

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa dimana seseorang ingin melakukan dan mencoba hal-hal baru yang menurutnya unik dan menantang. Beberapa orang memiliki standar yang sangat tinggi untuk semua yang dikerjakannya. Hal itu akan membuat mereka harus menjadi yang terbaik dalam segala bidang. Sayangnya, hidup tidak selalu berjalan seperti yang diinginkan. Bahkan, ketika sudah bekerja keras. Ada hasil yang setidaknya hanya bisa sampai standar tertentu di luar kendali kita. Akibatnya, tidak sedikit dari mereka yang menyalahkan diri sendiri dan menganggap dirinya tidak berharga, dari sinilah rasa tidak percaya diri muncul.¹

Dove Girl Beauty Confidence Report menunjukkan bahwa pada tahun 2018, 54% remaja perempuan di dunia tidak memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Bahkan, 7 dari 10 remaja di Indonesia menarik diri dari aktivitas-aktivitas penting di kehidupan karena tidak percaya diri dengan penampilan. Mereka enggan berkumpul bersama teman dan keluarga, mengikuti kegiatan kelompok, serta aktivitas yang dapat membantu mereka meraih potensi terbaiknya.²

Beberapa krisis kepercayaan diri sering dialami pada santriwati baru ketika memasuki pondok pesantren yang merupakan lingkungan baru bagi mereka.

¹ Rosiana, Chozanah. "Penyebab Umum Orang-Orang Merasa insecure, Kamu Termasuk?", *Suara.com*, 04 Oktober 2021.

² Ira Noviarti. "Kepercayaan Diri Remaja Perempuan Indonesia Masih Rendah. Apa Solusinya?", *Liputan6.com*, 19 April 2018.

Berdasarkan wawancara dengan ustadzah Fadwa selaku ustadzah ta'lim selaku pembimbing muhadharah santriwati di Pondok Modern Darul Arqom, kurang lebih 50% dari 549 santriwati mengalami krisis kepercayaan diri, hal ini terjadi pada mayoritas santriwati baru. Adapun krisis kepercayaan diri santriwati ditandai dengan beberapa hal, antara lain: perasaan takut dan gemetar ketika berbicara di depan khalayak selama bimbingan muhadharah berlangsung, memiliki sikap pesimis atau pasrah pada kegagalan, pergerakan agak terbatas, seolah-olah sadar jika dirinya memang mempunyai banyak kekurangan, dan terlalu berhati-hati ketika melaksanakan tugas selama bimbingan muhadharah berlangsung sehingga sikap santriwati terlihat kaku.³

Menurut Ghufron dan Risnawati kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman dan pendidikan. Pengembangan percaya diri dapat dipelajari dengan melihat berbagai faktor penting dalam mempercepat tumbuh dan berkembangnya percaya diri. Beberapa faktor tersebut adalah: Penampilan/Style, Gaya bertutur kata/Speaking, Gaya bertingkah laku/Bodylanguage, Benar orang/Right Man, Benar tempat/Right Place dan Benar waktu/Right Time.⁴

Dilansir dari suara.com, Sari Rachmah mengatakan “Rasa tidak percaya diri memang berdampak besar pada cara individu bergaul dengan komunitasnya dan juga sebaliknya bagaimana komunitas memperlakukan individu tersebut. Sebagai contoh,

³ Diana, Ajie Lestari. “Bimbingan Muhadharah Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Santriwati Di Pondok Modern Darul Arqom Patean Kendal Tahun 2016”. *Skripsi*. Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2016, h.7

⁴ Yudiantoro, E. (2006). *Percaya Diri Itu Mudah*. Cetakan I. Jakarta: Prestasi Pustaka

kasus bullying di sekolah sering terjadi pada anak-anak penyendiri yang kurang percaya diri. Sebaliknya, kasus bullying jarang terjadi pada anak yang memiliki rasa percaya diri dan memiliki banyak teman. Segala pikiran negatif seperti saya tidak pintar, saya tidak mampu, saya pasti tidak bisa dan sebagainya memicu rasa tidak percaya diri pada individu sehingga selalu merasa minder bertemu komunitas dan orang-orang tertentu. Tidak jarang juga, orang-orang yang tidak percaya diri ini jadi kurang pergaulan atau penyendiri dan hanya bergaul dengan orang-orang yang dirasanya selevel dengan dirinya atau sama-sama memiliki rasa percaya diri yang rendah”.⁵

