

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUS COPING* DAN EFIKASI DIRI
DENGAN MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 12 DI MA AL-
HIKMAH KAJEN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
Dalam Ilmu Psikologi



Diajukan Oleh:

ANALISA FIKARINA

1707016043

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2024

PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp.
76433370

PENGESAHAN

Judul : Hubungan Antara *Problem Focus Coping* Dan Efikasi Diri
Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas 12 Di MA Al-Hikmah
Kajen
Penulis : Analisa Fikarina
NIM : 1707016043
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi
dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat
memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 28 Juni 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dra. Hj. Maria Ulfah M.Si.
NIP 196008071986122001

Penguji II

Lucky Ade Sessiani, M.Psi. Psikolog
NIP 198512022019032010

Penguji III

Khairani Zikrinawati S.Psi, M.A
NIP 199201012019032036

Penguji IV

Nadva Ariyani H. N., M.Psi., Psikolog
NIP 199201172019032019

Pembimbing I

Dra. Hj. Maria Ulfah M.Si.
NIP 196008071986122001

Pembimbing II

Lucky Ade Sessiani, M.Psi. Psikolog
NIP 198512022019032010

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : ANALISA FIKARINA

NIM : 1707016043

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUS COPING* DAN EFIKASI DIRI
DENGAN MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 12 DI MA AL-
HIKMAH KAJEN**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 29 Mei 2024

Pembuat Pernyataan

Analisa Fikarina

NIM: 1707016043



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Hubungan Coping Stress Dan Efikasi Diri Dengan Motivasi Belajar Siswa Pada Siswa Kelas 12 Di MA-AL HIKMAH KAJEN

Nama : Analisa Fikarina

NIM : 1707016043

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Semarang, 7 Juni 2024
Yang bersangkutan

Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A
NIP : 198605232018012002

Analisa Fikarina
NIM : 1707016043



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Hubungan Coping Stress Dan Efikasi Diri Dengan Motivasi Belajar Siswa
Pada Siswa Kelas 12 Di MA-AL HIKMAH KAJEN

Nama : Analisa Fikarina

NIM : 1707016043

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Semarang, 10 Juni 2024
Yang bersangkutan

Lucky Ade Sessiani M.Psi
NIP : 198512022019032010

Analisa Fikarina
NIM : 1707016043

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah menjadi suri tauladan bagi umat manusia.

Penulisan skripsi ini merupakan hasil dari perjalanan panjang yang penuh dengan tantangan dan hambatan. Penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, serta motivasi selama proses penulisan skripsi ini.

Proses penelitian dan penyusunan laporan skripsi juga memiliki kendala dan kekurangan. Namun kendala tersebut dapat diselesaikan dengan cara berdiskusi dengan dosen pembimbing serta dukungan dan semangat dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr Nizar Ali., M.Ag selaku rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
2. Bapak Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Ibu Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
4. Ibu Dra. Hj. Maria Ulfah M.Si. selaku dosen wali sekaligus pembimbing I dan Ibu Lucky Ade Sessiani M.Psi. Psikolog. selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan memberikan bimbingan, arahan, dukungan, motivasi, dan waktunya selama proses penyusunan skripsi
5. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmunya.
6. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta kontribusi yang positif dalam bidang ilmu pengetahuan. Penulis sadar bahwa karya ini masih

jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kami sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk perbaikan di masa mendatang.

Semarang, 29 Mei 2024
Penulis

ANALISA FIKARINA
NIM: 1707016043

MOTTO

“your effort is only for you know” – Kim Seokjin

DAFTAR ISI

COVER SKRIPSI.....	i
PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
KATA PENGANTAR	vi
MOTTO.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
<i>ABSTRACT</i>	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II KAJIAN TEORI.....	14
A. Motivasi Belajar	14
1. Definisi Motivasi Belajar.....	14
2. Aspek-Aspek Motivasi Belajar	15
3. Faktor-Faktor Motivasi Belajar.....	17
4. Motivasi Belajar dalam Perspektif Islam.....	20
B. <i>Problem focus coping</i>	21
1. Definisi <i>Problem focus coping</i>	21
2. Aspek-Aspek <i>Problem focus coping</i>	22

3. Faktor-Faktor <i>Problem focus coping</i>	24
4. <i>Problem focus coping</i> dalam Perspektif Islam.....	25
C. Efikasi Diri	26
1. Definisi Efikasi Diri	26
2. Aspek Efikasi Diri.....	27
3. Faktor-Faktor Efikasi Diri.....	28
4. Efikasi Diri Menurut Agama Islam.....	32
D. Hubungan Antara <i>Problem focus coping</i> dan Efikasi Diri dengan Motivasi Belajar	33
E. Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	37
B. Variabel Penelitian	37
1. Variabel Penelitian	37
2. Definisi Operasional.....	38
C. Tempat dan Waktu Penelitian	39
1. Tempat Penelitian.....	39
2. Waktu Penelitian	39
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	39
1. Populasi	39
2. Sampel.....	40
3. Teknik Sampling	40
E. Teknik Pengumpulan Data	41
1. Skala Motivasi Belajar	42
2. Skala <i>Problem focus coping</i>	43

3. Skala Efikasi Diri.....	43
F. Validitas dan Reliabilitas	44
1. Validitas	44
2. Reliabilitas	45
G. Hasil Uji Coba.....	45
1. Hasil Uji Validitas.....	45
2. Hasil Uji Reliabilitas.....	48
H. Teknik Analisis Data.....	49
1. Uji Asumsi Klasik.....	49
2. Uji Hipotesis	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Hasil Penelitian	52
1. Deskripsi Subjek Penelitian	52
2. Kategorisasi Variabel Penelitian.....	53
B. Hasil Uji Asumsi Klasik	57
1. Uji Normalitas.....	57
2. Uji Linieritas	58
3. Uji Hipotesis	59
C. Pembahasan.....	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	66
Daftar Pustaka	68

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Rincian Siswa MA Al-Hikmah Kajian	38
Tabel 2 Rentang Pengukuran Sikap	40
Tabel 3 Blueprint Motivasi Belajar	41
Tabel 4 Blueprint Variabel <i>Problem focus coping</i>	42
Tabel 5 Blueprint Skala Efikasi Diri	42
Tabel 6 Hasil Uji Validitas Variabel Motivasi Belajar	45
Tabel 7 Hasil Uji Validitas Skala <i>Problem focus coping</i>	46
Tabel 8 Hasil Uji Validitas Variabel Efikasi Diri	47
Tabel 9 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Motivasi Belajar	47
Tabel 10 Hasil Uji Reliabilitas Variabel <i>Problem focus coping</i>	48
Tabel 11 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Efikasi Diri	48
Tabel 12 Interval Koefisien Korelasi	50
Tabel 13 Sebaran Data Berdasarkan Jenis Kelamin	51
Tabel 14 Sebaran Data Berdasarkan Kelas	51
Tabel 15 Deskripsi Penelitian	52
Tabel 16 Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar	53
Tabel 17 Tabel Distribusi Variabel Motivasi Belajar	53
Tabel 18 Kategorisasi Variabel <i>Problem focus coping</i>	54
Tabel 19 Distribusi Variabel <i>Problem focus coping</i>	54
Tabel 20 Kategorisasi Variabel Efikasi Diri	55
Tabel 21 Distribus Variabel Efikasi Diri	55
Tabel 22 Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 23 Hasil Uji Linieritas Variabel <i>Problem focus coping</i> dengan Motivasi Belajar	57
Tabel 24 Hasil Uji Linieritas antara Variabel <i>Problem focus coping</i> dengan Variabel Motivasi Belajar	57
Tabel 25 Hasil Uji Hipotesis Pertama	58
Tabel 26 Hasil Uji Hipotesis Kedua.....	59
Tabel 27 Hasil Uji Hipotesis Ketiga	59

ABSTRACT

This study aims to empirically examine the relationship between problem-focused coping and self-efficacy with learning motivation in 12th-grade students at MA Al-Hikmah Kajen. This research employs a quantitative approach with correlational analysis techniques. The hypothesis of this study is that there is a relationship between problem-focused coping and self-efficacy with learning motivation in 12th-grade students at MA Al-Hikmah Kajen. The sample size used in this study is 135 students, selected using non-probability sampling with a saturated sampling technique. This study uses measurement scales for problem-focused coping, self-efficacy, and learning motivation created by the researcher. The data analysis method uses Pearson product-moment and multiple correlation tests. The results of the first hypothesis show a positive relationship between problem-focused coping and learning motivation of 0.004. The results of the second hypothesis show a positive relationship between self-efficacy and learning motivation of 0.37. The results of the third hypothesis show a correlation of 0.325 with a significance result of 0.001. The first hypothesis is accepted, indicating that the higher the problem-focused coping, the higher the learning motivation, and vice versa, the lower the problem-focused coping, the lower the learning motivation. The second hypothesis is accepted, indicating that the higher the self-efficacy, the higher the students' learning motivation, and vice versa, the lower the self-efficacy, the lower the students' learning motivation. The third hypothesis is accepted, indicating that there is a significant relationship between the variables of problem-focused coping and self-efficacy with learning motivation in MA Al-Hikmah Kajen.

Keywords: *problem-focused coping, self-efficacy, and learning motivation*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis korelasional. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 135 siswa yang diambil dengan teknik *non probability sampling* dengan jenis *sampling jenuh*. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala *problem focus coping*, efikasi diri, dan motivasi belajar yang dibuat oleh peneliti. Metode analisis data menggunakan uji *pearson product moment* dan *multiple correlation*. Hasil hipotesis pertama menunjukkan terdapat hubungan positif antara *problem focus coping* dengan motivasi belajar sebesar 0,004. Hasil hipotesis kedua terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan motivasi belajar sebesar 0,37. Hasil hipotesis ketiga menunjukkan angka korelasi sebesar 0,325 dengan hasil signifikansi sebesar 0,001. Hipotesis pertama diterima sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi *problem focus coping* semakin tinggi motivasi belajar dan sebaliknya semakin rendah *problem focus coping* semakin rendah motivasi belajar. Hipotesis kedua diterima sehingga dapat diartikan semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi motivasi belajar dan sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah motivasi belajar. Hipotesis ketiga diterima sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada MA Al-Hikmah Kajen.

Kata Kunci: *problem focus coping*, efikasi diri, dan motivasi belajar

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era milenial pengaruh buruk atau baik mudah mempengaruhi remaja dalam kehidupan sehari-hari. Diperlukan adanya motivasi belajar yang cukup agar remaja mau menekuni pembelajaran. Menurut Heriyati (2017:27) Motivasi belajar merupakan semangat yang mendorong siswa untuk mengejar pengetahuan, yang muncul dengan kesadaran atau tanpa disadari dari individu itu sendiri. Dorongan ini muncul baik dari internal maupun eksternal ketika seseorang memperoleh berbagai keterampilan, pengetahuan, dan sikap, serta terlibat secara aktif, dan memiliki sikap, minat, dan persepsi tertentu. Misalnya, rasa nyaman atau kegembiraan saat berada di dalam ruang kelas. Semangat belajar adalah persyaratan kunci dalam proses pembelajaran dan memiliki peranan yang krusial dalam menginspirasi semangat belajar. Ini tidak hanya tentang mencapai hasil yang memuaskan, tetapi juga mencerminkan dedikasi individu untuk mencapai tujuan pembelajaran (Andriani & Rasto, 2019:81).

Semangat belajar siswa terpengaruh oleh sejumlah faktor, baik yang bersumber dari dalam maupun dari luar. Faktor-faktor luar yang memengaruhi siswa termasuk situasi di lingkungan keluarga, suasana di lingkungan sekolah, dan kondisi masyarakat sekitar. Di sisi lain, faktor-faktor internal yang memengaruhi semangat belajar siswa meliputi tingkat kecerdasan, dorongan, dan kesehatan jasmani dan mental siswa (Maulidia dkk., 2018:11-12). Salah satu elemen yang dapat mempengaruhi motivasi belajar adalah keadaan psikis siswa, yang dapat termasuk dalam kategori stres. Stres yang dialami siswa disebabkan oleh ketidakcocokan antara situasi yang diinginkan dan kondisi biologis, psikis, atau sosial individu tersebut (Barseli dkk., 2018:41). Stres yang dirasakan oleh siswa bisa timbul karena berbagai alasan, seperti ketidakmampuan siswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, terutama lingkungan sekolah. Selain itu, faktor-faktor lain meliputi kondisi

keluarga, tekanan dari teman sebaya, proses pengambilan keputusan, dan sebagainya (Arifin, 2018:69).

Hal ini diperkuat oleh hasil prariset yang dilakukan oleh peneliti. Tentang bagaimana perasaan stres yang dialami oleh para siswa saat menjalani proses belajar. Siswa mengaku, mengalami cukup tekanan saat pembelajaran khususnya bagi yang tinggal di asrama. Disebab karena, pada dasarnya siswa yang tinggal di asrama ini memiliki jam pelajaran yang lebih banyak daripada yang tidak tinggal di asrama. Hal ini berakibat pada motivasi belajar siswa yang menurun karena perasaan yang dialaminya agar dapat mengurangi pembelajaran yang sudah terlalu banyak. Sesuai dengan hasil wawancara dengan F berikut.

“Mau berangkat sekolah rasanya malas, pagi sekolah, siang sekolah, bahkan malam pun kami dituntut buat belajar lagi. Kadang, saya rasa malas mau belajar lagi, pusing karena banyak hal yang harus dipelajari dalam satu hari”

Berdasarkan hasil prariset di atas, diketahui bahwa siswa memiliki permasalahan dalam motivasi belajarnya. Motivasi belajar siswa terganggu dikarenakan perasaan tertekan akibat dari banyaknya mata pelajaran yang harus dipelajari. Hal ini berakibat pada rasa malas untuk melanjutkan pembelajaran. Walaupun begitu, siswa tetap memaksakan diri untuk berangkat ke sekolah. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan F berikut ini:

“Kalau ditanya berangkat sekolah atau tidak, saya tetap berangkat. Walau saya rasanya malas, namun saya paksakan tetap berangkat. Soalnya, saya sudah jauh-jauh dari kampung dan sudah dipercaya buat menuntut ilmu di pondok sini. Jadi ya saya menunaikan tanggung jawab saya walaupun kurang maksimal”

Berdasarkan hasil wawancara dengan F, diketahui bahwa siswa merasa kurang maksimal dalam pembelajaran. Hal ini disebabkan karena motivasi belajar siswa yang terganggu.

Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa yang tidak tinggal di asrama. Diketahui bahwa terdapat permasalahan di mana siswa lebih

menyukai bermain daripada belajar. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan AF sebagai berikut

“Saya lebih suka bermain daripada belajar mbak, soalnya memang teman-teman suka ngajak main si, seringnya sehabis sekolah kita kumpul-kumpul dulu di pos ronda, ngobrol, bercanda, main game. Terus, sering kali kalo malam juga kita kumpul-kumpul”

Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa terdapat siswa yang lebih mengedepankan bermain daripada belajar. Siswa lebih termotivasi untuk bermain daripada belajar. Siklus ini terjadi karena terdapat permasalahan belajar siswa yang cukup menyeluruh. Lingkungan sosial siswa yang tidak mendukung siswa untuk lebih giat dalam belajar berakibat pada motivasi belajar siswa terpengaruh.

Padahal, fungsi motivasi belajar sebagai pendorong usaha dalam mencapai prestasi, karena seseorang melakukan usaha harus mendorong keinginannya, dan menentukan arah perbuatannya kearah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian siswa dapat menyeleksi perbuatan untuk menentukan apa yang harus dilakukan yang bermanfaat bagi tujuan yang hendak dicapainya (Emda, 2017:176). Keberhasilan belajar peserta didik dalam proses pembelajaran sangat dipengaruhi oleh motivasi yang ada pada dirinya. Indikator kualitas pembelajaran salah satunya adalah adanya motivasi yang tinggi dari para peserta didik. Peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang tinggi terhadap pembelajaran maka mereka akan tergerak atau tergugah untuk memiliki keinginan melakukan sesuatu yang dapat memperoleh hasil atau tujuan tertentu (Emda, 2017:176).

Selain itu, keberhasilan peserta didik siswa dapat terpengaruh oleh tingkatan stres siswa. Guna menangani stres yang dirasakan oleh siswa tersebut, diperlukan metode pengelolaan stres. Metode *problem focus coping* merupakan langkah-langkah yang diambil oleh individu, baik secara terang-terangan maupun secara terselubung, untuk mengurangi atau menghilangkan tekanan psikologis saat menghadapi situasi yang menekan (Maryam, 2017:102). Kemampuan untuk *problem focus coping* ini adalah hal yang sangat vital dalam

mengenalinya serta merespons secara emosional terhadap situasi dan peristiwa tertentu, terutama bagi para remaja yang sedang menghadapi tantangan atau kesulitan. Penting untuk terus memperkuat keterampilan dalam menangani stres secara konsisten. Hal ini bertujuan agar dapat bertahan di tengah-tengah situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan ini merupakan salah satu aspek penting dalam keterampilan psikologis yang dapat memberikan dukungan pada remaja dalam menghadapi situasi darurat, atau setidaknya saat terjadi peristiwa yang tiba-tiba dan penuh tekanan (Ekasari & Yuliyana, 2012:57).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Meiriana (2016) hasilnya menunjukkan bahwa ada korelasi yang penting antara strategi mengatasi stres dengan semangat belajar siswa. Selain itu, penelitian lain dilakukan oleh Saragih dan Sari (2019) menghasilkan bahwa strategi *problem focus coping* berkaitan dengan semangat belajar. Dengan demikian, hubungan antara kedua variabel ini adalah positif, di mana semakin tinggi efektivitas strategi *problem focus coping*, semakin tinggi pula semangat belajar mahasiswa; sebaliknya, semakin rendah strategi mengatasi stres, semakin rendah pula semangat belajar mahasiswa.

Terlebih lagi, motivasi belajar juga dipengaruhi oleh kepercayaan diri siswa. Kepercayaan diri adalah usaha individu untuk mencapai tujuan dengan menggunakan bakat yang dimiliki, interaksi dengan lingkungan, dan pengalaman yang telah diperoleh untuk mengatasi kecemasan, menyuarakan ide, dan kemampuan menghadapi risiko. (Sari dkk., 2021:3). Bandura (dalam Kurniyawati, 2012:2) mengatakan bahwa efikasi diri memengaruhi aspek kognitif melalui keterkaitannya dengan motivasi individu. Individu yang memiliki keyakinan diri yang kuat akan cenderung memiliki motivasi yang lebih tinggi dalam menyelesaikan suatu tugas tertentu dibandingkan dengan individu yang kurang percaya pada dirinya. Individu dengan keyakinan diri yang tinggi akan membayangkan berhasilnya dalam menjalankan tugas yang dihadapi. Imajinasi tentang keberhasilan tersebut akan memberikan dorongan positif bagi individu untuk menyelesaikan tugasnya dan akan meningkatkan

motivasi untuk mencapai tujuan. Efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk menangani tuntutan yang menantang pada dirinya (Alfinuha & Nuqul, 2017:14). Menurut Pervin & John (Kurniyawati, 2012:2) orang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan lebih termotivasi untuk mencapai tujuan. Semakin besar tingkat keyakinan diri seseorang, semakin besar juga tingkat motivasinya. Ini dapat diamati dari tingkat dedikasi yang tinggi dan ketabahannya dalam menghadapi rintangan. Seseorang akan terus berusaha keras dan tidak menyerah ketika menghadapi kesulitan. Individu yang percaya diri akan mengupayakan lebih keras untuk mengatasi halangan.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniyawati (2012) yang mengemukakan bahwa ada korelasi positif yang sangat kuat antara keyakinan diri dan semangat belajar. Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa partisipan penelitian menunjukkan tingkat semangat belajar yang tinggi, sekaligus memiliki tingkat keyakinan diri yang tinggi juga. Kemudian hasil penelitian yang dilakukan oleh Widya (2022) yang mengemukakan bahwa telah teridentifikasi hubungan yang signifikan antara keyakinan diri dan semangat belajar, menunjukkan bahwa semakin besar keyakinan diri, semakin tinggi pula semangat belajar. Sebaliknya, jika tingkat keyakinan diri siswa rendah, maka semangat belajar siswa juga akan cenderung rendah.

