

**HUBUNGAN *RESILIENSI* DENGAN *SELF EFFICACY* PADA SISWA SMA DALAM
MENGHADAPI UJIAN NASIONAL**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Sastra Satu (S1)

Psikologi (S. Psi)



FAKHREZA ALIF AZIZI PRABOWO

J01216011

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2020

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan *Resiliensi* dengan *Self Efficacy* pada Siswa SMA dalam menghadapi Ujian Nasional” merupakan karya asli hasil penelitian yang diajukan untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang sama persis dengan karya ini, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 26 Agustus 2020



Fakhreza Alif Azizi Prabowo

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan *Resiliensi* dan *Self Efficacy* Pada Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Nasional

Oleh:

Fakhreza Alif Azizi Prabowo

NIM: J01216011

Telah disetujui untuk diajukan pada sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 13 Juli 2020

Dosen Pembimbing



Dra. Hj Siti Azizah Rahayu, M.Si

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN SELF EFFICACY PADA SISWA
SMA DALAM MENGHADAPI UJIAN NASIONAL

Disusun Oleh:

Fakhreza Alif A.P

J01216011

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Pada 28 Juli 2020

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji:

Penguji 1

Dra. Hj. Siti Azizah Rahayu, M.Si
NIP. 19551007198632001

Penguji 2

Prof. Dr. H Moh. Sholeh M. Pd
NIP. 19592091990021001

Penguji 3

Rizma Fithri, S.Psi., M.Si
NIP. 197403121999032001

Penguji 4

Mei Lina Fitri Kumalasari., M. Kes
NIP. 198805182014032002

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fakhreza Alif Azizi Prabowo
NIM : J01216011
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi
E-mail address : fakhreza13@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

Yang berjudul :

**HUBUNGAN RESILIENSI DAN SELF EFFICACY PADA SISWA SMA DALAM
MENGHADAPI UJIAN NASIONAL**

Beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 26 Agustus 2020

Penulis

(Fakhreza Alif Azizi Prabowo)

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Resiliensi* dengan *Self Efficacy* pada siswa SMA yang hendak melaksanakan ujian nasional. Metode dalam penilaian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Untuk subjek dalam penelitian ini berjumlah 30 orang siswa-siswi yang hendak melaksanakan ujian nasional di SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo. *Resiliensi* dan *Self Efficacy* diukur dengan menggunakan skala yang berbentuk kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan menggunakan uji korelasi product moment. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang memiliki signifikansi antara *Resiliensi* dengan *Self Efficacy*. Yang memiliki arti bahwa semakin tinggi tingkat *Resiliensi* maka semakin tinggi pula *Self Efficacy* pada siswa.

Kata kunci : *Resiliensi, Self Efficacy, Siswa, Ujian Nasional*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between Resilience with Self Efficacy in high school student who want to carry out the national exam. The method in this assessment uses a quantitative research type with a correlation approach for the subjects in this study amounted to 30 students who want to carry out the national exam at SMA Muhammadiyah 1 taman Sidoarjo. Resilience and Self Efficacy are measured using a questionnaire scale. Data analysis technique used is the product moment correlation test. The result of this study indicate that there is a positive relationship that has significance between Resilience and Self Efficacy. Which means that higher level of Resilience, and higher Self Efficacy of student.

Keyword : *Resiliensi, Self Efficacy, Student, National Exam*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vii
INTISARI.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	1
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Keaslian Penelitian.....	4
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian.....	7
F. Sistematika Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Resiliensi.....	9
1. Definisi Resiliensi.....	9
2. Aspek Resiliensi.....	10
3. Faktor yang mempengaruhi resiliensi.....	11
B. Self Efficacy.....	13
1. Definisi Self Efficacy.....	13
2. Aspek Self Efficacy.....	14
3. Faktor yang mempengaruhi Self Efficacy.....	15
C. Hubungan Antara Resiliensi dan Self Efficacy.....	16
D. Kerangka Teoritik	17
E. Hipotesis.....	18