Dampak negatif dari rasa tidak percaya diri seperti tidak dapat mengeluarkan pendapat, membandingkan diri sendiri dengan orang lain, tidak gigih mengejar cita-cita sebenarnya akan merugikan diri sendiri sebab akan menghambat masa depan yang cerah. Rosiana Chozanah mengatakan “Pengalaman masa lalu bisa menjadi pemicu rasa kurang percaya diri ini. Misalnya, dahulu pernah menjadi korban perundungan di sekolah atau dikucilkan dari pertemanan. Selain itu, memiliki orang tua yang sangat kritis, atau selalu menekan, juga dapat membuat seseorang selalu memikirkan anggapan orang lain terhadap dirinya.”⁶

Agama Islam sangat mendorong umatnya untuk memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Manusia adalah makhluk ciptaan-Nya yang memiliki derajat paling tinggi karena kelebihan akal yang dimiliki, sehingga sepatutnyalah ia percaya dengan

⁵ Sari Rachmah, “Tidak Percaya Diri Tak Selalu Bersumber dari Pola Pikir Negatif, Mengapa?”, *Suara.Com*, 26 Desember 2021.

⁶ Rosiana Chozanah. “Penyebab Umum Orang-Orang Merasa insecure, Kamu Termasuk?”, *Suara.com*, 04 Oktober 2021

kemampuan yang dimilikinya, sebagaimana firman Allah SWT dalam Surat AL-Imron Ayat 139 yang artinya: Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati padahal kamulah orang yang paling tinggi (derajatnya) jika kamu beriman.

Ketua Umum PB Nahdlatul Ulama, Said Aqil Siradj menyatakan, era globalisasi membuat tantangan pada santri dan pondok pesantren yang ada di Indonesia semakin berat. Untuk itu, Agil menyebut santri di Indonesia harus dibangun dan dibangkitkan kepercayaan dirinya. "Dalam era globalisasi ini sudah barang tentu tantangannya semakin berat. Kita bangun kepercayaan diri," katanya dalam Silaturahmi Nasional Gerakan Ayo Mondok di Taman Candrawilwatikta, Pandaan, Pasuruan, Jawa Timur Jumat (13/5/2016) malam. Kedepan, pondok pesantren di Indonesia, terutama pondok pesantren yang ada dibawah naungan NU harus membangun karakter santrinya. Hal itu supaya rasa percaya diri pada santri terbangun. "Bangun karakter kepribadian, integritas santri. Santri sudah kuat, diperkuat lagi supaya percaya diri," jelasnya.⁷

Menurut Bashori, santri diharapkan saat memasuki pesantren memiliki kepercayaan diri, dikarenakan sikap kepercayaan diri tersebut dapat membentuk santri menjadi mandiri. Namun, menurut Fitriah, kenyataannya yang terjadi menunjukkan kurangnya kepercayaan diri yang dapat dilihat dari permasalahan santri dimana gagal

⁷ Andi Hartik, Silaturahmi Nasional Gerakan Ayo Mondok di Taman Candrawilwatikta, Pandaan, Pasuruan, Jawa Timur, *PasuruanTIMES*, 14 Mei 2016.

dalam mengenali perannya di lingkungan sosial yang menyebabkan perasaan ditolak dan tidak memahami kemampuan dirinya.⁸

Ratumas Ovy dalam artikelnya mengatakan “Kepercayaan diri merujuk pada rasa yakin akan kekuatan dan kemampuan yang ada di dalam diri seseorang. Setiap orang memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda. Namun, demi menjalani kehidupan yang bahagia, kita perlu meningkatkannya”.⁹

Jakarta, Kominfo - Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Mendikbudristek), Nadiem Anwar Makarim mengatakan peringatan Hari Kebangkitan Teknologi Nasional (Hakteknas) ke-26 Tahun 2021 menjadi momentum untuk membangkitkan rasa saling percaya dan menumbuhkan kepercayaan diri seluruh bangsa Indonesia. Bangsa Indonesia harus semakin percaya diri untuk mengembangkan karya inovasi yang menjadi solusi permasalahan di masyarakat, sekaligus tampil di panggung dunia.

“Kita harus percaya pada kemampuan kita sendiri. Mari kita bergotong royong, serentak bergerak wujudkan Merdeka Belajar, meningkatkan teknologi dan kebanggaan akan teknologi Indonesia, untuk maju di panggung dunia,” tutur Mendikbudristek dalam sambutannya pada peringatan Hakteknas Tahun 2021 secara virtual di Jakarta, Selasa (10/08/2021).¹⁰

⁸ Lisa Novia, “Melatih Kepercayaan Diri Santri Untuk Menghadapi Dunia Industri 5.0 Di Yayasan Darul Furqon Ramadhan Bogor”, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 1 No 3 (September 2020), h.313

⁹ Ratumas Ovy, “Alasan Perlu Meningkatkan Rasa Percaya Diri Demi Mencapai Life Goals”, *pexels.com*, 30 Januari 2022.

