

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN RELIGIUSITAS
DENGAN *HARDINESS* PADA MAHASISWA MINANG DI D. I.
YOGYAKARTA**



Oleh:

Sandy Irsyad

NIM: 22200011083

TESIS

Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar

Master of Arts (M.A.)

Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

YOGYAKARTA

2024

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sandy Irsyad

NIM : 22200011083

Jenjang : Magister

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri, kecuali bagian yang menjadi rujukan sebelumnya.

Yogyakarta, 12 Juli 2024



Sandy Irsyad, S.Ag.

NIM. 22200011083

PERNYATAAN PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sandy Irsyad

NIM : 22200011083

Jenjang : Magister

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 12 Juli 2024



Sandy Irsyad, S.Ag.

NIM. 22200011083



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-766/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2024

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan antara Efikasi Diri dan Religiusitas dengan Hardiness pada Mahasiswa Minang di D. I. Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : SANDY IRSYAD, S.Ag.
Nomor Induk Mahasiswa : 22200011083
Telah diujikan pada : Senin, 12 Agustus 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 66c28fe8278a8

Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Moh. Mufid
SIGNED



Valid ID: 66c2f0e582670

Penguji II

Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED



Valid ID: 66b8f0d89836a6

Penguji III

Prof. Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.
SIGNED



Valid ID: 66c3048f69e5d

Yogyakarta, 12 Agustus 2024
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN RELIGIUSITAS DENGAN *HARDINESS* PADA MAHASISWA MINANG DI D. I. YOGYAKARTA

Yang ditulis oleh:

Nama : Sandy Irsyad, S.Ag.
NIM : 22200011083
Jenjang : Magister
Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Studi Islam.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yogyakarta, 12 Juli 2024

Pembimbing



Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.

NIP. 19750514 200501 2 004

ABSTRAK

Mahasiswa rentan mengalami gangguan mental yang berdampak buruk pada prestasi akademiknya, sehingga membutuhkan *hardiness* untuk mengatasi hal tersebut. Efikasi diri sebagai keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam mencapai tujuan dan religiusitas sebagai keyakinan terhadap Tuhan yang mengarahkan seseorang berperilaku positif memiliki peran penting dalam meningkatkan *hardiness*. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan antara efikasi diri dan religiusitas dengan *hardiness* mahasiswa Minang.

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi linier berganda menggunakan bantuan SPSS 25. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 222 orang dengan teknik penarikan sampel *accidental sampling*. Kriterianya yaitu mahasiswa yang bersuku Minangkabau, beragama Islam dan berusia 18-30 tahun di perguruan tinggi wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta. Instrumen menggunakan skala efikasi diri, skala religiusitas dan skala *hardiness* yang dikembangkan oleh peneliti, pengambilan data dilakukan dengan dengan bantuan *google form* melalui whatsapp dan menggunakan kode *QR* secara langsung.

Hasil dari penelitian menunjukkan terdapatnya hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dan religiusitas pada *hardiness* mahasiswa Minang, variabel bebas secara bersamaan berkontribusi sebesar 59,9% pada variabel terikat. Hipotesis secara parsial variabel efikasi diri menunjukkan adanya hubungan yang signifikan terhadap *hardiness* dengan nilai koefisien regresi 0,956 dan variabel religiusitas juga menunjukkan adanya hubungan signifikan terhadap *hardiness* dengan nilai koefisien regresi 0,499.

Kata Kunci: *hardiness*, efikasi diri, religiusitas, mahasiswa

ABSTRACT

Students are vulnerable to mental disorders that negatively impact their academic performance, thus requiring hardiness to overcome these issues. Self-efficacy, defined as the belief in one's ability to achieve goals, and religiosity, defined as the belief in God that directs individuals to behave positively, play a crucial role in enhancing hardiness. The aim of this study is to identify the relationship between self-efficacy and religiosity with the hardiness of Minang students.

This research employs a quantitative method with multiple linear regression analysis using SPSS 25. The sample consists of 222 participants selected through accidental sampling. The criteria include Minangkabau students who are Muslim and aged 18-30 years in higher education institutions in the Special Region of Yogyakarta. The instruments used are the self-efficacy scale, religiosity scale, and hardiness scale developed by the researcher. Data collection was conducted with the assistance of Google Forms via WhatsApp and direct use of QR codes.

The results of the study show a positive and significant relationship between self-efficacy and religiosity on the hardiness of Minang students, with the independent variables contributing 59.9% to the dependent variable. The hypothesis testing indicates that self-efficacy has a significant relationship with hardiness, with a regression coefficient of 0.956, and religiosity also shows a significant relationship with hardiness, with a regression coefficient of 0.499.

Keywords: *hardiness, self-efficacy, religiosity, students*

HALAMAN MOTTO

“...Sungguh, Allah beserta orang-orang sabar”

(Q.S Al-Anfal: 46)



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah bersyukur kepada ALLAH SWT yang telah menitipkan berbagai nikmatnya terutama nikmat iman dan nikmat Islam sehingga dapat melaksanakan amanah yang diberikan kepada kita.

Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW yang kita nantikan syafaatnya, semoga kita menjadi bagian umat yang dicintai dan disayangi oleh Rasulullah SAW.

Bersyukur penulis telah menyelesaikan tesis dengan baik, tentu tidak lepas dari bantuan ide, semangat, dan doa dari berbagai pihak. Semoga mendapatkan kemudahan dalam kebaikan, untuk itu penulisan mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag., selaku Direktur Pascasarjana Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Nina Mariani Noor., M.A., selaku Ketua Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing tesis yang berkenan meluangkan waktu dan

tenaganya untuk membimbing dan mengarahkan peneliti, sehingga tesis ini dapat terselesaikan dengan baik.

5. Tim penguji Bapak Dr. Moh. Mufid dan Prof. Dr. Hj. Nurjannah, M.Si., yang sudah memberikan koreksi untuk perbaikan tesis ini.
6. Seluruh Dosen di Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga yang telah memberikan ilmunya baik secara langsung ataupun tidak langsung kepada penulis.
7. Teristimewa kepada seluruh keluarga besar penulis, khususnya kedua orang tua Bapak Syahril dan Ibu Neldi Yusnita yang telah mendoakan, mendukung, memotivasi dan bantuan sepenuhnya, dengan itu penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Serta untuk adik Syahrani Fitri yang juga ikut memberikan dukungan dan do'a.
8. Guru kami Bapak Suhatri, M.Pd., Ustadz Yusron, Lc., dan Ustadz Lalu Zulkarnaen, SH., yang telah membimbing, mengarahkan dan memotivasi.
9. Bapak dan Ibu Jama'ah Masjid Al-Falah yang menjadi keluarga di Semarang.
10. Keluarga Alm. Buya Syafii Ma'rif dan Ibu Nurkhalifah yang menjadi keluarga di Yogyakarta.
11. Ustadz Fatah Saifullah Anwar, M.A., dan Rizma Kumala Dewi, S.Psi., M.A., yang telah berkenan menjadi expert judgement sehingga tesis ini selesai dengan baik.

12. Teman-teman seperjuangan mahasiswa Psikologi Pendidikan Islam Angkatan 2022.
13. Seluruh Mahasiswa Minangkabau di Yogyakarta yang telah membantu penelitian ini.

Yogyakarta, 12 Juli 2024

Hormat Saya,



Sandy Irsyad, S.Ag

NIM 22200011083



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERNYATAAN PLAGIASI	iii
PENGESAHAN	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
HALAMAN MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan dan signifikansi Penelitian	10
D. Kajian Pustaka	12
E. Kerangka Teori	17

1.	<i>Hardiness</i>	17
2.	Efikasi Diri	23
3.	Religiusitas	28
4.	Dinamika Teoritis	37
F.	Hipotesis.....	49
G.	Metode Penelitian.....	50
H.	Sistematika Penelitian	83
BAB II: GAMBARAN UMUM PENELITIAN.....		74
A.	Gambaran Umum Mahasiswa Minang di D. I. Yogyakarta	74
BAB III: HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN RELIGIUSITAS DENGAN <i>HARDINESS</i> PADA MAHASISWA MINANG DI D. I. YOGYAKARTA.....		79
A.	Analisis Deskriptif.....	79
B.	Hasil Uji Prasyarat	83
C.	Hasil Uji Hipotesis	86
C.	Pembahasan.....	92
BAB IV: PENUTUP.....		109
A.	Kesimpulan.....	109
B.	Saran.....	110
DAFTAR PUSTAKA		112

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Skala Pengukuran.....	48
Tabel 1.2 Skala <i>Hardiness</i>	49
Tabel 1.3 Tabel Efikasi Diri.....	50
Tabel 1.4 Skala Religiusitas.....	51
Tabel 1.5 Daftar Validator	53
Tabel 1.6 Hasil Pembuktian Validitas Skala <i>Hardiness</i>	54
Tabel 1.7 Koefisien Aiken's V Skala <i>Hardiness</i>	55
Tabel 1.8 Hasil Pembuktian Validitas Skala Efikasi Diri	56
Tabel 1.9 Koefisien Aiken's V Skala Efikasi Diri.....	56
Tabel 1.10 Hasil Pembuktian Validitas Skala Religiusitas	57
Tabel 1.11 Koefisien Aiken's V Skala Religiusitas.....	58
Tabel 1.12 Hasil Seleksi Item Skala <i>Hardiness</i>	61
Tabel 1.13 Distribusi Item Skala <i>Hardiness</i>	61
Tabel 1.14 Hasil Seleksi Item Skala Efikasi Diri.....	62
Tabel 1.15 Distribusi Item Efikasi Diri.....	63
Tabel 1.16 Hasil Seleksi Item Skala Religiusitas	64
Tabel 1.17 Distribusi Item Skala Religiusitas.....	65

Tabel 1.18 Reliabilitas	66
Tabel 2.1 Jenis Kelamin.....	74
Tabel 2.2 Usia	75
Tabel 2.3 Kampus Asal.....	76
Tabel 3.1 Statistik Deskriptif Variabel.....	78
Tabel 3.2 Kategorisasi.....	79
Tabel 3.3 Kategorisasi Skala <i>Hardiness</i>	79
Tabel 3.4 Kategorisasi Skala Efikasi Diri	80
Tabel 3.5 Kategorisasi Skala Religiusitas	81
Tabel 3.6 Hasil Uji Normalitas	82
Tabel 3.7 Hasil Uji Multikolinieritas	83
Tabel 3.8 Hasil Uji Heteroskedastisitas	84
Tabel 3.9 Koefisien Determinasi.....	85
Tabel 3.10 Uji F	86
Tabel 3.11 Uji t	87
Tabel 3.12 Hasil Uji <i>Independent t test</i>	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Berpikir	42
Gambar 2.1 Grafik Usia	75
Gambar 2.2 Grafik Kampus Asal.....	77
Gambar 3.1 Grafik Skala <i>Hardiness</i>	79
Gambar 3.2 Grafik Skala Efikasi Diri.....	80
Gambar 3.3 Grafik Skala Religiusitas.....	81



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perguruan tinggi merupakan pendidikan tertinggi yang dijalani oleh seseorang setelah menempuh pendidikan tingkat menengah atas, perguruan tinggi menjadi agen agar terlaksananya pendidikan di jenjang tertinggi. Peserta didik di tingkat ini disebut dengan mahasiswa, berbeda dengan siswa pada tingkat sekolah menengah, mahasiswa memiliki tuntutan dan tantangan yang lebih besar. Arsyad menyebutkan mahasiswa memiliki beberapa tuntutan yaitu memiliki kemampuan dalam akademik, mampu mengembangkan IPTEK, mampu meningkatkan taraf kehidupan masyarakat sesuai dengan keahlian masing-masing, serta mampu bekerja dengan memiliki sikap dan *soft skill* yang baik.¹

Selain itu, Praghlapati dan Ulfitri juga menjelaskan tentang tuntutan yang perlu dipenuhi mahasiswa. Ternyata tuntutan mahasiswa tidak hanya berkaitan dengan akademik, tuntutan di luar akademik yaitu mampu menyesuaikan diri dan juga bersosialisasi dengan mahasiswa lain yang memiliki

¹ Muhammad Arsyad, "Gambaran Academic Hardiness Pengurus Himpunan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP ULM tahun 2019-2020," *Journal of Psychological Perspective* 3, no. 2 (2021): 63-66.

latar belakang berbeda-beda, bahasa yang berbeda, biaya kuliah, pasangan, serta terdapat juga yang melakukan kerja tambahan.² Artinya, terdapat berbagai hal yang ditanggung oleh mahasiswa selain proses belajar di perguruan tinggi saja, mahasiswa juga sedang melewati fase perkembangannya.

Mahasiswa di Indonesia rata-rata berusia 18 tahun keatas. Usia ini menunjukkan bahwa mahasiswa memasuki masa perkembangan remaja akhir atau dewasa awal, menurut Santrock usia remaja akhir yaitu 18 hingga 21 tahun dan dewasa awal 20 hingga 30 tahun³, sedangkan Hurlock menyebutkan usia dewasa awal berada 18 hingga kira-kira 40 tahun.⁴

Mahasiswa yang termasuk dalam rentang usia tersebut seharusnya mampu mengontrol emosi agar stabil, dan menggunakan akalinya dalam menghadapi permasalahan yang terjadi. Sebagaimana usia remaja akhir menurut Marcia dan Carpendale (Santrock) merupakan perkembangan di mana fisik, kognitif, sosio-emosionalnya sudah meningkat, sehingga ia bisa menyaring berbagai pengalamannya saat

² Andria Pragholapati dan Wida Ulfitri, “Gambaran Mekanisme Coping pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat IV yang Sedang Menghadapi Tugas Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung,” *Humanitas* 3, no. 2 (2019): 115–126.