Hal ini didukung oleh hasil prariset berupa hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti yang mengemukakan bahwa Madrasah Aliyah MA Al-Hikmah Kajen menjadi salah satu pilihan orang tua dengan harapan anak siswa bisa mendapatkan ilmu agama dan ilmu umum yang seimbang. MA Al-Hikmah Kajen dikenal memiliki banyak mata pelajaran agama contohnya membaca dan mempelajari kitab kuning, nahwu shorof yang mana nanti saat kelulusan akhir kelas 12 pelajaran tersebut akan dijadikan patokan untuk kelulusan siswa bukan hanya dari nilai ujian nasional. Perasaan lega siswa kelas 12 MA Al-Hikmah Kajen tidak hanya selesai di ujian nasional saja namun masih ada ujian agama akhir kelas 12 yang menanti tentunya

membutuhkan keahlian membaca kitab dan hafalan selama 12 tahun. Mata pelajaran yang dijadikan ujian akhir agama adalah tes membaca kitab kuning diantaranya bulughul marom dan fiqh tuhfatul tulab. Tidak sedikit siswa yang malas dan menganggap remeh ujian agama akhir madrasah. Sudah ada beberapa contoh alumni yang terlambat lulus karena tidak bisa menyelesaikan ujian agama akhir madrasah.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada 11 siswa kelas 12 MA Al-Hikmah Kajen, setelah ujian nasional ada beberapa siswa yang merasa terbebani karena masih ada tuntutan madrasah yang belum selesai. Salah seorang murid berinisial F menuturkan bahwa

“Setelah ujian nasional masih ada ujian akhir, kepikiran banget apalagi saya kurang lancar baca kitab jadi harus belajar bener-bener dan harus sering ngulang, suka ditanyain sama orang-orang rumah atau temen kadang malah tambah bikin kepikiran kalau udah gitu jadi males makan, tiba-tiba marah, kalau tidur gak nyenyak kadang saya juga ngelamun dikelas kalo temen-temen lagi belajar padahal semalam saya sudah belajar kayak ada tekanan harus selalu belajar gitu”.

Dari wawancara langsung yang dilakukan murid didapati stres yang muncul setelah ujian nasional, seperti tersinggung jika ditanya mengenai ujian agama akhir madrasah, nafsu makan berkurang, melamun, tidak bergairah. Jika siswa kondisinya tidak baik, maka motivasi belajar menurun, sehingga dibutuhkan cara penanganan akan kondisi tersebut yang disebut *problem focus coping*.

Wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 11 siswa kelas 12 MA Al-Hikmah Kajen, setelah selesai ujian nasional siswa tetap terbebani dengan ujian agama akhir kelas 12 karena hal itu siswa merasa tidak yakin akan lulus bersama dan tidak yakin dapat melewatinya. Seorang siswa berinisial MR menuturkan:

“Gimana gak tertekan setelah ujian nasional masih ada ujian agama akhir madrasah, kalau temen-temen yang dari pondok baca kitab nahwu shorofnya lancar, ujian tinggal ujian, lah kalau saya? Basic dari umum, gak yakin bisa melewati ujian baca kitab, saya gak bisa ngebut belajar nahwu shorof, 90% yakin gak bisa”.

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan siswa MR ini mengemukakan bahwa MR merasa sangat tertekan dengan tuntutan yang mengharuskan siswa untuk melewati beberapa ujian sebelum dinyatakan lulus. Perasaan tertekan ini berakibat pada *stress* yang berujung pada motivasi belajar yang rendah. MR merasa malas untuk belajar, karena pada dasarnya dia merupakan bukan siswa dari pondok sehingga MR merasa walaupun MR belajar mati-matian, tetap saja MR tidak akan lulus. Hal ini merupakan salah satu masalah yang patut untuk di perhatikan. Agar guru dapat meningkatkan motivasi belajar kembali.

Hal ini tidak berbeda jauh dengan hasil wawancara dengan AF. AF mengemukakan bahwa merasa sangat malas untuk belajar. Alasannya tidak jauh dari hasil wawancara dengan subjek lainnya. AF merasa bahwa walaupun AF belajar sedemikian rupa, tetap saja AF akan kesusahan untuk lulus dari ujian baca kitab.

“kalau boleh jujur, saya sekarang sudah males banget buat belajar mbak, mending saya main sama teman-teman. Orang saya mau belajar bagaimana pun tetap bakal susah buat lulus ujian baca kitab. Orang mata pelajaran baca kitab juga Cuma 1 minggu sekali di sekolahan. Beda sama santri yang mondok disini, tentunya mereka bakal lebih mudah buat lulus ujian. Wong setiap hari makanannya belajar baca kitab saja. Beda sama saya yang tidak pernah belajar nahwu sorof di rumah. Alhasil saya ngga belajar sekalian saja deh. Mending main sama teman-teman”

Menurut penuturan yang dikemukakan oleh AF diketahui bahwa AF mengalami permasalahan dengan motivasi belajarnya. AF mengemukakan bahwa merasa malas-malasan saat belajar sebelum menghadapi ujian. Hal ini disebabkan karena intensitas belajar baca kitab yang sangat rendah menyebabkan AF malas untuk belajar. Karena AF merasa tidak akan lulus pelajaran baca kitab disebabkan AF kehilangan motivasi belajar. Motivasi belajar ini hilang karena kehilangan keyakinan dirinya untuk lulus dari ujian baca kitab. Menurutnya, ujian baca kitab ini tidak terlalu relevan bagi siswa yang tidak mondok. Bagi siswa yang mondok, akan sangat diuntungkan karena

sudah menjadi makanan sehari-hari. Sedangkan bagi siswa yang tidak mondok seperti AF, ujian baca kita ini akan sangat menyulitkan.

Selain itu peneliti melakukan wawancara dengan UK yang merupakan salah satu siswa dan juga sebagai santri yang mondok di lingkungan sekolah. Dalam hal ini, UK mengemukakan bahwa dirinya malas belajar untuk persiapan ujian baca kitab. Menurut UK, dirinya yakin dapat menyelesaikan ujian baca kitab dengan baik. Hal ini karena, menurutnya UK telah terbiasa belajar membaca kitab di pondok. Sehingga, UK tidak harus belajar untuk mempersiapkan diri menghadapi ujian baca kita

“Kalau ditanya begitu, saya memang malas belajar buat ujian baca kitab mbak. Soalnya, saya sudah biasa baca kitab di pondok. Jadi menurut saya ya, saya yakin bisa baca kitab dengan lancar, jadi ya ngga perlu belajar-belajar lagi.

Temuan wawancara ini lumayan menarik. Hal ini karena hasil penuturan UK yang mengemukakan bahwa motivasi belajarnya turun karena merasa dirinya yakin dapat lulus dari ujian baca kitab. Keyakinan diri ini menuntun UK untuk tidak terlalu memedulikan belajar yang berkaitan dengan baca kitab. Hal ini sangatlah bertolak belakang dari hasil wawancara di atas. Di mana, para siswa merasa tidak yakin akan lulus ujian baca kitab yang berakibat pada motivasi belajar menurun. Namun, kali ini peneliti menemukan permasalahan bahwa tingkat keyakinan diri yang tinggi juga berkaitan dengan motivasi belajar yang menurun. Keyakinan diri tersebut berakibat pada perasaan menyepelkan ujian. Sifat menyepelkan ini yang berakibat pada motivasi belajar menurun.

Dari wawancara langsung yang dilakukan siswa tidak memiliki keyakinan diri terhadap kemampuannya untuk bisa menghadapi ujian agama akhir kelas 12. Semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula motivasi belajar. Siswa dengan efikasi diri yang tinggi memiliki rasa pencapaian diri. Rasa pencapaian diri membuat siswa kuat menghadapi kegagalan. Selain itu ditemukan pula hasil wawancara yang sebaliknya. Dimana dai hasil wawancara diketahui bahwa tingkat keyakinan diri yang tinggi berkaibat pada sifat

meremehkan ujian agama yang akan dilaksanakan. Hal ini berakibat pada motivasi belajar menurun.

Berdasarkan hasil prariset berupa observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dan pemaparan di atas, peneliti tertarik lebih dalam untuk melakukan penelitian yang berjudul “hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen”.

B. Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *problem focus coping* dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA AL-HIKMAH Kajen?
2. Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA AL-HIKMAH Kajen?
3. Apakah terdapat hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA AL-HIKMAH Kajen?

C. Tujuan Penelitian

Kemudian berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk menguji secara empiris hubungan antara *problem focus coping* dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA AL-HIKMAH Kajen.
2. Untuk menguji secara empiris hubungan antara efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA AL-HIKMAH Kajen.
3. Untuk menguji secara empiris hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA AL-HIKMAH Kajen.

D. Manfaat Penelitian

Beberapa keuntungan yang akan dihasilkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian dapat membantu menambah pengetahuan bagi para pembaca dan semua pihak. Secara khusus, ini berkontribusi pada pengembangan psikologi klinis, pendidikan, dan ilmu lainnya. Serta memperluas dari hasil penelitian terdahulu.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Harapan dari hasil penelitian ini adalah agar para siswa, dapat mengambil pandangan yang positif dari penelitian ini dan meningkatkan pemahaman siswa serta saran tentang pentingnya *problem focus coping* dan efikasi diri dalam meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas 3 di MA AL-HIKMAH Kajen.

b. Bagi Guru

Bagi guru diharapkan dapat mengetahui bagaimana permasalahan yang dimiliki oleh para siswa yang berkaitan dengan motivasi belajar. Sehingga harapannya para guru dapat membuat kebijakan yang berkaitan dengan motivasi belajar sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar sisewanya,

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk penelitian berikutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan, sumber referensi, dan dapat diperluas untuk penelitian lanjutan.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian sebelumnya yang meneliti motivasi belajar telah banyak dilakukan. Untuk menghindari kesamaan/ pengulangan terhadap hasil temuan penelitian, maka peneliti akan mendeskripsikan beberapa permasalahan penelitian terdahulu yang relevan.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Meiriana (2016) dengan judul "*Hubungan Antara Penanganan Stres dan Dukungan Sosial dengan Semangat Belajar pada Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua*". Hasil analisis menggunakan metode Rank Spearman menunjukkan koefisien korelasi yang rendah, yakni 0,306 dengan nilai $p = 0,000$, menunjukkan adanya hubungan

yang signifikan pada tingkat signifikansi $p < 0,05$. Ini menunjukkan bahwa kemampuan menghadapi stres dan dukungan sosial dapat berfungsi sebagai prediktor dalam meramalkan semangat belajar remaja yang orang tuanya bercerai. Korelasi lainnya adalah sebesar 0,394 dengan nilai $p = 0,000$, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan pada tingkat signifikansi $p < 0,05$. Hal ini mengungkapkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan menghadapi stres dan dukungan sosial dengan semangat belajar remaja yang orang tuanya bercerai. Berdasarkan analisis data, diperoleh nilai R Square sebesar 0,097, yang menunjukkan temuan sebaliknya. Angka ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini, kemampuan menghadapi stres dan dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 32,7% terhadap semangat belajar pada remaja yang orang tuanya bercerai. Hal ini menunjukkan bahwa sebesar 67,3% faktor lainnya berperan dalam memengaruhi semangat belajar remaja tersebut.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Saragih dan Sari (2019) dengan judul "*Korelasi Antara Penanganan Stres dengan Semangat Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling pada Mata Kuliah Statistika*". Temuan dari penelitian menunjukkan bahwa penanganan stres berkaitan dengan semangat belajar, dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,680, yang melampaui nilai korelasi tabel sebesar 0,261. Dalam konteks ini, nilai korelasi positif menggambarkan adanya hubungan searah antara kedua variabel, di mana semakin tinggi tingkat penanganan stres, semakin tinggi pula semangat belajar mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penanganan stres, semakin rendah juga semangat belajar mahasiswa.

Ketiga penelitian yang dilakukan oleh Prihatin dkk., (2019) dengan judul "*Dampak Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa Universitas X Yogyakarta*". Temuan penelitian menunjukkan hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dan motivasi prestasi. Ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri, semakin tinggi juga motivasi prestasi pada mahasiswa di Universitas X Yogyakarta. Hal ini mengonfirmasi hipotesis penelitian. Kontribusi efikasi diri terhadap motivasi prestasi mencapai 46,6%.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Kurniyawati (2012) dengan judul "*Korelasi Antara Keyakinan Diri dan Semangat Belajar Siswa*". Analisis menggunakan korelasi product moment menghasilkan koefisien korelasi sebesar $r = 0,612$ dengan $p < 0,01$, yang menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara keyakinan diri dan semangat belajar. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian ini menunjukkan tingkat semangat belajar yang tinggi, seiring dengan tingkat keyakinan diri yang juga tinggi. Kontribusi efektif dari variabel keyakinan diri terhadap semangat belajar mencapai 37,4%.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Widya (2022) yang berjudul "*Korelasi Antara Keyakinan Diri dan Semangat Belajar pada Siswa SMP Negeri 1 Waru di Masa Pandemi Covid-19*" menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara keyakinan diri dan semangat belajar menunjukkan bahwa semakin tinggi keyakinan diri, semakin tinggi pula semangat belajar. Sebaliknya, jika tingkat keyakinan diri siswa rendah, maka semangat belajar siswa juga cenderung rendah. Temuan ini didukung oleh koefisien korelasi sebesar 0,820.

Berdasarkan beberapa tinjauan Pustaka yang telah diuraikan, terdapat beberapa persamaan dan perbedaan. Pada penelitian pertama dan kedua memiliki persamaan dengan variabel *problem focus coping* dan motivasi belajar. Kemudian persamaan pada penelitian ketiga dan keempat terletak pada variabel efikasi diri dan motivasi belajar. Dan pada penelitian kelima terdapat persamaan pada variabel efikasi diri dan *problem focus coping*. Namun dari kelima penelitian tersebut belum ada yang menggabungkan ketiga variabel yaitu *problem focus coping*, efikasi diri dan motivasi belajar dengan subjek siswa madrasah. oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul *Hubungan Antara Problem focus coping dan Efikasi Diri Terhadap Motivasi Belajar pada Siswa Kelas 12 di MA AL-HIKMAH Kajen*.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Motivasi Belajar

1. Definisi Motivasi Belajar

Pemahaman tentang motivasi belajar dapat dilihat dari dua perspektif, yakni motivasi dan proses pembelajaran. Motivasi, yang berasal dari etimologi Latin "movere", merujuk pada dorongan internal individu yang mendorong siswa untuk bertindak dan berperilaku dengan maksud mencapai tujuan tertentu (Cleopatra, 2015:172). Hamilton (2007:172) motivasi adalah faktor yang mendorong individu untuk mempertahankan perilaku tertentu atau meraih tujuan tertentu. Lalu menurut Sarwono (2010:137) motivasi merupakan elemen yang mendorong individu untuk mempertahankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan khusus. Menurut Maslow (dalam Andjarwati, 2015:46) menyatakan bahwa individu termotivasi karena kebutuhan yang tidak terpenuhi berdasarkan urutan kadar kepentingannya dari urutan yang paling rendah hingga ke urutan yang lebih tinggi. Kemudian dicetuskanlah sistem hirarki kebutuhan, dikembangkan oleh Maslow, merupakan pola yang biasa digunakan untuk menggolongkan motivasi manusia. Sistem hirarki kebutuhan meliputi lima kategori motif yang disusun dari kebutuhan yang paling rendah yang harus dipenuhi terlebih dahulu sebelum memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi.

Skinner (1958, dalam Walgito, 2004:166) menggambarkan belajar sebagai proses adaptasi yang berlangsung secara bertahap dalam individu. Dalam istilah psikologi, belajar didefinisikan sebagai perubahan dalam respons yang diinginkan, yang timbul sebagai hasil dari pengalaman yang telah dialami sebelumnya (Hassan, 1981:8). Gagne (1979, dalam Nurjan, 2016:37) menggambarkan belajar melibatkan transformasi kognitif dalam merespons rangsangan lingkungan. Terdapat tiga aspek kunci dalam belajar: stimulus luar, yang merupakan rangsangan dari lingkungan belajar individu, keadaan internal, yang melibatkan representasi internal individu

serta proses kognitif siswa, dan hasil pembelajaran, yang mencakup informasi verbal, sikap, keterampilan intelektual, strategi kognitif, dan keterampilan motorik.

Menurut Heriyati (2017:27) motivasi belajar adalah Motivasi belajar adalah insentif yang mendorong siswa untuk mengembangkan minat dalam pembelajaran, mungkin muncul secara eksplisit atau implisit dari dalam diri individu. Dorongan ini muncul saat individu memperoleh berbagai keterampilan, pengetahuan, sikap, dan terlibat secara aktif, serta memiliki sikap, minat, dan persepsi tertentu. Sebagai contoh, sensasi kenyamanan atau kebahagiaan saat berada di dalam kelas. Sedangkan Mulyaningsih (2014:445) motivasi belajar adalah motivasi atau keinginan individu untuk aktif terlibat dalam proses pembelajaran dengan harapan mencapai hasil belajar yang optimal. Motivasi belajar merupakan prasyarat utama untuk proses belajar dan memainkan peran penting dalam memberikan semangat dan motivasi belajar. Motivasi belajar bukan hanya sekadar sebagai dorongan untuk meraih prestasi yang memuaskan, melainkan juga merupakan gambaran dari usaha individu dalam mencapai tujuan pembelajaran (Andriani & Rasto, 2019:81).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa semangat belajar merupakan kekuatan, pendorong, atau kekuatan yang hadir pada siswa ketika siswa terlibat dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran, didukung oleh faktor-faktor seperti perhatian, relevansi, kepercayaan diri, dan kepuasan.

2. Aspek-Aspek Motivasi Belajar

Menurut Keller (2016:4) ada empat elemen yang membentuk motivasi belajar, yakni:

a. *Attention* (perhatian)

Siswa menghidupkan minat belajar dengan fokus pada proses pembelajaran, yang merangsang munculnya keinginan untuk mengetahui lebih lanjut.

b. *Relevance* (relevansi)

Perspektif siswa tentang relevansi materi pelajaran dengan kegunaan dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat motivasi belajar. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan siswa untuk lebih termotivasi dalam belajar ketika siswa dapat melihat bagaimana materi pembelajaran tersebut bermanfaat untuk memenuhi kebutuhan individu siswa dan sejalan dengan prinsip-prinsip yang siswa pegang.

c. *Confidence* (percaya diri)

Peran yang dimainkan oleh kepercayaan diri siswa dalam mengatasi tantangan belajar dan menyelesaikan masalah adalah krusial. Siswa yang yakin akan kemampuannya atau merasa mampu dalam mengatasi tugas-tugas belajar cenderung memiliki motivasi yang lebih tinggi.

d. *Satisfaction* (kepuasan)

Kepuasan batin yang dirasakan siswa setelah berhasil menyelesaikan tantangan belajar yang dihadapi.

Menurut Frandsen (dalam Arini & Fakhurrozi, 2008:7) ada beberapa aspek motivasi belajar seseorang, yaitu:

a. *Adanya sifat ingin tahu dan ingin menyelidiki dunia yang lebih luas.*

Minat terhadap pengetahuan mendorong individu untuk mencari tahu lebih banyak, sehingga ketika siswa berhasil mendapatkan informasi baru yang sebelumnya tidak siswa miliki, itu akan memberikan kepuasan tersendiri bagi siswa.

b. *Ada dorongan kreatif yang melekat pada manusia dan keinginan untuk terus berkembang*

Dorongan untuk berkembang dan meningkatkan kualitas hidup mendorong manusia untuk terus menciptakan hal-hal baru.

c. *Dorongan untuk mendapat pengakuan dan perhatian dari orang tua, guru, dan teman-teman.*

Apabila individu berhasil dalam proses pembelajaran, siswa akan mendapat apresiasi dalam bentuk pujian, penghargaan, dan manifestasi dukungan lainnya dari lingkungan sekitarnya.

- d. **Terdapat dorongan untuk mengatasi kegagalan sebelumnya dengan mengambil langkah baru, baik melalui kerja sama maupun persaingan.**

Kegagalan bisa menimbulkan perasaan kekecewaan dan depresi pada seseorang, atau sebaliknya, dapat memicu motivasi baru untuk berupaya lebih baik. Usaha untuk mencapai pencapaian yang lebih baik bisa terwujud melalui kerja sama dengan orang lain (kolaborasi) atau melalui persaingan dengan siswa (kontes).