¹⁰ “Peringatan Hari Kebangkitan Teknologi Nasional (Hakteknas) ke-26”, *Kominfo*, 10 Agustus 2021

Dilihat dari kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa Menteri Pendidikan menghimbau dan memotivasi agar setiap individu memiliki rasa percaya diri, karena kepercayaan diri sangat berpengaruh pada semua aspek kehidupan, khususnya dunia Pendidikan. Dengan dukungan kepercayaan diri, karya inovasi anak bangsa dapat tersalurkan dengan baik dan menjadikan Indonesia lebih maju.

Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri keyakinan akan kemampuan dirinya, selalu merasa optimis, mampu menyesuaikan diri, mandiri, tidak mudah menyerah, mampu memanfaatkan kelebihan yang ada pada dirinya, serta memiliki mental dan fisik yang menunjang.¹¹

Kepercayaan diri bisa terbentuk dengan adanya pendidikan, baik pendidikan formal maupun non formal. Wadah pendidikan berbasis pesantren salah satunya adalah Al-Mahrusiyah yang didirikan oleh KH. Imam Yahya Mahrus pada tahun 1987 M, dan terdiri dari beberapa sakan/asrama. Yang menjadi objek penelitian disini adalah asrama putri Ar-Roudhoh. Di asrama Ar-Roudhoh terdapat lebih dari 400 santri putri dan setiap santri memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda.

Al-Mahrusiyah merupakan salah satu pondok pesantren yang didalamnya terdapat beragam santri dengan suku, budaya, status sosial, karakter dan kepribadian yang berbeda-beda, selain itu Al-Mahrusiyah membuka dan mengizinkan mahasiswa untuk melakukan penelitian dan kebetulan peneliti adalah salah satu santri di Al-Mahrusiyah sehingga memudahkan peneliti dalam proses penelitian.

¹¹ Ghufron, Nur, dan Risnawita` Rini. Teori-Teori Psikologi. (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media. 2011), h.34

Fenomena yang ditemukan peneliti ketika observasi di Al-Mahrusiyah asrama Ar-Roudhoh, terdapat 20% dari 400 santri yang kurang memiliki tingkat kepercayaan diri. Adakalanya tidak percaya diri karena merasa dirinya tidak bisa melakukannya, seperti menerangkan pelajaran didepan teman-temannya. Merasa bahwa teman-temannya lebih unggul dari dirinya sehingga menjadikannya tidak percaya diri dalam menjawab pertanyaan yang di berikan oleh guru padahal sebenarnya ia mampu. Merasa bahwa ia tidak di hiraukan oleh teman-temannya, sehingga ia kurang percaya diri dalam bersosialisasi dan lebih memilih untuk menjauh dari teman-temannya yang kurang membuatnya nyaman, dan hanya cenderung pada beberapa teman saja. Merasa bahwa ia memiliki *fasion* dan fisik yang kurang baik sehingga menjadikannya *insecure*.

Lebih dari 50% dari 400 santri yang memiliki kepercayaan diri cenderung lebih tenang dibandingkan dengan mereka yang kurang memiliki kepercayaan diri. Mereka tampak tidak gugup menghadapi persoalan atau perubahan lingkungan, sebab mereka merasa cukup dapat menguasai persoalan atau lingkungan tersebut. Disamping itu, ia akan memiliki kemampuan yang lebih besar untuk menempuh resiko dan mencoba hal-hal baru. Sifat-sifat khusus ini akan dijumpai dalam setiap aspek-aspek kehidupannya, baik dalam kehidupan sosial, lingkungan maupun Pendidikan. Dengan memiliki kepercayaan diri, menjadikan ia lebih mudah bergaul dengan siapapun, selalu siap ketika disuruh menjelaskan pelajaran didepan banyak orang, tidak minder dengan kemampuannya sendiri.

Orang yang senang akan hal-hal baru banyak memperoleh pelajaran, baik dalam keberhasilannya maupun kegagalannya. Orang semacam ini tidak menganggap kegagalan sebagai sesuatu yang menyedihkan, memalukan dan mematahkan semangat

melainkan menjadi tahap untuk memulai langkah berikutnya ke arah keberhasilan. Hal semacam ini yang disebut dengan strategi koping.