³ John W. Santrock, *Life-Span Development* 13 th, (New York: McGraw-Hill Companies, inc, 2011), 17.

⁴ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)* terj. Istiwidayanti dan Soedjarwo, (Jakarta: Erlangga), 246.

masa kanak-kanak untuk menempuh jalan yang lebih dinamis menuju kematangan seperti orang dewasa.⁵

Ali dan Asrori juga menyebutkan remaja akhir sudah memiliki emosi yang stabil, memiliki arah kehidupan yang jelas dan sudah mulai bisa bertanggung jawab atas tindakan atau keputusan yang diambil.⁶ Namun faktanya masih terdapat kasus berkaitan dengan gangguan mental atau emosi yang dialami oleh mahasiswa, sehingga mengganggu proses belajarnya di perguruan tinggi.

Nazira dkk menyebutkan bahwa permasalahan mental memang cenderung dialami oleh mahasiswa, seperti stres, depresi, cemas dan gangguan mental lain.⁷ Gangguan tersebut berasal dari permasalahan di lingkungan sosial ia berada, faktor akademik dan juga dapat berasal dari keluarga. Terutama mahasiswa perantau, biasanya mahasiswa perantau akan mengalami *culture shock*, karena berada dalam lingkungan dan budaya yang baru sehingga berakibat pada gangguan mental dan fisik.⁸

⁵ John W. Santrock, *Adolescence* terj. Benedictine Widyasinta, (Erlangga: 2007), 192.

⁶ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2010), 68-69.

⁷ Diyah Nazira dkk, "Literasi Kesehatan Mental pada Mahasiswa di Banda Aceh," *Jurnal Seurune* 5, no. 1 (2022): 23-39.

⁸ Marshellena Devinta, Nur Hidayah dan Grendi Hendrastomo, "Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta," *Jurnal Pendidikan Sosiologi* 5, no. 3 (2016): 1-15.

Permasalahan ini perlu di atasi karena berdampak buruk pada prestasi akademik. Terdapatnya gangguan-gangguan terhadap kehidupan sehari-hari, menyebabkan gangguan emosi yang berujung pada penurunan kualitas prestasi. Terdapat beberapa penelitian yang membuktikan gangguan emosi dapat berpengaruh pada prestasi, seperti stres yang berhubungan negatif dengan prestasi akademik, semakin tinggi stres yang dialami oleh mahasiswa, maka semakin rendah prestasi akademiknya.⁹

Apabila permasalahan ini terus berlanjut maka akan berdampak lebih buruk yaitu memiliki ide bunuh diri, beberapa kasus mahasiswa bunuh diri diduga karena mengalami stres dan depresi yang berasal dari permasalahan akademik.¹⁰ Berdasarkan penjelasan tersebut, terdapat atribut psikologi yang dibutuhkan oleh mahasiswa dalam mengatasi permasalahan mental seperti stres dan tekanan lain yaitu *hardiness*.

Schultz dan Schultz memberikan penjelasan terkait kondisi seseorang dalam menghadapi permasalahan, menurutnya yang membedakan sikap seseorang dengan yang

⁹ Ryan Prasdinar Pratama Putra dkk, "Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mataram," *Jurnal Kedokteran Unram* 3, no. 1 (2017).

¹⁰ Angling Adhitya Purbaya, "2 Mahasiswi di Semarang Diduga Bunuh Diri, Psikolog Ingatkan Bahaya Copycat," 17 November 2023, <https://www.detik.com/jateng/berita/d-6979319/2-mahasiswi-di-semarang-diduga-bunuh-diri-psikolog-ingatkan-bahaya-copycat>.

lain dalam menghadapi suatu permasalahan yaitu berkaitan dengan *hardiness* yang dimiliki oleh orang tersebut.¹¹ Artinya ketika seorang mahasiswa memiliki *hardiness* yang tinggi, maka ia dapat mengondisikan diri dalam menghadapi berbagai tekanan, serta memiliki rasa optimis untuk mengatasinya.¹²

Maeshade dkk juga menjelaskan mahasiswa yang memiliki *hardiness* tinggi akan mampu mengontrol maupun menghadapi suatu peristiwa, tantangan, serta kesulitan-kesulitan yang ditemui saat menjalankan pekerjaan dan perkuliahan.¹³ Bukti lainnya dari penelitian Hasel bahwa *hardiness* dapat menurunkan tingkat stres.¹⁴ Penelitian-penelitian tentang *hardiness* telah banyak dilakukan, terutama hubungannya dengan stres.

Hardiness merupakan kepribadian tahan banting, seseorang dengan kepribadian ini cenderung memiliki strategi dalam menghadapi kejadian yang tidak

¹¹ Duane Schultz dan Sydney Ellen Schultz, *Psychology and Work Today (Tenth Edition)*, (Upper Saddle River, NJ: Pearson Education, 2010) 288.

¹² Riefka Cahyanita Rahayuning Tyas dan Andi Cahyadi, "Keterkaitan Kepribadian Hardiness dengan Optimisme dalam Mencari Pekerjaan pada Dewasa Awal," *Psycho Idea* 20, no. 2 (2022): 118-127.

¹³ Sheila Maeshade dkk, "Gambaran Hardiness Mahasiswa Universitas Negeri Padang yang Bekerja Part Time," *Jurnal Psibernetika* 16, no. 1 (2023): 27 – 34.

¹⁴ Kurosh Mohamadi Hase, "Hardiness Training and Perceived Stres among College Students," *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 30, (2011): 1354 – 1358.

menyenangkan dalam hidupnya, karena dengan hal itu ia dapat mengondisikan diri dan dapat menyikapinya dengan baik, sehingga terhindar dari dampak yang buruk.¹⁵

Kobasa dkk menyebutkan *hardiness* sebagai karakteristik kepribadian untuk melawan tekanan hidup yang memiliki tiga aspek yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan.¹⁶ Maddi dkk juga menyebutkan bahwa *hardiness* terdiri dari tiga aspek yaitu komitmen, kontrol dan tantangan yang saling berkaitan dalam mengelola kondisi stres, dengan mengubahnya menjadi kondisi untuk tumbuh.¹⁷ Artinya seseorang yang memiliki *hardiness* tinggi dapat melewati tekanan-tekanan yang ada dalam hidupnya dengan lebih baik, namun terdapat juga orang yang memiliki *hardiness* rendah.

Menurut Kobasa; Gentry dan Kobasa (dalam Florian dkk) orang yang memiliki *hardiness* tinggi akan terlibat aktif dalam mengendalikan stres dan mengubahnya sebagai pengalaman yang tidak berbahaya, sedangkan orang yang memiliki *hardiness* rendah akan menggunakan strategi

¹⁵ Listya Istiningtyas, "Kepribadian Tahan Banting (Hardiness Personality) dalam Psikologi Islam," *Jurnal Ilmu Agama: Mengkaji Doktrin, Pemikiran, dan Fenomena Agama* 14, no. 1 (2016): 81-97.

¹⁶ Suzanne C. Kobasa dkk, "Hardiness and Health: A Prospective Study," *Journal of Personality and Social Psychology* 42, no. 1 (1982): 168-177.

¹⁷ Salvatore R. Maddi dkk, "The Personality Construct of Hardiness: II Relationships with Comprehensive Tests of Personality and Psychopathology," *Journal of Research in Personality* 36 (2002): 72-85.

coping regresif, menarik dirinya dari permasalahan tersebut, bahkan ini dapat menambah masalah mental.¹⁸ Beberapa penelitian menunjukkan orang yang memiliki *hardiness* rendah akan mengalami *burnout*¹⁹, rendahnya penyesuaian diri²⁰, stres²¹, bahkan memiliki ide bunuh diri.²² Agar dapat menghindari dampak buruk tersebut, mahasiswa perlu menjadi pribadi yang *hardy* (memiliki kepribadian *hardiness* tinggi atau tahan banting)

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *hardiness*, menurut Shekarey dkk efikasi diri menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *hardiness*.²³ Faktor lainnya menurut Freud (dalam Hidayat; Santana dan Istiana) yaitu

¹⁸ Victor Florian dkk, "Does Hardiness Contribute to Mental Health During a Stressful RealLife Situation? The Roles of Appraisal and Coping," *Journal of Personality and Social Psychology* 68, no. 4 (1995): 687-695.

¹⁹ Sheyeda Konsareh dan Sutarto Wijono, "Hubungan antara hardiness dengan burnout pada perawat di Rumah Sakit Roemani Semarang," *Jurnal Psikohumanika* 10, no. 1 (2018): 79-91.

²⁰ Ellsa Azma Oktaviani dan Erdina Indrawati, "Penyesuaian Diri dan Dukungan Keluarga dengan Kepribadian Tangguh Santriwati Tahun Pertama Pondok Pesantren X Cikarang," *IKRAITH-HUMANIORA* 3, no. 2 (2019): 110-115.

²¹ Intan Wientya Risana dan Erin Ratna Kustanti, "Hubungan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro," *Jurnal EMPATI* 9, no. 5 (2020): 370-374.

²² Ghobad Bahamin dkk, "The effects of hardiness training on suicide ideation, quality of life and plasma levels of lipoprotein (a) in patients with depressive disorder," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 46 (2012):4236 – 4243.

²³ Abass Shekarey dkk, "The Relation of Self-Efficacy and Hardiness with the Education Progression Among the Sophomore Girl Students in a High School in Aleshtar City," *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5, (2010): 1905–1910.

pengalaman-pengalaman hidup, penderitaan, dan tingkat religiusitas.²⁴ Khususnya penelitian ini, melihat hubungan efikasi diri dan religiusitas sebagai prediktor terhadap *hardiness*.

Penelitian tentang efikasi diri sebagai prediktor terhadap *hardiness*, yaitu penelitian Mardliyah dan Rahmandani yang menunjukkan hasil bahwa efikasi diri memiliki hubungan positif terhadap *hardiness*, semakin tinggi tingkat efikasi diri seseorang maka *hardiness* juga akan meningkat.²⁵ Kemudian penelitian Sufarita dkk dengan hasil bahwa efikasi diri memiliki pengaruh sekitar 21,8 % terhadap *hardiness*, hubungan ini juga positif, semakin tinggi efikasi diri maka *hardiness* juga akan meningkat.²⁶ Penelitian efikasi diri sebagai prediktor terhadap *hardiness* masih terbatas, khususnya yang dilakukan pada mahasiswa.

Penelitian berikutnya berkaitan dengan religiusitas sebagai prediktor terhadap *hardiness*. Penelitian Santana dan Istiana pada ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menunjukkan hasil religiusitas berpengaruh positif

²⁴ Indah P Santana dan Istiana, "Hubungan antara Religiusitas dengan *Hardiness* pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Negeri Binjai," *Jurnal Diversita* 5, no. 2 (2019): 142-148.

²⁵ Afifah Mardliyah dan Amalia Rahmandani, "Hubungan antara Efikasi Diri dengan Ketangguhan pada Taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang," *Jurnal EMPATI*, 7, no. 4 (2018): 310-320.

²⁶ Sufarita dkk, "Peran Emotinal Intelligence dan Self Efficacy terhadap *Hardiness* pada Peserta Orientasi Persiapan Kerja," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 3, no. 2 (2019): 465-474.

terhadap *hardiness*. Semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang maka *hardiness* juga akan meningkat.²⁷ Hasil yang sama penelitian Aprilia dilakukan pada ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, menunjukkan hasil religiusitas memiliki pengaruh positif terhadap *hardiness*.²⁸ Namun kedua penelitian ini hanya berfokus pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Berikutnya penelitian Amalia pada mahasiswa UIN Jakarta, terdapat pengaruh sebesar 15,5% religiusitas terhadap *hardiness*. Hasilnya juga menunjukkan hubungan positif, semakin tinggi religiusitas maka *hardiness* juga akan meningkat.²⁹ Penelitian Amalia hanya melihat mahasiswa secara umum, tanpa melihat secara khusus, serta belum terdapatnya penelitian yang menggunakan variabel efikasi diri dan religiusitas secara bersamaan sebagai prediktor terhadap *hardiness*.

Pemaparan di atas menunjukkan masih terbatasnya penelitian yang dilakukan pada mahasiswa, padahal mahasiswa rentan mengalami gangguan mental dan membutuhkan kepribadian yang tangguh. Penelitian ini

²⁷ Santana dan Istiana, Hubungan antara Religiusitas dengan *Hardiness*, 142–148.

²⁸ Ludvia Rara Gendis Aprilia, “Hubungan Antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan *Hardiness* Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus,” *Psikoborneo* 6, no. 3 (2018): 334-340.

²⁹ Ilmi Amalia, “Pengaruh Religiusitas terhadap *Hardiness*,” *TAZKIYA Journal of Psychology* 19, no. 2 (2014): 213-221.

dilakukan pada mahasiswa Minang, melihat hubungan secara bersamaan efikasi diri dan religiusitas dengan *hardiness*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di latar belakang, maka rumusan masalah yang diangkat yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan efikasi diri dan religiusitas dengan *hardiness* pada mahasiswa Minang di Yogyakarta?
2. Apakah terdapat hubungan efikasi diri dengan *hardiness* pada mahasiswa Minang di Yogyakarta?
3. Apakah terdapat hubungan religiusitas dengan *hardiness* pada mahasiswa perantau Minang di Yogyakarta?