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa sekolah menengah atas terutama pada pada siswa/i kelas XII adalah masa- masa dimana setiap murid sibuk untuk mempersiapkan diri untuk menghadapi ujian terakhir mereka dalam periode SMA untuk menuju jenjang pendidikan yang lebih tinggi yang biasa disebut universitas atau perguruan tinggi

Pendidikan Nasional yang ada di Indonesia menggunakan sistem pendidikan yang diberikan dengan memberikan pembelajaran atau mengajarkan materi tertentu, dan pada akhir materi akan diberikan suatu penilaian untuk mengukur kemampuan siswa. Dengan adanya penilaian maka dapat dipantau seberapa besar kemajuan, kemampuan, dan tingkat pemahaman dari peserta didik. Salah satunya yang selalu dijadikan penilaian dari pendidikan nasional Indonesia adalah melalui Ujian Nasional (UN). (<https://www.websitependidikan.com/>)

Kemampuan serta kemauan dari setiap individu sangatlah berpengaruh pada hasil dari ujian nasional yang akan mereka hadapi, tidak dipungkiri terdapat siswa/i yang justru terlihat sangatlah gelisah, takut serta khawatir hendak melaksanakan ujian tersebut. Dengan bayang-bayang tingkat kesulitan soal ujian, banyak dari mereka sangatlah putus asa dan tidak percaya akan kemampuannya sendiri, sehingga banyak dari mereka mengalami stress dan kecemasan yang sangatlah tinggi ketika hendak menghadapi ujian nasional.

Dikutip dari berita nasional (TEMPO.CO) Pada tanggal 14 april 2014. Dengan kasus Gara-Gara UN, 5 Siswa dijember Depresi. Sedikitnya 5 murid menengah atas (SMA) dikabupaten jember mengalami depresi akibat memikirkan Ujian Nasional, sehingga mereka harus menjalani terapi dipoli jiwa di rumah sakit dr Soebandi jember, menurut psikiatri RSD dr Soebandi “mereka sangat labil, mengalami depresi cukup berat, sehingga mereka juga sering kali mengalami gangguan kesehatan fisik”

Tekanan dan kecemasan yang mengganggu harus mereka hadapi dengan penuh keyakinan agar dapat menghindari kegagalan yang bisa saja terjadi. Oleh sebab itu, individu perlu mempunyai suatu perlindungan dalam diri untuk mampu bertahan dan beradaptasi terhadap kondisi tersebut. Kemampuan untuk bertahan dan menyesuaikan diri ketika berada dalam kesulitan serta mampu bangkit kembali dari kondisi dan situasi down yang mereka rasakan.

Sehingga pada dasarnya setiap individu harus memiliki *Self efficacy* atau suatu keyakinan dalam kemampuan pada kemampuan diri untuk dapat mengontrol situasi maupun kondisi yang dialami tentang berbagai permasalahan yang ia hadapi, sehingga mampu menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan yang positif, serta setiap individu juga harus memiliki resiliensi dengan tujuan bahwasannya kemampuan setiap individu untuk beradaptasi terhadap masalah yang sedang ia hadapi dengan cara mencari jalan keluar atau solusi terbaik dari permasalahan tersebut, sehingga individu dapat bangkit dari permasalahan yang membuatnya dalam kondisi terpuruk atau ketidakberdayaan.

Dan dari tahun ke-tahun, siswa SMA juga banyak dari mereka sering kali mengalami kecemasan, munculnya rasa putus asa, menurunnya kepercayaan diri, dan kurang yakin dengan kemampuan yang dimiliki, Tidak dipungkiri terdapat siswa/i yang justru terlihat sangatlah gelisah, takut serta khawatir hendak melaksanakan Ujian Nasional, itu menjadi salah satu alasan mengapa peneliti mengukur *Resiliensi* dan *Self Efficacy* pada subjek yang sudah ditentukan sebelumnya.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang akan diteliti

C. Keaslian Penelitian

Untuk variabel yang sedang diteliti oleh peneliti ini adalah *Resiliensi* (x) dan *Self Efficacy* (y). Serta terdapat penelitian terdahulu dengan dua variabel yang sama dengan penelitian ini, namun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah menghubungkan dua variabel ini terhadap siswa SMA kelas XII sebelum menghadapi ujian nasional di SMA Muhammadiyah 1 Taman. Penelitian sebelumnya diantaranya :

Suci Hatijah (2018) “Hubungan resiliensi dan efikasi diri dengan kecemasan akademik menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII” Dari analisa korelasi antara resiliensi dan efikasi diri dengan kecemasan akademik diperoleh nilai $(r) = -0,647$ dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 yang berarti nilai $(p) < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara resiliensi dan efikasi diri dengan kecemasan akademik siswa dalam menghadapi ujian nasional.