Pernyataan tersebut didukung oleh Smet Berg, yang mengatakan bahwa strategi koping merupakan cara yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, serta respon terhadap situasi yang mengancam.¹² Mereka tidak memandang kesalahan sebagai pertanda ketidakmampuan atau kebodohan. Kesalahan baginya adalah sesuatu yang wajar terjadi dan oleh karenanya harus dikaji agar dapat dihindari atau dikurangi, karena kesemuanya untuk terus berjuang dan pantang menyerah inilah biasanya anak cepat berkembang menjadi seorang ahli dibidangnya. Posisi ini tentu akan semakin mempertebal rasa percaya dirinya.

Percaya diri menyebabkan anak menjadi kreatif, senang ber-eksperimen dan berani menempuh resiko. Kesenangan dan keberanian ini akan menghasilkan berkembangnya kecakapan atau kemampuannya; penambahan kecakapan atau kemampuan akan menambah rasa percaya dirinya; bertambahnya rasa percaya diri menyebabkan bertambahnya kreativitas, dan seterusnya selama hidup si anak. Sebaliknya, anak yang tidak mempunyai rasa percaya diri akan takut ber-eksperimen, tidak kreatif sehingga dengan demikian kecakapan atau kemampuannya kurang berkembang dan ini akan menyebabkan semakin merosotnya rasa percaya diri pada anak tersebut.

¹² Smet Berg, *Psikologi Kesehatan*, Dalam Skripsi Alan Dwi Kurniawan, *Strategi Coping Dalam Mengatasi Stress Petambak Udang Yang Mengalami Kegagalan Dalam Budidaya Udang*, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Negeri Raden Fatah Palembang, 2017, H.20

Melihat fenomena diatas, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri sangat penting dan dibutuhkan, baik dalam proses pembentukan dan pengembangan potensi diri, berinteraksi, maupun bersosialisasi. Orang yang memiliki strategi koping tidak memandang kesalahan sebagai hal yang menyedihkan. Atas dasar ini menjadikan peneliti ingin mengkaji lebih jauh apakah ada pengaruh strategi koping terhadap kepercayaan diri, dalam skripsi yang berjudul **“Pengaruh Strategi Koping Terhadap Kepercayaan Diri pada Santri di Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri”**.

B. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang akan dikaji adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana strategi koping pada santri di Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri?
2. Bagaimana kepercayaan diri pada santri di Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri?
3. Apakah ada pengaruh strategi koping terhadap kepercayaan diri pada santri di Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Setiap penyelidikan maupun penelitian mempunyai tujuan, karena dengan adanya tujuan yang jelas akan menjadikan penelitian lebih terarah dan lebih bermakna. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana strategi koping pada santri di Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri.

2. Untuk mengetahui kepercayaan diri pada santri di Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh strategi koping terhadap kepercayaan diri pada santri di Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri.

D. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka peneliti berharap dapat bermanfaat sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

- a. Sebagai persyaratan akademik dalam meraih gelar sarjana strata 1 (S1).
- b. Sebagai wujud pengalaman maupun praktik dari metodologi penelitian untuk mengadakan sebuah penelitian dibidang penelitian.
- c. Sebagai suatu pemecahan masalah bagaimana individu mengetahui apakah strategi koping berpengaruh terhadap kepercayaan diri individu.

2. Bagi Lembaga IAI Tribakti Kediri

- a. Untuk menambah inventaris perpustakaan Fakultas Dakwah.
- b. Sebagai tolak ukur Pendidikan yang dilatar belakangi oleh dunia pesantren.

3. Bagi Santri Al-Mahrusiyah

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, santri mengetahui apakah strategi koping berpengaruh terhadap kepercayaan diri individu.

E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan tema penelitian yang diambil, maka hipotesis yang diajukan adalah ada pengaruh strategi koping terhadap kepercayaan diri pada santri di Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri.

F. Definisi Operasional

1. Strategi Koping

Strategi koping adalah perilaku penyelesaian sebuah masalah yang dilakukan individu untuk menghadapi dan mengantisipasi situasi dan kondisi yang bersikap menekan atau mengancam baik fisik maupun psikis dengan mengontrol diri, menjauh, menilai kembali situasi secara positif, menyadari tanggung jawab diri sendiri atau dengan melarikan diri dan menghindari masalah yang dialami.¹³

Strategi koping dalam penelitian ini diukur menggunakan skala data ordinal. Alat ukur yang digunakan adalah dalam bentuk skala strategi koping dengan indikator *planfull problem solving* (perencanaan penyelesaian masalah), *direct action* (tindakan langsung), *assistance seeking* (mencari bantuan orang lain), *information seeking* (mencari informasi), *avoidance* (menghindar), *accepting responsibility* (penerimaan tanggung jawab), *self control* (kontrol diri), *positive reappraisal* (penilaian kembali secara positif).