C. Tujuan dan signifikansi Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu:

- a. Untuk mengetahui hubungan efikasi diri dan religiusitas dengan *hardiness* pada mahasiswa Minang di Yogyakarta.
- b. Untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan *hardiness* pada mahasiswa Minang di Yogyakarta.

- c. Untuk mengetahui hubungan religiusitas dengan *hardiness* pada mahasiswa Minang di Yogyakarta.

2. Signifikasi penelitian:

a. Secara Teoritis

Penelitian ini dilakukan untuk memperkaya kajian mengenai efikasi diri, religiusitas dengan *hardiness* pada mahasiswa. Serta mengetahui prediktor yang berpengaruh secara signifikan terhadap *hardiness*, supaya dapat dijadikan acuan dalam memberikan perlakuan pada mahasiswa dalam meningkatkan *hardiness* dan mengembangkan pendekatan-pendekatan agar mahasiswa terhindar dari tekanan yang berakibat buruk.

b. Secara Praktis

Secara praktis penelitian ini bermanfaat bagi kalangan mahasiswa, terutama memperkaya keilmuan tentang *hardiness*, serta dapat memahami kepribadian tahan banting sebagai sumber daya mengatasi stres dan permasalahan lainnya. Serta menyajikan tentang efikasi diri dan juga religiusitas. Karena hal ini sangat dibutuhkan oleh kalangan mahasiswa.

D. Kajian Pustaka

Penelitian yang berkaitan dengan variabel efikasi diri, religiusitas dan *hardiness* di Indonesia sudah ada, baik menghubungkan dua variabel tersebut secara bersamaan ataupun salah satunya dihubungkan dengan variabel lain yang tidak disebutkan. Penelitian terdahulu menjadi dasar pada kajian pustaka ini, beberapa penelitian yang penulis dapatkan akan dikelompokkan berdasarkan keterkaitan dengan variabel penelitian yaitu efikasi diri, religiusitas dan *hardiness*.

Terdapat penelitian yang membahas tentang efikasi diri sebagai prediktor terhadap *hardiness*, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Afifah Mardliyah dan Amalia Rahmandani pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan *hardiness*, menggunakan metode kuantitatif dengan teknik sampling yaitu *cluster random Sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan hubungan positif antara efikasi diri dengan *hardiness*, semakin tinggi efikasi diri maka *hardiness* juga semakin tinggi. Nilai $r_{xy} = 0.731$ dan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.001$).³⁰

Penelitian Sufarita dkk dengan judul “Peran *Emotinal Intelligence* dan *Self Efficacy* terhadap *Hardiness* pada

³⁰ Mardliyah dan Rahmandani, Hubungan antara Efikasi Diri dengan Ketangguhan, 310.

Peserta Orientasi Persiapan Kerja”, menggunakan metode kuantitatif dengan *multiregression analysis*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan hubungan positif, semakin tinggi efikasi diri seseorang maka semakin tinggi tingkat *hardiness* yang dimilikinya, dengan nilai $r = 0,467$ dan nilai ($p = 0,000 < 0,05$).³¹

Berikutnya penelitian tentang religiusitas sebagai prediktor terhadap *hardiness*. Penelitian yang dilakukan oleh Indah P Santana dan Istiana terhadap ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB yang berada dalam Kawasan negeri Binjai, dengan judul “Hubungan antara Religiusitas dengan *Hardiness* pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Negeri Binjai”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis *Product Moment*, serta teknik pengumpulan datanya menggunakan total sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan terhadap *hardiness* dengan nilai $(r^2) = 0,901$.³²

Penelitian yang sama dilakukan oleh Aprilia terhadap ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Untung Tuah dan Ruhui Rahayu Samarinda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel

³¹ Sufarita dkk, Peran *Emotinal Intelligence* dan *Self Efficacy* terhadap *Hardiness*, 471.

³² Santana dan Istiana, Hubungan antara Religiusitas dengan *Hardiness*, 145-146.

kebersyukuran dan religiusitas terhadap *hardiness* pada ibu yang memiliki anak cacat. Metode yang digunakan yaitu kuantitatif dengan teknik pengumpulan data *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan terdapatnya hubungan antara religiusitas dengan *hardiness*, nilai P sebesar 0,002 ($p < 0,05$). Serta hubungan kebersyukuran dan religiusitas dengan *hardiness* mendapatkan nilai P 0.000 ($P < 0.05$).³³

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Ilmi Amalia terhadap mahasiswa S1 UIN Jakarta dengan judul “Pengaruh Religiusitas terhadap *Hardiness*”. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi berganda, skala yang digunakan untuk *hardiness* *Dispositional Resilience Scale* (DRS-15) yang telah dikembangkan Bartone sedangkan religiusitas menggunakan Muslim Religiosity Personality Inventory (MRPI) dari Krauss dkk. Hasil penelitian ini yaitu terdapat pengaruh religiusitas terhadap *hardiness* sebesar 15,5 %.³⁴

Adapun penelitian lain yang berkaitan dengan *hardiness* sebagai prediktor telah banyak dilakukan, terdapat beberapa penelitian yang penulis ambil sebagai rujukan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Paul T. Bartone dkk berjudul “*Hardiness moderates the effects of COVID-19 stres on*

³³ Aprilia, Hubungan Antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan Hardiness, 337-338.

³⁴ Ilmi Amalia, Pengaruh Religiusitas terhadap *Hardiness*, 215-217.

anxiety and depression”. Penelitian ini dilakukan pada warga yang tinggal di Kanada yang berusia 18 tahun atau lebih, melalui survei online menggunakan *Amazon Mechanical Turk*. Data yang di dapatkan kemudian diolah menggunakan SPSS dan dianalisis menggunakan teknik ordinary least squares (OLS) regression. Hasil dari penelitiannya menunjukkan seseorang yang memiliki *hardiness* tinggi lebih sedikit kecemasan dan depresinya.³⁵

Penelitian Paula R. Jameson berjudul “*The effects of a hardiness educational intervention on hardiness and perceived stress of junior baccalaureate nursing students*” dengan tujuan untuk mengetahui setelah diberikan intervensi *hardiness* apakah dapat meningkatkan *hardiness* dan terjadinya penurunan tingkat stres pada mahasiswa perawat. Setelah dilakukan uji dan mendapatkan hasil bahwa intervensi tidak berpengaruh terhadap peningkatan *hardiness*, namun intervensi berpengaruh terhadap penurunan nilai stres.³⁶

Berikutnya penelitian Andyria Kurnia dan Ayunda Ramadhani dengan judul “Pengaruh *Hardiness* dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa”.

³⁵ Paul T. Bartone, “Hardiness moderates the effects of COVID-19 stress on anxiety and depression,” *Journal of Affective Disorders* 317 (2022): 236–244.

³⁶ Paula R. Jameson, “The effects of a hardiness educational intervention on hardiness and perceived stress of junior baccalaureate nursing students,” *Nurse Education Today* 34, no. 4 (2014): 603–607.

Metode penelitian yaitu kuantitatif, penelitian dilakukan pada mahasiswa DIV kebidanan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kalimantan Timur, pengumpulan data menggunakan skala likert dan teknik analisis data menggunakan uji non parametrik yakni Uji Kendall Tau. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *hardiness* dan stres akademik berpengaruh negatif dengan nilai korelasi (-0.233) dan sig (0.003), sedangkan dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap stres akademik.³⁷

Penelitian yang sama berkaitan dengan *hardiness* dan stres akademik yang dilakukan oleh Jesica Nur Azizah dan Yohana Wuri Satwika dengan judul “hubungan antara *hardiness* dan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi covid 19”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif dengan populasi mahasiswa psikologi Angkatan 2016-2017 yang sedang mengerjakan skripsi, sampel diambil dengan metode *stratified random sampling* dan teknik analisis menggunakan korelasi sederhana *product moment pearson*. Hasil menunjukkan terdapatnya hubungan antara *hardiness* dan stres akademik dengan nilai sig. 0.000 (<0.05), dan nilai korelasinya $r = -0,617$. Maka hal ini menunjukkan terdapatnya

³⁷ Andyria Kurnia dan Ayunda Ramadhani, “Pengaruh Hardiness dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa,” *Psikoborneo* 9, no. 3 (2021): 657-666.

hubungan negatif, jika tingkat *hardiness* tinggi maka tingkat stres akademiknya rendah.³⁸

E. Kerangka Teori

1. *Hardiness*

a. Pengertian *Hardiness*

Melihat pengertian *hardiness*, menurut Kobasa dkk *hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang dimiliki oleh seseorang untuk perlawanan terhadap tekanan hidup. *Hardiness* sendiri memiliki tiga aspek yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan.³⁹ Sedangkan menurut Sukmono (Olivia) *hardiness* adalah bentuk ketahanan dari psikologis yang berguna untuk mengelola stres.⁴⁰

Maddi dkk juga mengemukakan tentang *hardiness*, yaitu gabungan dari komitmen, kontrol dan tantangan yang saling berkaitan memberikan fasilitas pada diri dalam mengelola

³⁸ Jesica Nur Azizah dan Yohana Wuri Satwika, "Hubungan antara Hardiness dan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan skripsi Selama Pandemi Covid 19," *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 1 (2021): 212-223.

³⁹ Suzanne C. Kobasa dkk, *Hardiness and Health: A Prospective Study*, 169.

⁴⁰ Dian Oktaria Olivia, "Kepribadian Hardiness dengan Prestasi Kerja pada Karyawan Bank," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 2, no. 1 (2014): 115-129.

kondisi stres dengan mengubah hal tersebut sebagai pemicu untuk tumbuh dan bukan untuk melemahkan.⁴¹

Pertama apabila seseorang kuat sikap komitmennya, maka dia akan lebih memilih terlibat dalam suatu proses daripada menarik diri. Seseorang menganggap hal itu sebagai cara terbaik dalam mengubah apa yang dialami menjadi lebih menarik dan penting. Kedua apabila seseorang kuat sikap kontrolnya, akan memiliki pikiran bahwa sesuatu itu dapat diusahakan, dengan berusaha mereka akan bisa mempengaruhi peristiwa yang terjadi di sekitarnya, dan tidak akan berdiam diri saja menghadapi keadaan. Ketiga apabila seseorang kuat sikap tantangannya, mereka percaya bahwa kepuasan itu didapatkan melalui pengalaman dan peristiwa saat bertumbuh, berupa hal baik dan juga hal buruk sekalipun.⁴²

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* merupakan salah satu bentuk ketahanan diri yang dimiliki oleh

⁴¹ Salvatore R. Maddi, "The Personality Construct of Hardiness II. Relationships with Comprehensive Tests of Personality and Psychopathology," *Journal of Research in Personality* 36, no. 1 (2002: 72–85.

⁴² *Ibid*, 72-73.

seseorang untuk menghadapi berbagai bentuk tekanan atau stres dalam kehidupannya, seseorang yang memiliki *hardiness* yang tinggi akan memiliki cara yang tepat dalam mengatasi tekanan atau stres di kehidupannya.

b. Aspek-Aspek *Hardiness*

Menurut Kobasa dkk *hardiness* memiliki tiga aspek yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan.⁴³

1) Komitmen

Komitmen merupakan sebuah keyakinan individu untuk tetap melibatkan dirinya pada berbagai peristiwa dengan orang yang ada di sekitarnya, dan masih tetap bertahan apapun yang terjadi.

2) Kontrol

Kontrol merupakan keyakinan yang dimiliki oleh individu bahwa ia tetap dapat mempengaruhi hal sekitar meskipun mengalami kesulitan, hal ini dapat diartikan sebagai usaha yang dilakukan seseorang dengan tidak membiarkan diri berada dalam ketidakberdayaan.

⁴³ Kobasa dkk, *Hardiness and Health: A Prospective Study*, 169.

3) Tantangan

Tantangan merupakan pandangan yang dimiliki seseorang terhadap tekanan yang ia alami, ia berpandangan bahwa tekanan sebagai bagian kehidupan untuk belajar, berkembang, serta bertumbuh dan menganggap tekanan sebagai hal yang normal terjadi dalam kehidupan, sehingga menjadikan itu sebagai jalan menuju kesuksesan.⁴⁴

c. Faktor yang Mempengaruhi *Hardiness*

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *hardiness* menurut Bissonnette:

1) Pengalaman penguasaan

Seorang anak diajarkan tentang pengendalian terhadap dunia dengan melatih kemampuannya, sehingga mereka merasakan kemampuan yang dimilikinya dibutuhkan oleh orang lain.

⁴⁴ Salvatore R. Maddi, "Hardiness: The courage to grow from streses," *The Journal of Positive Psychology* 1, no. 3 (2006): 160.

2) Perasaan positif

Pengalaman-pengalaman positif dapat membantu seseorang memiliki ketangguhan yang baik.

3) Gaya penjelasan orang tua

Orang tua memiliki peran sangat penting terhadap anaknya, harus mengajarkan rasa optimis.

4) Kemampuan kognitif

Kemampuan kognitif ini berkaitan bagaimana seseorang memberikan penilaian terhadap situasi yang dihadapinya, terutama berkaitan dengan penyebab stres.

5) Strategi koping

Strategi koping sangat berpengaruh karena berkaitan dengan bagaimana seseorang dalam memilih strategi ketika menghadapi penyebab stres.