Untung Manara (2008) “Pengaruh *Self Efficacy* terhadap *Resiliensi* pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang” dari hasil analisa, data menunjukkan bahwasannya terdapat signifikansi dengan nilai sebesar 0,000 lebih kecil dari taraf yang digunakan peneliti yaitu sebesar 5% (0,05). Dengan demikian terdapat pengaruh antara *resiliensi* dan *self efficacy*

Okha Devi, Esa Wahyuni, dan Laily Soejanto (2017) “Hubungan antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Trawas” terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi menghadapi ujian pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Trawas Kabupaten Mojokerto dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki siswa kelas XII SMA negeri 1 Trawas, maka semakin tinggi resiliensi menghadapi ujian yang dimiliki oleh siswa yang bersangkutan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih keilmuan pada bidang psikologi pendidikan mengenai resiliensi dan self efficacy terhadap siswa SMA kelas XII sebelum menghadapi ujian nasional. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah referensi terhadap kajian mengenai resiliensi dan self efficacy yang sedang diteliti.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi guru, orang tua, psikolog maupun dalam bidang pendidikan untuk memberikan dukungan atau support bagi siswa-siswi yang hendak melaksanakan ujian nasional, sehingga mereka merasa terpacu pada kepercayaan diri akan kemampuannya dalam melakukan segala sesuatu hal, sehingga mereka sadar pada suatu titik mereka juga mampu mengendalikan rasa cemas maupun rasa khawatir yang menghantui mereka dengan kepercayaan diri yang mereka miliki, dapat mengatur dan mampu memahami serta menguasai situasi yang akan mereka lalui sehingga menghasilkan hasil yang mereka capai.

Peneliti juga berharap, nantinya akan lebih banyak pembaca yang menyadari bahwa resiliensi dan self efficacy ini bukan hanya dapat bermanfaat bagi seseorang sedang mengalami kondisi yang tidak diharapkan, namun dapat bermanfaat juga untuk mendorong seseorang untuk lebih percaya diri akan kemampuan pada dirinya serta didukung oleh pikiran positif.

F. Sistematika Penelitian

Sistematika yang ada pada penelitian ini ditulis dalam setiap bab dan pembahasan. Secara penulisan dalam penelitian ini terdiri dari 5 bab yang berisikan penjelasan dalam masing-masing bab, sebagai berikut :

Pada bab I, menjelaskan perihal uraian latar belakang masalah, rumusan masalah, keaslian dalam penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika dalam penelitian.

Pada bab II, menjelaskan kajian terhadap beberapa teori dan referensi yang menjadi landasan untuk mendukung penelitian ini yakni teori mengenai *Self Efficacy* dan *Resiliensi* meliputi: pengertian, aspek-aspek, faktor-faktor yang mempengaruhi.

Pada bab III, menjelaskan tentang rancangan penelitian, identitas variabel, definisi operasional, populasi sampel, teknik pengumpulan data, instrument penelitian dan analisa data.

Pada bab IV, berisikan pembahasan dari hasil penelitian setelah melakukan sebuah penelitian berupa diskripsi hasil penelitian membahas mengenai subjek berdasarkan data demografi

Pada bab V merupakan bab terakhir dan bab penutup dari seluruh pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti berisikan isi kesimpulan dan saran untuk peneliti selanjutnya.

Dari beberapa pendapat, dapat disimpulkan bahwasannya *Self Efficacy* atau efikasi diri adalah suatu keyakinan dalam kemampuan pada setiap individu untuk dapat mengontrol situasi maupun kondisi yang dialami tentang berbagai permasalahan yang ia hadapi, sehingga mampu menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan yang positif.