- e. **Dorongan untuk merasa aman ketika memahami materi pelajaran.**

Apabila seseorang memiliki pemahaman yang solid tentang materi pelajaran, maka siswa akan merasa yakin dalam menghadapi ujian, pertanyaan dari guru, serta situasi lainnya karena yakin mampu menangani dengan baik. Hal ini merupakan sumber keamanan bagi individu tersebut.

- f. **Terdapat imbalan atau konsekuensi sebagai hasil dari proses belajar**

Ketika seseorang berperilaku dengan baik, biasanya akan ada imbalan yang sesuai, sedangkan jika perilakunya kurang memuaskan, konsekuensinya bisa berupa hukuman.

Dari berbagai teori yang telah dijelaskan oleh para pakar sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini akan menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Keller (2016:4) yaitu *attention*, *relevance*, *confidence*, dan *satisfaction*.

3. Faktor-Faktor Motivasi Belajar

Kompri (2016:232) mengemukakan ada empat elemen yang memengaruhi motivasi belajar, yaitu:

- a. **Cita-cita dan Aspirasi Siswa**

Motivasi dalam belajar dipicu oleh aspirasi dan target, baik yang berasal dari internal maupun eksternal individu.

- b. **Kemampuan Siswa**

Motivasi belajar harus didukung oleh keterampilan dan kapabilitas yang diperlukan untuk mencapainya.

c. Kondisi Siswa

Kondisi jasmani dan psikologis siswa berperan sebagai faktor yang memengaruhi motivasi belajar. Sebagai ilustrasi, ketika seorang siswa mengalami sakit, fokusnya dalam belajar dapat terganggu.

d. Kondisi Lingkungan Siswa

Kondisi sekitar siswa, termasuk hal-hal seperti situasi sosial, lingkungan tempat tinggal, alam sekitar, struktur keluarga, dan interaksi sosial, memiliki pengaruh terhadap semangat belajar siswa.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Maulidia dkk., (2018:11), ada dua aspek yang dapat menjadi penyebab rendahnya motivasi belajar, yakni faktor eksternal dan faktor internal. Aspek-aspek tersebut mencakup:

a. Faktor Eksternal

1) Lingkungan keluarga

Dukungan dari lingkungan keluarga memiliki dampak signifikan pada motivasi belajar, termasuk perhatian yang diberikan oleh orang tua dan bantuan yang diberikan oleh kakak ketika siswa mengalami kesulitan dalam tugas-tugasnya. Selain itu, keadaan sosial ekonomi keluarga juga memainkan peran dalam memengaruhi semangat belajar siswa dengan memberikan akses kepada siswa untuk mendapatkan sumber daya pendidikan yang memadai, seperti buku, perlengkapan sekolah, dan peluang untuk memilih sekolah yang berkualitas.

2) Lingkungan sekolah

Alat-alat yang tersedia di lembaga pendidikan, seperti perlengkapan menulis, ketersediaan materi belajar, juga penyesuaian jumlah buku dengan jumlah siswa, dan strategi pengajaran yang digunakan oleh pengajar, juga berdampak pada semangat belajar.

3) Lingkungan masyarakat

Interaksi dengan teman sebaya dapat mengurangi tingkat motivasi belajar. Jika teman-temannya mengajaknya untuk bermain game online, besar kemungkinannya siswa tersebut akan kurang termotivasi untuk belajar dan bahkan mungkin membolos saat jam pelajaran di sekolah.

b. Faktor Internal

1) Tingkat intelegensi dan panca indra

Murid yang memiliki kapasitas intelektual yang terbatas bisa menemui kendala dalam proses pembelajaran siswa, yang membuat siswa sulit memahami konsep yang diperkenalkan oleh guru.

2) Kesehatan jasmani dan psikologis pada siswa

Faktor kesehatan fisik memainkan peran penting dalam proses belajar; ketika kondisi fisik menurun, perhatian siswa terhadap pembelajaran juga dapat terganggu. Selain itu, memiliki motivasi yang kuat untuk mempersiapkan diri untuk belajar sangat penting, karena beberapa siswa mungkin datang ke sekolah tanpa kesiapan yang memadai untuk belajar, lebih memilih untuk bersosialisasi dengan teman-teman siswa. Kondisi ini dapat mengganggu perhatian siswa lainnya dan mengacaukan proses belajar.

3) Sifat malas

Banyak siswa menunjukkan kurang minat dalam membaca buku; sering kali siswa hanya mencatat apa yang dijelaskan oleh guru tanpa benar-benar mempelajari atau mencoba memahaminya. Siswa lebih cenderung menghabiskan waktu dengan bermain game online atau membaca pesan di WhatsApp daripada mengalokasikan waktu untuk membaca buku.

Berdasarkan beberapa teori yang dikemukakan oleh para ahli di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor motivasi belajar adalah faktor-faktor internal, faktor eksternal, cita-cita, aspirasi siswa, kemampuan siswa, kondisi siswa, dan kondisi lingkungan siswa

4. Motivasi Belajar dalam Perspektif Islam

Dalam bahasa Arab, istilah yang sering digunakan untuk proses belajar adalah *تَعَلَّمَ* dan *دَرَسَ*. Dalam Al-Qur'an, istilah *دَرَسَ* sering digunakan untuk merujuk pada proses mempelajari, terutama dalam konteks studi kitab. Dalam Islam, kegiatan belajar sering disebut sebagai menuntut ilmu (*طَلَبَ الْعِلْمَ*). Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa dalam proses belajar, seseorang memperoleh pengetahuan yang bermanfaat bagi dirinya. Dalam Islam, penekanan pada ilmu pengetahuan adalah agar dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat menghasilkan perubahan positif dalam kepribadian dan perilaku seseorang (Rahman, 2016:231).

Seperti yang tertera dalam Q.S Al-Mujadalah Ayat 11 berikut ini:

يَأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ
وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ
دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

“... Niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan” (Kementerian Agama, 2003)

Dalam konteks tersebut, pengetahuan yang dimaksud tidak hanya mencakup pengetahuan agama, tetapi juga termasuk pengetahuan lain yang relevan dengan perkembangan zaman dan memiliki kontribusi yang bermanfaat. Oleh karena itu, proses belajar bisa dipahami dari perspektif psikologis secara menyeluruh. Harapannya, dalam proses pembelajaran ini, individu akan mengembangkan aspek psikologis yang positif, sehingga mampu memperoleh berbagai sifat, keterampilan, dan sikap yang membangun (Sakilah, 2013:157).

Dalam perspektif Islam, belajar dianggap sebagai upaya yang seimbang; bukan hanya untuk kepentingan duniawi semata, tetapi juga sebagai sarana untuk memperkuat iman dan ketakwaan kepada Allah serta Rasul-Nya, serta memberikan manfaat bagi kehidupan di akhirat. Dalam

Islam, ada dua jenis motivasi, yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik terkait dengan niat yang tulus dalam belajar untuk mencari keridhaan Allah SWT. Di sisi lain, motivasi ekstrinsik menekankan pada keutamaan-keutamaan belajar, seperti memperoleh kemudahan menuju surga, peningkatan derajat, dan hal serupa (Syahril, 2017:56).

B. Problem focus coping

1. Definisi *Problem focus coping*

Stres adalah respons umum dari tubuh terhadap segala jenis tuntutan, baik itu berupa respons yang menguntungkan maupun merugikan. Ini bisa dianggap sebagai tanggapan individu terhadap situasi atau permintaan dari luar, seperti menghadapi ujian, atau kondisi pikiran internal seperti kecemasan mengenai ujian. Yang menarik adalah bahwa tingkat stres cenderung meningkat ketika seseorang merasa tidak mampu menghadapi situasi yang menantang. Bagi sebagian besar orang, stres sering dianggap sebagai sesuatu yang negatif. Namun, pengaruh tekanan bisa mendorong individu untuk mencapai prestasi terbaiknya. Sebagai ilustrasi, atlet seringkali mencapai hasil yang luar biasa di bawah tekanan dan tantangan dalam kompetisi Olimpiade. Tekanan yang sedang bisa menjadi dorongan bagi kita untuk menyelesaikan tugas-tugas seperti menulis makalah atau mempersiapkan ujian. Dalam situasi ini, tekanan bisa dianggap sebagai hal yang bermanfaat. Sebagian orang menginginkan tingkat tekanan yang tepat, namun terlalu banyak tekanan juga bisa memiliki efek negatif (Musabiq & Karimah, 2018:20).

Problem focused coping menurut Suardiantari dan Rustika (2019:100) yaitu fokus individu dalam memecahkan masalah untuk menghadapi kondisi yang menimbulkan stres sehingga mengubah hubungan individu dengan lingkungan sekitarnya. *Problem focused coping* menurut Raharjo (2022:178) yaitu strategi penyelesaian masalah meliputi mengetahui masalah, menghasilkan alternatif solusi dengan pertimbangan secara efisien, dan bertindak. Sedangkan menurut Lazarus & Folkman

(1984) *problem focused coping* adalah strategi kognitif untuk penanganan stres atau *coping* yang digunakan oleh individu yang menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya.

Dari uraian tersebut, kesimpulannya *problem focused coping* adalah strategi individu dalam menghadapi kondisi stres dengan cara memecahkan masalah secara efisien melalui langkah-langkah kognitif yang mencakup mengetahui masalah, menghasilkan alternatif solusi, dan bertindak, sehingga mengubah hubungan individu dengan lingkungan sekitarnya.

2. Aspek-Aspek *Problem focus coping*

Menurut Lazarus dan Folkman (1984, dalam Biggs dkk., 2017:353) aspek-aspek *problem focus coping* yaitu:

a. *Problem Focused Coping*

Strategi *coping* berfokus pada masalah merupakan perlakuan yang ditunjukkan pada penyelesaian masalah. seseorang cenderung akan melakukan coping ini jika dirinya merasa permasalahan yang sedang dihadapinya masih dapat diselesaikan dan dapat di kontrol. Untuk mengurangi stressor, seseorang akan mencari jalan keluar dengan mempelajari berbagai cara-cara atau keahlian-keahlian yang baru. seseorang akan cenderung menggunakan cara ini, jika dirinya yakin akan dapat mengubah situasi. Metode atau fungsi masalah ini lebih banyak digunakan oleh orang dewasa.

b. *Emotion Focused Coping*

Strategi *coping* yang berfokus pada emosi merupakan upaya-upaya individu dengan tujuan memodifikasi fungsi emosi tanpa ada usaha mengubah stressor secara langsung. Individu yang cenderung menggunakan coping ini cenderung dilakukan karena individu merasa dirinya tidak mampu dan tidak bisa merubah keadaan yang menekan, individu hanya bisa menerima keadaan tersebut. Jika individu tidak mampu mengubah keadaan yang *stressfull*, maka individu akan cenderung untuk mengatur emosinya.

Carver dkk., (1989:267-283) menyebutkan aspek-aspek strategi coping dalam *problem-focused coping* antara lain:

a. Keaktifan diri

Suatu tindakan untuk mencoba menghilangkan atau mengelabui penyebab stres atau memperbaiki akibatnya dengan cara langsung.

b. Perencanaan

Memikirkan tentang bagaimana mengatasi penyebab stres antara lain dengan membuat strategi untuk bertindak, memikirkan tentang langkah upaya yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah.

c. Penekanan kegiatan bersaing

Individu dapat menekan keterlibatan dalam kegiatan bersaing atau dapat menekan pengolahan saluran bersaing informasi, dalam rangka untuk lebih berkonsentrasi penuh pada tantangan dan berusaha menghindari untuk hal yang membuat terganggu oleh peristiwa lain, bahkan membiarkan hal-hal lain terjadi, jika perlu, untuk menghadapi stresor.

d. Kontrol diri

Individu membatasi keterlibatannya dalam aktivitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru.

e. Dukungan sosial instrumental, yaitu mencari dukungan sosial seperti nasihat, bantuan atau informasi.

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa aspek-aspek *problem focused coping* yaitu keaktifan diri, perencanaan, penekanan kegiatan bersaing, kontrol diri, dukungan instrumental, *controlles*, *instrumental action*, dan negotiation.

3. Faktor-Faktor *Problem focus coping*

Menurut Lazarus & Folkman (1984) faktor-faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* adalah:

a. Kesehatan dan Energi (*health and energy*)

Kesehatan dan energi mempengaruhi berbagai macam bentuk strategi coping pada individu dan juga stres. Apabila individu dalam keadaan rapuh, sakit, lelah, lemah, tidak mampu melakukan coping dengan baik.

Sehingga kesehatan fisik menjadi faktor penting dalam menentukan strategi coping pada individu.

b. Keyakinan yang positif (*positive beliefs*)

Penilaian diri secara positif dianggap sebagai sumber psikologis yang mempengaruhi strategi coping pada individu. Setiap individu memiliki keyakinan tertentu yang menjadi harapan dan upaya dalam melakukan strategi coping pada kondisi apapun. Sehingga penilaian mengenai keyakinan yang positif merupakan sumber strategi coping.

c. Kemampuan Pemecahan Masalah (*problem solving skill*)

Kemampuan pemecahan masalah pada individu meliputi kemampuan mencari informasi, menganalisis situasi yang bertujuan mengidentifikasi masalah untuk menghasilkan alternatif yang akan digunakan pada individu, mempertimbangkan alternatif yang akan digunakan, mempertimbangkan alternatif dengan baik agar dapat mengantisipasi kemungkinan yang terburuk, memilih dan menerapkan sesuai dengan tujuan pada masing-masing individu, hal ini merupakan faktor yang mempengaruhi strategi coping.

d. Keterampilan sosial (*social skills*)

Keterampilan sosial merupakan faktor yang penting dalam strategi coping karena pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial, sehingga individu membutuhkan untuk bersosialisasi. Keterampilan sosial merupakan cara untuk menyelesaikan masalah dengan orang lain, juga dengan keterampilan sosial yang baik memungkinkan individu tersebut menjalin hubungan yang baik dan kerjasama dengan individu lainnya, dan secara umum memberikan kontrol perilaku kepada individu atas interaksi sosialnya dengan individu lain.

e. Dukungan sosial (*social support*)

Setiap individu memiliki teman yang dekat secara emosional, pengetahuan, dan dukungan perhatian yang merupakan faktor yang mempengaruhi strategi coping pada individu dalam mengatasi stres, terapi perilaku, epidemiologi sosial.

f. Sumber material (*material resources*)

Sumber material salah satunya adalah keuangan, keadaan keuangan yang baik dapat menjadi sumber strategi coping pada individu. Secara umum masalah keuangan dapat memicu stres individu yang mengakibatkan meningkatnya pilihan dalam strategi coping

4. *Problem focus coping* dalam Perspektif Islam

Keyakinan memiliki peran besar dalam mengelola stres, keyakinan bisa memberikan individu arahan atau petunjuk, dukungan, dan optimisme, sebagaimana dukungan emosional. Melalui doa, pelaksanaan ritual, dan memegang teguh keyakinan, keyakinan dapat mendukung individu dalam menghadapi tekanan kehidupan, karena memberikan harapan dan kedamaian (Purnama, 2017:82).

Dalam tuntunan Islam, Allah telah menyusun dan memberikan manusia berbagai strategi untuk menghadapi rintangan dalam kehidupan. Dalam Al-Qur'an, Allah telah menjelaskan secara tersirat langkah-langkah yang harus diikuti individu untuk menyelesaikan masalahnya, sebagaimana yang terungkap dalam surah Al-Insyirah.

الْمُشْرِحَ لَكَ صَدْرَكَ ۝١ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ۝٢ الَّذِي أَنْقَضَ
ظَهْرَكَ ۝٣ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۝٤ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝٥ إِنَّ مَعَ
الْعُسْرِ يُسْرًا ۝٦ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۝٧ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ۝٨

Artinya: “Bukankah telah Kami lapangkan untukmu dadamu? (1) Dan telah Kami hilangkan darimu bebanmu (2) yang memberatkan punggungmu?(3) Serta telah Kami tinggikan untukmu sebutanmu? (4) Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, (5) sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan. (6) Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), (7) dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap. (8)” (QS. Al-Insyirah: 1-8)

Dari ayat tersebut, kita memahami bahwa Allah SWT telah menjelaskan bahwa sebagai umat Muslim, kita diajak untuk bersabar dan menyerahkan diri sepenuhnya kepada-Nya, sebagaimana yang ditunjukkan oleh Nabi Muhammad SAW saat menghadapi tekanan dari kaum musyrikin.

Dengan penekanan ini, umat Islam dapat mencontoh sikap Nabi Muhammad SAW dalam menyerahkan diri kepada Allah SWT saat menghadapi kesulitan, kemudian bersabar, menerima dengan lapang dada, dan tetap optimis menghadapi setiap tantangan, karena dalam kesulitan pasti ada kemudahan. Dengan menyerahkan diri dan menerima dengan lapang dada, tekanan dan stres yang dialami seseorang dapat diminimalkan. Selain itu, dengan berdzikir dan membaca Al-Qur'an, kegiatan tersebut dapat memberikan ketenangan bagi individu.

C. Efikasi Diri

1. Definisi Efikasi Diri

Bandura (2010:1) efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan yang dikehendaki, yang berakar pada keyakinan akan upayanya sendiri. Sari dkk., (2021:3) efikasi diri dijelaskan sebagai upaya individu untuk mencapai tujuan dengan menggunakan potensi, berinteraksi dengan lingkungan, dan memanfaatkan pengalaman untuk mengatasi kecemasan, menyuarakan gagasan, dan mengambil risiko. Ningsih & Hayati (2020:29) efikasi diri adalah ekspresi keyakinan pada diri sendiri ketika menghadapi hambatan yang dipengaruhi oleh dorongan untuk mencapai tujuan. Menurut Ghufron dan Suminta (2010:77) kepercayaan pada diri adalah keyakinan individu dalam menghadapi cobaan kehidupan yang mempengaruhi pola pikir dan tindakan siswa.

Berdasarkan paparan para ahli tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa efikasi diri merujuk pada keyakinan individu akan kapasitasnya untuk mencapai tujuan dengan memaksimalkan potensi, berinteraksi dengan lingkungan, dan memperoleh pengalaman.

2. Aspek Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997:42) terdapat tiga dimensi efikasi diri, yakni:

a. Aspek Tingkat-Level Kesulitan (Magnitude)

Aspek ini terhubung dengan tingkat kesulitan tugas. Jika tugas-tugas yang diberikan kepada individu dikategorikan berdasarkan kompleksitasnya, variasi dalam keyakinan diri individu mungkin terbatas pada tugas-tugas yang dianggap mudah, sedang, atau sulit. Individu kemungkinan akan mengambil tindakan sesuai dengan yang siswa percayai dapat siswa lakukan, dan mungkin menghindari tugas-tugas yang dianggap melebihi kemampuan siswa.

b. Aspek Generalisasi (Generality)

Aspek ini berhubungan dengan seberapa besar keyakinan individu dalam melaksanakan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan. Sebagian individu meyakini kemampuannya dalam menyelesaikan pekerjaan dari berbagai aspek, ada yang yakin akan berhasil dalam beragam bidang, sementara yang lain merasa mampu hanya dalam beberapa bidang tertentu.

c. Aspek Kekuatan (Strength)

Ini berkaitan dengan seberapa kokoh atau yakin individu pada kapasitasnya dalam menyelesaikan tugas. Tingkat keyakinan yang kurang dalam efikasi diri rentan terhadap pengaruh, sementara individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki keyakinan yang mantap terhadap kemampuannya. Individu yang memiliki tingkat keyakinan diri akademik yang tinggi akan termotivasi untuk tetap gigih dalam usahanya.

Sedangkan menurut Rizvi dkk., (1997:58) terdapat tiga elemen yang terkandung dalam efikasi diri, yaitu:

a. Harapan hasil (outcome expectancy)

adalah konsekuensi dari keyakinan individu bahwa tindakan yang diambil akan menghasilkan dampak tertentu.

b. Efikasi yang diharapkan (efficacy expectancy)

Keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan untuk melangkah dalam mencapai hasil yang diinginkan.

c. Nilai hasil (outcome value)

Menyertakan nilai-nilai tertentu yang terkait dengan hasil yang tercapai. Individu dengan tingkat nilai hasil yang tinggi akan memperkuat keyakinan dan optimisme terhadap efektivitasnya.

Dari penjelasan para ahli yang telah disampaikan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah berdasarkan pendapat yang dikemukakan Bandura (1997:42) yaitu tingkat-level kesulitan, generalisasi, dan kekuatan.