6) Gaya optimis

Optimis berkaitan dengan bagaimana seseorang yakin dapat mengatasi permasalahan yang menyebabkan stres.⁴⁵

⁴⁵ Michelle Bissonnette, "Optimism, Hardiness, and Resiliency: A Review of the Literature, *Southern Online Journal Of Nursing Research* 09, no. 04 (1998): 2-16.

7) Efikasi diri

Keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki juga menjadi faktor terbentuknya *hardiness*.⁴⁶

8) Pengalaman-pengalaman hidup dan penderitaan

9) Tingkat religiusitas.⁴⁷

10) Dukungan sosial

Dukungan sosial didapat dari teman, keluarga, masyarakat ataupun komunitas.⁴⁸

d. Fungsi *Hardiness*

Menurut Kreitner dan Kinicki (Hayati dan Wibawanti) fungsi *hardiness* yaitu:

- 1) Membantu seseorang agar dapat beradaptasi dan lebih mudah menerima kondisi yang tidak baik yaitu penuh tekanan atau kondisi stres dikehidupannya;
- 2) Mengurangi dampak buruk pada diri yang diakibatkan oleh stres, karena hal ini berpengaruh pada pekerjaan ataupun dalam

⁴⁶ Abass Shekarey dkk, *The Relation of Self-Efficacy*, 1905–1910.

⁴⁷ Indah P Santana dan Istiana, Hubungan antara Religiusitas dengan, 142-148.

⁴⁸ M. Rizki Satria Utama dkk, “Pengaruh Kepemimpinan dan Dukungan Sosial terhadap Hardiness serta Implikasinya pada Spiritual Wellbeing Perawat Klinik Kusuma Pertiwi Kediri,” *Jurnal Ilmu Manajemen* 8, no. 1 (2022): 85-96.

belajar seperti *burnout* dan memiliki pikiran buruk terhadap peristiwa tersebut. Harapannya seseorang dapat melakukan coping;

- 3) Seseorang yang memiliki *hardiness* tinggi diharapkan memiliki pandangan yang positif terhadap peristiwa baik ataupun buruk yang dialaminya, hal ini akan sangat membantu untuk berkembang lebih baik;
- 4) Membantu seseorang supaya lebih mudah dalam mengambil keputusan yang tepat dan lebih baik, meskipun sedang mengalami peristiwa tidak mengenakan atau kondisi stres.⁴⁹

2. Efikasi Diri

a. Pengertian Efikasi Diri

Menurut Bandura efikasi diri merupakan keyakinan yang dimiliki oleh seseorang terhadap kemampuannya dalam mengatur dan menjalankan tindakan agar dapat mencapai berbagai hal yang ia tuju.⁵⁰ Sedangkan menurut

⁴⁹ Btari Nindya Isabell Garaga, "Hardiness Karyawan yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja," *Psikoborneo* 5, no. 3 (2017): 433-440.

⁵⁰ Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, (New York: W. H. Freeman & Company, 1997), 3.

Baron dan Byrne (Shofiah dan Raudatussalamah) efikasi diri yaitu tentang evaluasi diri, kesadaran akan kemampuan atau kompetensi yang dimilikinya dalam menjalankan ataupun berguna untuk mencapai tujuan-tujuan serta mengatasi berbagai hambatan yang ada.⁵¹

Ghufron dan Risnawati juga menjelaskan efikasi diri sebagai suatu keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam mengatasi berbagai situasi, seperti situasi yang buruk dan juga situasi-situai yang baik.⁵² Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya, dengan menyadari dan percaya terhadap kemampuan yang dimiliki, maka seseorang dapat mengatasi berbagai hal dalam kehidupan, seperti menjalankan tugas ataupun mengatasi rintangan yang ada.

⁵¹ Vivik shofiah dan Raudatussalamah, "Self- Efficacy dan Self-Regulation Sebagai Unsur Penting dalam Pendidikan Karakter: (Aplikasi Pembelajaran Mata Kuliah Akhlak Tasawuf)," *Kutubkhanah : Jurnal Penelitian sosial keagamaan* 17, no.2 (2014): 214-229.

⁵² M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzman Media, 2010), 77.

b. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Aspek Efikasi diri menurut Bandura yaitu⁵³:

1) *Magnitude*

Berhubungan dengan tingkat kesulitan sebuah tugas atau ekspektasi kemampuan seseorang dalam mengerjakannya. Tiap individu berbeda dalam memilih tingkat kesulitannya, seperti hal yang sederhana, sulit atau sampai pada tugas yang paling membebani. Hal ini dapat dilihat ketika seseorang merasa mampu menjelaskan tugas berdasarkan tingkat kesulitannya.

2) *Generality*

Berhubungan dengan kemampuan seseorang dalam tiap situasi yang berbeda atau keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam menjalankan aktivitas tertentu, apakah hanya terbatas pada satu situasi saja atau masih mampu dalam situasi yang lainnya.

⁵³ Albert Bandura, "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change," *Psychological Review* 84, no. 2 (1977): 191-215.

3) *Strength*

Berhubungan dengan tingkat kekuatan terhadap keyakinan seseorang pada kemampuan yang dimilikinya. Hal ini dapat dipahami bagaimana harapan atau kekuatan dari keyakinannya dalam melakukan sesuatu. Seseorang dengan kekuatan keyakinan atau harapan yang lemah akan mudah goyah oleh pengalaman buruk yang dialaminya.

c. Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri menurut Bandura:

1) Pengalaman menguasai sesuatu

Pengalaman sendiri dalam menguasai sesuatu hal sangat berpengaruh terhadap efikasi diri. Pengalaman di sini berkaitan dengan performa masa lalu, seseorang dengan performa yang berhasil akan mengurangi dampak inferior. Selain itu, dengan pengalaman yang pernah berhasil, seseorang juga akan mengurangi tekanan emosi.

2) Pemodelan sosial

Berhubungan dengan pengalaman yang tidak terduga. Seseorang dapat

mengobservasi dari pengalaman orang lain yang setingkat dengan dirinya, atau seseorang dengan kompetensi yang setara. Artinya, efikasi diri seseorang akan meningkat apabila ia melihat seseorang yang setara dengan dirinya berhasil dalam mencapai tujuan yang sama dengan dirinya, sebaliknya efikasi diri akan rendah apabila ia melihat kegagalan.

3) Persuasi sosial

Persuasi yang dilakukan oleh orang lain dapat mempengaruhi tingkat efikasi diri. Terdapat syarat yang diperlukan jika ingin berengaruh, yaitu seseorang harus mempercayai orang yang memberikan persuasi, karena kepercayaan sangat berdampak pada keyakinan pada ucapan tersebut. Namun hal ini juga tetap dalam kondisi dan kemampuan orang tersebut, sebanyak apapun persuasi dilakukan, tidak akan berpengaruh jika kondisi dan kemampuannya di bawah batas.

4) Kondisi fisik dan emosional

Menjalani kehidupan tentu mempertimbangkan kondisi fisik dan

emosional yang dimiliki, karena hal yang berkaitan dengan kondisi fisiologi dan emosional juga berpengaruh terhadap efikasi diri.⁵⁴

Beberapa hal lain yang juga ikut mempengaruhi efikasi diri menurut Bandura yaitu budaya (melalui nilai-nilai yang ada), kepercayaan, serta pengaturan terhadap diri.⁵⁵ Beberapa penjelasan di atas menunjukkan bahwa budaya dan lingkungan sosial berpengaruh terhadap terbentuknya efikasi diri.

3. Religiusitas

a. Pengertian Religiusitas

Hackney dan Sanders mendefinisikan religiusitas kedalam tiga bagian, pertama berhubungan dengan perilaku beragama yang dikaitkan juga dengan aspek sosial, kedua mengarah pada bentuk keyakinan beragama dan

⁵⁴ Jess Feist dkk, *Teori Kepribadian*, terj. R.A Hadwitia Dewi Pertiwi, (Jakarta: Salemba Humanika, 2018), 158-160.

⁵⁵ Rohmad Efendi, "Self Efficacy: Studi Indegenous pada Guru Bersuku Jawa," *Journal of Social and Industrial Psychology* 2, no. 2 (2013): 61-67.

ketiga berhubungan dengan pengabdian diri yaitu internalisasi beragama.⁵⁶

Sedangkan menurut Nashori (Reza) yaitu berkaitan dengan seberapa jauhkah pengetahuan agama, seberapa kokohnya keyakinan, pelaksanaan ibadah dan kaidah, serta seberapakah penghayatan seseorang atas agama yang telah dianutnya.⁵⁷ Huber dan Huber menyebutkan religiusitas sebagai keyakinan ataupun pikiran seseorang terhadap cara pandanginya pada dunia, sehingga dengan itu ia dapat mempengaruhi kehidupannya sehari-hari.⁵⁸

Jalaluddin lebih singkat menyebut religiusitas berkaitan dengan tingkah laku manusia yang sumbernya berasal dari keyakinan beragama.⁵⁹ Artinya religiusitas merupakan hasil dari keyakinan beragama yang termanifestasi kedalam bentuk perilaku sebagaimana yang diajarkan dalam agama yang dianut oleh

⁵⁶ Charles H. Hackney dan Glenn S. Sanders, "Religiosity and Mental Health: A Meta Analysis of Recent Studies," *Journal for the Scientific Study of Religion* 42, no. 1 (2003): 43–55.

⁵⁷ Iredho Fani Reza, "Hubungan antara Religiusitas dan Moralitas pada Remaja di Madrasah Aliyah (MA)," *Humanitas* 10, no. 2 (2013): 45-58.

⁵⁸ Stefan Huber dan Odilo W. Huber, "The Centrality of Religiosity Scale (CRS)," *Religions* 3, (2012): 710–724.

⁵⁹ Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2016), 265-272.

seseorang, tentunya dalam beragama akan diajarkan yakin terhadap keberadaan Tuhan, ibadah, serta pengalaman dalam mendekatkan diri pada Tuhan itu sendiri.

b. Aspek-Aspek Religiusitas

Aspek religiusitas menurut Hackney dan Sanders yaitu:⁶⁰

1) Institusional

Aspek ini berhubungan dengan perilaku beragama (sosial) seperti kehadiran dalam beribadah, mengikuti kegiatan-kegiatan keagamaan dan sifatnya ekstrinsik.

2) Ideologi

Aspek ini berhubungan dengan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang, hal ini berkaitan dengan ideologi keagamaan yang diikuti, sikapnya, dan berkaitan dengan fundamental lainnya (ketuhanan ataupun ketentuan-ketentuan tuhan).

3) Pengabdian pribadi

Pengabdian pribadi yaitu berhubungan dengan pengalaman yang

⁶⁰ Hackney dan Sanders, *Religiosity and Mental Health*, 48.

dimiliki oleh seseorang dalam beragama misalnya keterikatan emosional dengan Tuhan, berdoa, orientasi intrinsik, dilihat dari intensitas kedekatan dengan tuhan dan bentuk pengalaman kedekatan lainnya.

Huber dan Huber juga menjelaskan tentang dimensi religiusitas yaitu:⁶¹

1) Dimensi intelektual

Dimensi ini berkaitan dengan harapan sosial, apabila seseorang itu religius maka ia akan memiliki pengetahuan tentang agamanya serta ia juga bisa memberikan penjelasan tentang transenden, agama maupun religiusitas. Namun dalam konstruk pribadi, dimensi ini mencerminkan sebuah ketertarikan, ataupun gaya berpikir yang sistematis. Indikatornya dapat dilihat seberapa besar ia memikirkan tentang religius.

2) Dimensi ideologi

Dimensi ini berkaitan dengan harapan sosial, apabila seseorang religius maka akan memiliki keyakinan terhadap hakikat realitas transenden, berkaitan dengan hubungan antara transenden dengan manusia. Secara konstruk

⁶¹ Huber dan Huber, The Centrality of Religiosity Scale (CRS), 714-715.

pribadi, hal ini berkaitan dengan keyakinan, indikatornya dapat dilihat sejauh mana seseorang mempercayai keberadaan Tuhan.

3) Dimensi ibadah publik

Dimensi ini berkaitan dengan harapan sosial, bahwa seseorang yang religius akan tergabung dengan kelompok yang religius juga serta akan terlihat kontribusi publik pada ritual keagamaan dan kegiatan komunal. Secara kontruk pribadi, akan terlihat pada pola tindakan dan perasaan memiliki. Hal ini dapat dijumpai dalam agama Islam seperti mengerjakan shalat jumat.

4) Ibadah pribadi

Tentunya dimensi ini berkaitan dengan harapan sosial, bahwa seseorang yang religius akan terlihat mengabdikan dirinya pada hal transenden dengan ritual personal. Sikap individu dalam berhubungan dengan suatu yang transenden, bagaimana ia mengabdikan dirinya. Hal ini dapat dilihat pada ibadah seperti berdoa dan sebagainya.