Dalam penelitian ini, peneliti mencari tahu bagaimana strategi koping pada santri putri Al-Mahrusiyah Asrama Ar-Roudhoh yang berjumlah 400 dengan sampel 60 orang, dimana strategi koping dikategorikan menjadi dua yaitu: strategi

¹³ Lazarus, S. & Folkman, R.S. (1986). *Stress, appraisal, and coping*. Springer: New York. h.77

koping positif dan strategi koping negatif. Santri yang mempunyai skor total tinggi dapat dikatakan bahwa strategi kopingnya positif. Sebaliknya, santri yang memiliki skor total rendah dapat dikatakan bahwa strategi kopingnya negatif.

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan hal yang dengannya anak mampu menyalurkan segala sesuatu yang diketahui atau dikerjakannya. Kepercayaan diri juga dapat diartikan sebagai sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/ situasi yang dihadapi.¹⁴

Kepercayaan diri dalam penelitian ini diukur menggunakan skala data ordinal. Alat ukur yang digunakan adalah dalam bentuk skala kepercayaan diri dengan indikator berpendapat atau melakukan kegiatan tanpa ragu-ragu, merasa kemampuan diri lebih unggul dari pada yang lain, berpandangan baik terhadap diri, berpandangan baik terhadap harapan, berpandangan baik terhadap kemampuan, memandang permasalahan dengan kebenaran yang semestinya, tegas dalam membuat keputusan yang baik, berani menanggung segala sesuatu, kemampuan menerima kritik, kemampuan menghadapi masalah, kemampuan menganalisa masalah.

Dalam penelitian ini, peneliti mencari tahu bagaimana kepercayaan diri pada santri putri Al-Mahrusiyah Asrama Ar-Roudhoh yang berjumlah 400 dengan

¹⁴ Rahayu Apriyanti Novita, *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita*, hlm.63

sampel 60 orang, dimana kepercayaan diri dikategorikan menjadi dua yaitu: kepercayaan diri positif dan kepercayaan diri negatif. Santri yang mempunyai skor total tinggi dapat dikatakan bahwa kepercayaan dirinya positif. Sebaliknya, santri yang memiliki skor total rendah dapat dikatakan bahwa kepercayaan dirinya negatif.

G. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu berisi uraian sistematis mengenai hasil-hasil penelitian yang telah dilaksanakan sebelumnya. Sejauh yang penulis ketahui, ada beberapa pembahasan mengenai pengaruh strategi coping dan kepercayaan diri yang diteliti oleh beberapa peneliti. Berikut adalah tinjauan umum atas penelitian terdahulu:

1. Penelitian yang ditulis oleh Aresy Quratul Aini (2013) dalam skripsinya yang berjudul “Hubungan Koping dengan Kepercayaan Diri Siswa dalam Menghadapi Ujian Nasional di SMP Negeri 5 Kota Tangerang”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang menggunakan koping adaptif sebanyak 85,7%, maladaptive 14,3%, dan siswa dengan kepercayaan diri tinggi sebanyak 78,6%, sedang 21,4%, sedangkan siswa dengan kepercayaan diri rendah tidak ada. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara koping dengan kepercayaan diri siswa dalam menghadapi ujian nasional dengan P value sebesar 0,664 atau $p > 0,05$.¹⁵

¹⁵ Aresy Quratul Aini (2013). “Hubungan Koping dengan Kepercayaan Diri Siswa dalam Menghadapi Ujian Nasional di SMP Negeri 5 Kota Tangerang” (*Skripsi*, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta), h.70

