menentukan analisa tersebut anatara variable bebas dengan variable tergantung harus menunjukkan normal dan linier, oleh karena itu metode analisis data pada penelitian ini menggunakan Pearson Product Moment dengan menggunakan fasilitas progam SPSS versi 18.0. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien  $r_{xy} = 0,765$ .  $P = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hasil menunjukkan ada hubungan yang positif sangat signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi ketika menyusun skripsi pada mahasiswa. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi resiliensi dan juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah juga resiliensi.*

Kata kunci: efikasi diri, resiliensi.

## Pendahuluan

Mahasiswa adalah predikat bagi seseorang yang sedang melanjutkan pendidikan formalnya di suatu perguruan tinggi. Seseorang yang berprofesi sebagai mahasiswa memiliki sejumlah tanggung jawab yang harus dikerjakan selama masa pendidikannya berlangsung. Di Universitas tujuh belas agustus 1945 Surabaya, dibutuhkan waktu 4 tahun dan maksimal 7 tahun atau 14 semester untuk menyelesaikan jenjang Sarjana dan mendapat gelar S1.

Salah satu kewajiban mahasiswa untuk menyelesaikan pendidikannya adalah dengan menyusun skripsi. Skripsi adalah syarat wajib untuk mahasiswa meraih gelar sarjana. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama (Roellyana, 2016). Saat ini, beratnya beban skripsi masih menjadi hal yang menakutkan bagi sebagian mahasiswa. Dalam sebuah situs daring pada 23 Januari 2019 menunjukkan bahwa sejak Mei 2016 sampai Desember 2018, tercatat ada 20 kasus bunuh diri mahasiswa yang diduga terkait dengan tugas atau skripsi. Fenomena ini dikuatkan oleh riset Benny Prawira Siau, psikolog dan kepala koordinator Into the Light yang menemukan 34, 5 persen dari 284 responden mahasiswa Jakarta dari beberapa universitas swasta dan negeri memiliki *suicidal thought* (tirto.id,2018).

Munculnya fenomena tersebut tidak terlepas dari adanya hambatan dalam penyusunan skripsi baik dari faktor internal maupun eksternal meliputi tase malas, motivasi rendah, takut bertemu dosen, sulit beradaptasi dengan dosen pembimbing, proses revisi yang berulang-ulang, kesulitan dalam mencari judul, sampel, alat ukur, referensi. Selain itu juga adanya tuntutan keluarga dan orang tua yang harus segera lulus, masalah keuangan, pekerjaan dan lain-lain (Cahyani dan Akmal, 2017). Permasalahan inilah yang sering dihadapi oleh mahasiswa yang sedang menempuh pengerjaan skripsi. Oleh karena itu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi membutuhkan ketahanan yang tinggi dalam dirinya agar mampu bertahan menghadapi kondisi sulit dan berusaha menyelesaikan tugas akhir atau yang biasa disebut dengan resiliensi. Resiliensi adalah kapasitas individu untuk menghadapi dan mengatasi serta merespon secara positif kondisi – kondisi tidak menyenangkan yang tidak dapat dihindari, dan memanfaatkannya untuk memperkuat diri sehingga mampu beradaptasi terhadap perubahan, tuntutan, dan kekecewaan yang muncul dalam kehidupan. (Roellyana, 2016).

Salah satu cara mengembangkan resiliensi mahasiswa adalah dengan efikasi diri. Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang untuk bisa menguasai situasi tertentu serta kemampuan untuk mengatasi suatu hambatan. Bandura (dalam Santrock, 2007) mengatakan bahwa efikasi diri berpengaruh besar terhadap perilaku. Apabila individu memiliki efikasi diri yang tinggi, ia akan mampu menghadapi segala tugas dan permasalahan dalam hidupnya. Peran efikasi diri dalam menghadapi kesulitan menjadi sangat penting karena dapat menumbuhkan dan mengembangkan perilaku positif seperti