5) Dimensi pengalaman

Dimensi ini berkaitan dengan harapan sosial, apabila seseorang religius maka ia akan

memiliki hubungan secara langsung dengan Tuhan atau ilahi. Kaitannya dengan pengalaman atau perasaan seseorang yang terhubung dengan Tuhannya, bagaimana ia menghayati dari pengalaman itu.

c. Faktor yang Mempengaruhi Keagamaan Seseorang

Religiusitas sebagai perilaku keagamaan seseorang dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu intern dan ekstern. Berikut penjelasan keduanya:⁶²

1) Intern

Faktor intern bagian dari diri manusia yang mempengaruhinya dalam beragama. Pertama hereditas sebagai pewarisan atau diwarisi pada generasi, meskipun bukan secara faktor bawaan secara turun-temurun, namun jiwa keagamaan terbentuk melalui kognitif, afektif, ataupun konatif. Kedua tingkatan usia yang berhubungan dengan perkembangan aspek kejiwaan, seiring bertambahnya usia maka manusia akan mengalami perkembangan sehingga berpengaruh pada bentuk pemahaman

⁶² Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, 265-272.

mereka terhadap agama itu sendiri. ketiga kepribadian, tiap orang memiliki kepribadian masing-masing sehingga hal itu juga akan berpengaruh terhadap jiwa keagamaannya. Keempat kondisi jiwa, hal ini juga berkaitan dengan bagaimana kepribadian yang dimiliki oleh seseorang. seperti orang dengan gangguan jiwa akan kehilangan ikatan dengan dunia pada normalnya.

2) Ekstern

Faktor ini berhubungan dengan lingkungan kehidupan seseorang. Pertama lingkungan keluarga yang merupakan lingkungan pertama dalam kehidupan manusia, hal ini dikaitkan dengan orang tua yang dapat mempengaruhi anaknya dalam beragama. Kedua lingkungan institusional, lingkungan kedua setelah lingkungan keluarga adalah lingkungan institusional berupa formal ataupun tidak formal.

Institusi formal dapat dijumpai pada sekolah-sekolah yang mengajarkan agama, sedangkan tidak formal dapat dijumpai pada organisasi ataupun perkumpulan biasa yang

berkaitan dengan keagamaan. Ketiga merupakan lingkungan masyarakat. Selain keluarga dan institusi, masyarakat juga sangat berperan penting dalam mempengaruhi keagamaan seseorang, karena manusia tidak akan lepas dari lingkungan masyarakat.

d. Fungsi Agama dalam Kehidupan.⁶³

1) Edukaif

Seseorang beragama berpendapat bahwa agama itu mengajarkan berbagai hal yang perlu dipatuhi. Secara hukum, ajaran agama hanya berkaitan dengan seruan dan larangan, hal ini supaya penganut agama dapat menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

2) Penyelamat

Penyelamat maksudnya agama memberikan keselamatan pada penganutnya, keselamatan ini disampaikan untuk dunia dan juga akhirat. Masing-masing agama mengenalkan hal yang sakral yaitu keimanan pada Tuhan mereka.

⁶³ *Ibid*, 282-284.

3) Pendamaian

Pendamaian berkaitan dengan penyesalan yang dimiliki oleh seseorang setelah melakukan dosa, melalui agama seseorang dapat terbebas dari rasa bersalah dan penyesalan tersebut. Hal ini dapat dilakukan dengan penebusan dosa, bertaubad dan sebagainya.

4) Kontrol sosial

Agama dijadikan norma oleh penganutnya, antara penganut dari masing-masing agama akan memiliki hubungan batin. Sehingga agama memiliki fungsi sebagai pengawasan sosial, berlaku secara individu dan juga kelompok.

5) Solidaritas

Agama sebagai pemupuk solidaritas karena sesama penganut agama akan memiliki rasa kesamaan dalam keimanan atau kepercayaan.

6) Transformatif

Melalui ajaran yang ada dalam agama, seseorang dapat mengalami perubahan dalam hidupnya.

7) Kreatif

Kreatif ini artinya para pengikut agama dituntut juga untuk berinovasi, dan bekerja produktif. Bekerja tidak hanya untuk kepentingan diri sendiri, tetapi juga untuk orang lain.

8) Sublimatif

Semua hal berkaitan dengan usaha yang dilakukan dengan niat baik dan tidak bertentangan dengan ajaran agama yang dianut akan dinilai sebagai pahala.

4. Dinamika Teoritis

Hardiness merupakan kepribadian tangguh atau tahan banting yang perlu dimiliki oleh seseorang, menurut Kobasa dkk *hardiness* memiliki tiga aspek yaitu komitmen (aspek ini dijelaskan sebagai kecenderungan melibatkan diri pada suatu perilaku daripada berdiam diri), kontrol (aspek ini menjelaskan bahwa seseorang berpikir dapat mempengaruhi kemungkinan dalam hidup, bukan menjadi orang yang tidak berdaya), dan tantangan (berkeyakinan bahwa perubahan adalah suatu yang pasti, dan dapat dijadikan sebagai tempat bertumbuh, bukan merasa ancaman).⁶⁴

⁶⁴ Kobasa dkk, *Hardiness and Health: A Prospective Study*, 169-170.

Berkaitan dengan aspek *hardiness* yaitu komitmen, kontrol dan tantangan. Maddi dkk juga menjelaskan bahwa orang yang memiliki komitmen yang kuat akan melibatkan dirinya dalam suatu peristiwa, menjadikan itu sebagai suatu yang menarik dan dapat diubah. Orang dengan kontrol kuat akan berpikir melalui usaha yang dilakukannya, ia yakin dapat mengubah hal yang terjadi dalam hidupnya. Orang dengan tantangan yang kuat, akan memiliki kepercayaan bahwa kepuasan didapatkan melalui pengalaman positif ataupun negatif dalam kehidupan.⁶⁵ Tingginya tingkat *hardiness* bukan berarti didapatkan dari salah satu aspek saja, namun kombinasi dari ketiga aspek yang ada.

Lebih lanjut Maddi menjelaskan terkait aspek-aspek *hardiness*, ketika seseorang hanya memiliki kontrol yang tinggi sedangkan komitmen dan tantangannya rendah maka ia hanya fokus pada pencapaian hasil, tidak ingin terlibat dengan orang lain ataupun belajar dari pengalaman, artinya dia tidak ingin membuang waktu dan tenaganya. Hal ini akan

⁶⁵ Maddi dkk, *The Personality Construct of Hardiness*, 72-73.

menghasilkan sifat egois, mudah marah, dan menganggap dirinya lebih baik dari orang lain.⁶⁶

Apabila seseorang memiliki komitmen tinggi sedangkan kontrol dan tantangannya rendah, maka ia akan terikat dengan orang lain ataupun peristiwa di sekitarnya sehingga kehilangan jati diri. sedangkan seseorang dengan tantangan yang tinggi sedangkan kontrol dan komitmennya rendah, maka ia akan memiliki kesibukan pada hal baru dan tidak tertarik dengan orang sekitar ataupun peristiwa yang ada di sekitarnya.⁶⁷

Penjelasan di atas menunjukan seseorang yang memiliki *hardiness* tinggi memiliki kontrol, komitmen dan tantangan yang tinggi. Artinya memiliki rasa keyakinan yang kuat terhadap kemampuan yang dimilikinya, rasa percaya diri yang tinggi, optimis, dan cenderung melibatkan diri dengan kehidupan yang penuh tekanan daripada menarik diri atau berdiam diri menerima kenyataan. Shekarey dkk menyebutkan salah satu yang mempengaruhi *hardiness* yaitu efikasi diri.⁶⁸

⁶⁶ Salvatore R. Maddi, "The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice," *Consulting Psychology Journal: Practice and Research* 54, no. 3 (2002): 175–185.

⁶⁷ *Ibid*, 176.

⁶⁸ Shekarey dkk, The relation of self-efficacy and hardiness, 1905.

Bandura dalam teori kognitif sosial telah menjelaskan tentang efikasi diri, bahwa efikasi diri merupakan keyakinan terhadap kemampuan diri seseorang dalam mengatur dan juga melaksanakan suatu tindakan untuk mencapai tujuan tertentu.⁶⁹ Bandura juga menyebutkan efikasi diri berbeda dengan ekspektasi hasil. Ekspektasi atas hasil yang dicapai ini mengarah pada prediksi seseorang dari kemungkinan yang akan terjadi pada suatu hasil perilaku tertentu, sedangkan efikasi diri dapat dipahami sebagai keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam melakukan suatu tindakan. Artinya, seseorang dengan efikasi diri tinggi memiliki potensi atau ia lebih mungkin untuk melakukan suatu tindakan dan mencapai kesuksesan atas tindakannya daripada orang dengan efikasi diri rendah.⁷⁰

Terdapat tiga aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strenght*. *Magnitude* dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menyelesaikan suatu tugas dari ringan hingga berat, *generality* diartikan sebagai keyakinan seseorang pada

⁶⁹ Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, 3.

⁷⁰ Feist dkk, *Teori Kepribadian* terj. R. A Hadwitia Dewi Pertiwi, 157.

kemampuannya dalam berbagai situasi yang berbeda, sedangkan *strenght* diartikan sebagai tingkat kekuatan dari keyakinan mengenai kemampuannya. Maka efikasi diri tinggi merupakan kombinasi dari tiga aspek tersebut, bukan hanya tinggi pada salah satu aspek.

Ketiga aspek efikasi diri akan saling berkaitan dalam mempengaruhi aspek *hardiness*. Seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi, memiliki kemampuan dalam menyelesaikan tugas dari yang paling ringan hingga berat (*magnitude*) memiliki kaitan dengan ketiga aspek *hardiness*. Kemampuan menyelesaikan tugas menunjukkan suatu usaha, usaha menunjukkan keterlibatan seseorang dalam berbagai hal (komitmen), usaha menunjukkan keyakinannya untuk dapat mempengaruhi sekitar (kontrol) dan menunjukkan seseorang tetap belajar dan berkembang dalam berbagai situasi (tantangan).

Memiliki keyakinan terhadap kemampuan dalam berbagai situasi (*generality*) menunjukkan seseorang yakin pada kemampuan yang dimilikinya dalam kondisi apapun, artinya seseorang akan berusaha terlibat dalam berbagai hal (komitmen), yakin dapat melakukan perubahan (kontrol) serta menjadikan

berbagai situasi sebagai tempat untuk berkembang (tantangan).

Strenght sebagai aspek ketiga juga merupakan hal yang penting, karena menunjukkan kekuatan dari keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Seseorang juga membutuhkan *strength* agar memiliki komitmen, kontrol dan tantangan yang tinggi, semakin kuat keyakinan seseorang pada kemampuannya akan meningkatkan keyakinan seseorang untuk tetap memberikan kontribusi pada lingkungan sekitar (komitmen), keyakinan untuk melakukan perubahan (kontrol) serta melewati berbagai tantangan sebagai bagian untuk berkembang (tantangan).

Sebagaimana yang disebutkan oleh Jackson dan Scheiner (Sufarita dkk) tanpa adanya keyakinan pada diri (efikasi diri) seseorang tidak akan menjadi pribadi yang *hardy*.⁷¹ Penjelasan di atas menunjukkan efikasi diri yaitu bagaimana seseorang memiliki sebuah keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Melalui hal itu, maka akan lebih mudah untuk menghadapi berbagai tantangan, ataupun berusaha menyelesaikan tuntutan dan tantangan dalam kehidupan.

⁷¹ Sufarita dkk, Peran Emotinal Intelligence dan Self Efficacy terhadap, 467.

Sebagaimana dijelaskan oleh Lee dan Bobko seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi akan memfokuskan usaha dan perhatiannya pada situasi yang dihadapi saat itu. Ketika dihadapkan dengan suatu hambatan atau situasi yang sulit, maka ia akan berusaha keras dan memiliki ketangguhan untuk menghadapinya.⁷²

Apabila melihat lebih lanjut, seseorang tidak selalu memiliki efikasi diri yang tinggi, dalam situasi tertentu seseorang bisa saja memiliki efikasi diri yang tinggi dan situasi lain akan menjadi rendah. Tinggi rendahnya tingkat efikasi diri bergantung pada kompetensi yang dibutuhkan dalam suatu tindakan, keberadaan orang lain, apresiasi kompetensi dari orang lain terutama kompetitor, dan kondisi psikologisnya. Artinya lingkungan memang berpengaruh terhadap keberhasilan yang akan dicapai, orang dengan efikasi diri rendah bisa saja mencapai sesuatu dengan bantuan lingkungan yang responsif, namun jika lingkungan tidak responsif maka akan gagal. Berbeda dengan

⁷² Cynthia Lee and Philip Bobko, "Self-Efficacy Beliefs: Comparison of Five Measures," *Journal of Applied Psychology* 79. no. 3 (1994): 364-369.

efikasi diri tinggi, meskipun lingkungan tidak responsif, ia akan meningkatkan usahanya.⁷³

Terdapat penelitian-penelitian tentang efikasi diri, contohnya efikasi diri memiliki hubungan negatif dengan stres, semakin tinggi efikasi diri seseorang maka tingkat stresnya semakin rendah.⁷⁴ Efikasi diri juga memiliki pengaruh positif terhadap ketangguhan mental, tentunya hal ini membawa dampak baik bagi seseorang dalam menghadapi berbagai tantangan yang ada.⁷⁵ Tampaknya seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi atau mempunyai keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya menjadi pribadi yang tangguh. Hal ini menjadi indikasi efikasi diri sebagai faktor yang mempengaruhi *hardiness*.

Selain efikasi diri, religiusitas juga menjadi faktor yang mempengaruhi *hardiness*. Menurut Freud (dalam Hidayat; Santana & Istiana) yang mempengaruhi *hardiness* yaitu pengalaman-pengalaman hidup, penderitaan, dan termasuk tingkat religiusitas.⁷⁶

⁷³ Jess Feist dkk, *Teori Kepribadian* terj. R.A Hadwitia Dewi Pertiwi, 157-158.