2. Penelitian yang ditulis oleh Murfika, dkk (2021) dalam jurnalnya yang berjudul “Efikasi diri dengan Strategi *Coping* Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi”. Pendekatan ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara variabel efikasi diri dengan strategi *coping* pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi. Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis (H0) yang diajukan oleh peneliti, yaitu tidak terdapat hubungan antara efikasi diri dengan strategi *coping* pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi.¹⁶
3. Penelitian yang ditulis oleh Siti Djamilah, SE. M.Si (2018), dalam skripsinya yang berjudul “Analisis Pengaruh Strategi Coping Stres Kerja Pada Strain Fisik dan Psikis”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil dari penelitian ini adalah Strain fisik dalam penelitian ini tidak terbukti dipengaruhi oleh *coping focus* masalah, *coping fokus* emosi, dukungan supervisor dan rekan kerja serta ketaatan beragama (Hipotesa 1a, 2a, 3a, 4a dan 5a). Hasil ini mendukung temuan Folkman et al. (1986), yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara coping dengan strain fisik dan bahwa hubungan antara coping dengan strain fisik tetap tidak jelas. Mungkin faktor-faktor lain yang lebih dominan pengaruhnya terhadap strain fisik. Misalnya: usia yang relatif muda (dalam penelitian ini rata-rata umw perawat 35 tahun), sehingga secara fisik belum rentan terhadap gangguan kesehatan; sampel perawat yang mempunyai pengetahuan tentang penyakit, sehingga mampu

¹⁶ Murfika, dkk (2021), “Efikasi diri dengan Strategi Coping Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi”. *Jurnal Sublimapsi*, Vol 2 No 2 (Mei 2021), h.51-52

mencegah secara dini bila ada gangguan kesehatan fisik; dan adanya fasilitas yang memadai untuk mendeteksi gangguan kesehatan.¹⁷

4. Penelitian yang ditulis oleh Naufal Mafazi (2017) dalam skripsinya yang berjudul “Pengaruh Strategi *Coping* Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial *Online*”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa strategi coping dan harga diri mempunyai pengaruh terhadap pengungkapan diri. Artinya, strategi coping yang dilakukan remaja merupakan bentuk pengungkapan diri di jejaring sosial *online*. Sedangkan untuk harga diri, semakin remaja mempunyai harga diri rendah maka semakin tinggi intensitas pengungkapan diri di jejaring sosial *online*. Sebaliknya, semakin remaja mempunyai harga diri tinggi maka semakin rendah intensitas pengungkapan diri di jejaring sosial *online*.¹⁸
5. Penelitian yang ditulis oleh I Gde Arya Raditya Atmawijaya (2018), dalam skripsinya yang berjudul “Pengaruh Strategi *Coping* Terhadap Stress Pada Perempuan Bali Yang Menjalani *Triple Roles* di Instansi Militer Denpasar”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan dari *Emotional Focused Coping* terhadap stres subjek. Hal ini terjadi karena beberapa faktor, yaitu

¹⁷ Djamilah, Siti . “Analisis Pengaruh Strategi Coping Stres Kerja Pada Strain Fisik dan Psikis”, (*Skripsi*, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya), h.66

¹⁸ Mafazi, Naufal. “Pengaruh Strategi Coping dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja di Jejaring Sosial Online”, (*Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2017), h.98

kemampuan para perempuan Bali yang menjalani *Triple Roles* di Instansi Militer sudah terbiasa dalam menghadapi stres yang ada.¹⁹

H. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika untuk mempermudah penulisan dan pemahaman alur skripsi ini, maka perlu adanya gambaran secara singkat tentang sistematika pembahasan judul skripsi. Adapun sistematika dalam penulisan ini adalah sebagai berikut:²⁰

Bab I: Pendahuluan, yang membahas tentang: a) latar belakang masalah, b) rumusan masalah, c) tujuan penelitian, d) kegunaan penelitian, e) definisi operasional, dan f) sistematika penulisan.

Bab II: Kajian Teori, yang membahas tentang: Tinjauan tentang strategi coping dan Tinjauan kepercayaan diri.

Bab III: Metode Penelitian, yang membahas tentang: a) jenis penelitian, b) populasi dan sampel, c) instrumen penelitian, d) teknik pengumpulan data dan e) teknis analisis data.

Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan, yang membahas tentang: a) hasil penelitian, meliputi : 1) latar belakang obyek, 2) penyajian data, 3) uji hipotesis, dan b) pembahasan penelitian

¹⁹ I Gde Arya Raditya Atmawijaya, "Pengaruh Strategi Coping Terhadap Stres Pada Perempuan Bali Yang Menjalani Triple Roles Di Instansi Militer Denpasar", (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2018). h.80

²⁰ Insitut Agama Islam Tribakti, *Pedomam Penulisan Karya Tulis Ilmiah Makalah, Proposal Skripsi* (Kediri: P3AM Insitut Agama Islam Tribakti 2020),h.101

Bab V: Penutup, yang membahas tentang: a) kesimpulan dan b) saran-saran.