3. Faktor-Faktor Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997:79) beberapa faktor yang memengaruhi kemunculan efikasi diri termasuk:

a. Mastery Experience (Pengalaman Penguasaan)

Pengalaman penguasaan merujuk pada pengalaman memperoleh keahlian tertentu, yang menjadi sumber informasi utama mengenai keyakinan diri karena memberikan bukti langsung apakah seseorang mampu untuk berhasil berdasarkan pengalaman masa lalu. Ketika individu berhasil, itu bisa meningkatkan keyakinan diri siswa, tetapi kegagalan bisa merusak keyakinan diri, terutama jika keyakinan awal siswa lemah. Jika seseorang mencapai kesuksesan dengan mudah, siswa mungkin mengharapkan hasil instan dan merasa putus asa jika tidak terjadi.

b. Vicarious Experience (Pengalaman Yang Terwakili)

Efikasi diri individu tidak semata-mata bergantung pada pengalaman langsung siswa; penilaian efikasi diri juga dipengaruhi oleh pengalaman orang lain dengan tingkat kemampuan serupa, yang tercermin dalam pencapaian atau kegagalan siswa. Penilaian efikasi diri individu sering terjadi dalam konteks kegiatan yang memiliki kriteria keberhasilan yang jelas, namun ada juga kegiatan yang kurang memiliki standar keberhasilan yang terukur. Dalam kasus ini, individu cenderung

membandingkan diri siswa dengan pencapaian atau pengalaman orang lain untuk mengevaluasi kemampuan siswa sendiri.

c. **Verbal Persuasion (Persuasi sosial)**

Persuasi sosial terjadi saat individu diberikan arahan dan nasihat untuk mencapai tujuan siswa. Individu yang diberi bimbingan lisan orang yang yakin akan kemampuannya cenderung berusaha lebih keras dan konsisten untuk mempertahankannya daripada siswa yang tidak memiliki keyakinan tersebut, karena siswa mungkin meragukan kemampuan siswa sendiri dan fokus pada kelemahan saat menghadapi kesulitan. Namun, memberikan nasihat, saran, dan bimbingan lisan memiliki keterbatasan dalam membangun dan menjaga efikasi diri dalam jangka panjang karena tidak memberikan pengalaman langsung kepada individu, ini dapat menghambat perkembangan pemahaman siswa.

d. **Physiological and Affective State (Kondisi Fisik dan Emosional Individu)**

Mayoritas individu mengevaluasi kapasitas siswa berdasarkan petunjuk fisik yang sejalan dengan kesejahteraan emosional dan fisik siswa. Aspek-aspek fisik seperti kondisi tubuh, keadaan kesehatan, dan respon mental serta tindakan terhadap situasi yang menimbulkan tekanan merupakan faktor-faktor somatik yang memengaruhi keyakinan diri. Sebagai ilustrasi, ketika individu mengalami fluktuasi emosi, kemungkinan kinerjanya menurun, mengakibatkan keyakinan diri siswa cenderung menurun dibandingkan dengan saat emosi siswa stabil. Demikian pula, dalam situasi stres, siswa mungkin tidak dapat menggunakan kemampuan siswa secara optimal, yang pada gilirannya mempengaruhi tingkat keyakinan diri. Bagaimanapun, tidak hanya situasi emosional dan cara mengelola stres yang berdampak, tetapi juga kondisi fisik dan kesehatan yang memengaruhi efikasi diri. Sebagai contoh, individu yang mengalami kelelahan, kekurangan stamina, ketegangan otot, gangguan pencernaan, dan ketidaknyamanan fisik

lainnya mungkin merasa kurang percaya diri karena beberapa aktivitas memerlukan kebugaran fisik dan daya tahan.

Feist dan Feist (2008, dikutip dari Amir, 2016:337) mengemukakan faktor-faktor efikasi diri meliputi:

a. **Faktor internal**

Faktor internal melibatkan berbagai pengalaman pribadi individu dan pandangan orang lain yang memengaruhi keyakinan tentang kemampuannya sendiri, termasuk pengalaman yang dialami secara langsung, pandangan tentang kemampuan individu lain yang dianggap sebanding, serta respons, evaluasi, dan panduan dari orang lain, juga kondisi emosional dan fisik individu.

b. **Faktor eksternal**

Faktor luar adalah sejumlah elemen yang berasal dari sekitar individu, meliputi:

1) Budaya

Norma, nilai-nilai, dan proses pengaturan diri dalam budaya yang ditemui dalam lingkungan individu bisa mempengaruhi keyakinan diri siswa. Individu yang berada di dalam budaya yang menghargai pencapaian, memiliki keyakinan pada kemampuan siswa sendiri, dan memberikan kebebasan dalam mengatur diri, cenderung memiliki tingkat keyakinan diri yang tinggi.

2) Gender

Dalam beberapa konteks, perbedaan gender dapat memengaruhi tingkat keyakinan diri individu. Sebagai contoh, perempuan yang mengemban tanggung jawab ganda sebagai ibu rumah tangga dan profesional mungkin memiliki tingkat kepercayaan

diri yang lebih tinggi daripada pria yang hanya berfokus pada karier siswa.

3) Sifat Tugas

Tingkat kesulitan suatu tugas bisa mempengaruhi keyakinan diri individu. Semakin kompleks tugasnya, semakin rendah penilaian individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikannya atau semakin rendah tingkat keyakinan diri siswa. Selain itu, ketidakjelasan sifat tugas juga dapat memengaruhi tingkat keyakinan diri siswa. Semakin jelas sifat tugasnya, semakin yakin individu akan kemampuannya atau semakin tinggi tingkat keyakinan diri siswa.

4) Penghargaan Luar

Penghargaan eksternal yang diberikan kepada individu dalam menyelesaikan tugas atau mencapai standar tertentu dapat memengaruhi keyakinan diri siswa. Dengan adanya penghargaan eksternal, individu menjadi lebih yakin dengan kemampuan siswa untuk mencapai standar atau tujuan tertentu karena pengakuan yang diberikan.

Dari penjabaran tersebut, dapat disimpulkan bahwa beberapa faktor yang memengaruhi efikasi diri individu mencakup pengalaman penguasaan (*mastery experience*), pengalaman terwakili (*vicarious experience*), persuasi sosial (*verbal persuasion*), kondisi fisik dan emosional (*physiological and affective state*), serta faktor internal (pengalaman pribadi, persepsi atas kemampuan orang lain, dan pandangan orang lain), serta faktor eksternal (budaya, jenis kelamin, sifat tugas, dan insentif eksternal).

4. Efikasi Diri Menurut Agama Islam

Efikasi diri menurut Alwisol (2009:287) merupakan keyakinan bahwa setiap individu memiliki potensi untuk melakukan tindakan yang diinginkan, suatu prinsip yang juga tercermin dalam ajaran Islam

M. Quraish Shihab berpendapat bahwa tiap individu memiliki kapasitas untuk mengalami perubahan dan menyempurnakan dirinya dalam segala dimensi, baik dari keadaan yang kurang baik menuju yang lebih baik, atau sebaliknya. Bandura (2006 dalam Yulikhah dkk., 2019:67) menyatakan bahwa setiap orang akan menunjukkan atau tidak menunjukkan tindakan tertentu berdasarkan tingkat kepercayaan dirinya, yang pada akhirnya akan berdampak pada prestasi individu tersebut. Jika seseorang memiliki keyakinan yang rendah terhadap kemampuannya, maka ia cenderung kurang yakin dalam mencapai prestasi.

Keyakinan terhadap kemampuan individu dan kesungguhan dalam upaya mencapai tujuan tersebut sejalan dengan Firman Allah dalam Ayat 6 dari Surat Al-Insyiqaq yang menyatakan:

يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهٖ

Atinya: “Wahai manusia, sesungguhnya engkau telah bekerja keras menuju (pertemuan dengan) Tuhanmu. Maka, engkau pasti menemui-Nya.”(QS. Al Insyiqaq:6)

Ayat tersebut menegaskan bahwa melalui keyakinan dan ketulusan, seseorang bisa mencapai pertemuan dengan Allah. Pesan ini mengilustrasikan bahwa individu yang berusaha sungguh-sungguh dan yakin diri dalam mencapai tujuan akan berhasil mencapainya.

D. Hubungan Antara *Problem focus coping* dan Efikasi Diri dengan Motivasi Belajar

Heriyati (2017:27) menyatakan bahwa motivasi belajar adalah semangat yang mendorong siswa untuk menimba ilmu, bersumber dari internal individu, baik secara sadar maupun tidak. Dorongan ini timbul ketika individu

mengembangkan beragam keterampilan, pengetahuan, dan sikap, serta berpartisipasi aktif, memiliki minat, dan persepsi tertentu. Contohnya, perasaan nyaman atau kegembiraan ketika berada di dalam kelas bisa menjadi ilustrasi dari dorongan ini. Motivasi belajar memainkan peranan penting dalam memberikan semangat dan antusiasme dalam proses pembelajaran, bukan hanya sebagai pemicu untuk mencapai prestasi yang memuaskan, tetapi juga mencerminkan upaya individu dalam meraih tujuan pembelajaran. Namun, siswa dapat menjadi stres karena merasakan tekanan dalam proses pembelajaran tersebut. (Andriani & Rasto, 2019:81).

Motivasi belajar memiliki beberapa dimensi seperti perhatian, relevansi, keyakinan, dan kepuasan.

Salah satu aspek yang dapat berkaitan dengan *problem focus coping* ini, yaitu bentuk tingkah lakunya berupa upaya untuk mengontrol situasi yang tidak menyenangkan dan memecahkan permasalahan. Siswa yang memiliki *problem focus coping* yang tinggi, cenderung dapat mengontrol sesuatu yang mengganggu fokusnya seperti stres.

Dalam mengatasi stres yang dialami oleh siswa, pentingnya *problem focus coping* menjadi jelas. *Problem focus coping* merujuk pada rangkaian langkah yang diambil individu, baik secara terlihat maupun tidak, untuk mengurangi atau menghilangkan tekanan psikologis yang terjadi dalam situasi stres (Maryam, 2017:102). Kemampuan *problem focus coping* ini sangat esensial untuk memahami dan menanggapi dengan baik respon psikologis dan peristiwa tertentu, terutama bagi remaja yang sedang menghadapi tantangan atau kesulitan. Dengan latihan terus-menerus dalam menghadapi stres, tujuannya adalah untuk tetap stabil di tengah-tengah situasi yang tidak menguntungkan. Kemampuan ini merupakan salah satu aspek psikologis yang membantu remaja dalam mengatasi situasi darurat, atau paling tidak ketika siswa berada dalam situasi yang penuh tekanan (Ekasari & Yuliyana, 2012:57).

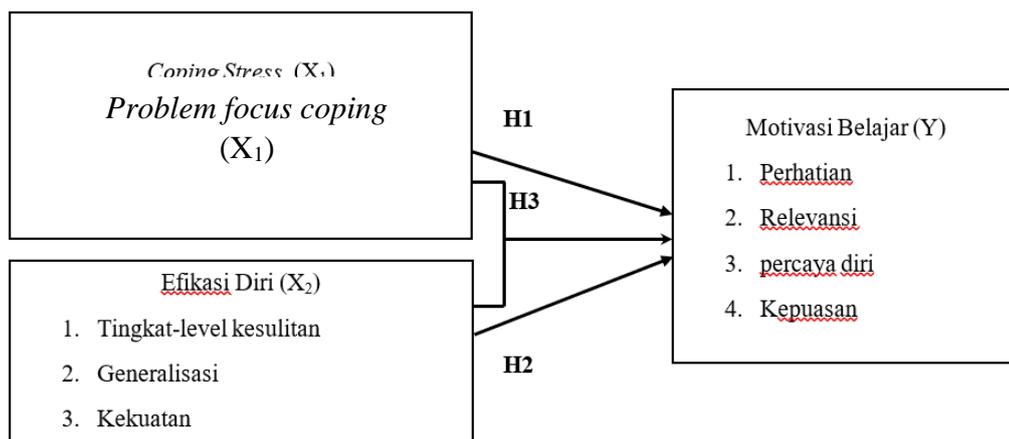
Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian yang telah dilakukan Meiriana (2016) yang temuan dari penelitian mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan, meskipun lemah, antara strategi mengatasi stres (*problem focus coping*) dan motivasi belajar. Selain itu, penelitian lain dilakukan oleh Saragih dan Sari (2019) menunjukkan hasil koefisien korelasi yang positif menunjukkan hubungan sejalan antara kedua variabel tersebut, yang berarti semakin tinggi tingkat *problem focus coping*, semakin tinggi pula motivasi belajar mahasiswa, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat *problem focus coping*, semakin rendah pula motivasi belajar mahasiswa.

Disamping itu, aspek lain yang berkaitan dengan motivasi belajar siswa adalah keyakinan diri siswa. Keyakinan diri merupakan upaya individu untuk meraih tujuan dengan memanfaatkan bakat yang dimiliki, berinteraksi dengan lingkungan, dan memanfaatkan pengalaman yang telah dijalani untuk mengatasi rasa cemas, menyampaikan ide-ide, serta memiliki kemampuan mengambil risiko (Sari dkk., 2021:3). Bandura (dalam Kurniyawati, 2012:2) mengemukakan bahwa keyakinan pribadi berdampak pada aspek mental dengan hubungannya terhadap motivasi individu. Orang dengan tingkat keyakinan diri yang tinggi umumnya merasa lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas tertentu dibandingkan dengan siswa yang memiliki keyakinan diri yang rendah. Individu dengan keyakinan diri yang kuat sering membayangkan keberhasilan dalam tugas yang siswa hadapi. Hal ini memberikan dorongan positif yang signifikan bagi siswa dalam menjalankan tugas dan meningkatkan motivasi siswa untuk mencapai tujuan. Menurut Pervin & John (Kurniyawati, 2012:2) seseorang yang memiliki tingkat keyakinan diri yang tinggi umumnya lebih termotivasi untuk mencapai tujuan siswa. Semakin tinggi tingkat keyakinan diri seseorang, semakin tinggi pula motivasinya. Ini tercermin dalam dedikasi dan ketekunan siswa dalam menghadapi rintangan. Individu tersebut akan terus berupaya untuk menyelesaikan tugas-tugas siswa dan tidak mudah menyerah atau merasa putus asa saat menghadapi kesulitan. Siswa dengan tingkat keyakinan diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi hambatan yang ada.

Sesuai dengan temuan dari studi yang dilakukan oleh Kurniyawati (2012), menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara keyakinan diri dan semangat belajar. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa partisipan dalam penelitian menunjukkan tingkat motivasi belajar yang tinggi, sementara memiliki tingkat keyakinan diri yang juga tinggi. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Widya (2022), disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara keyakinan diri dan semangat belajar, mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat keyakinan diri, semakin tinggi pula semangat belajar. Sebaliknya, jika keyakinan diri rendah, maka semangat belajar juga cenderung rendah.

Gambar 1

Keterkaitan Antar Variabel Penelitian



E. Hipotesis

Dengan mempertimbangkan perumusan masalah, tujuan, dan dasar-dasar yang telah disajikan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- H1 : Ada hubungan antara *problem focus coping* dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen.
- H2 : Ada hubungan antara efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen.

H3 : Ada hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Pengertian pendekatan kuantitatif menurut Sugiyono (2019:23) adalah suatu pendekatan terhadap penelitian yang dilakukan secara empiris dengan maksud menghimpun dan menampilkan data dalam bentuk numerik atau angka, lalu dianalisis menggunakan statistik untuk menguji hipotesis. Di sisi lain, studi korelasional adalah suatu penyelidikan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel, apakah itu ada atau tidak, signifikansi atau tidak, dan jika ada, bagaimana sifatnya serta arahnya (Periantalo, 2016:14). Dalam penelitian ini, peneliti akan meneliti hubungan antara variabel *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar.

B. Variabel Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel Penelitian merupakan suatu sifat atau ciri atau nilai yang dimiliki oleh individu, objek, atau aktivitas yang bervariasi dan ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti serta dianalisis guna mencapai kesimpulan (Sugiyono, 2019:68). Penelitian ini mempergunakan dua jenis variabel penelitian sebagai berikut:

a. Variabel Independen

Variabel independen sering disebut sebagai variabel bebas dalam bahasa Indonesia. Variabel bebas adalah faktor yang mempengaruhi atau menyebabkan perubahan atau keberadaan variabel dependen. (Sugiyono, 2019:69). Variabel independen dalam penelitian ini yaitu *problem focus coping* dan efikasi diri.

b. Variabel Dependen

Variabel yang bergantung sering disebut sebagai variabel terikat dalam bahasa Indonesia. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi

oleh atau merupakan hasil dari variabel bebas. (Sugiyono, 2019:69). Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu motivasi belajar.

2. Definisi Operasional

a. Motivasi Belajar

Motivasi adalah elemen yang mendorong, memotivasi kepada siswa saat siswa terlibat dalam aktivitas pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran, dengan dukungan dari tingkat perhatian, relevansi, keyakinan diri, dan kepuasan. Variabel semangat belajar diukur menggunakan alat penilaian semangat belajar yang dirancang oleh peneliti berdasarkan faktor-faktor semangat belajar yang telah diuraikan dalam studi sebelumnya. Keller (2016). Aspek-aspek tersebut meliputi perhatian, relevansi, percaya diri, kepuasan. Semakin tinggi skor motivasi belajar yang diperoleh, tingkat motivasi belajar maka akan semakin baik. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan tingkat motivasi belajar yang semakin rendah.

b. *Problem focus coping*

Problem focused coping adalah strategi individu dalam menghadapi kondisi stres dengan cara memecahkan masalah secara efisien melalui langkah-langkah kognitif yang mencakup mengetahui masalah, menghasilkan alternatif solusi, dan bertindak, sehingga mengubah hubungan individu dengan lingkungan sekitarnya. Variabel *problem focused coping* akan dievaluasi dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang disusun oleh peneliti berdasarkan komponen-komponen yang telah dijabarkan oleh penelitian Lazarus dan Folkman (1984 dalam Biggs dkk., 2017:353). Aspek-aspek tersebut yaitu *problem focused coping*. Semakin tinggi skor yaitu *problem focused coping* yang diperoleh, tingkat yaitu *problem focused coping* siswa maka akan semakin baik. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan tingkat yaitu *problem focused coping* siswa yang semakin rendah.

c. Efikasi Diri

Keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mencapai tujuan dengan memanfaatkan potensi, interaksi, dan pengalaman. Variabel efikasi diri akan dinilai dalam penelitian ini menggunakan alat ukur efikasi diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan elemen-elemen yang telah diidentifikasi dalam penelitian Bandura (1997). Aspek-aspek efikasi diri tersebut meliputi aspek tingkat-level kesulitan, aspek generalisasi, dan aspek kekuatan. Semakin tinggi skor efikasi diri yang diperoleh, tingkat efikasi diri siswa maka akan semakin baik. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan tingkat efikasi diri siswa yang semakin rendah.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Rencana penelitian ini akan dilakukan di MA Al Hikmah yang berlokasi di Jalan KH. Ahmad Mutamakkin, RT.05/RW.01, Kajen, Kecamatan Margoyoso, Kabupaten Pati, Jawa Tengah.

2. Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada 12 Mei 2024.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah sekumpulan objek atau subjek yang memiliki ciri-ciri dan jumlah yang tertentu yang menjadi fokus penelitian untuk diteliti dan kemudian dianalisis guna membuat kesimpulan (Sugiyono, 2019:126). Populasi pada penelitian ini yaitu siswa kelas 12 MA Al-Hikmah Kajen yang berjumlah 135. Berikut ini merupakan rincian dari siswa kelas 12 MA Al-Hikmah Kajen sebagai berikut:

Tabel 1

Rincian Siswa MA Al-Hikmah Kajen

Kelas	Jumlah
--------------	---------------

MIPA 1	28
IPS 1	29
MIPA 2	32
IPS 2	25
IPS 3	21
Jumlah	135

Dari tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa jumlah total subjek penelitian yang akan dijadikan representasi dari populasi adalah 135 siswa.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian kecil dari populasi yang dipilih secara khusus, mencerminkan jumlah dan karakteristik populasi secara umum (Siyoto & Sodik, 2015:64). Sampel merupakan contoh dari populasi yang sedang diselidiki. Sampel penelitian merupakan sebagian kecil dari populasi yang dipilih sebagai sumber data dan dapat mewakili populasi secara keseluruhan. Dalam penelitian ini, penggunaan metode sampling jenuh, yang juga dikenal sebagai sensus, dipilih untuk menentukan jumlah sampel. Metode ini melibatkan penggunaan seluruh anggota populasi sebagai sampel. Sampel pada penelitian ini berjumlah 135 siswa.