⁷⁴ Afnan dkk, "Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa yang Berada dalam Fase Quarter Life Crisis," *Jurnal Kognisia* 3, no. 1 (2020): 23-29.

⁷⁵ Ach. Rizal Firdaus dkk, "Pengaruh Efikasi Diri terhadap Ketangguhan Mental pada Mahasiswa Pecinta Alam," *Psikosains* 18, no. 2 (2023): 104-115.

⁷⁶ Santana dan Istiana, Hubungan antara Religiusitas dengan *Hardiness*.

Anshori (Ghufron & Risnawati) menyebutkan religiusitas mengarah pada aspek religi, sesuatu yang dihayati seseorang dalam hatinya.⁷⁷

Religiusitas mengacu pada agama, sebagaimana yang dijelaskan oleh Jalaluddin bahwa religiusitas berkaitan dengan tingkah laku manusia yang sumbernya berasal dari keyakinan beragama.⁷⁸ Artinya agama tidak akan lepas dari tingkah laku manusia, Zakiah Daradjat juga menyebutkan bahwa keimanan itu sangat dibutuhkan oleh manusia, jika menginginkan ketenangan dan kebahagiaan. Apabila kepribadiannya utuh dan jiwanya sehat, maka seseorang dapat mengatasi masalah dengan keadaan tenang, yaitu kepribadian atau jiwa yang terkandung unsur agama serta keimanan yang kuat.⁷⁹ Artinya keimanan dan keyakinan yang kuat terhadap agama akan berpengaruh pada kehidupan, memberikan ketenangan pada jiwa sehingga dapat mengatasi berbagai hal dengan baik.

Tingkat religiusitas seseorang merupakan gabungan dari aspek-aspek yang ada, sebagaimana yang dikemukakan oleh Hackney dan Sanders yaitu

⁷⁷ Ghufron dan Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, 168.

⁷⁸ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, 293.

⁷⁹ Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1982), 11.

insitusional (perilaku beragama dalam lingkup sosial seperti kehadiran pada kegiatan keagamaan), ideologi (keyakinan pada ideologi agama yang dianut) dan pengabdian (pengalaman kedekatan dengan Tuhan).

Apabila seseorang memenuhi ketiga aspek religiusitas tersebut, maka akan berdampak pada peningkatan religiusitas. Aspek inilah yang kemudian mendukung peningkatan dari aspek-aspek *hardiness*, seperti aspek insitusional (ekstrinsik) yang mengacu pada perilaku beragama dalam lingkup sosial yang dapat dilihat dari ibadah shalat di masjid secara berjamaah, perilaku lainnya yaitu bersedekah, membantu orang lain ataupun mengikuti kegiatan-kegiatan di masjid. Artinya aspek ini mendukung aspek komitmen, seseorang berusaha tetap terlibat dengan orang sekitarnya, serta aspek kontrol yang menunjukkan upaya yang dilakukan seseorang untuk mengubah sekitar.

Selain itu, agama juga mengajarkan berbagai hal kebaikan, dengan aspek ideologi yaitu keyakinan yang kuat pada ajaran agama yang dianut akan mengarahkan seseorang menjadi pribadi yang baik. Aspek ini juga mendukung seseorang untuk terlibat dalam peristiwa di lingkungannya (komitmen), akan berusaha melakukan perubahan (kontrol) dan menjadikan tekanan dalam

hidup sebagai pengalaman untuk belajar dan berkembang (tantangan). Islam telah mengajarkan ketika menghadapi kesulitan untuk bersabar, sabar dalam arti menjadi pribadi yang tenang, dan mengendalikan diri agar bisa mengatasi kesulitan itu dengan baik.⁸⁰

Aspek pengabdian menggambarkan kedekatan seseorang dengan Tuhannya seperti intensitas melakukan ibadah dan berdoa, aspek ini berorientasi pada intrinsik. Artinya seseorang bergerak sesuai ajaran yang ada dalam agamanya, hal ini ikut mendorong seseorang untuk tetap terlibat dengan lingkungannya (komitmen), yakin dapat melakukan perubahan (kontrol) dan menjadikan suatu tantangan sebagai tempat untuk belajar (tantangan).

Beberapa penelitian menunjukkan hubungan positif antara religiusitas dan *hardiness*. Penelitian Santana dan Istiana pada ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menunjukkan hasil religiusitas berpengaruh terhadap *hardiness*.⁸¹ Penelitian Aprilia juga menunjukkan hasil religiusitas memiliki pengaruh

⁸⁰ Sukino, "Konsep Sabar dalam Al-Quran dan Konseptualisasinya dalam Tujuan Hidup Manusia Melalui Pendidikan," *Jurnal Ruhama* 1, no. 1 (2018): 63-77.

⁸¹ Santana dan Istiana, Hubungan antara Religiusitas dengan Hardiness, 142-148.

positif terhadap *hardiness*.⁸² Serta penelitian Amalia pada mahasiswa UIN Jakarta, terdapat pengaruh sebesar 15,5% religiusitas terhadap *hardiness*.⁸³

Hubungan positif ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki kontribusi terhadap ketangguhan seseorang (*hardiness*), semakin tinggi religiusitas maka tingkat *hardiness* juga akan semakin tinggi. Sehingga seseorang dapat bertahan dan melalui berbagai hal kesulitan yang mengakibatkan permasalahan pada mental seperti stres. Bintari dkk menyebutkan religiusitas tinggi akan meningkatkan kepercayaan diri, rasa optimis, dan ketenangan hati. Oleh sebab itu, seseorang dengan religiusitas tinggi akan mudah menghadapi berbagai permasalahan hidup yang dihadapinya.⁸⁴ Menurut Istiningtyas *hardiness* dalam pandangan Islam dapat dipahami sebagai ketabahan.⁸⁵

Artinya seseorang dengan religiusitas tinggi merupakan pribadi yang tabah atau tangguh.

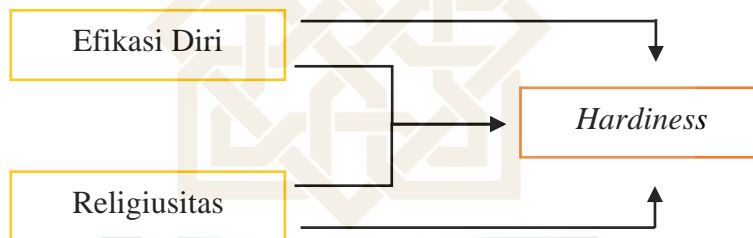
⁸² Aprilia, "Hubungan Antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan Hardiness, 334-340.

⁸³ Amalia, Pengaruh Religiusitas terhadap Hardiness, 213-221.

⁸⁴ Mizro'atul Ayzahroh KS dan Ali Mursyid Azisi, "Agama dan Altruisme: Studi Analisis Pengaruh Religiusitas Komunitas Posko Bersama Relawan dalam Aksi Kemanusiaan di Surabaya," *Jurnal Ilmiah Ilmu Ushuluddin* 21, no. 2 (2014): 191-203.

⁸⁵ Istiningtyas, Kepribadian Tahan Banting (*Hardiness Personality*), 82-83.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka seseorang yang religiusitasnya tinggi akan memiliki pribadi yang tahan banting (*hardiness* tinggi) atau dapat diartikan sebagai seseorang yang tabah. Ketabahan ini didapat melalui keyakinan dalam beragama, atau menjadi seseorang yang religius yaitu mengimplementasikan ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

F. Hipotesis

Hipotesis merupakan dugaan sementara, jadi hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu:

1. Hipotesis Mayor

Terdapat hubungan antara efikasi diri dan religiusitas dengan *hardiness* pada mahasiswa Minang di Yogyakarta.

2. Hipotesis Minor

H₁ : Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *hardiness* pada mahasiswa Minang di Yogyakarta.

H₂ : Terdapat hubungan antara religiusitas dengan *hardiness* pada mahasiswa Minang di Yogyakarta.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, bertujuan untuk mengumpulkan data berupa angka dari variabel efikasi diri, religiusitas dan *hardiness*. Kuantitatif merupakan sebuah metode penelitian yang menekankan pada angka dalam analisisnya, kemudian data yang didapatkan diolah menggunakan metode statistik.⁸⁶

Pendekatan yang digunakan yaitu korelasional, merupakan tipe penelitian untuk melihat hubungan antara satu atau dua variabel.⁸⁷ Pendekatan tersebut digunakan untuk mendukung tujuan dari penelitian ini, melihat hubungan antara efikasi diri dan religiusitas dengan *hardiness*.

2. Variabel Penelitian

Variabel berhubungan dengan subjek penelitian, biasanya variabel berawal dari suatu fenomena atau

⁸⁶ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), 5.

⁸⁷ A. Muri Yusuf, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana, 2014), 64.

gejala yang diperhatikan dan kemudian dikaji oleh seorang peneliti. Variabel dalam penelitian berkaitan dengan suatu konsep tentang atribut atau sifat yang bisa bervariasi secara kuantitatif ataupun secara kualitatif pada subjek penelitian.⁸⁸

Variabel yang terdapat pada penelitian ini terdiri dari variabel independen dan dependen yaitu:

a. Variabel Independen (X)

Variabel independen atau variabel bebas dalam penelitian ini yaitu efikasi diri (X^1) dan religiusitas (X^2)

b. Variabel Dependen (Y)

Variabel dependen atau variabel terikat dalam penelitian ini yaitu *hardiness*.

3. Definisi Operasional

a. *Hardiness*

Hardiness merupakan salah satu bentuk ketahanan diri dalam menghadapi tekanan yang dialami seseorang, sehingga menjadikan dirinya stabil dan menghadapi tekanan tersebut.

Hardiness diukur menggunakan skala pengukuran yang memiliki tiga aspek yaitu komitmen, kontrol dan tantangan. *Hardiness*

⁸⁸ Azwar, Metode Penelitian, 59.

yang tinggi ditandai dengan tingginya nilai hasil pengisian skala pengukuran tersebut.

b. Efikasi diri

Efikasi diri adalah suatu keyakinan yang dimiliki oleh seseorang terhadap kemampuan yang dia miliki, berguna untuk mengatur tindakan dalam mencapai suatu tujuan. Efikasi diri diukur menggunakan skala pengukuran efikasi diri yang memiliki tiga aspek yaitu *magnitude*, *generality* dan *strength*. Tingkat efikasi diri yang tinggi ditandai dengan tingginya nilai yang didapatkan melalui skala yang diisi.

c. Religiusitas

Religiusitas adalah sebuah hasil dari keyakinan seseorang pada Tuhan yang termanifestasi ke dalam perilaku sehari-hari, dapat dilihat bagaimana perilaku ibadah dan sosial, serta bagaimana interaksinya dengan Tuhan. Religiusitas diukur menggunakan skala pengukuran religiusitas yang memiliki tiga aspek yaitu institusional, ideologi dan pengabdian pribadi. Religiusitas yang tinggi ditandai dengan tingginya nilai yang didapatkan dari pengisian skala pengukuran.

4. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi menurut Azwar merupakan kelompok subjek yang dapat menggeneralisir hasil dari penelitian, jadi kelompok subjek tersebut memiliki karakteristik bersama dan berbeda dengan subjek lain.⁸⁹ Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa berasal dari Minang Sumatera Barat yang menempuh pendidikan tinggi di Yogyakarta. Data keseluruhan populasi tidak diketahui pasti, karena tidak terdapat data yang menghimpun secara keseluruhan.

b. Sampel

Menurut Azwar sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki karakteristik seperti populasi tersebut.⁹⁰ Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *non-probability* yaitu *accidental sampling*, alasan menggunakan ini karena ukuran populasi tidak diketahui pasti. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Mulyadi bahwa teknik tersebut digunakan jika peneliti

⁸⁹ Azwar, *Metode Penelitian*, 77.

⁹⁰ *Ibid*, 79.

tidak memiliki data yang pasti terkait ukuran populasi.⁹¹

Accidental sampling merupakan salah satu teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan, siapa saja yang ditemui oleh peneliti yang dipandang cocok untuk sumber data.⁹² *Accidental sampling* disebut juga dengan *convenience sampling*, penarikan sampel menggunakan *accidental sampling* atau *convenience sampling* dilakukan berdasarkan ketersediaan dan kemudahan dalam mendapatkannya, dan sangat tepat digunakan pada kelompok yang terfokus.⁹³

Berdasarkan penjelasan di atas, penggunaan *Accidental sampling* atau *convenience sampling* dirasa tepat dalam penelitian ini. Contoh tahapan yang akan peneliti lakukan yaitu membagikan kuisioner berbentuk google form pada subjek yang ditemui di sekitar kampus, asrama dan tempat lain yang diketahui terdapat populasi penelitian ini. karakteristik subjek dalam

⁹¹ Mohammad Mulyadi, *Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif (Serta Praktek Kombinasi dalam Penelitian Sosial)*, (Yogyakarta: Publica Institute, 2011), 81.

⁹² Karimuddin Abdullah dkk, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Aceh: YPMZ, 2022), 85.

⁹³ Sugiharto dkk, *Teknik Sampling*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2003), 36-37.

penelitian ini yaitu mahasiswa Minang yang menempuh pendidikan di Daerah Istimewa Yogyakarta yang berusia 18-30 tahun.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuisioner, dengan skala pengukuran yaitu skala likert. Skala likert merupakan skala untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok yang berhubungan dengan fenomena sosial.⁹⁴ Setelah menjabarkan variabel penelitian dalam bentuk kerangka teoritis terdiri dari aspek yang dikembangkan menjadi indikator-indikator, kemudian dikembangkan lagi kedalam bentuk item pernyataan. Berikut ketentuan dalam penilaian dari item:

Pilihan Jawaban	Skor	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat setuju	5	1
Setuju	4	2
Cukup setuju	3	3
Kurang setuju	2	4
Sangat tidak Setuju	1	5

Tabel 1.1 Skala Pengukuran

⁹⁴ Abdullah dkk, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, 136.