Menurut Bandura terdapat 3 dimensi yang meliputi sebagai berikut :

Dimensi ini berkaitan dengan penilaian individu mengenai kemampuan yang menghasilkan tingkah laku, yang dapat diukur dari tingkat kesulitan tugas individu dalam mengerjakannya. Dalam kemampuan individu terdapat pula keyakinan yang dapat diimplikasikan melalui tingkah laku ketika individu menghadapi hambatan atau kesulitan dalam mengerjakan tugas yang sedang ia hadapi. Lalu ketika individu sedang dalam fase kesulitan dalam tugasnya, terlebih dahulu akan mencoba tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuannya.

Individu yang memiliki keyakinan yang kuat, mereka akan bertahan dengan usaha mereka sendiri meskipun akan banyak menghadapi kesulitan serta hambatan yang akan ia rasakan.

Dimana waktu individu mampu menilai kemampuan mereka dalam melaksanakan berbagai kegiatan atau aktivitas yang mereka kerjakan, sehingga menuntut individu yakin atas kemampuan yang dimilikinya, dalam melaksanakan tugas-tugas yang dikerjakannya.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Efficacy*

a. Pencapaian Prestasi

b. Pengalaman Orang lain

[illegible]

c. Persuasi Verbal

Individu perlahan akan diarahkan dengan saran, masukan, nasehat serta bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinan terhadap individu bahwa kemampuan-kemampuan yang dia miliki dapat membantu meningkatkan efikasi serta kepercayaan dirinya sehingga dapat membantu untuk mencapai hasil yang diharapkannya. Hal tersebut disampaikan oleh orang lain secara verbal yang mana orang tersebut dapat meyakinkan individu bahwa ia mampu melaksanakan tugas dengan hasil yang baik.

d. Kondisi Emosional

Seseorang akan dapat lebih mudah mencapai keberhasilannya jika tidak terlalu sering mengalami situasi atau pun keadaan yang menekan, karena hal tersebut dapat menurunkan keyakinan kemampuannya serta dapat menurunkan tingkat prestasinya. Pada dasarnya seseorang cenderung akan mengharapkan keberhasilan dalam kondisi tidak dalam situasi tegang dan tidak merasakan adanya keluhan, karena efikasi diri dapat ditandai dengan rendahnya tingkat stress dan kecemasan, begitu pula sebaliknya, efikasi yang rendah ditandai oleh tingkat kecemasan dan stress yang tinggi.

Dalam faktor yang telah disebutkan di atas, terdapat beberapa pendapat para ahli terkait poin-poin yang berhubungan dengan variabel Resiliensi, seperti halnya :

Nurinayanti dan Atiudina (2011) *Resiliensi* merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif dalam kondisi maupun situasi yang menekan yang sebelumnya tidak diharapkan sama sekali.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwasannya resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi terhadap masalah yang sedang ia hadapi dengan cara mencari jalan keluar atau solusi terbaik dari permasalahan tersebut, sehingga individu dapat bangkit dari permasalahan yang membuatnya dalam kondisi terpuruk atau tidak berdaya.

Menurut Connor dan Davidson (2003) terdapat 5 aspek yang membentuk *resiliensi*, antara lain :

- a. Kompetensi pribadi, standart yang tinggi dan memiliki keuletan
Pada aspek ini, individu mampu berusaha dengan gigih demi mencapai tujuannya
- b. Memiliki Kepercayaan diri serta toleransi terhadap pengaruh negatif
Individu yakin terhadap perasaan dan insting yang dimilikinya, memiliki toleransi adanya emosi negatif dalam diri sehingga semakin mampu untuk menghadapi stress dimasa yang akan datang

Suci Hatijah (2018) menyatakan bahwasannya *resiliensi* cukup memiliki hubungan yang positif dengan *self efficacy* seperti contohnya ketika seseorang memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatasi berbagai macam tugas serta keyakinan yang kuat untuk tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan maka ia akan mampu mengontrol pikiran, perasaan dan perilakunya serta berusaha menyeimbangkan diri ketika menghadapi situasi yang sulit.