tidak mudah menyerah, gigih, dan tangguh terhadap segala kesulitan dan hal yang tidak menyenangkan. Hal ini sejalan dengan penelitian mengenai Hubungan antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Trawas. Dari hasil penelitiannya ketika siswa kelas XII memiliki efikasi diri yang tinggi maka akan mempunyai keyakinan yang tinggi akan kemampuannya sehingga dapat mengatasi tugas-tugas yang sulit termasuk ujian. Sebagaimana dikatakan Reivich & Shatte (2002), bahwa individu dengan efikasi diri tinggi memiliki komitmen memecahkan masalah dan tidak akan menyerah ketika menyadari strategi yang sedang digunakan tidak berhasil.

Perpaduan antara efikasi diri dengan resiliensi dalam menghadapi ujian akan membentuk mahasiswa menjadi pribadi yang kuat dan sehat dalam berperilaku. Mahasiswa dengan efikasi diri dan resiliensi yang tinggi akan mengembangkan teknik pemecahan masalah yang sehat yaitu menuju proses kematangan pribadi. Proses inilah yang diharapkan dapat membantu mahasiswa menuju pribadi dewasa dan matang. Berdasarkan uraian di atas, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian “ Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi ketika menyusun skripsi pada mahasiswa universitas 17 Agustus Surabaya” .

### **Tujuan dan Manfaat**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi ketika menyusun skripsi pada mahasiswa universitas 17 Agustus Surabaya. Manfaat penelitian ini ada dua yaitu Manfaat teoritis, dimana hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan psikologi sosial. Sedangkan manfaat praktis yaitu hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan pengetahuan bagi mahasiswa yang sedang menempuh skripsi akan pentingnya efikasi diri untuk mengembangkan resiliensi dalam menyusun skripsi.

### **Kajian Pustaka**

#### **1. Mahasiswa**

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2012).

#### **2. Resiliensi**

Reivich dan Shatte (dalam Desmita, 2006) menyatakan bahwa Artinya resiliensi merupakan suatu kemampuan untuk beradaptasi dan bertahan ketika terjadi sesuatu hal yang kacau. Individu dituntut untuk cepat dalam melakukan penyesuaian diri ketika mengalami masalah atau mendapatkan tekanan dalam hidupnya. Menurut Reivich & Shatte (dalam Nisa, 2018) menjelaskan ada 7 aspek dalam resiliensi yaitu: regulasi emosi, kontrol terhadap implus, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri dan pencapaian.

### 3. Efikasi Diri

Albert Bandura (Mahesti, 2020) adalah pioner dalam penelitian yang terkait dengan efikasi diri dan Bandura telah mengkonseptualisasikan efikasi diri sebagai keyakinan individu dalam kemampuan mereka untuk memobilisasi motivasi, sumber daya kognitif, dan lembaga untuk melakukan kontrol atas peristiwa tertentu. Menurut Bandura (dalam Mufidah, 2017) menyebutkan bahwa ada 3 aspek dalam efikasi diri yaitu: tingkat, kekuatan, dan generalisasi. Tingkat berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Kekuatan berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Dan generalisasi berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya.

### Metode

Menurut Arikunto (2013) populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang memprogram skripsi tahun 2021 di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berjumlah 124 siswa. Sedangkan partisipan menurut Arikunto (2013) menyebutkan bahwa partisipan adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Partisipan yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Fakultas Psikologi yang sedang menyusun skripsi tahun 2021 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Pengambilan sampel menggunakan *incidental sampling*, dimana menurut Sugiyono (2016), teknik tersebut dilakukan dengan cara menentukan karakteristik subjek berdasarkan keperluan penelitian, lalu memilih sampel berdasarkan kebetulan jika dipandang cocok digunakan sumber data.