3. Teknik Sampling

Dalam konteks penelitian ini, akan memanfaatkan metode sampling yang termasuk teknik pengambilan sampel yang dikenal sebagai *Non Probability Sampling*, dengan menggunakan jenis Sampling Jenuh, yang merujuk pada proses pengambilan sampel di mana semua anggota populasi diikutsertakan sebagai sampel (Sugiyono, 2019). Hal ini karena menurut pendapat yang dikemukakan oleh Arikunto (1998:127) apabila jumlah partisipan sekitar 100, lebih disarankan untuk mengambil keseluruhan populasi sehingga penelitian tersebut menjadi studi populasi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data menggunakan perangkat pengukuran. Perangkat pengukuran adalah alat yang dipakai untuk menilai variabel atau perilaku dengan pendekatan kuantitatif yang menghasilkan nilai numerik atau skor sebagai hasilnya (Azwar, 2019:20). Dengan menerapkan pendekatan pengukuran ini, nilai variabel yang dinilai dengan instrumen khusus dapat diungkapkan dalam format numerik, meningkatkan ketepatan, efisiensi, dan kejelasan dalam komunikasi (Sugiyono, 2019:145). Dalam penelitian ini, penggunaan skala Likert dimaksudkan untuk mengevaluasi sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial. Penggunaan skala Likert memudahkan penjabaran variabel yang diukur sebagai indikator variabel, yang kemudian menjadi dasar untuk merancang item-item instrumen, baik dalam bentuk pernyataan maupun pertanyaan. Tanggapan dalam skala Likert melibatkan rentang dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju (Sugiyono, 2019:145).

Tabel 2
Rentang Pengukuran Sikap

Kategori Jawaban	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
(SS) Sangat setuju	5	1
(S) Setuju	4	2
(N) Netral	3	3
(TS) Tidak setuju	2	4
(STS) Sangat tidak setuju	1	5

Adapun skala yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Skala Motivasi Belajar

Skala motivasi pembelajaran merujuk pada elemen-elemen yang diajukan oleh Keller (2016) yang disesuaikan dengan murid-murid SMA. Aspek-aspek tersebut meliputi perhatian, relevansi, percaya diri, kepuasan.

Tabel 3
Blueprint Motivasi Belajar

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Attention</i> (perhatian)	Perhatian terhadap pembelajaran	20, 10	3, 21	4
	Minat untuk belajar	11, 22	12, 23	4
<i>Relevance</i> (relevansi)	Pandangan siswa terhadap hubungan mata pelajaran dengan manfaat pada kehidupan sehari-hari.	1, 19	2, 18	4
<i>Confidence</i> (percaya diri)	Keyakinan diri siswa dalam menguasai materi	17, 9	4, 24	4
	Keyakinan diri siswa saat menyelesaikan masalah akademik	5, 25	8, 16	4
<i>Satisfaction</i> (kepuasan)	Puas setelah memecahkan permasalahan dalam belajar	7, 15	6, 26	4
	Puas setelah berhasil meraih prestasi	13, 27	14, 28	4
Jumlah		14	14	28

2. Skala *Problem focus coping*

Skala motivasi pembelajaran merujuk pada elemen-elemen yang diuraikan oleh Lazarus dan Folkman (1984) yang disesuaikan dengan pelajar di sekolah menengah atas. Aspek-aspek tersebut meliputi *problem focused coping*.

Tabel 4

Blueprint Variabel *Problem focus coping*

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Problem focused coping</i>	Merespons masalah berdasarkan pengalaman	3, 9, 17, 20	6, 12, 18, 21	6
	Kemampuan untuk memahami seluk beluk pada masalah	5, 11, 14, 19	8, 2, 15, 22	6
	Kemampuan untuk menjalankan rencana tindakan yang telah direncanakan	1, 10, 13, 24	4, 7, 16, 23	6
Jumlah		9	9	18

3. Skala Efikasi Diri

Instrumen pengukuran efikasi diri mengacu pada elemen-elemen yang dijelaskan oleh Bandura (1997) yang disesuaikan dengan murid-murid SMA.

Tabel 5

Blueprint Skala Efikasi Diri

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
--------------	------------------	-------------------------	---------------------------	---------------

Tingkat-level kesulitan	Kemampuan untuk menyusun skala prioritas	11, 13	2, 14	4
	Kemampuan untuk membuat tujuan yang realistis berdasarkan kemampuan	16, 1	3, 15	4
Generalisasi	Terbuka pada tantangan yang baru	4, 17	12, 24	4
	Kemampuan individu untuk menghadapi tantangan dengan optimis	18, 6	5, 19	4
Kekuatan	Kemampuan untuk bertahan pada tantangan	7, 22	20, 8	4
	Kemandirian dalam mengambil keputusan	10, 23	9, 21	4
Jumlah		12	12	24

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas akan mengevaluasi apakah tes sesungguhnya mengukur apa yang dimaksud. Sebelumnya, instrumen akan dievaluasi dan dinilai oleh pakar secara kualitatif, yang juga dikenal sebagai penilaian ahli. Kevalidan suatu item yang diperoleh dari hasil evaluasi (penilaian) mengasumsikan bahwa item-item tersebut akan menghasilkan respon yang dapat diinterpretasikan dengan tepat tentang atribut yang diukur (Azwar, 2019:95). Konsultasi dalam penelitian ini melibatkan dosen pembimbing dan dosen penguji untuk mengevaluasi kekuatan masing-masing item.

Setelah langkah itu, instrumen diuji coba pada sampel, kemudian dianalisis menggunakan uji *correction of item-total correlations*. Analisis ini dilakukan dengan mengaitkan skor dari setiap item dengan skor totalnya, yaitu total dari semua skor item. Jika memiliki koefisien korelasi $\geq 0,3$, maka dianggap valid atau signifikan, sedangkan jika koefisien korelasinya $< 0,3$ dianggap tidak valid (Sugiyono, 2019:179).

2. Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada kemampuan suatu alat pengumpul data untuk diandalkan, menunjukkan bahwa instrumen tersebut sudah cukup handal untuk digunakan dalam proses pengumpulan informasi (Arikunto, 1998:170). Reliabilitas suatu instrumen dapat diuji dengan melakukan beberapa pengukuran pada subjek yang sama dan mengamati apakah hasilnya konsisten dari waktu ke waktu, dengan syarat bahwa aspek yang diukur pada subjek tersebut tidak mengalami perubahan (Matondang, 2009:93). Konsep reliabilitas berkaitan erat dengan konsistensi indikator yang digunakan. Jika informasi yang diperoleh dari indikator tersebut tetap konsisten atau tidak berubah, maka dapat dikatakan bahwa alat pengukur tersebut handal. Dengan kata lain, jika suatu pengukuran dilakukan berulang kali menggunakan alat yang sama, maka hasilnya seharusnya akan tetap sama. Jika tidak, maka alat tersebut dianggap tidak dapat diandalkan (Priyono & Sofian, 2008:91). Dalam penelitian ini, keandalan dihitung menggunakan teknik *Alfa Cronbach* dalam perangkat lunak SPSS (Arikunto, 1998:193). Menurut (Azwar, 2020:207) kriteria untuk teknik *Alfa Cronbach* dianggap reliabel ketika di atas 0,60.

G. Hasil Uji Coba

1. Hasil Uji Validitas

Uji validitas dan reliabilitas telah dilakukan oleh peneliti kepada 40 responden. Responden dalam uji coba penelitian ini merupakan siswa kelas 12 MA Al Hikmah Kajen. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan SPSS 22 *for windows* pada masing-masing skala.

a. Skala Motivasi belajar

Skala motivasi belajar yang digunakan pada uji coba berjumlah 28 item. Berdasarkan dari *corrected item-total correlation*, aitem yang dinyatakan valid yaitu berjumlah 23 item dan item yang gugur berjumlah 3 item. Item tersebut dinyatakan gugur karena $r < 0,30$. Item yang gugur dalam skala motivasi belajar terdapat pada item nomor 4, 5, 7, 8, 13. Berikut merupakan *blueprint* skala motivasi belajar yang dijadikan alat ukur dalam penelitian ini:

Tabel 6
Hasil Uji Validitas Variabel Motivasi Belajar

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Attention</i> (perhatian)	Perhatian terhadap pembelajaran	20, 10	3, 21	4
	Minat untuk belajar	11, 22	12, 23	4
<i>Relevance</i> (relevansi)	Pandangan siswa terhadap hubungan mata pelajaran dengan manfaat pada kehidupan sehari-hari.	1, 19	2, 18	4
<i>Confidence</i> (percaya diri)	Keyakinan diri siswa dalam menguasai materi	17, 9	*4, 24	3
	Keyakinan diri siswa saat menyelesaikan masalah akademik	*5, 25	*8, 16	2
<i>Satisfaction</i> (kepuasan)	Puas setelah memecahkan permasalahan dalam belajar	*7, 15	6, 26	3
	Puas setelah berhasil meraih prestasi	*13, 27	14, 28	3
Jumlah				23

Keterangan: Item bertanda bintang dinyatakan gugur

b. Hasil Uji Validitas Variabel *Problem focus coping*

Skala *problem focus coping* yang digunakan pada uji coba berjumlah 18 item. Berdasarkan dari *corrected item-total correlation*, aitem yang dinyatakan valid yaitu berjumlah 15 item dan item yang gugur berjumlah 3 item. Item tersebut dinyatakan gugur karena $r < 0,30$. Item yang gugur dalam skala *problem focus coping* terdapat pada item nomor 10, 11, 15. Berikut merupakan *blueprint* skala *problem focus coping* yang dijadikan alat ukur dalam penelitian ini:

Tabel 7
Hasil Uji Validitas Skala *Problem focus coping*

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Problem focused coping</i>	Merespons masalah berdasarkan pengalaman	3, 9, 17	6, 12, 18	6
	Kemampuan untuk memahami seluk beluk pada masalah	5, *11, 14	8, 2, *15	4
	Kemampuan untuk menjalankan rencana tindakan yang telah direncanakan	1, *10, 13	4, 7, 16	5
Jumlah				15

Keterangan: Item bertanda bintang dinyatakan gugur

c. Hasil Uji Validitas Variabel Efikasi Diri

Skala efikasi diri yang digunakan pada uji coba berjumlah 24 item. Berdasarkan dari *corrected item-total correlation*, aitem yang dinyatakan valid yaitu berjumlah 19 item dan item yang gugur berjumlah 5 item. Item tersebut dinyatakan gugur karena $r < 0,30$. Item yang gugur dalam skala efikasi diri terdapat pada item nomor 6, 14, 15, 15, 24. Berikut merupakan *blueprint* skala efikasi diri yang dijadikan alat ukur dalam penelitian ini:

Tabel 8
Hasil Uji Validitas Variabel Efikasi Diri

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Tingkat-level kesulitan	Kemampuan untuk menyusun skala prioritas	11, 13	2, *14	4
	Kemampuan untuk membuat tujuan yang realistis berdasarkan kemampuan	*16, 1	3, *15	4
Generalisasi	Terbuka pada tantangan yang baru	4, 17	12, *24	4
	Kemampuan individu untuk menghadapi tantangan dengan optimis	18, *6	5, 19	4
Kekuatan	Kemampuan untuk bertahan pada tantangan	7, 22	20, 8	4
	Kemandirian dalam mengambil keputusan	10, 23	9, 21	4
Jumlah		12	12	24

Keterangan: Item bertanda bintang dinyatakan gugur

2. Hasil Uji Reliabilitas

a. Hasil Uji Reliabilitas Motivasi Belajar

Tabel 9
Hasil Uji Reliabilitas Kedua Variabel Motivasi Belajar

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,893	23

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,600$. Maka dapat disimpulkan bahwa skala motivasi belajar reliabel.

b. Hasil Uji Reliabilitas Kedua *Problem focus coping*

Tabel 10

Hasil Uji Reliabilitas Variabel *Problem focus coping*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,918	15

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,600$. Maka dapat disimpulkan bahwa skala *problem focus coping* reliabel.

c. Hasil Uji Reliabilitas Kedua Efikasi Diri

Tabel 11

Hasil Uji Reliabilitas Variabel Efikasi Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,959	19

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,600$. Maka dapat disimpulkan bahwa skala efikasi diri reliabel.

H. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah persebaran data terdistribusi normal atau tidak (Putra, 2018:204). Pemeriksaan normalitas bertujuan untuk menilai apakah variabel dalam studi tersebut memiliki distribusi yang normal atau hampir normal. Penilaian normalitas dalam penelitian ini menggunakan perangkat lunak SPSS for Windows dengan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Dalam penelitian ini,

peneliti menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dalam melakukan evaluasi *Kolmogorov-Smirnov*. Menurut Ghozali (2018:166), standar yang diterapkan untuk evaluasi Kolmogorov-Smirnov adalah jika nilai signifikansinya $\geq 0,05$, maka data tersebut memiliki distribusi normal, sementara jika nilai signifikansinya $< 0,05$, maka data tersebut tidak memiliki distribusi yang normal.

b. Uji Linieritas

Fakhria dan Setiowati (2017:35) menjelaskan bahwa Uji linearitas bertujuan untuk menetapkan apakah terdapat hubungan linier yang signifikan antara dua atau lebih variabel yang tengah dianalisis. Pemeriksaan linearitas bermanfaat untuk menentukan apakah keterkaitan antara variabel terikat dan variabel bebas menunjukkan pola linier yang penting atau tidak. Cara untuk mengamati linearitas variabel dalam studi ini adalah dengan memeriksa nilai signifikansi pada kolom *Deviation from Linearity*. Jika nilai tersebut $\geq 0,05$, dapat dianggap bahwa kedua variabel memiliki hubungan linier. Pengujian linearitas dalam penelitian ini juga akan menggunakan uji linieritas. Kriteria yang berlaku adalah jika nilai signifikansi untuk uji linieritas $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel bebas dan variabel terikat (Sugiyono, 2019:44).

2. Uji Hipotesis

Pada penelitian ini, hipotesis akan diuji dengan menggunakan uji korelasi berganda (*multiple correlation*), suatu metode statistik yang akan mengevaluasi tingkat korelasi antara lebih dari dua variabel. Pengujian akan memanfaatkan teknik korelasi Pearson product-moment dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Jika nilai signifikansi $\leq 0,05$, maka hipotesis diterima; namun, jika nilainya $> 0,05$, maka hipotesis akan ditolak (Rangkuti, 2017:70). Adapun interpretasi koefisien korelasi dengan R tabel pada rentang 0 sampai dengan 1 adalah

Tabel 12
Interval Koefisien Korelasi

Besarnya Nilai r	Interpretasi
0,800-1,000	Sangat tinggi
0,600-0,799	Tinggi
0,400-0,599	Cukup tinggi
0,200-0,399	Rendah
0,000-0,199	Sangat rendah

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini subjek penelitian berjumlah 135 siswa. Deskripsi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin subjek penelitian, maka sebaran subjek dapat dilihat pada gambar berikut.

Tabel 13
Sebaran Data Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis kelamin	Jumlah	Persentase
1.	Laki-laki	57	42,2%
2.	Perempuan	78	57,8%
Jumlah		135	100%

Diketahui sebanyak 57 orang atau 42,2% adalah laki-laki, sedangkan sebanyak 78 orang atau 57,8% subjek penelitian adalah perempuan. Kemudian, jika dilihat berdasarkan kelas, maka sebaran data dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 14
Sebaran Data Berdasarkan Kelas

Kelas	Jumlah
MIPA 1	28
IPS 1	29
MIPA 2	32
IPS 2	25
IPS 3	21
Jumlah	135

Berdasarkan tabel diketahui bahwa sebaran subjek yaitu kelas 12 MIPA 1 berjumlah 28 siswa, kelas 12 IPS 1 berjumlah 29 siswa, kelas 12 MIPA 2 berjumlah 32 siswa, kelas IPS 2 berjumlah 25 siswa, dan kelas IPS 3 berjumlah 21 siswa.

2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Gambaran mengenai variabel-variabel penelitian disajikan pada tabel *descriptive statistics* yang menunjukkan angka minimum, maximum, mean dan standar deviasi masing-masing variabel. Kategorisasi pada variabel-variabel penelitian ini dibagi dalam tiga kategori yaitu, rendah, sedang dan tinggi. Deskripsi data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 15
Deskripsi Penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Motivasi Belajar (Y)	135	52	88	70,39	8,104
<i>Problem focus coping</i> (X1)	135	35	58	47,50	4,955
Efikasi Diri (X2)	135	32	85	58,33	8,621
Valid N (listwise)	135				

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa pada variabel motivasi belajar skor data minimum adalah 52 dan skor data maksimumnya adalah 88 dengan rata-rata (mean) sebesar 70,39 serta *standard deviation* sebanyak 8,104. Pada variabel *problem focus coping* skor data minimum adalah 35 dan skor data maksimum adalah 58 dengan rata-ratanya (mean) sebesar 47,50 serta *standard deviation* sebanyak 4,955. Sedangkan pada variabel efikasi diri skor minimum adalah 32 dan skor data maksimum adalah 85 dengan rata-rata 58,33 serta *standard deviation* sebanyak 8,621. Berdasarkan dari tabel deskriptif di atas, maka dapat dikategorikan sebagai berikut:

- a. Kategorisasi Variabel motivasi belajar

Tabel 16
Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar

Rumus Interval	Perhitungan	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 70,39 - 8,104$ $X < 62,286$	$X < 62,286$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$(70,39 - 8,104) \leq X < (70,39 + 8,104)$ $62,286 \leq X < 78,494$	$104,467 \leq X < 130,034$	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \geq 70,39 + 8,104$ $X \geq 78,494$	$X \geq 130,034$	Tinggi

Berdasarkan tabel kategori rumusan diatas, diketahui skor skala motivasi yang tinggi apabila skornya lebih dari 78,494, kemudian kategori sedang apabila skor diantara 62,286 - 78,494, sedangkan kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 62,286. Sehingga hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 17
Tabel Distribusi Variabel Motivasi Belajar

		Motivasi Belajar			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	24	17,8	17,8	17,8
	Sedang	82	60,7	60,7	78,5
	Tinggi	29	21,5	21,5	100,0
	Total	135	100,0	100,0	

Pada variabel motivasi belajar dapat diketahui sebanyak 24 orang (17,8%) dikategorikan rendah, 82 orang (78,5%) dikategorikan sedang, dan 29 orang (21,5%) dikategorikan tinggi.

b. Kategorisasi Variabel *Problem focus coping*

Tabel 18

Kategorisasi Variabel *Problem focus coping*

Rumus Interval	Perhitungan	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 47,50 - 4,955$ $X < 42,545$	$X < 42,545$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$(47,50 - 4,955) \leq X < (47,50 + 4,955)$ $42,545 \leq X < 52,455$	$42,545 \leq X < 52,455$	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \geq 47,50 + 4,955$ $X \geq 52,455$	$X \geq 52,455$	Tinggi

Berdasarkan tabel kategori rumusan diatas, diketahui skor skala *problem focus coping* yang tinggi apabila skornya lebih dari 52,455, kategori sedang apabila skor diantara 42,545 - 52,455, sedangkan kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 42,545. Sehingga hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 19

Distribusi Variabel *Problem focus coping*

Problem focus coping

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	21	15,6	15,6	15,6
Sedang	90	66,7	66,7	82,2
Tinggi	24	17,8	17,8	100,0
Total	135	100,0	100,0	

Pada variabel *problem focus coping* dapat diketahui sebanyak 21 orang (15,6) dikategorikan rendah, 90 orang (66,7%) dikategorikan sedang, dan 24 orang (17,8%) dikategorikan tinggi.

c. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri

Tabel 20

Kategorisasi Variabel Efikasi Diri

Rumus Interval	Perhitungan	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 58,33 - 8,621$ $X < 49,709$	$X < 49,709$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$(58,33 - 8,621) \leq X < (58,33 + 8,621)$ $49,709 \leq X < 66,951$	$49,709 \leq X < 66,951$	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \geq 58,33 + 8,621$ $X \geq 66,951$	$X \geq 66,951$	Tinggi

Berdasarkan tabel kategori rumusan diatas, diketahui skor skala efikasi diri yang tinggi apabila skornya lebih dari 66,951, untuk kategori sedang apabila skor diantara 49,709 - 66,951, sedangkan kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 49,709. Sehingga hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 21

Distribusi Variabel Efikasi Diri

Efikasi Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	21	15,6	15,6	15,6
Sedang	96	71,1	71,1	86,7
Tinggi	18	13,3	13,3	100,0
Total	135	100,0	100,0	

Pada variabel efikasi diri dapat diketahui sebanyak 21 orang (15,6%) dikategorikan rendah, 97 orang (71,1%) dikategorikan sedang, dan 18 orang (13,3%) dikategorikan tinggi.