Berikut akan dijelaskan beberapa teori psikologi yang merupakan ruang lingkup dari *Resiliensi* hubungannya positif dengan *Self Efficacy*, Menurut Reivich dan Shatte (2002) yang mana resiliensi merupakan kapasitas untuk merespon secara produktif dan sehat ketika sedang berhadapan dengan sebuah kesulitan, dengan kata lain sebagai kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi yang sulit. Hal tersebut dapat dihubungkan dengan Santrock (2007) *Self Efficacy* merupakan kepercayaan seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan kondisi sehingga menghasilkan sesuatu yang menguntungkan, namun secara tidak langsung ia harus melewati suatu permasalahan atau problem yang dialami. Dengan kata lain ketika individu merasa dirinya tidak mampu maupun tidak berdaya atas permasalahannya ia hanya perlu adanya keyakinan pada dirinya atas kemampuan yang dimiliki sehingga dapat bangkit dari tekanan yang dihasilkan oleh pemikiran negatif yang berawal dari diri sendiri.

Dari beberapa penelitian atau pendapat diatas dapat disimpulkan bahwasannya terdapat hubungan positif antara *Resiliensi* dengan *Self Efficacy*. Berikut kerangka teoritik mengenai hubungan *Resiliensi* dengan *Self Efficacy* pada terhadap siswa SMA kelas XII sebelum menghadapi ujian nasional di SMA Muhammadiyah 1 Taman, sebagai berikut :

1. Kompetensi pribadi, standart yang tinggi dan memiliki keuletan
2. Kepercayaan diri serta toleransi terhadap pengaruh negative
3. Penerimaan positif akan adanya perubahan
4. Kontrol diri
5. Spiritual

1. Level (Tingkat)
2. Strength (Kekuatan)
3. Generality

Hipotesis penelitian ini terdapat hubungan positif antara *Resiliensi* dengan *Self Efficacy* terhadap siswa SMA sebelum menghadapi ujian nasional di SMA Muhammadiyah 1 Taman.

Pada penelitian ini, peneliti mengambil sampel data pada tanggal 02 Maret 2020, yang mana saat pengambilan sampel data secara manual dengan langsung mendatangi lokasi menggunakan sebaran angket, dan sampel data diambil sebelum adanya sebaran wabah virus corona. Pada penelitian ini juga menggunakan penelitian kuantitatif korelasional yang bersifat analitik yang mana untuk mengetahui hubungan antar variabel (Arikunto, 2010). Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang metendensikan analisis pada data angka atau numerikal yang dikelola dengan menggunakan metode statistika atau menggunakan program *Spss 16* pada computer (Azwar, 2015). Dalam penelitian kuantitatif ini terdapat beberapa bentuk penelitian yang dijelaskan meliputi penelitian komparatif, korelasi, survei, deskriptif dan eksperimen. Peneliti menggunakan penelitian korelasional dikarenakan cocok dengan tujuan penelitian kali ini, yaitu untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *resiliensi* dan *self efficacy* pada siswa SMA dalam menghadapi Ujian Nasional.

Variabel adalah objek dalam penelitian atau sebuah titik perhatian dalam sebuah penelitian yang di tunjukkan untuk dipelajari dan di tarik kesimpulan (Arikunto, 2010). Dalam penelitian ini menetapkan 2 variabel, variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi dan menjadi sebab sebuah perubahan dan menjadi sebab munculnya variabel terikat. Sedangkan variabel terikat adalah sebuah variabel yang dipengaruhi selain itu menjadi sebuah akibat dikarenakan adanya variabel bebas. (Sugiyono, 2015)

Berikut adalah 2 variabel yang telah ditentukan oleh peneliti, sebagai berikut :

Variabel Bebas (X) : Resiliensi

Variabel Terikat (Y) : *Self Efficacy*

C. Definisi Operasional Penelitian

1. *Resiliensi (Variabel X)*

Menurut Menurut Reivich dan Shatte (2002) yang mana resiliensi merupakan kapasitas untuk merespon secara produktif dan sehat ketika sedang berhadapan dengan sebuah kesulitan, dengan kata lain sebagai kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi yang sulit.