Skala psikologi yang digunakan terdiri dari 3 skala yaitu skala efikasi diri, skala religiusitas dan skala *hardiness*. berikut merupakan penjelasan dari masing-masing skala:

a. Skala *Hardiness*

Pengukuran skala *hardiness* menggunakan skala *likert* dengan lima pilihan jawaban dan rentang skor jawaban antara 1 hingga 5. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek penelitian, maka hal tersebut menunjukkan semakin tinggi juga tingkat *hardiness*nya. Serta sebaliknya, apabila skornya rendah maka tingkat *hardiness*nya juga rendah. Berikut *blueprint* skala *hardiness*:

No	Aspek	Indikator	Nomor Item
1	Komitmen	Terlibat dalam peristiwa dengan orang sekitarnya	1, 2, 5, 6
		Kemampuan bertahan dalam kondisi sulit/tertekan	3, 4, 7, 8
2	Kontrol	Dapat mengendalikan masalah	9, 10, 13, 14
		Tidak membiarkan diri	11, 12, 15, 16

		berada dalam ketidakberdayaan	
3	Tantangan	Melihat tekanan sebagai kesempatan belajar dan berkembang	17, 18, 21, 22
		Belajar dari pengalaman untuk menuju kesuksesan	19, 20, 23, 24
Jumlah			24

Tabel 1.2 Skala *Hardiness*

b. Skala Efikasi Diri

Pengukuran skala efikasi diri menggunakan skala *likert* dengan lima pilihan jawaban dan rentang skor jawaban antara 1 hingga 5. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek penelitian, maka hal tersebut menunjukkan semakin tinggi juga tingkat efikasi dirinya. Serta sebaliknya, apabila skornya rendah maka tingkat efikasi dirinya juga rendah. Berikut *blueprint* skala efikasi diri:

No	Aspek	Indikator	Nomor Item
1	<i>Magnitude</i>	Berani menghadapi tugas yang sulit	1, 2, 5, 6

		Keyakinan diri mencapai keberhasilan	3, 4, 7, 8
2	<i>Generality</i>	Yakin dapat mengatasi permasalahan dalam berbagai situasi atau aktivitas yang luas	9, 10, 11, 12, 13, 14
3	<i>Strength</i>	kemampuan melewati persoalan dengan gigih	15, 16, 19, 20
		memiliki motivasi yang kuat dapat menyelesaikan setiap persoalan	17, 18, 21, 22
Jumlah			22

Tabel 1.3 Tabel Efikasi Diri

c. Skala Religiusitas

Pengukuran skala religiusitas menggunakan skala *likert* dengan lima pilihan jawaban dan rentang skor jawaban antara 1 hingga 5. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek penelitian, maka hal tersebut menunjukkan semakin tinggi juga tingkat religiusitasnya. Serta sebaliknya, apabila skornya rendah maka tingkat religiusitasnya juga rendah. Berikut *blueprint* skala religiusitas:

No	Aspek	Indikator	Nomor Item
1	Institusional	Mengikuti kegiatan ibadah	1, 2, 5, 6
		Mengikuti kegiatan-kegiatan keagamaan	3, 4, 7, 8
2	Ideologi	Keyakinan pada Tuhan	9, 10, 11, 12
		Keyakinan pada agama dan ketentuan yang ada di dalamnya	13, 14
3	Pengabdian pribadi	Pengalaman dalam merasakan kehadiran dan bantuan Tuhan	15, 16, 19, 20
		Memiliki kebutuhan pada pertolongan Tuhan	17, 18, 21, 22
Jumlah			22

Tabel 1.4 Skala Religiusitas

6. Validitas, Seleksi Item dan Reliabilitas

a. Validitas

Validitas digunakan untuk menunjukkan suatu dukungan fakta empiris pada instrumen

yang berkaitan dengan kecermatan pengukuran.⁹⁵ Validitas dilihat dari akurasi skor, berkaitan dengan kemampuan alat ukur dalam menggambarkan kondisi suatu individu atau kelompok dan memiliki interpretasi yang tepat.⁹⁶

Pembuktian validitas memiliki tiga macam yaitu validitas isi, validitas kontruk dan validitas kriteria. Penelitian ini menggunakan validitas isi yang merupakan suatu tes dalam mengukur sejauhmana butir-butir pernyataan yang ada dalam instrumen mewakili komponen atau konten yang akan diukur oleh peneliti.⁹⁷

Tahap validitas isi ditentukan melalui kesepakatan ahli, penelitian ini melibatkan beberapa orang ahli (*expert judgement*) dengan keahlian bidangnya untuk menilai dan memberikan masukan pada instrumen. Penelitian ini memilih dua orang ahli dengan kriteria pertama lulusan psikologi dan pernah belajar psikometri, kedua lulusan magister yang ahli dibidang agama atau menjadi guru agama.

⁹⁵ Heri Retnawati, *Validitas Reliabilitas & Karakteristik Butir*, (Yogyakarta: Parama Publishing, 2020), 16.

⁹⁶ Ahmad Saifuddin, *Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Psikologi*, (Depok: Rajawali Pers, 2021), 12.

⁹⁷ Muhammad Fakhri Ramadhan dkk, "Validitas and Reliabilitas," *journal on Education* 06, no. 02 (2024): 10967-10975.

Skor yang didapatkan dari penilaian ahli diukur dengan indeks aikens V dengan rumus:

$$V = \frac{\sum s}{n(c - 1)}$$

Keterangan:

V : Indeks kesepakatan ahli

n : Jumlah reter (jika pengukuran instrument, maka ini menjadi jumlah butir item)

c : banyak pilihan kategori yang dapat dipilih reter

S : skor yang ditetapkan ahli dikurang skor terendah dalam kategori ($s = r - I_o$)

Kategorisasi pada validitas yaitu jika nilai skor indeks $\leq 0,4$ maka validitasnya kurang, diantara 0,4-0,8 maka validitasnya sedang, sedangkan yang berada di atas 0,8 maka validitasnya tinggi atau sangat valid. Kemudian apabila terdapat masukan yang diberikan oleh ahli, maka perlu melakukan revisi.⁹⁸

Pembuktian validitas yaitu penilaian yang dilakukan oleh ahli (*expert judgement*), ahli memberikan penilaian dan masukan pada butir item agar objektivitasnya tinggi dengan memilih antara angka 1 (tidak relevan), 2 (kurang

⁹⁸ Retnawati, *Validitas Reliabilitas & Karakteristik Butir*, 18-19.

relevan), 3 (cukup relevan), 4 (relevan) dan 5 (sangat relevan). Hasil dari penilaian ahli ini kemudian akan dianalisis menggunakan rumus Aiken's V dengan nilai standar minimal yaitu 0,4 sampai 1,00.

No	Nama Validator	Pelaksanaan	Pengambilan
1	Fatah Saiful Anwar	1 April 2024	5 April 2024
2	Rizma Kumala Dewi	1 April 2024	3 April 2024

Tabel 1.5 Daftar Validator

Hasil dari pembuktian Aiken's V skala *hardiness* menunjukkan skor dengan rentang 0,5-1, efikasi diri menunjukkan skor dengan rentang 0,6-1, sedangkan skala religiusitas menunjukkan skor dengan rentang 0,6-1. Berikut tabel hasil Aiken's V :

Bu tir	Penilai		S ₁	S ₂	Σs	N (c-1)	V	Ket.
	I	II						
1	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
2	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
3	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
4	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
5	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
6	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG

7	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
8	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
9	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
10	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
11	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
12	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
13	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
14	2	4	1	3	4	8	0,5	SEDANG
15	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
16	2	4	1	3	4	8	0,5	SEDANG
17	5	5	4	4	8	8	1	TINGGI
18	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
19	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
20	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
21	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
22	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
23	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
24	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG

Tabel 1.6 Hasil Pembuktian Validitas Skala Hardiness

Butir	Penilai		S ₁	S ₂	Σs	V	Ket.
	I	II					
1-24	93	109	69	85	154	0,802083	Tinggi

Tabel 1.7 Koefisien Aiken's V Skala Hardiness

Tabel 6 menunjukkan skor validitas skala *hardiness* memiliki dengan rentang 0,5-1, hal ini menunjukkan tidak terdapat item yang dikeluarkan atau gugur. Kategori item skala *hardiness* berada

dalam kategori sedang dan tinggi, oleh karena itu seluruh item pada skala ini dapat digunakan untuk *tryout*. Penyusunan kalimat pada skala ini cukup baik, sehingga tidak terdapat masukan sebagaimana skala sebelumnya.

Bu tir	Penilai		S ₁	S ₂	Σs	N (c-1)	V	Ket.
	I	II						
1	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
2	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
3	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
4	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
5	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
6	5	4	4	3	7	8	0,875	TINGGI
7	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
8	5	5	4	4	8	8	1	TINGGI
9	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
10	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
11	3	4	2	3	5	8	0,625	SEDANG
12	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
13	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
14	3	5	2	4	6	8	0,75	SEDANG
15	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
16	5	3	4	2	6	8	0,75	SEDANG
17	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG

18	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
19	3	4	2	3	5	8	0,625	SEDANG
20	4	3	3	2	5	8	0,625	SEDANG
21	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
22	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG

Tabel 1.8 Hasil Pembuktian Validitas Skala Efikasi Diri

Butir	Penilai		S ₁	S ₂	$\sum s$	V	Ket.
	I	II					
1-22	88	94	66	72	138	0,784091	Sedang

Tabel 1.9 Koefisien Aiken's V Skala Efikasi Diri

Tabel 1.8 menunjukkan skor validitas skala efikasi diri memiliki nilai dengan rentang 0,6-1, hal ini menunjukkan tidak terdapat item yang dikeluarkan atau gugur. Kategori item skala efikasi diri berada dalam kategori sedang dan tinggi, oleh karena itu seluruh item pada skala ini dapat digunakan untuk *tryout*. Terdapat beberapa masukan yang diberikan oleh ahli terkait penyusunan kalimat pada item, dengan masukan tersebut peneliti merevisi bagian yang dibutuhkan.

Bu tir	Penilai		S ₁	S ₂	Σs	N (c-1)	V	Ket.
	I	II						
1	5	5	4	4	8	8	1	TINGGI
2	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
3	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
4	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
5	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
6	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
7	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
8	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
9	5	4	4	3	7	8	0,875	TINGGI
10	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
11	2	5	1	4	5	8	0,625	SEDANG
12	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
13	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
14	4	3	3	2	5	8	0,625	SEDANG
15	5	5	4	4	8	8	1	TINGGI
16	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
17	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
18	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
19	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
20	4	5	3	4	7	8	0,875	TINGGI
21	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG
22	4	4	3	3	6	8	0,75	SEDANG

Tabel 1.10 Hasil Pembuktian Validitas Skala Religiusitas

Butir	Penilai		S ₁	S ₂	Σs	V	Ket.
	I	II					
1-22	89	97	67	75	142	0,806818	Tinggi

Tabel 1.11 Koefisien Aiken's V Skala Religiusitas

Tabel 10 menunjukkan hasil validitas skala religiusitas memiliki skor dengan rentang 0,6-1, hal ini menunjukkan tidak terdapat item yang dikeluarkan atau gugur. Kategori item skala religiusitas berada dalam kategori sedang dan tinggi, oleh karena itu seluruh item pada skala ini dapat digunakan untuk *tryout*. Hal yang sama pada skala religiusitas, masukan yang diberikan oleh ahli pada penyusunan kalimat sehingga penelitian melakukan sedikit revisi pada item.

b. Seleksi Item

Prosedur yang dilakukan pada seleksi item berdasarkan data empiris, tahap ini dilakukan *try out* pada subjek yang memiliki karakteristik setara dengan subjek yang akan diteliti, setelah itu dilakukan analisis kuantitatif.⁹⁹ Tahap ini akan melihat berapa besaran skor yang diperoleh dari

⁹⁹ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), 58.

item yang diujikan, jika mendekati nol atau skor di bawah nol atau minus maka item memiliki kecacatan dan tidak dapat digunakan.

Ketentuan memilih item berdasarkan indeks daya diskriminasi, Azwar menyebutkan bahwa item yang dapat digunakan merupakan item dengan indeks daya diskriminasi yang tinggi yaitu di atas 0,30. Namun apabila belum mencukupi, batas skor dapat diturunkan pada 0,25 dan apabila masih belum mencukupi dapat melakukan revisi terhadap item, karena item yang mendapatkan skor di bawah 0,20 tidak disarankan.¹⁰⁰ Penjelasan lain menyebutkan skor 0,1 hingga 0,29 dapat digunakan apabila item tersebut direvisi.¹⁰¹ Namun, pada penelitian ini akan diambil di atas 0,2, apabila terdapat skor di bawah 0,2 akan digugurkan.

Pelaksanaan uji coba skala dimulai pada tanggal 8 April 2024 hingga 15 April 2023. Penyebaran kuisisioner menggunakan google form dengan menyebarkan link google form dan menggunakan *scan* kode QR, dilakukan pada

¹⁰⁰ *Ibid*, 65.