B. Hasil Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah pesebaran data terdistribusi normal atau tidak (Putra, 2018:204). Pemeriksaan normalitas bertujuan untuk menilai apakah variabel dalam studi tersebut memiliki distribusi yang normal atau hampir normal. Penilaian normalitas dalam penelitian ini menggunakan perangkat lunak SPSS for Windows dengan uji *Kolmogorov-Smirnov*.

Tabel 22
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		135
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,66512562
	Most Extreme Differences	Absolute
	Positive	,035
	Negative	-,048
Test Statistic		,048
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas diketahui pada uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* terlihat bahwa nilai signifikansi (*Asymp.Sig*) sebesar 0,200. Berdasarkan tabel tersebut nilai signifikansi lebih dari 0,05. Maka data pada penelitian ini dikatakan berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk melihat ada tidaknya hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat (Putra, 2018:204). Uji linieritas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara

variabel bebas dengan variabel terikat bersifat linier atau tidak. Kriteria yang berlaku jika nilai signifikansi yang berasal dari nilai *deviation from linearity* sebesar $\geq 0,05$ maka terdapat hubungan yang linear.

Tabel 23

Hasil Uji Linieritas Variabel *Problem focus coping* dengan Motivasi Belajar

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Var_Y *	Between	(Combined)	1269,926	23	55,214	,814	,708
Var_X1	Groups	Linearity	523,487	1	523,487	7,716	,006
		Deviation from Linearity	746,438	22	33,929	,500	,968
Within Groups			7530,267	111	67,840		
Total			8800,193	134			

Dari hasil yang disajikan dalam tabel di atas diketahui bahwa variabel *problem focus coping* terhadap variabel motivasi belajar memiliki nilai *deviation from linearity* $0.968 \geq 0,05$. Artinya terdapat hubungan yang linear antara variabel *problem focus coping* dengan variabel motivasi belajar.

Tabel 24

Hasil Uji Linieritas antara Variabel Efikasi Diri dengan Variabel Motivasi Belajar

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Var_Y *	Between	(Combined)	3162,275	37	85,467	1,470	,069
Var_X2	Groups	Linearity	285,657	1	285,657	4,915	,029
		Deviation from Linearity	2876,618	36	79,906	1,375	,112
Within Groups			5637,917	97	58,123		
Total			8800,193	134			

Dari hasil yang disajikan dalam tabel di atas diketahui bahwa variabel efikasi diri terhadap variabel motivasi belajar memiliki nilai *deviation*

from linearity $0,112 \geq 0,05$. Artinya terdapat hubungan yang linear antara variabel efikasi diri dengan variabel motivasi belajar.

3. Uji Hipotesis

Selanjutnya adalah tahap uji hipotesis yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang diajukan oleh peneliti. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik *pearson product moment* dengan bantuan SPSS 22.0 for Windows yang dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antar variabel. Oleh karena itu, untuk uji hipotesis memerlukan tiga tahap, yaitu:

a. Uji Hipotesis Pertama

Tabel 25
Hasil Uji Hipotesis Pertama

		Var_Y	Var_X1
Var_Y	Pearson Correlation	1	,244**
	Sig. (2-tailed)		,004
	N	135	135
Var_X 1	Pearson Correlation	,244**	1
	Sig. (2-tailed)	,004	
	N	135	135

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan nilai koefisien korelasi 0,244 dalam kategori korelasi rendah. Tanda (+) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang lurus (apabila nilai variabel X naik, maka nilai variabel Y naik dan apabila nilai variabel X turun maka nilai variabel Y turun), sehingga menandakan bahwa semakin tinggi nilai variabel *problem focus coping* maka nilai variabel motivasi belajar tinggi dan semakin rendah nilai *problem focus coping* maka nilai variabel motivasi belajar menjadi rendah. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara *problem focus coping* dan efikasi diri adalah 0,004 yang berarti

kurang dari 0,05 ($0,004 \leq 0,05$) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

b. Uji Hipotesis Kedua

Tabel 26
Hasil Uji Hipotesis Kedua

		Var_Y	Var_X2
Var_Y	Pearson Correlation	1	,180*
	Sig. (2-tailed)		,037
	N	135	135
Var_X 2	Pearson Correlation	,180*	1
	Sig. (2-tailed)	,037	
	N	135	135

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan nilai koefisien korelasi 0,180 dalam kategori korelasi sangat rendah. Tanda (+) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang lurus (apabila nilai variabel X naik, maka nilai variabel Y naik dan apabila nilai variabel X turun maka nilai variabel Y turun), sehingga menandakan bahwa semakin tinggi nilai variabel efikasi diri maka nilai variabel motivasi belajar rendah dan semakin rendah nilai *problem focus coping* maka nilai variabel motivasi belajar menjadi tinggi. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara *problem focus coping* dan efikasi diri adalah 0,004 yang berarti kurang dari 0,05 ($0,037 \leq 0,05$) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

c. Uji Hipotesis Ketiga

Tabel 27
Hasil Uji Hipotesis Ketiga

Model Summary					
Model	R				Change Statistics

		R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,325 ^a	,105	,092	7,723	,105	7,772	2	132	,001

a. Predictors: (Constant), Var_X2, Var_X1

Berdasarkan tabel *model summary* diketahui bahwa besarnya hubungan antara koefisien korelasi adalah 32,5%, hal ini menunjukkan hubungan yang rendah. Selanjutnya untuk mengetahui tingkat signifikansi koefisien korelasi ganda dapat dilihat dari nilai (*sig. F change*) = 0,001. Disebabkan nilai *sig. F change* $0,001 \leq 0,05$, oleh karena itu korelasi antar variabel tersebut dinyatakan signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar kelas 12 MA Al-Hikmah Kajen. Terdapat tiga pokok pembahasan yaitu hubungan yang antara *problem focus coping* dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen, hubungan antara efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen, hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen.

Hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara *problem focus coping* dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen. Berdasarkan uji hipotesis didapatkan nilai koefisien korelasi 0,244 dalam kategori korelasi rendah. Tanda (+) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang lurus (apabila nilai variabel X naik, maka nilai variabel Y naik dan apabila nilai variabel X turun maka nilai variabel Y turun), sehingga menandakan bahwa semakin tinggi nilai variabel *problem focus coping* maka nilai variabel motivasi belajar tinggi dan semakin rendah nilai

problem focus coping maka nilai variabel motivasi belajar menjadi rendah. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara *problem focus coping* dan efikasi diri adalah 0,004 yang berarti kurang dari 0,05 ($0,004 \leq 0,05$) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

Stres yang dirasakan oleh siswa bisa timbul karena berbagai alasan, seperti ketidakmampuan siswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, terutama lingkungan sekolah. Selain itu, faktor-faktor lain meliputi kondisi keluarga, tekanan dari teman sebaya, proses pengambilan keputusan, dan sebagainya (Arifin, 2018:69). Maka, untuk menangani stres yang dirasakan oleh siswa tersebut, diperlukan metode pengelolaan stres. Metode *coping stres* merupakan langkah-langkah yang diambil oleh individu, baik secara terang-terangan maupun secara terselubung, untuk mengurangi atau menghilangkan tekanan psikologis saat menghadapi situasi yang menekan (Maryam, 2017:102). Kemampuan untuk *problem focus coping* ini adalah hal yang sangat vital dalam mengenali serta merespons secara emosional terhadap situasi dan peristiwa tertentu, terutama bagi para remaja yang sedang menghadapi tantangan atau kesulitan. Penting untuk terus memperkuat keterampilan dalam menangani stres secara konsisten. Hal ini bertujuan agar dapat bertahan di tengah-tengah situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan ini merupakan salah satu aspek penting dalam keterampilan psikologis yang dapat memberikan dukungan pada remaja dalam menghadapi situasi darurat, atau setidaknya saat terjadi peristiwa yang tiba-tiba dan penuh tekanan (Ekasari & Yuliyana, 2012:57).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Meiriana (2016) hasilnya menunjukkan bahwa ada korelasi yang penting antara strategi mengatasi stres dengan semangat belajar siswa. Selain itu, penelitian lain dilakukan oleh Saragih dan Sari (2019) menghasilkan bahwa strategi *problem focus coping* berkaitan dengan semangat belajar. Dengan demikian, hubungan antara kedua variabel ini adalah positif, di mana semakin tinggi efektivitas strategi *problem focus coping*, semakin tinggi pula semangat belajar

mahasiswa; sebaliknya, semakin rendah strategi mengatasi stres, semakin rendah pula semangat belajar mahasiswa.

Uji hipotesis kedua yaitu terdapat hubungan antara efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen. Berdasarkan uji hipotesis didapatkan nilai koefisien korelasi 0,180 dalam kategori korelasi sangat rendah. Tanda (+) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang lurus (apabila nilai variabel X naik, maka nilai variabel Y naik dan apabila nilai variabel X turun maka nilai variabel Y turun), sehingga menandakan bahwa semakin tinggi nilai variabel efikasi diri maka nilai variabel motivasi belajar rendah dan semakin rendah nilai *problem focus coping* maka nilai variabel motivasi belajar menjadi tinggi. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara *problem focus coping* dan efikasi diri adalah 0,004 yang berarti kurang dari 0,05 ($0,037 \leq 0,05$) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

Motivasi belajar juga dipengaruhi oleh kepercayaan diri siswa. Kepercayaan diri adalah usaha individu untuk mencapai tujuan dengan menggunakan bakat yang dimiliki, interaksi dengan lingkungan, dan pengalaman yang telah diperoleh untuk mengatasi kecemasan, menyuarakan ide, dan kemampuan menghadapi risiko. (Sari dkk., 2021:3). Bandura (dalam Kurniyawati, 2012:2) mengatakan bahwa efikasi diri memengaruhi aspek kognitif melalui keterkaitannya dengan motivasi individu. Individu yang memiliki keyakinan diri yang kuat akan cenderung memiliki motivasi yang lebih tinggi dalam menyelesaikan suatu tugas tertentu dibandingkan dengan individu yang kurang percaya pada dirinya. Individu dengan keyakinan diri yang tinggi akan membayangkan berhasilnya dalam menjalankan tugas yang dihadapi. Imajinasi tentang keberhasilan tersebut akan memberikan dorongan positif bagi individu untuk menyelesaikan tugasnya dan akan meningkatkan motivasinya untuk mencapai tujuan. Efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk menangani tuntutan yang menantang pada dirinya (Alfinuha & Nuqul, 2017:14). Menurut Pervin & John (Kurniyawati,

2012:2) orang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan lebih termotivasi untuk mencapai tujuan. Semakin besar tingkat keyakinan diri seseorang, semakin besar juga tingkat motivasinya. Ini dapat diamati dari tingkat dedikasi yang tinggi dan ketabahannya dalam menghadapi rintangan. Seseorang akan terus berusaha keras dan tidak menyerah ketika menghadapi kesulitan. Individu yang percaya diri akan mengupayakan lebih keras untuk mengatasi halangan.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniyawati (2012) yang mengemukakan bahwa ada korelasi positif yang sangat kuat antara keyakinan diri dan semangat belajar. Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa partisipan penelitian menunjukkan tingkat semangat belajar yang tinggi, sekaligus memiliki tingkat keyakinan diri yang tinggi juga. Kemudian hasil penelitian yang dilakukan oleh Widya (2022) yang mengemukakan bahwa telah teridentifikasi hubungan yang signifikan antara keyakinan diri dan semangat belajar, menunjukkan bahwa semakin besar keyakinan diri, semakin tinggi pula semangat belajar. Sebaliknya, jika tingkat keyakinan diri siswa rendah, maka semangat belajar siswa juga akan cenderung rendah.

Uji hipotesis ketiga yaitu terdapat hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen. Berdasarkan uji hipotesis diketahui bahwa besarnya hubungan antara koefisien korelasi adalah 32,5%, hal ini menunjukkan hubungan yang rendah. Selanjutnya untuk mengetahui tingkat signifikansi koefisien korelasi ganda dapat dilihat dari nilai (*sig, F change*) = 0,001. Disebabkan nilai *sig. F change* $0,001 \leq 0,05$, oleh karena itu korelasi antar variabel tersebut dinyatakan signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar.

Berdasarkan uji hipotesis di atas, diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,092 atau 9,2% yang berarti 90.8% dipengaruhi oleh variabel lain. Menurut penelitian lain yang dilakukan oleh Hastuti dkk., (2019) salah satu variabel yang mempengaruhi motivasi belajar adalah regulasi diri. Regulasi diri

dapat mempengaruhi motivasi belajar seseorang sebesar 59,4 %. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Saragih dkk., (2021) menyebutkan bahwa variabel yang mempengaruhi motivasi belajar adalah dukungan keluarga sebesar 78,7%. Kemudian, penelitian lain yang dilakukan oleh Damanik (2019) mengemukakan bahwa variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi belajar adalah fasilitas dan lingkungan belajar sebesar 50,2%.

Kemudian keterbatasan penelitian dalam peneliti ini adalah penelitian ini menggunakan sampel jenuh di mana semua subjek dibuat menjadi sampel. Hal ini, berarti bahwa sekolah yang menjadi subjek penelitian adalah sekolah yang memiliki siswa kelas XII sedikit. Selain itu dalam penelitian ini, siswa yang menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas XII di mana memiliki keterbatasan dalam waktu penelitian karena kelas XII adalah kelas yang hanya memiliki waktu sebentar sebelum lulus. Sehingga, peneliti harus bergerak cepat dalam proses pengambilan data penelitian. Kemudian, kekurangan penelitian lain pada penelitian ini yaitu peneliti menggunakan aspek yang digunakan untuk rujukan membuat skala pada variabel *problem focused coping* yang terlalu sedikit. Sehingga, kurang merepresentasikan aspek-aspek lain yang mungkin membangun variabel *problem focused coping*. Peneliti merekomendasikan penelitian lain yang mengemukakan aspek-aspek sebagai rujukan pembuatan skala seperti aspek yang dikemukakan oleh Carver dkk., (1989:267-283). Aspek-aspek tersebut meliputi keaktifan diri, perencanaan, penekanan kegiatan bersaing, kontrol diri, dan dukungan sosial.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas, terdapat beberapa poin yaitu sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan (positif) antara *problem focus coping* dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen. Sehingga semakin

tinggi *problem focus coping* pada siswa, maka akan semakin tinggi motivasi belajar. Sebaliknya, semakin rendah *problem focus coping* siswa maka akan makin rendah motivasi belajarnya.

2. Terdapat hubungan (positif) antara efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen. Sehingga semakin tinggi efikasi diri pada siswa, maka akan semakin tinggi motivasi belajar. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri siswa maka akan makin rendah motivasi belajarnya.
3. Terdapat hubungan (positif) antara *problem focus coping* dan efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas 12 di MA Al-Hikmah Kajen. Sehingga semakin tinggi *coping stres* dan efikasi diri pada siswa, maka akan semakin tinggi motivasi belajar. Sebaliknya, semakin rendah *problem focus coping* dan efikasi diri siswa maka akan makin rendah motivasi belajarnya.

B. Saran

1. Bagi Siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *problem focus coping* dan efikasi diri berhubungan dengan motivasi belajar. Sehingga, Siswa perlu mengidentifikasi strategi *problem focus coping* serta peningkatan efikasi diri yang efektif bagi mereka. Ini bisa termasuk teknik relaksasi, olahraga, menulis jurnal, atau berbicara dengan seseorang yang dipercaya. Dengan mengembangkan cara-cara ini, mereka dapat mengurangi dampak negatif stres terhadap motivasi belajar mereka.

2. Bagi Guru

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *problem focus coping* dan efikasi diri berhubungan dengan motivasi belajar. Sehingga diharapkan guru dapat menciptakan lingkungan belajar yang aman, terbuka, dan mendukung di kelas. Hal ini dapat dilakukan dengan menciptakan suasana yang mempromosikan rasa percaya diri dan dukungan antar siswa, serta memberikan kesempatan bagi setiap siswa untuk merasa dihargai dan termotivasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Selain metode kuantitatif pada penelitian ini, penelitian kualitatif juga dapat memberikan pemahaman mendalam tentang pengalaman subjektif siswa terkait dengan *problem focus coping*, efikasi diri, dan motivasi belajar. Wawancara mendalam atau studi kasus dapat digunakan untuk mengeksplorasi lebih dalam faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan tersebut. Kemudian, Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan variabel moderasi yang dapat memengaruhi hubungan antara *problem focus coping*, efikasi diri, dan motivasi belajar. Variabel seperti jenis kelamin, tingkat dukungan sosial, atau faktor lingkungan sekolah dapat memoderasi hubungan tersebut dan perlu dipertimbangkan dalam penelitian berikutnya.

Daftar Pustaka

- Alfinuha, S., & Nuqul, F. L. (2017). Bahagia dalam meraih cita-cita: Kesejahteraan subjektif mahasiswa teknik arsitektur ditinjau dari regulasi emosi dan efikasi diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12-28. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1357>
- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. UMM Press.
- Amir, H. (2016). Korelasi pengaruh faktor efikasi diri dan manajemen diri terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa pendidikan kimia Universitas Bengkulu. *Manajer Pendidikan: Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Program Pascasarjana*, 10(4), 336–342. <https://doi.org/doi.org/10.33369/mapen.v10i4.1277>
- Andriani, R., & Rasto, R. (2019). Motivasi belajar sebagai determinan hasil belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 4(1), 80–86. <https://doi.org/doi.org/10.17509/jpm.v4i1.14958>
- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37–55. <https://doi.org/dx.doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
- Andjarwati, T. (2015). Motivasi dari sudut pandang teori hirarki kebutuhan Maslow, teori dua faktor Herzberg, teori xy Mc Gregor, dan teori motivasi prestasi Mc Clelland. *JMM17: Jurnal Ilmu ekonomi dan manajemen*, 2(01).
- Arifin, A. A. (2018). Meminimalisir Stres Belajar Siswa Melalui Teknik Meditasi Hening. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 2(1), 68–74.
- Arikunto, S. (1998). *Pendekatan penelitian*. Rineka Cipta.
- Arini, N. K. S., & Fakhurrozi, M. (2008). Pengaruh tingkat intelegensi dan motivasi belajar terhadap prestasi akademik siswa kelas II SMA negeri 99 Jakarta. *Unpublished Laporan Penelitian*, 1(1), 1–15.
- Atika, S., & Wardani, L. M. I. (2021). *Core self Evaluation and problem focus*

coping. Penerbit Nem.

Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Kencana.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freedom and Company.

Bandura, A. (2010). Self-efficacy. *The Corsini Encyclopedia of Psychology*, 10(9780470479216), 1–3.
<https://doi.org/doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy0836>

Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40–47.
<https://doi.org/doi.org/10.29210/120182136>

Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. *The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice*, 349–364.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.

Cleopatra, M. (2015). Pengaruh gaya hidup dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 5(2).

Devi, A. A., Filiani, R., & Hanim, W. (2014). Gambaran *Problem focus coping* Mahasiswa Bk Dalam Mengikuti Perkuliahan Di Universitas Negeri Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 13–17.

Ekasari, A., & Yuliyana, S. (2012). Kontrol diri dan dukungan teman sebaya dengan *problem focus coping* pada remaja. *SOUL: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 5(2), 55–66.

Emda, A. (2018). Kedudukan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran. *Lantanida journal*, 5(2), 172-182.