Sebagai variabel Independen, *resiliensi* adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah akan keadaan yang sulit dalam kehidupannya, tetap berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut, sehingga mampu bangkit dari keadaan tersebut untuk menjadi lebih baik kedepannya.

2. Self Efficacy (Variabel Y)

Bandura (1986) yaitu dengan cara mengatur diri sendiri yang mengacu tentang kemampuan suatu individu untuk dapat mengorganisasikan tekanan yang didapat sehingga dapat di implementasikan dengan hasil yang baik.

Sebagai variabel Dependen, *self efficacy* atau efikasi diri adalah suatu keyakinan dalam kemampuan pada setiap individu untuk dapat mengontrol situasi maupun kondisi yang dialami tentang berbagai permasalahan yang ia hadapi, sehingga mampu menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan yang positif. Serta terdapat 3 dimensi dalam *self efficacy* meliputi : Level (tingkat), *strength* (kekuatan) dan *generality*.

terdapat 4 pilihan jawaban, yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Dalam menggunakan skala likert, peneliti menghindari penggunaan jawaban tengah-tengah (Netral) dalam maksud untuk menghindari hal yang tidak dapat dianalisa. Adapun kriteria penilaian dari skala likert, antara lain:

Tabel. 3.1

Pilihan Jawaban	F	UF
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Dalam penelitian ini peneliti tidak menggunakan jawaban alternatif yaitu netral, dimana hal ini untuk menghindari adanya jawaban yang dapat menimbulkan kecenderungan responden lebih banyak menjawab dengan ragu-ragu yang dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Berdasarkan uraian diatas, pada akhirnya peneliti tidak menggunakan pilihan netral. Adapun pengambilan data dilakukan hanya satu kali dan bisa disebut dengan teknik uji coba terpakai (Hadi, 2000). Uji terpakai hanya dapat dilakukan bagi peneliti yang menggunakan skala modifikasi atau adaptasi dari penelitian terdahulu. Kemudian hasil yang didapatkan peneliti dalam menggunakan uji coba terpakai secara langsung akan digunakan oleh peneliti dalam pengujian hipotesis yang dengan syarat aitem yang sudah di uji dan dikategorikan valid

G. Analysis Data

Sebelum melakukan analisis data, dilakukan dahulu uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Yang mana uji tersebut digunakan untuk mengetahui apakah hasil dari analisis data dapat dilanjutkan atau tidak. Analisis ini dilakukan apabila semua data dalam penelitian ini dapat dikumpulkan dari responden, dan setelah data terkumpul kemudian diolah menggunakan analisis statistik menggunakan uji product moment. Uji product moment digunakan untuk menganalisa tentang hubungan kedua variabel, yaitu variabel satu dengan variabel yang lainnya (Muhid, 2012). Analisis Pearson product moment correlation merupakan salah satu uji statistik parametrik yang bisa digunakan ketika data yang telah terkumpul dan sudah memenuhi uji prasyarat terlebih dahulu.

Uji normalitas yaitu bertujuan untuk mengetahui kenormalan sebaran skor variabel. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data distribusi sebaran bernilai normal atau tidak (Azwar, 2007). Uji ini menggunakan teknik uji kolmogorov smirnov. Pengujian ini dilakukan menggunakan SPSS dengan taraf signifikansi 0,05. Sehingga apabila hasil menunjukkan lebih dari 0,05 maka data sebaran dapat dikatakan normal.

b. Deskripsi Data

Pada bagian ini peneliti akan memaparkan mengenai hasil analisis deskriptif data tentang rata-rata (Mean), standart deviasi, range, nilai maksimum, nilai minimum dan nilai varian yang telah didapatkan, berikut adalah hasil analisis data pada kedua variabel :

Tabel 4.3
Deskripsi Data Variabel Resiliensi dan Self Efficacy

Variabel	N	Range	Nilai minimum	Nilai Maksimum	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	30	30	54	84	67.90	8.155
Self Efficacy	30	32	59	91	72.06	7.991

Berdasarkan pada tabel 4.3 dapat disimpulkan bahwasannya jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 subjek, baik dari skala resiliensi maupun self efficacy. Pada skala Resiliensi memiliki skor range sebesar 30, skor minimum sebesar 54, nilai maksimum 84, dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 67.90 dan standart deviasi sebesar 8.155