Metode pengumpulan data menggunakan skala efikasi dan skala resiliensi. Adapun syarat dalam menentukan analisa tersebut antara variabel bebas dengan variabel terikat harus menunjukkan linier dan normal, oleh karena itu metode analisis data pada penelitian ini menggunakan *pearson product moment*. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Korelasional adalah penelitian mengenai hubungan dua variabel yaitu variabel bebas dan terikat. Penelitian korelasional bertujuan untuk menentukan ada tidaknya hubungan dan seberapa erat hubungan tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif.

### Hasil

Penelitian ini dilakukan ketika menyusun skripsi pada mahasiswa Universitas 17 yang dilakukan pada tanggal 20 oktober 2021. Dalam penelitian ini terdapat 63 responden laki-laki dan 61 responden perempuan. Rentang usianya mulai dari 24 sampai 30 tahun. Berdasarkan analisis deskriptif diperoleh nilai maximum 123 dan minimum 30 pada variabel efikasi diri. Sedangkan pada variabel resiliensi diperoleh nilai maksimum 118, dan nilai minimum 29. Nilai rata-rata efikasi diri adalah 71,30 dan resiliensi adalah 71,48. Dari hasil

kategorisasi, remaja yang memiliki efikasi diri dan memiliki resiliensi lebih didominasi pada kategori sedang.

Dari hasil uji skala efikasi diri dan resiliensi diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,765 dan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dan resiliensi dan hipotesis diterima. Diperoleh *R square* sebesar 0,585. Artinya 58,5% variabel efikasi diri mempengaruhi variabel resiliensi dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara efikasi diri dengan resiliensi dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,765 dan nilai signifikansi 0,000. Dari hasil tersebut maka hipotesis diterima sehingga ada hubungan positif antara efikasi diri dengan resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri ketika menyusun skripsi maka semakin tinggi pula resiliensi pada mahasiswa. Sebaliknya jika efikasi diri ketika menyusun skripsi rendah maka semakin rendah pula resiliensi yang dimiliki.

Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat bertahan dan beradaptasi ketika terjadi sebuah kesulitan. Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan ciri-ciri yang resiliensi ini antara lain, regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, kemampuan analisis masalah, empati, reaching out, dan efikasi diri. (Adriani, 2017). Mahasiswa perlu membangun kemampuan resiliensi untuk mengatasi kondisi yang tidak menyenangkan selama penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang tinggi dinilai lebih dapat beradaptasi dan bangkit untuk menghadapi kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Roellyana (2016) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi yang baik tidak mudah putus asa ketika menemukan kesulitan serta berusaha maksimal untuk mencari jalan keluar ketika terjadi masalah, sehingga membuat mereka lebih bisa beradaptasi dan bangkit ketika sedang mengerjakan skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2017) pada 97 mahasiswa baru juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan resiliensi. Ketika mahasiswa sudah memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat menyelesaikan sebuah kesulitan, maka ia akan mampu untuk beradaptasi dan bangkit dari kesulitan tersebut.

Hasil analisis dalam penelitian ini juga menunjukkan hal yang sama bahwa efikasi diri dan resiliensi memiliki koefisien determinasi ( $r^2$ ) sebesar 0,48. Hal ini dapat diartikan bahwa variabel efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 48% terhadap variabel resiliensi. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada Universitas X ini dipengaruhi oleh efikasi diri sebesar 48%. Menurut Santrock (2007) efikasi diri adalah kepercayaan seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang menguntungkan. Individu yang memiliki efikasi diri yang baik maka akan tetap tenang,

percaya diri dan selalu optimis bahwa individu tersebut dapat menyelesaikan masalah dengan baik meskipun dalam masalah yang sulit sekalipun.