- Fakhria, M., & Setiowati, E. A. (2017). Motivasi berprestasi siswa ditinjau dari fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 29-42.
- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Hamilton, I. (2007). *Dictionary of psychological testing, assessment and treatment*. Jessica Kingsley Publishers.
- Hassan, F. (1981). *Kamus istilah psikologi*. Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa.
- Keller, J. M. (2016). Motivation, learning, and technology: Applying the ARCS-V motivation model. *Participatory Educational Research*, 3(2), 1–15.
- Kompri, M. P. I. (2016). *Motivasi pembelajaran perspektif guru dan siswa*. Remaja Rosdakarya.
- Kurniyawati, R. (2012). *Hubungan antara efikasi diri dengan motivasi belajar*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Lubis, Z., & Anggraeni, D. (2019). Paradigma Pendidikan Agama Islam di Era Globalisasi Menuju Pendidik Profesional. *Jurnal Studi Al-Qur'an*, 15(1), 133–153.
- Manita, E., Mawarpury, M., Khairani, M., & Sari, K. (2019). Hubungan stres dan kesejahteraan (well-being) dengan moderasi kebersyukuran. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 178–186. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50121>
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori dan sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101–107. <https://doi.org/doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>
- Matondang, Z. (2009). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal*

Tabularasa, 6(1), 87–97.

- Meiriana, A. (2016). Hubungan Antara *Problem focus coping* dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 240–247. <https://doi.org/dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i2.4007>
- Mulyaningsih, I. E. (2014). Pengaruh interaksi sosial keluarga, motivasi belajar, dan kemandirian belajar terhadap prestasi belajar. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 20(4), 441–451. <https://doi.org/doi.org/10.24832/jpnk.v20i4.156>
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 75–83. <https://doi.org/doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Ningsih, W. F., & Hayati, I. R. (2020). Dampak Efikasi Diri Terhadap Proses & Hasil Belajar Matematika (The Impact Of Self-Efficacy On Mathematics Learning Processes and Outcomes). *Journal on Teacher Education*, 1(2), 26–32.
- Nugraha, M. S. (2014). Pelaksanaan Supervisi Akademik oleh Kepala Madrasah Aliyah Swasta di Kabupaten Sukabumi Jawa Barat. *Nadwa: Jurnal Pendidikan Islam*, 9(1), 39–68.
- Nurjan, S. (2016). *Psikologi belajar*. Wade Group.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi* (Vol. 186). Pustaka Pelajar.
- Prihatin, A., Romas, M. Z., & Widianoro, F. X. W. (2019). Hubungan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa Universitas X Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 7–11.
- Priyono, & Sofian. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Zifatama Publishing.

- Purnama, R. (2017). Penyelesaian stress melalui coping spiritual. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 12(1), 70–83.\
- Putra, J. S. (2018). Peran Syukur sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Self-esteem pada remaja pengguna media sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197-210. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2650>
- Raharjo, S. T. (2022). Mahasiswa yang bekerja: problem focused coping dengan academic burnout. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 175-192.
- Rahman, M. L. (2016). Konsep belajar menurut Islam. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 2(2), 230–250.
- Rangkuti, A. A. (2017). *Statistika inferensial untuk psikologi dan pendidikan*. Kencana.
- Rizvi, A., Prawitasari, J. E., & Soetjipto, H. P. (1997). Pusat kendali dan efikasi diri sebagai prediktor terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 2(3), 51–66.
- Sakilah, S. (2013). Belajar dalam perspektif Islam. *Menara Riau*, 12(2), 156–164.
- Saragih, N. A., & Sari, D. N. (2019). Hubungan *Problem focus coping* dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK pada Mata Kuliah Statistika. *Bibliocouns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 2(2), 89–96. <https://doi.org/doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i2.3256>
- Sari, D. P., Yana, Y., & Wulandari, A. (2021). Pengaruh self efficacy dan motivasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa MTs Al-Khairiyah Mampang Prapatan di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Negara*, 13(1), 1–11. <https://doi.org/doi.org/10.37640/jip.v13i1.872>
- Sarwono, S. W. (2010). *Pengantar psikologi umum*. Rajawali Pers.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. literasi media publishing.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Syahril, S. (2017). Motivasi belajar dalam perspektif hadits. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 3(2), 56–62.
<https://doi.org/10.15548/atj.v3i2.532>
- Suardiantari, L. N., & Rustika, I. M. (2019). Peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap problem focused coping pada mahasiswa preklinik Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 99-110.
- Wajiyah, W., & Hudaidah, H. (2021). Pendidikan Islam dalam Sistem Pendidikan Nasional. *PENSA*, 3(1), 97–106.
- Walgito, B. (2004). *Pengantar psikologi Umum*. Andi.
- Widya, K. S. (2022). Hubungan antara efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa SMP Negeri 1 Waru Di Masa Pandemi Covid-19. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, 2(2), 68–76.
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 65–76.
- Zahra, C. F., & Kawuryan, F. (2015). Coping Stres Pada Remaja Broken Home. *Proceeding Seminar Nasional Selamatkan Generasi Bangsa Dengan Membentuk Karakter Berbasis Kearifan Lokal, Surakarta*, 13, 52–62.

LAMPIRAN
DATA SISWA

Kelas	Jumlah
MIPA 1	28
IPS 1	29
MIPA 2	32
IPS 2	25
IPS 3	21
Jumlah	135

BLUEPRINT SEBELUM UJI COBA

1. Skala Motivasi Belajar

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Attention</i> (perhatian)	Perhatian terhadap pembelajaran	20 Saya memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung 10 Saya mengikuti belajar kelompok dengan seksama	3 Saya mengobrol dengan teman saat pembelajaran berlangsung 21 Lebih baik bermain game bersama daripada belajar kelompok	4
	Minat untuk belajar	11 Saya membaca kembali catatan yang diberikan oleh guru	12 Saya menunda belajar sampai diingatkan oleh orang tua	4

		22 Ketika di rumah, saya mempelajari materi yang didapat dari sekolah	23 Saya mudah bosan ketika sedang belajar	
<i>Relevance</i> (relevansi)	Pandangan siswa terhadap hubungan mata pelajaran dengan manfaat pada kehidupan sehari-hari.	1 Saya giat belajar agar cita-cita saya tercapai 19 Saya suka mengerjakan latihan soal agar pandai mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru	2 Menurut saya, Pelajaran yang diajarkan tidak ada manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari 18 Belajar tidak mempengaruhi masa depan saya	4
<i>Confidence</i> (percaya diri)	Keyakinan diri siswa dalam menguasai materi	17 Saya siap belajar rajin untuk mendapatkan rangking yang saya harapkan 9 Saya yakin dapat memahami Pelajaran yang disampaikan oleh guru	4 Saya takut tertinggal memahami materi dibandingkan dengan teman lainnya 24 Saya ragu dapat memahami suatu Pelajaran dengan cepat	4

	Keyakinan diri siswa saat menyelesaikan masalah akademik	5 Saya dapat menyelesaikan tugas dengan kemampuan saya sendiri 25 Jika saya mendapat nilai jelek, saya yakin akan mampu memperbaikinya	8 Saya kesusahan untuk mengerjakan soal-soal dengan mandiri 16 Saya telat mengumpulkan pekerjaan rumah karena saya kesulitan mengerjakannya	4
<i>Satisfaction</i> (kepuasan)	Puas setelah memecahkan permasalahan dalam belajar	7 Saya merasa puas jika dapat mengerjakan tugas dengan baik 15 Saya merasa puas jika dapat mengerjakan soal tanpa bantuan teman	6 Saya merasa kecewa dengan hasil pekerjaan yang telah saya selesaikan 26 Saya merasa kecewa karena tugas yang saya kerjakan tidak maksimal	4
	Puas setelah berhasil meraih prestasi	13 Saya sangat senang jika dapat mendapatkan nilai yang bagus 27 Saya sangat senang jika dapat peringkat	14 Jika saya mendapat peringkat yang saya inginkan, saya akan berhenti belajar 28 Saya akan berhenti belajar ketika	4

		yang bagus di kelas	mendapatkan tujuan yang saya inginkan	
Jumlah		14	14	28

2. *Problem focus coping*

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Problem focused coping</i>	Merespons masalah berdasarkan pengalaman	3 Saya membaca kembali materi yang telah lalu agar dapat mengerjakan soal yang diberikan hari ini 9 Saya mengingat kembali pelajaran yang telah lalu agar dapat mengerjakan ujian dengan baik 17 Pelajaran yang telah lalu memudahkan saya untuk menyelesaikan tugas	6 Saya percaya bahwa dapat menyelesaikan tugas tanpa harus membaca kembali materi yang telah lampau 12 Ketika saya lupa dengan materi yang telah lampau, saya cenderung mencontek teman yang lain 18 Saya merasa solusi pada masalah yang telah lalu tidak relevan dengan masalah sekarang	6

	Kemampuan untuk memahami seluk beluk masalah	<p>5 Saat saya mendapat soal yang baru, Saya mencoba untuk mencari jawaban dari referensi lain</p> <p>11 Ketika saya mendapatkan tugas kelompok, saya melakukan koordinasi dengan teman yang lain</p> <p>14 Saat ada tugas yang sulit, saya cenderung berdiskusi dengan teman saya</p>	<p>8 Saya hanya membaca materi yang ada tanpa mencari referensi lainnya</p> <p>2 Saya menghindari saat ada tugas kelompok</p> <p>15 Saat ada tugas yang sulit, saya malas mengerjakannya</p>	6
	Kemampuan untuk menjalankan rencana tindakan	<p>1 Saya berusaha untuk datang ke sekolah tepat waktu</p> <p>10 Saya mengaplikasikan rencana pembelajaran yang telah saya buat</p> <p>13 Saya konsisten dalam menjalankan</p>	<p>4 Saat saya mendapatkan tugas yang sulit, saya cenderung bingung tanpa memiliki rencana</p> <p>7 Saya kurang yakin pada kemampuan saya untuk mengimplementasikan setiap rencana pembelajaran yang saya buat.</p>	6

		rencana pembelajaran yang telah direncanakan.	16 Saya tidak memiliki rencana pembelajaran	
	Jumlah	9	9	18

3. Skala Efikasi Diri

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Tingkat-level kesulitan	Kemampuan untuk menyusun skala prioritas	11 Saya memilih untuk belajar daripada bermain 13 Saya lebih suka pulang sekolah ke rumah terlebih dahulu walau diajak teman bermain	2 Saya lebih suka bermain daripada belajar	4
	Kemampuan untuk membuat tujuan yang realistis berdasarkan kemampuan	1 saya yakin dapat meraih nilai yang saya inginkan	3 Saya ragu dapat meraih nilai yang saya inginkan	4
Generalisasi	Terbuka pada tantangan yang baru	4 Saya senang mencoba metode belajar baru untuk memahami materi 17 Saya akan mengerjakan ujian	12 Saya tidak suka mencoba metode belajar baru untuk memahami materi.	4

		kenaikan kelas dengan baik		
	Kemampuan individu untuk menghadapi tantangan dengan optimis	18 Saya tetap fokus pada tujuan akademik saya meskipun ada gangguan	5 Saya cenderung mencontek saat mendapatkan tugas yang sulit 19 Saya tugas diberikan oleh guru, saya takut dapat menjawab dengan benar	4
Kekuatan	Kemampuan untuk bertahan pada tantangan akademi	7 Saya dapat mengatur waktu dengan baik untuk menghadapi beban tugas yang berat 22 Saya siap menjadi ketua kelas	20 Saya takut ketika ditunjuk menjadi petugas upacara 8 Saya menunjuk orang lain ketika saya ditunjuk menjadi ketua kelas	4
	Kemandirian dalam	10 Saya memilih jurusan sekolah sesuai dengan minat saya	9 Saya ikut-ikutan dengan teman saat	4

	mengambil keputusan	23 Saya memilih ekstrakurikuler sesuai dengan minat saya	memilih ekstrakurikuler 21 Saya di suruh orang tua untuk memilih jurusan saat ini	
Jumlah		12	12	24

SKALA SETELAH UJI COBA

1. Skala Motivasi Belajar

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Attention</i> (perhatian)	Perhatian terhadap pembelajaran	20 Saya memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung 10 Saya mengikuti belajar kelompok dengan seksama	3 Saya mengobrol dengan teman saat pembelajaran berlangsung 21 Lebih baik bermain game bersama daripada belajar kelompok	4
	Minat untuk belajar	11 Saya membaca kembali catatan yang diberikan oleh guru	12 Saya menunda belajar sampai diingatkan oleh orang tua	4

		22 Ketika di rumah, saya mempelajari materi yang didapat dari sekolah	23 Saya mudah bosan ketika sedang belajar	
<i>Relevance</i> (relevansi)	Pandangan siswa terhadap hubungan mata pelajaran dengan manfaat pada kehidupan sehari-hari.	1 Saya giat belajar agar cita-cita saya tercapai 19 Saya suka mengerjakan latihan soal agar pandai mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru	2 Menurut saya, Pelajaran yang diajarkan tidak ada manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari 18 Belajar tidak mempengaruhi masa depan saya	4
<i>Confidence</i> (percaya diri)	Keyakinan diri siswa dalam menguasai materi	17 Saya siap belajar rajin untuk mendapatkan rangking yang saya harapkan 9 Saya yakin dapat memahami Pelajaran yang disampaikan oleh guru	24 Saya ragu dapat memahami suatu Pelajaran dengan cepat	4

	Keyakinan diri siswa saat menyelesaikan masalah akademik	25 Jika saya mendapat nilai jelek, saya yakin akan mampu memperbaikinya	16 Saya telat mengumpulkan pekerjaan rumah karena saya kesulitan mengerjakannya	4
<i>Satisfaction</i> (kepuasan)	Puas setelah memecahkan permasalahan dalam belajar	15 Saya merasa puas jika dapat mengerjakan soal tanpa bantuan teman	6 Saya merasa kecewa dengan hasil pekerjaan yang telah saya selesaikan 26 Saya merasa kecewa karena tugas yang saya kerjakan tidak maksimal	4
	Puas setelah berhasil meraih prestasi	27 Saya sangat senang jika dapat peringkat yang bagus di kelas	14 Jika saya mendapat peringkat yang saya inginkan, saya akan berhenti belajar 28 Saya akan berhenti belajar ketika mendapatkan tujuan yang saya inginkan	4
Jumlah		14	14	28

2. *Problem focus coping*

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Problem focused coping</i>	Merespons masalah berdasarkan pengalaman	<p>3 Saya membaca kembali materi yang telah lalu agar dapat mengerjakan soal yang diberikan hari ini</p> <p>9 Saya mengingat kembali pelajaran yang telah lalu agar dapat mengerjakan ujian dengan baik</p> <p>17 Pelajaran yang telah lalu memudahkan saya untuk menyelesaikan tugas</p>	<p>6 Saya percaya bahwa dapat menyelesaikan tugas tanpa harus membaca kembali materi yang telah lampau</p> <p>12 Ketika saya lupa dengan materi yang telah lampau, saya cenderung mencontek teman yang lain</p> <p>18 Saya merasa solusi pada masalah yang telah lalu tidak relevan dengan masalah sekarang</p>	6
	Kemampuan untuk memahami seluk beluk masalah	<p>5 Saat saya mendapat soal yang baru, Saya mencoba untuk mencari jawaban dari referensi lain</p>	<p>8 Saya hanya membaca materi yang ada tanpa mencari referensi lainnya</p> <p>2 Saya menghindar saat ada tugas kelompok</p>	6

		14 Saat ada tugas yang sulit, saya cenderung berdiskusi dengan teman saya		
	Kemampuan untuk menjalankan rencana tindakan	1 Saya berusaha untuk datang ke sekolah tepat waktu 13 Saya konsisten dalam menjalankan rencana pembelajaran yang telah direncanakan.	4 Saat saya mendapatkan tugas yang sulit, saya cenderung bingung tanpa memiliki rencana 7 Saya kurang yakin pada kemampuan saya untuk mengimplementasikan setiap rencana pembelajaran yang saya buat. 16 Saya tidak memiliki rencana pembelajaran	6
	Jumlah	9	9	18

3. Skala Efikasi Diri

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Tingkat-level kesulitan	Kemampuan untuk menyusun	11 Saya memilih untuk belajar daripada bermain	2 Saya lebih suka bermain	4

	skala prioritas	13 Saya lebih suka pulang sekolah ke rumah terlebih dahulu walau diajak teman bermain	daripada belajar	
	Kemampuan untuk membuat tujuan yang realistis berdasarkan kemampuan	1 saya yakin dapat meraih nilai yang saya inginkan	3 Saya ragu dapat meraih nilai yang saya inginkan	4
Generalisasi	Terbuka pada tantangan yang baru	4 Saya senang mencoba metode belajar baru untuk memahami materi 17 Saya akan mengerjakan ujian kenaikan kelas dengan baik	12 Saya tidak suka mencoba metode belajar baru untuk memahami materi.	4
	Kemampuan individu untuk menghadapi tantangan dengan optimis	18 Saya tetap fokus pada tujuan akademik saya meskipun ada gangguan	5 Saya cenderung mencontek saat mendapatkan tugas yang sulit 19 Saya takut dapat menjawab	4

			tugas yang diberikan oleh guru dengan benar	
Kekuatan	Kemampuan untuk bertahan pada tantangan akademi	7 Saya dapat mengatur waktu dengan baik untuk menghadapi beban tugas yang berat 22 Saya siap menjadi ketua kelas	20 Saya takut ketika ditunjuk menjadi petugas upacara 8 Saya menunjuk orang lain ketika saya ditunjuk menjadi ketua kelas	4
	Kemandirian dalam mengambil keputusan	10 Saya memilih jurusan sekolah sesuai dengan minat saya 23 Saya memilih ekstrakurikuler sesuai dengan minat saya	9 Saya ikut-ikutan dengan teman saat memilih ekstrakurikuler 21 Saya di suruh orang tua untuk memilih jurusan saat ini	4
Jumlah		12	12	24

HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

A. Variabel Motivasi Belajar

1. Validitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y0001	95,2000	152,579	,410	,860
Y0002	96,0000	148,552	,405	,859
Y0003	95,5667	151,426	,330	,861
Y0004	95,9667	149,895	,264	,863
Y0005	95,1333	157,637	,001	,869
Y0006	96,2667	141,306	,653	,851
Y0007	95,6000	153,697	,162	,865
Y0008	96,2000	155,476	,036	,873
Y0009	95,5667	147,633	,570	,856
Y0010	95,2667	148,202	,379	,860
Y0011	95,9667	150,447	,428	,859
Y0012	95,5667	147,633	,570	,856
Y0013	96,6000	149,559	,215	,867
Y0014	95,3667	145,482	,487	,856
Y0015	95,5667	147,633	,570	,856
Y0016	95,5667	146,737	,402	,859
Y0017	96,2667	141,306	,653	,851
Y0018	95,2000	147,890	,431	,858
Y0019	96,0000	148,552	,405	,859
Y0020	96,4667	144,120	,457	,857
Y0021	95,8667	145,430	,458	,857
Y0022	96,0000	148,552	,405	,859
Y0023	95,5667	147,633	,570	,856
Y0024	95,5333	148,051	,382	,859
Y0025	95,5667	146,668	,455	,857
Y0026	95,7000	144,907	,540	,855
Y0027	95,9667	141,895	,552	,854
Y0028	95,5667	146,668	,455	,857

***Item yang diberi tanda tebal tidak valid atau gugur**

2. Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,893	23

B. *Problem focus coping*

1. Validitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X10001	58,2333	107,357	,703	,871
X10002	59,6667	112,575	,467	,879
X10003	58,4333	106,116	,714	,870
X10004	58,9333	109,237	,551	,876
X10005	58,0667	110,685	,599	,875
X10006	58,4333	107,771	,710	,871
X10007	59,0333	111,551	,404	,882
X10008	58,7333	114,754	,317	,885
X10009	58,4000	106,179	,672	,872
X10010	59,4333	116,599	,279	,885
X10011	58,4000	117,007	,237	,887
X10012	58,4333	107,771	,710	,871
X10013	58,5667	107,357	,742	,870
X10014	58,8333	103,178	,796	,866
X10015	59,2000	129,338	-,272	,908
X10016	58,9333	107,306	,620	,874
X10017	58,7333	107,030	,614	,874
X10018	58,3667	109,413	,613	,874

***Item yang diberi tanda tebal tidak valid atau gugur**

2. Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
---------------------	------------

,918	15
------	----

C. Efikasi Diri

1. Validitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X200001	81,2000	257,476	,712	,905
X200002	81,4667	254,395	,856	,903
X200003	81,3000	253,114	,738	,904
X200004	81,4000	245,903	,876	,901
X200005	80,8667	274,464	,385	,911
X200006	81,6333	303,137	-,498	,926
X200007	81,5000	257,845	,664	,906
X200008	82,0667	258,202	,617	,907
X200009	81,2000	253,683	,847	,903
X200010	81,4000	247,903	,843	,902
X200011	81,1333	251,499	,857	,902
X200012	80,9000	257,403	,728	,905
X200013	81,4667	252,395	,796	,903
X200014	81,9000	282,300	,030	,917
X200015	82,3667	278,033	,110	,917
X200016	82,7000	310,493	-,715	,928
X200017	82,2000	257,200	,566	,908
X200018	81,5667	268,392	,381	,911
X200019	81,0333	253,689	,710	,905
X200020	81,4667	252,395	,796	,903
X200021	81,2667	256,823	,546	,908
X200022	81,6000	244,593	,807	,902
X200023	81,4000	248,593	,907	,901
X200024	81,5000	280,534	,077	,917

***Item yang diberi tanda tebal tidak valid atau gugur**

2. Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
---------------------	------------

,959	19
------	----

LAMPIRAN

SKALA PSIKOLOGI UJI COBA



JURUSAN PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2024

SKALA PENELITIAN

IDENTITAS DIRI

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Tuliskan identitas Anda.
2. Perhatikan pernyataan secara teliti dan pilih salah satu opsi jawaban yang telah tersedia sesuai dengan keadaan Anda dan beri tanda X
3. Jawablah setiap pernyataan dengan jujur. Hasil dari skala ini tidak akan memberi pengaruh apapun pada aktivitas Anda
4. Pastikan semua pernyataan terisi dan tidak ada yang terlewatkan, karena semua hasil maupun jawaban dari skala ini akan dijaga kerahasiaannya.