Sedangkan Skala Self Efficacy memiliki skor range sebesar 32, skor minimum sebesar 59, nilai maksimum 91, dengan rata-rata (mean) sebesar 72.06 dan standart deviasi sebesar 7.991. selain itu berikut adalah deskripsi data berdasarkan variabel demografisnya :

Pada Tabel 4.8 diatas, dapat diketahui nilai signifikansi dari hasil uji korelasi product moment sebesar $0,601 > 0,05$ sebagai r tabel, dengan signifikansi yaitu $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya hubungan signifikansi antara kedua variabel Resiliensi dan Self Efficacy. Dari hasil koefisien korelasi dapat dipahami korelasi antar antar variabel bersifat positif, yaitu menunjukkan adanya hubungan yang searah. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan pada penelitian ini, memiliki arti terdapat hubungan signifikan antara resiliensi dan self efficacy pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman yang hendak menghadapi Ujian Nasional.

Kaidah yang dipakai untuk menginterpretasi tinggi-rendah, kuat-lemah atau besar kecil nilai korelasi koefisien memakai acuan berdasarkan kategori interpretasi menurut Sugiyono (2013).

Tabel 4.9
Interpretasi Koefisien Korelasi

Angka Koefisien	Keterangan Interpretasi Hubungan
0,00-0,199	Sangat Lemah
0,20-0,399	Lemah
0,40-0,599	Cukup atau Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,00	Sangat Kuat

Berdasarkan penjelasan tabel 4.9 diatas, pada variabel *Resiliensi* dan *Self Efficacy* memiliki korelasi yang kuat. Dilihat dari nilai koefisien korelasi sebesar 0,601, dapat dikatakan bahwa nilai korelasinya bersifat positif atau kuat. Semakin tinggi nilai koefisien korelasi pada variabel x (*dependent*) maka akan diikuti

semakin tinggi pula pada variabel *y* (*independent*). Berdasarkan penjelasan tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan semakin tinggi nilai *Resiliensi* maka akan semakin tinggi pula *Self Efficacy* pada siswa SMA dalam menghadapi ujian nasional di SMA Muhammadiyah 1 Taman.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu variabel Resiliensi dengan Self Efficacy pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman yang hendak menghadapi Ujian Nasional. Sebelum melakukan penganalisisan statistik dengan korelasi product moment sebelumnya peneliti harus melakukan uji prasyarat yaitu dengan uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah data peneliti berdistribusi normal dan uji linieritas untuk mengetahui apakah variabel yang sedang diteliti yaitu variabel mempunyai hubungan yang linier terhadap variabel terikat.

Suci Hatijah (2018) telah meneliti tentang hubungan resiliensi dan efikasi diri. Hasil temuan dari penelitian tersebut adalah terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dan self efficacy. Semakin tinggi resiliensi, maka semakin tinggi self efficacy begitu juga sebaliknya. seperti halnya ketika seseorang memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatasi berbagai macam tugas serta keyakinan yang kuat untuk tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan maka ia akan mampu mengontrol pikiran, perasaan dan perilakunya serta berusaha menyeimbangkan diri ketika menghadapi situasi yang sulit.

Seperti halnya, Menurut Reivich dan Shatte (2002) yang mana resiliensi merupakan kapasitas untuk merespon secara produktif serta tindakan untuk bangkit ketika sedang berhadapan dengan sebuah kesulitan atau keterpurukan,

PENUTUP

B. Saran

Dari hasil pembahasan penelitian diatas, berikut saran yang diberikan oleh peneliti :

- Siswa hendaknya lebih bisa yakin dan percaya dengan kemampuan yang dimilikinya, meskipun yang sebenarnya yang mereka hadapi adalah ujian terakhir yang menentukan lulus tidaknya dalam jenjang SMA, namun jika pada diri sendiri mampu yakin dengan kemampuan yang dimiliki, seiring dengan usaha belajar yang telah dilakukan, bukan tidak mungkin ia akan mampu melaksanakannya dengan lancar.