Menurut Bandura (dalam Alwisol, 2009) karakteristik individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin bahwa mereka mampu menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas-tugas, percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam apa yang dilakukannya dan meningkatkan usaha saat menghadapi kegagalan, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat memulihkan rasa mampu setelah mengalami kegagalan, dan menghadapi stressor atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi perlu memiliki efikasi diri skripsi atau keyakinan di dalam dirinya bahwa mereka dapat menyelesaikan skripsi tersebut dengan baik. Menurut Bandura (1997), individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi melihat sebuah kesulitan sebagai tantangan yang harus dihadapi dan bukan sebagai ancaman karena mereka percaya dan yakin dengan kemampuannya bahwa mereka dapat menyelesaikan kesulitan tersebut dengan baik. Mahasiswa yang yakin dan percaya akan kemampuannya untuk menyelesaikan skripsi dengan baik, akan terus berusaha menyelesaikan skripsi tersebut tanpa kenal lelah. Keyakinan dan usaha inilah yang membuat mahasiswa dapat bangkit dan beradaptasi dari kesulitankesulitannya selama mengerjakan skripsi.

## Kesimpulan

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi ketika menyusun skripsi pada mahasiswa universitas 17 Agustus Surabaya. Teknik analisis data menggunakan statistik parametrik pearson untuk efikasi diri dikarenakan memenuhi uji prasyarat. Hasil uji prasyarat linearitas untuk efikasi diri dengan resiliensi bernilai 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti linier. Hasil uji nilai normalitas data Pearson nilai korelasi 0,765 ( $r_{xy} > 0,05$ ) nilai signifikan 0,000 ( $p < 0,01$ ). Hal tersebut berarti hipotesis diterima bahwa ada hubungan efikasi diri dengan resiliensi. Semakin tinggi efikasi diri semakin tinggi resiliensi. Partisipan dalam penelitian ini adalah 124 mahasiswa yang menyusun skripsi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

## Referensi

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Desmita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

<https://tirto.id/satu-dari-tiga-mahasiswa-jakarta-punya-suicidal-thoughtdexw>.

Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri. *Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang. Jurnal Sains Psikologi*. Jilid 6, Nomor 2, Hal 68-74

Nisa, M. K., Tamsil, M. (2018). Studi tentang daya tangguh (resiliensi) anak di panti asuhan sidoarjo a study of children resilience in sidoarjo orphanages. *Jurnal BK UNESA*. Vol 6, No 3 Hal : 41-44

Roellyana, S. (2016). Peranan Optimisme Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi Serta Tinjauannya Dalam Islam. *Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Yarsi. Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*. Vol. 1, No. 1, Hal 29-3

Santrock, J.W. (2007). *Psikologi Perkembangan*. Edisi 11 Jilid 1. Jakarta: Erlangga

Sari, C. A. (2017). Efikasi diri, dukungan sosial, dan resiliensi. *Jurnal Hasil-Hasil Penelitian*. Universitas Nusantara PGRI Kediri, 4, 14-18.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

## Lampiran

**Tabel 1 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian**  
**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
EFIKASI DIRI	124	71,30	14,028	30	123
RESILIENSI	124	71,48	13,805	29	118

**Tabel 2 Kategorisasi Variabel Resiliensi**

Kategori	Rentang skor	Frequency	Percent (%)
Rendah	0 – 58	18	14,4 %
Sedang	58 – 85	89	71,3 %
Tinggi	>85	17	13,6 %
Jumlah	124	100 %	100 %

**Tabel 3 Kategorisasi Variabel Efikasi diri**

Kategori	Rentang skor	Frequency	Percent (%)
Rendah	0 – 57	17	13,6 %
Sedang	57 – 85	96	77,1 %
Tinggi	>85	11	8,8 %
Jumlah	124	100 %	100 %

**Tabel 4 Sumbangan efektif**

Modal Summary			
R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
,765	,585	,582	8,930

**Tabel 5 Hasil Uji Korelasi**

		EFIKASI DIRI	RESILIENSI
EFIKASI DIRI	Pearson Correlation	1	,765**
	Sig. (2-tailed)		
	N	124	124
RESILIENSI	Pearson Correlation	,765**	1
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	124	124