Keterangan:

Jawablah pernyataan dengan memilih:

SS :Bila Anda merasa **Sangat Setuju** dengan pernyataan tersebut

S : Bila Anda merasa **Setuju** dengan pernyataan tersebut

N : Bila Anda merasa Netral dengan pernyataan tersebut

TS : Bila Anda merasa **Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

STS : Bila Anda merasa **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

Contoh pengisian skala:

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya suka bermain game sampai larut malam				X	

NB: Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, Anda cukup membuat tanda sama dengan (=) ditengah-tengah tanda (x)

SKALA I

NO	PERNYATAAN	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya giat belajar agar cita-cita saya tercapai					
2.	Menurut saya, Pelajaran yang diajarkan tidak ada manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari					
3.	Saya mengobrol dengan teman saat pembelajaran berlangsung					
4.	Saya takut tertinggal memahami materi dibandingkan dengan teman lainnya					
5.	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan kemampuan saya sendiri					
6.	Saya merasa kecewa dengan hasil pekerjaan yang telah saya selesaikan					
7.	Saya merasa puas jika dapat mengerjakan tugas dengan baik					
8.	Saya kesusahan untuk mengerjakan soal-soal dengan mandiri					
9.	Saya yakin dapat memahami Pelajaran yang disampaikan oleh guru					
10.	Saya mengikuti belajar kelompok dengan seksama					
11.	Saya membaca kembali catatan yang diberikan oleh guru					
12.	Saya menunda belajar sampai diingatkan oleh orang tua					
13.	Saya sangat senang jika dapat mendapatkan nilai yang bagus					
14.	Jika saya mendapat peringkat yang saya inginkan, saya akan berhenti belajar					

15.	Saya merasa puas jika dapat mengerjakan soal tanpa bantuan teman					
16.	Saya telat mengumpulkan pekerjaan rumah karena saya kesulitan mengerjakannya					
17.	Saya siap belajar rajin untuk mendapatkan ranking yang saya harapkan					
18.	Belajar tidak mempengaruhi masa depan saya					
19.	Saya suka mengerjakan latihan soal agar pandai mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru					
20.	Saya memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung					
21.	Lebih baik bermain game bersama daripada belajar kelompok					
22.	Ketika di rumah, saya mempelajari materi yang didapat dari sekolah					
23.	Saya mudah bosan ketika sedang belajar					
24.	Saya ragu dapat memahami suatu Pelajaran dengan cepat					

SKALA 2

NO	PERNYATAAN	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya berusaha untuk datang ke sekolah tepat waktu					
2.	Saya menghindar saat ada tugas kelompok					
3.	Saya membaca kembali materi yang telah lalu agar dapat mengerjakan soal yang diberikan hari ini					
4.	Saat saya mendapatkan tugas yang sulit, saya cenderung bingung tanpa memiliki rencana					

5.	Saat saya mendapat soal yang baru, Saya mencoba untuk mencari jawaban dari referensi lain					
6.	Saya percaya bahwa dapat menyelesaikan tugas tanpa harus membaca kembali materi yang telah lampau					
7.	Saya kurang yakin pada kemampuan saya untuk mengimplementasikan setiap rencana pembelajaran yang saya buat.					
8.	Saya hanya membaca materi yang ada tanpa mencari referensi lainnya					
9.	Saya mengingat-ingat kembali pelajaran yang telah lalu agar dapat mengerjakan ujian dengan baik					
10.	Saya mengaplikasikan rencana pembelajaran yang telah saya buat					
11.	Ketika saya mendapatkan tugas kelompok, saya melakukan koordinasi dengan teman yang lain					
12.	Ketika saya lupa dengan materi yang telah lampau, saya cenderung mencontek teman yang lain					
13.	Saya konsisten dalam menjalankan rencana pembelajaran yang telah direncanakan.					
14.	Saat ada tugas yang sulit, saya cenderung berdiskusi dengan teman saya					
15.	Saat ada tugas yang sulit, saya malas mengerjakannya					
16.	Saya tidak memiliki rencana pembelajaran					
17.	Pelajaran yang telah lalu memudahkan saya untuk menyelesaikan tugas					

18.	Saya merasa solusi pada masalah yang telah lalu tidak relevan dengan masalah sekarang					
-----	---	--	--	--	--	--

SKALA 3

NO	PERNYATAAN	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	saya yakin dapat meraih nilai yang saya inginkan					
2.	Saya lebih suka bermain daripada belajar					
3.	Saya ragu dapat meraih nilai yang saya inginkan					
4.	Saya senang mencoba metode belajar baru untuk memahami materi					
5.	Saat guru meminta untuk mengerjakan tugas kelompok, saya bersama kelompok akan mengerjakannya dengan sebaik mungkin					
6.	Saya dapat mengatur waktu dengan baik untuk menghadapi beban tugas yang berat					
7.	Saya menunjuk orang lain ketika saya ditunjuk menjadi ketua kelas					
8.	Saya ikut-ikutan dengan teman saat memilih ekstrakurikuler					
9.	Saya memilih jurusan sekolah sesuai dengan minat saya					
10.	Saya memilih untuk belajar daripada bermain					
11.	Saya tidak suka mencoba metode belajar baru untuk memahami materi					
12.	Saya lebih suka pulang sekolah ke rumah terlebih dahulu walau diajak teman bermain					

13.	Saya memilih main terlebih dahulu daripada pulang ke rumah					
14.	Saya merasa sulit untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan akademik					
15.	Saya percaya dapat mendapatkan nilai sesuai dengan KKM					
16.	Saya akan mengerjakan ujian kenaikan kelas dengan baik					
17.	Saya tetap fokus pada tujuan akademik saya meskipun ada gangguan					
18.	Saya tugas diberikan oleh guru, saya takut dapat menjawab dengan benar					
19.	Saya takut ketika ditunjuk menjadi petugas upacara					
20.	Saya di suruh orang tua untuk memilih jurusan saat ini					
21.	Saya siap menjadi ketua kelas					
22.	Saya memilih ekstrakurikuler sesuai dengan minat saya					
23.	Saya takut saat menghadapi ujian kenaikan kelas					

LAMPIRAN
SKALA PSIKOLOGI UJI DATA



JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2024

SKALA PENELITIAN

IDENTITAS DIRI

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN

5. Tuliskan identitas Anda.
6. Perhatikan pernyataan secara teliti dan pilih salah satu opsi jawaban yang telah tersedia sesuai dengan keadaan Anda dan beri tanda X
7. Jawablah setiap pernyataan dengan jujur. Hasil dari skala ini tidak akan memberi pengaruh apapun pada aktivitas Anda
8. Pastikan semua pernyataan terisi dan tidak ada yang terlewatkan, karena semua hasil maupun jawaban dari skala ini akan dijaga kerahasiaannya.

Keterangan:

Jawablah pernyataan dengan memilih:

SS : Bila Anda merasa **Sangat Setuju** dengan pernyataan tersebut

S : Bila Anda merasa **Setuju** dengan pernyataan tersebut

N : Bila Anda merasa **Netral** dengan pernyataan tersebut

TS : Bila Anda merasa **Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

STS : Bila Anda merasa **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

Contoh pengisian skala:

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
2.	Saya suka bermain game sampai larut malam				X	

NB: Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, Anda cukup membuat tanda sama dengan (=) ditengah-tengah tanda (x)

SKALA I

NO	PERNYATAAN	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya giat belajar agar cita-cita saya tercapai					
2.	Menurut saya, Pelajaran yang diajarkan tidak ada manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari					
3.	Saya mengobrol dengan teman saat pembelajaran berlangsung					
4.	Saya merasa kecewa dengan hasil pekerjaan yang telah saya selesaikan					
5.	Saya yakin dapat memahami Pelajaran yang disampaikan oleh guru					
6.	Saya mengikuti belajar kelompok dengan seksama					
7.	Saya membaca kembali catatan yang diberikan oleh guru					
8.	Saya menunda belajar sampai diingatkan oleh orang tua					
9.	Jika saya mendapat peringkat yang saya inginkan, saya akan berhenti belajar					
10.	Saya merasa puas jika dapat mengerjakan soal tanpa bantuan teman					
11.	Saya telat mengumpulkan pekerjaan rumah karena saya kesulitan mengerjakannya					
12.	Saya siap belajar rajin untuk mendapatkan ranking yang saya harapkan					
13.	Belajar tidak mempengaruhi masa depan saya					
14.	Saya suka mengerjakan latihan soal agar pandai mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru					
15.	Saya memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung					

16.	Lebih baik bermain game bersama daripada belajar kelompok					
17.	Ketika di rumah, saya mempelajari materi yang didapat dari sekolah					
18.	Saya mudah bosan ketika sedang belajar					
19.	Saya ragu dapat memahami suatu Pelajaran dengan cepat					

SKALA 2

NO	PERNYATAAN	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya berusaha untuk datang ke sekolah tepat waktu					
2.	Saya menghindar saat ada tugas kelompok					
3.	Saya membaca kembali materi yang telah lalu agar dapat mengerjakan soal yang diberikan hari ini					
4.	Saat saya mendapatkan tugas yang sulit, saya cenderung bingung tanpa memiliki rencana					
5.	Saat saya mendapat soal yang baru, Saya mencoba untuk mencari jawaban dari referensi lain					
6.	Saya percaya bahwa dapat menyelesaikan tugas tanpa harus membaca kembali materi yang telah lampau					
7.	Saya kurang yakin pada kemampuan saya untuk mengimplementasikan setiap rencana pembelajaran yang saya buat.					
8.	Saya hanya membaca materi yang ada tanpa mencari referensi lainnya					

9.	Saya mengingat-ingat kembali pelajaran yang telah lalu agar dapat mengerjakan ujian dengan baik					
10.	Ketika saya lupa dengan materi yang telah lampau, saya cenderung mencontek teman yang lain					
11.	Saya konsisten dalam menjalankan rencana pembelajaran yang telah direncanakan.					
12.	Saat ada tugas yang sulit, saya cenderung berdiskusi dengan teman saya					
13.	Saya tidak memiliki rencana pembelajaran					
14.	Pelajaran yang telah lalu memudahkan saya untuk menyelesaikan tugas					
15.	Saya merasa solusi pada masalah yang telah lalu tidak relevan dengan masalah sekarang					

SKALA 3

NO	PERNYATAAN	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	saya yakin dapat meraih nilai yang saya inginkan					
2.	Saya lebih suka bermain daripada belajar					
3.	Saya ragu dapat meraih nilai yang saya inginkan					
4.	Saya senang mencoba metode belajar baru untuk memahami materi					
5.	Saya dapat mengatur waktu dengan baik untuk menghadapi beban tugas yang berat					
6.	Saya menunjuk orang lain ketika saya ditunjuk menjadi ketua kelas					

7.	Saya ikut-ikutan dengan teman saat memilih ekstrakurikuler					
8.	Saya memilih jurusan sekolah sesuai dengan minat saya					
9.	Saya memilih untuk belajar daripada bermain					
10.	Saya tidak suka mencoba metode belajar baru untuk memahami materi					
11.	Saya lebih suka pulang sekolah ke rumah terlebih dahulu walau diajak teman bermain					
12.	Saya akan mengerjakan ujian kenaikan kelas dengan baik					
13.	Saya tetap fokus pada tujuan akademik saya meskipun ada gangguan					
14.	Saya tugas diberikan oleh guru, saya takut dapat menjawab dengan benar					
15.	Saya takut ketika ditunjuk menjadi petugas upacara					
16.	Saya di suruh orang tua untuk memilih jurusan saat ini					
17.	Saya siap menjadi ketua kelas					
18.	Saya memilih ekstrakurikuler sesuai dengan minat saya					

LAMPIRAN
Deskripsi Penelitian

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
--	---	---------	---------	------	----------------

Motivasi Belajar (Y)	135	52	88	70,39	8,104
<i>Problem focus coping</i> (X1)	135	35	58	47,50	4,955
Efikasi Diri (X2)	135	32	85	58,33	8,621
Valid N (listwise)	135				

Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar

Rumus Interval	Perhitungan	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 70,39 - 8,104$ $X < 62,286$	$X < 62,286$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$(70,39 - 8,104) \leq X < (70,39 + 8,104)$ $62,286 \leq X < 78,494$	$62,286 \leq X < 78,494$	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \geq 70,39 + 8,104$ $X \geq 78,494$	$X \geq 78,494$	Tinggi

Tabel Distribusi Variabel Motivasi Belajar

Motivasi Belajar					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	24	17,8	17,8	17,8
	Sedang	82	60,7	60,7	78,5
	Tinggi	29	21,5	21,5	100,0
	Total	135	100,0	100,0	

Kategorisasi Variabel *Problem focus coping*

Rumus Interval	Perhitungan	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
----------------	-------------	---------------	-------------------

$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 47,50 - 4,955$ $X < 42,545$	$X < 42,545$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$(47,50 - 4,955) \leq X < (47,50 + 4,955)$ $42,545 \leq X < 52,455$	$42,545 \leq X < 52,455$	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \geq 47,50 + 4,955$ $X \geq 52,455$	$X \geq 52,455$	Tinggi

Distribusi Variabel *Problem focus coping*

Problem focus coping

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	21	15,6	15,6	15,6
Sedang	90	66,7	66,7	82,2
Tinggi	24	17,8	17,8	100,0
Total	135	100,0	100,0	

Kategorisasi Variabel Efikasi Diri

Rumus Interval	Perhitungan	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 58,33 - 8,621$ $X < 49,709$	$X < 49,709$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$(58,33 - 8,621) \leq X < (58,33 + 8,621)$ $49,709 \leq X < 66,951$	$49,709 \leq X < 66,951$	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \geq 58,33 + 8,621$ $X \geq 66,951$	$X \geq 66,951$	Tinggi

Distribusi Variabel Efikasi Diri

Efikasi Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	21	15,6	15,6	15,6
Sedang	96	71,1	71,1	86,7
Tinggi	18	13,3	13,3	100,0
Total	135	100,0	100,0	

LAMPIRAN

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		135
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,66512562
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,048
	Positive	,035
	Negative	-,048
Test Statistic		,048
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

LAMPIRAN

Hasil Uji Linieritas Variabel *Problem focus coping* dengan Motivasi Belajar

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Var_Y *	Between Groups	(Combined)	1269,926	23	55,214	,814	,708
Var_X1	Groups	Linearity	523,487	1	523,487	7,716	,006
		Deviation from Linearity	746,438	22	33,929	,500	,968
Within Groups			7530,267	111	67,840		
Total			8800,193	134			

LAMPIRAN

Hasil Uji Linieritas antara Variabel *Problem focus coping* dengan Variabel Motivasi Belajar

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Var_Y *	Between	(Combined)	3162,275	37	85,467	1,470	,069
Var_X2	Groups	Linearity	285,657	1	285,657	4,915	,029
		Deviation from Linearity	2876,618	36	79,906	1,375	,112
Within Groups			5637,917	97	58,123		
Total			8800,193	134			

LAMPIRAN

Hasil Uji Hipotesis Pertama

Correlations

		Var_Y	Var_X1
Var_Y	Pearson Correlation	1	,244**
	Sig. (2-tailed)		,004
	N	135	135
Var_X1	Pearson Correlation	,244**	1
	Sig. (2-tailed)	,004	
	N	135	135

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN

Hasil Uji Hipotesis Kedua

Correlations

		Var_Y	Var_X2
Var_Y	Pearson Correlation	1	,180*
	Sig. (2-tailed)		,037

	N	135	135
Var_X	Pearson	,180*	1
2	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	,037	
	N	135	135

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

LAMPIRAN

Hasil Uji Hipotesis Ketiga

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,325 ^a	,105	,092	7,723	,105	7,772	2	132	,001

a. Predictors: (Constant), Var_X2, Var_X1

LAMPIRAN
FOTO DOKUMENTASI





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

Jalan. Prof. Dr. Hamka Km.01, Kampus III, Ngallyan, Semarang 50185.
Telepon (024) 76433370, Website : fpk.walisongo.ac.id, Email : fpk@walisongo.ac.id

Nomor : 3178/Un.10.7/D1/KM.00.01/05/2024
Lamp. : -
Hal : Permohonan Lokasi Penelitian

07 Mei 2024

Kepada Yth.
Kepala Sekolah MA AL-HIKMAH Kajen
di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami sampaikan bahwa dalam rangka untuk memenuhi tugas penulisan skripsi bagi mahasiswa Program S1 pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, maka kami mohon perkenan untuk memberikan ijin penelitian kepada :

1. Nama : Analisa Fikarina
2. Nim : 1707016043
3. Jurusan : Psikologi
4. Fakultas : Psikologi dan Kesehatan
5. Lokasi Penelitian : MA Al-Hikmah Kajen, Pati
6. Judul Skripsi : Hubungan coping stress dan efikasi diri dengan motivasi belajar siswa pada siswa kelas 12 di MA Al Hikmah

Demikian surat permohonan penelitian kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

a.n. Dekan,

Wakil Dekan Bidang Akademik & Kelembagaan


Nadiatus Salama M.Si., Ph.D

Tembusan Yth :

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo (sebagai laporan).



المدسة الإسلامية الحكمة
PERGURUAN ISLAM AL-HIKMAH
IBTIDAIYAH-TSANAWIYAH-ALIYAH-DINIYAH
YAYASAN AL-HIKMAH KAJEN

Kajen Margoyoso Pati Jawa Tengah 59154 Telp. (0295)4150320 Website : www.alhikmahkajen.com E-mail : prima@alhikmahkajen.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 124/MA.11.18/PP.01/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala MA AL-HIKMAH KAJEN, menerangkan bahwa :

Nama : Analisa Fikarina

NIM : 1707016043

Jurusan : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan *Coping Stress* Dan Efikasi Diri Dengan Motivasi Belajar Siswa Pada Siswa Kelas 12 Di MA AL-HIKMAH Kajen

Yang bersangkutan telah melakukan penelitian di MA AL-HIKMAH Kajen pada tanggal 25 Mei 2024.

Surat Keterangan ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pati, 12 Juni 2024

Kepala Madrasah



Brhad, S.H.I, M.Pd.

NIP.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Data Diri

1. Nama : Analisa Fikarina
2. Tempat, tanggal lahir : Pati, 23 November 1998
3. Alamat : Perum Ayuban Jaya, Situbondo, Jawa Timur
4. No. Hp : 082333254466
5. Email : fikarinaanalisa@gmail

B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan Formal:

1. SDIT Nurul Anshar
2. MTSN 1 Situbondo
3. SMA Nurul Jadid
4. UIN Walisongo Semarang