- Dukungan dan motivasi dari pihak keluarga sangatlah penting bagi siswa yang hendak melaksanakan Ujian Nasional, dengan dukungan secara moril dan motivasi secara verbal akan membantu siswa untuk lebih percaya diri akan

Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian Edisi Revisi. Malang: UMM Press.

Arikunto, S. 2002. Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Arikunto, S. 2006. Metode Penelitian Kualitatif. Jakarta: Bumi Aksara

Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta

Alwisol, (2010). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.

Azwar, 2003. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Azwar, Saifuddin. 2007. Metode Penelitian. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.

Azwar, Z. (2015). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Berita Tempo.Co “Gara-gara UN, Lima Siswa di Jember Depresi”. Senin, 14 April 2014.

Bandura, Albert, (1986). Social Foundatioan of Thouthgt and Action: a Social Cognitive Theory. New Jersey: Prentice_Hall, Inc.

Bandura, Albert, (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York: W. H. Freeman and Company.

Baron, R., & Byrne, D. (2000). Psikologi Sosial. Jakarta: Erlangga.

Cicilia Tanti dan Avin fadillah. (2017). Self efficacy dan Resiliensi : Sebuah tinjauan meta analisis. Vol. 25, No. 1, 54 – 65. <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi>

Connor, K.M., & Davidson, M.D. (2003) “Development of a new resilience scale: The Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC)” Depression and Anxiety 18, 76-82.

Hadi, Sutrisno. 2000. Metodologi Penelitian, Yogyakarta: Andi Yogyakarta

Henderson, Nan dan Mike M. Milstein. (2003). Resiliency in schools: Making it happen for students and educators. USA: Corwin Press, Inc.

Herwinda suci. (2015). “Pengaruh self efficacy dan dukungan sosial terhadap resiliensi penderita kanker di C-Tech Labs Edwar Technology”. Fakultas psikologi. Universitas islam negeri syarif hidayatullah Jakarta.

Luluk fujiati. (2016). “Hubungan antara academic self efficacy dengan resiliensi pada mahasiswa bidik misi FIP UNNES” Fakultas ilmu pendidikan. Universitas negeri semarang.

Luthans, F. (2002). Perlaku Organisasi. Jakarta: Salemba Empat.

Abdul, Muhid. 2012. Analisis Statistik. Sidoarjo: Zifatama

- Muhid, 2019. Analisis Statistik SPSS for Windows: Cara Praktis Melakukan Analisis Statistik, Surabaya: CV Duta Aksara
- Mullin, Arce (2008) “*Resilience of families living in poverty*” Journal of Family Social Work, 11(4).
- Nurinayanti, R., & Atiudina. (2011). Makna kebersyukuran dan Resiliensi: Telaah Pustaka tentang Pengaruh Kebersyukuran dan Pengaruhnya Terhadap Daya Resiliensi
- Okha Devi, Esa Wahyuni, dan Laily Soejanto. (2017). Jurnal Hubungan antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Trawas. Vol. 2 No. April 2017. hlm. 50 – 56. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Rahma Husni, Yuli Rozal. (2015). Jurnal Pengaruh self efficacy terhadap resiliensi terhadap anggota KORP sukarela Palang Merah Indonesia di Jakarta dalam penanggulangan bencana.
- Reivich & Shatte. (2002). *The resilience factor Essential skills*, new York : broadway books
- Rizki aziz dan Ega noviekayati. (2016). Jurnal Dukungan sosial, self efficacy dan resiliensi pada karyawan yang terkena pemutusan hubungan kerja. Vol. 5, No. 01, hal 62-70.
- Santrock. (2007). *Psikologi pendidikan*. Jakarta : kencana
- Suci Hatijah, (2018). “Hubungan resiliensi dan efikasi diri dengan kecemasan akademik menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII”. Fakultas psikologi universitas muhammadiyah malang.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Arikunto, Suharsini. (2006). Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Aneka Kraya
- Sugiyono (2015). Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods). Bandung: Alfabeta
- Untung Manara, (2008). “Pengaruh self efficacy terhadap resiliensi pada mahasiswa fakultas psikologi universitas islam negeri malang”. psikologi universitas muhammadiyah malang.