¹⁰¹ Zaenal Arifin, "Kriteria Instrumen dalam suatu Penelitian," *Jurnal Theorems* 2, no. 1 (2017): 28-36.

mahasiswa UIN Sunan Kalijaga sebanyak 33 responden. Hasilnya sebagai berikut:

1) Skala *Hardiness*

Skala efikasi diri terdiri dari 3 aspek dan 6 indikator, total item yang digunakan untuk *try out* yaitu 24 item. Berdasarkan kriteria sebelumnya, peneliti menentukan item yang lolos dengan skor di atas 0,25 dan di atas 0,20 hingga 0,24 harus direvisi sedangkan di bawah 0,20 harus digugurkan. Setelah dilakukan seleksi, item yang dapat digunakan untuk penelitian sebanyak 20 dengan rentang skor 0,204 hingga 0,652. Berdasarkan kriteria yang digunakan, didapatkan item di atas 0,25 sebanyak 18 item, item dengan skor antara 0,20 hingga 0,24 sebanyak 2 item sedangkan item dengan skor di bawah 0,20 sebanyak 4 item.

No. Item	Skor	Keterangan
1	.499	Lolos
2	.125	Gugur
3	.494	Lolos
4	.410	Lolos
5	.218	Direvisi
6	.112	Gugur

7	.355	Lolos
8	.426	Lolos
9	.325	Lolos
10	.204	Direvisi
11	.171	Gugur
12	.315	Lolos
13	.531	Lolos
14	.644	Lolos
15	.652	Lolos
16	.512	Lolos
17	.421	Lolos
18	.484	Lolos
19	.397	Lolos
20	.619	Lolos
21	.185	Gugur
22	.635	Lolos
23	.528	Lolos
24	.490	Lolos

Tabel 1.12 Hasil Seleksi Item Skala *Hardiness*

No	Aspek	Item		Jumlah
		Lolos	Gugur	
1	Komitmen	1, 3, 4, 5, 7, 8	2, 6	8

2	Kontrol	9, 10, 12, 13, 14, 15, 16	11	8
3	Tantangan	17, 18, 19, 20, 22, 23, 24	21	8
Total Item		20	4	24

Tabel 1.13 Distribusi Item Skala *Hardiness*

2) Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri terdiri dari 3 aspek dan 5 indikator, total item yang digunakan untuk *try out* yaitu 22 item. Berdasarkan kriteria sebelumnya, peneliti menentukan item yang lolos dengan skor di atas 0,25 dan di atas 0,20 hingga 0,24 harus direvisi sedangkan di bawah 0,20 harus digugurkan. Setelah dilakukan seleksi, item yang dapat digunakan untuk penelitian sebanyak 11 dengan rentang skor 0,33 hingga 0,567. Berdasarkan kriteria di atas, didapatkan item di atas 0,25 sebanyak 9 item, item dengan skor

antara 0,20 hingga 0,24 sebanyak 2 item sedangkan item dengan skor di bawah 0,20 sebanyak 11 item.

No. Item	Skor	Keterangan
1	.367	Lolos
2	.239	Direvisi
3	.233	Direvisi
4	.108	Gugur
5	.377	Lolos
6	.028	Gugur
7	.185	Gugur
8	.322	Lolos
9	.444	Lolos
10	.385	Lolos
11	.020	Gugur
12	.567	Lolos
13	.468	Lolos
14	.449	Lolos
15	.025	Gugur
16	-.139	Gugur
17	.077	Gugur
18	.038	Gugur
19	.104	Gugur
20	.320	Lolos

21	-.113	Gugur
22	-.157	Gugur

Tabel 1.14 Hasil Seleksi Item Skala Efikasi Diri

No	Aspek	Item		Jumlah
		Lolos	Gugur	
1	<i>Magnitude</i>	1,2, 3, 5, 8	4, 6, 7	8
2	<i>Generality</i>	9, 10, 12, 13, 14	11	6
3	<i>Strenght</i>	20	15, 16, 17, 18, 19, 21, 22	8
Total Item		11	11	22

Tabel 1.15 Distribusi Item Efikasi Diri

3) Skala Religiusitas

Skala efikasi diri terdiri dari 3 aspek dan 6 indikator, total item yang digunakan untuk *try out* yaitu 22 item. Berdasarkan kriteria sebelumnya, peneliti menentukan item yang lolos dengan skor di atas 0,25 dan di atas 0,20 hingga 0,24 harus direvisi sedangkan di bawah 0,20 harus digugurkan. Setelah dilakukan uji daya beda, item

yang dapat digunakan untuk penelitian sebanyak 18 dengan rentang skor 0,243 hingga 0,741. Berdasarkan kriteria di atas, didapatkan item di atas 0,25 sebanyak 17 item, item dengan skor antara 0,20 hingga 0,24 sebanyak 1 item sedangkan item dengan skor di bawah 0,20 sebanyak 4 item.

No. Item	Skor	Keterangan
1	.243	Direvisi
2	.193	Gugur
3	.541	Lolos
4	-.492	Gugur
5	.308	Lolos
6	.443	Lolos
7	.556	Lolos
8	.448	Lolos
9	.460	Lolos
10	.092	Gugur
11	.741	Lolos
12	.149	Gugur
13	.474	Lolos
14	.452	Lolos
15	.580	Lolos

16	.485	Lolos
17	.662	Lolos
18	.579	Lolos
19	.449	Lolos
20	.571	Lolos
21	.319	Lolos
22	.555	Lolos

Tabel 1.16 Hasil Seleksi Item Skala Religiusitas

No	Aspek	Item		Jumlah
		Lolos	Gugur	
1	Institusional	1, 3, 5, 6, 7, 8	2, 4	8
2	Ideologi	9, 11, 13, 14	10, 12	6
3	Pengabdian Pribadi	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22	-	8
Total Item		18	4	22

Tabel 1.17 Distribusi Item Skala Religiusitas

c. Reliabilitas

Reliabilitas berguna untuk menguji alat ukur apakah reliabel atau tidak, dikatakan reliabel apabila dilakukan pengukuran maka akan mendapatkan hasil yang sama, meskipun dilakukan oleh penguji yang berbeda atau memiliki kestabilan hasil ukur. Skor uji reliabilitas biasanya ditunjukkan berupa angka dalam bentuk koefisien yang berada di rentang – $1,00 \leq \rho \leq 1,00$. Suatu instrument akan dinilai memiliki reliabilitas tinggi apabila koefisiennya mendekati 1,00 dengan harapan memiliki sifat yang positif.¹⁰²

Terdapat beberapa rumus yang dapat digunakan untuk menguji reliabilitas, penelitian ini akan menggunakan rumus *Alpha* dari *Cronbach*. Rumus *Alpha* ini berguna mengestimasi reliabilitas suatu instrumen, rumus ini tidak hanya mengeluarkan skor 1 dan 0 saja, juga skala politomus. Rumus *Alpha* yaitu:¹⁰³

$$\alpha = \left(\frac{\kappa}{\kappa - 1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2} \right)$$

Keterangan:

α : Koefisien reliabilitas

¹⁰² Retnawati, *Validitas Reliabilitas & Karakteristik Butir*, 84.

¹⁰³ *Ibid*, 91.

k : Jumlah butir pernyataan

$\sum \sigma_i^2$: Jumlah varian butir pernyataan

σ^2 : Varians skor total

Uji reliabilitas tentunya menggunakan rumus *Crombach's Alpha* yang diolah dengan aplikasi SPSS 25. Dikatakan reliabel apabila nilai *Crombach's Alpha* $> 0,70$ ¹⁰⁴. Hasil yang didapatkan reliabilitas yaitu:

No	Skala	<i>Crombach's Alpha</i>	Keterangan
1	Efikasi Diri	.753	Reliabel
2	Religiusitas	.866	Reliabel
3	<i>Hardiness</i>	.865	Reliabel

Tabel 1.18 Hasil Uji Reliabilitas

7. Teknik Analisis Data

a. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan memberikan deskripsi dari subjek yang diteliti berdasarkan data yang didapatkan, tidak dimaksudkan untuk uji hipotesis. Biasanya data yang disajikan bersifat kategorikal dan dalam bentuk statistik seperti varians, rata-tata, dan sebagainya.¹⁰⁵

¹⁰⁴ Imam Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26*, (Semarang: Badan Penerbit UNDIP, 2021), 62

¹⁰⁵ Azwar, *Metode Penelitian*, 126.

b. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan sebagai syarat sebelum dilakukan uji t dan F karena uji tersebut berasumsi bahwa nilai residual harus berdistribusi normal. Apabila hal ini dilanggar atau datanya tidak terdistribusi normal maka data tersebut tidak valid. Terdapat dua cara untuk melihat data uji normalitas yaitu uji grafik dan uji statistik.¹⁰⁶

Cara pertama yaitu uji grafik dengan melakukan uji lewat SPSS, melihat grafik histogram. Namun, ketika hanya menjadikan grafik histogram sebagai acuan, hal ini dapat menyesatkan bagi data sampel yang kecil. Untuk itu dapat melihat *probability plot*, data normal akan memiliki garis lurus.¹⁰⁷

Cara kedua yaitu menggunakan uji statistik, hal ini dapat dilakukan dengan melihat hasil nilai kurtosis dan skewness (dikatakan normal apabila $Z_{hitung} < Z$

¹⁰⁶ Imam Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate*, 196.

¹⁰⁷ *Ibid*, 196-197.

tabel) atau dengan Kolmogorov-Smirnov dan Wilk Shapiro. Dikatakan data berdistribusi normal apabila nilai outputnya tidak signifikan, atau di atas 0,05.¹⁰⁸

2) Uji Multikolinieritas

Syarat kedua yang dilakukan sebelum uji t dan F yaitu uji multikolinieritas dengan tujuan agar tidak ditemukan hubungan antar variabel bebasnya, seharusnya model regresi dikatakan baik apabila tidak terdapat hubungan antar variabel bebas yang digunakan. Terdapat beberapa cara dalam mengetahui ada atau tidak adanya multikolinieritas: pertama dengan melihat nilai R^2 (nilai yang dihasilkan biasanya tinggi, namun secara individu variabel bebas banyak juga yang tidak signifikan dalam mempengaruhi variabel terikat; kedua melakukan analisis pada matrik korelasi (indikasi terdapatnya multikolinieritas apabila antara variabel bebas memiliki hubungan cukup tinggi, biasanya $> 0,90$); ketiga melihat nilai tolerance dan VIF (melalui nilai tolerance dan VIF dapat

¹⁰⁸ *Ibid*, 199-201.

melihat apakah data memiliki indikasi multikolinieritas atau tidak, apabila nilai $\text{tolerance} \leq 0,10$ dan $\text{VIF} \geq 10$ maka sudah dipastikan data tersebut terdapat multikolinieritas.¹⁰⁹

3) Uji Heteroskedastisitas

Ketiga yaitu melakukan uji heteroskedastisitas, uji ini dilakukan pada regresi untuk mendeteksi apakah terjadi ketidaksamaan variance dari residual pada satu pengamatan ke pengamatan lainnya. Data yang baik apabila tidak terjadi heteroskedastisitas. Terdapat beberapa cara untuk melakukan uji ini yaitu pertama melihat grafik plot, uji park, uji glejser dan uji white. Apabila nilai signifikansi berada di atas 0,05 maka data tersebut tidak terjadi heteroskedastisitas.¹¹⁰

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini yaitu menggunakan regresi linier berganda dengan.

¹⁰⁹ *Ibid.* 157.

¹¹⁰ *Ibid.* 178-185.

1) Analisis Regresi Linier Berganda

Menurut Mahali regresi linier berganda bertujuan untuk analisis hubungan lebih dari satu variabel bebas, sebagai prediktor terhadap variabel terikat atau yang dipengaruhi.¹¹¹ Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan dua variabel bebas yaitu efikasi diri dan religiusitas dengan variabel terikat yaitu *hardiness*. Rumus yang digunakan untuk regresi berganda dua variabel bebas yaitu:

$$Y = a + b_1x_1 + b_2x_2$$

Keterangan:

Y : Variabel terikat yaitu *hardiness*.

a : Konstanta (nilai Y bila $X_1, \dots, X_n = 0$)

b_1, b_2 : koefisien regresi

x_1, x_2 : variabel bebas yaitu efikasi diri dan religiusitas.

2) Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi atau R^2 digunakan untuk mengukur seberapa jauh variabel bebas dalam memberikan

¹¹¹ Imam Muchali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif)*, (Yogyakarta: Program Studi MPI UIN Sunan Kalijaga, 2016), 153.

pengaruhnya secara bersamaan terhadap variabel terikat. Semakin kecil nilai R^2 , maka hal ini menunjukkan semakin kecil juga kemampuan dari variabel bebas dalam mempengaruhi variabel terikat.¹¹²

3) Uji F

Uji ini dimaksudkan untuk melihat apakah variabel bebas berpengaruh signifikan secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Hasil dapat dilihat pada tabbel ANOVA melalui analisis dengan bantuan SPSS, untuk interpretasinya dengan membandingkan F hitung dengan F tabel, apabila F hitung besar dari F tabel maka H_a diterima dan H_o ditolak.¹¹³

4) Uji t

Uji ini digunakan untuk melihat hubungan secara sendiri-sendiri dari variabel bebas, sehingga dengan uji ini akan terlihat berapa pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Hasil dapat dibandingkan antara t hitung dengan t tabel, apabila t hitung yang didapatkan lebih besar

¹¹² Imam Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate*, 97-98.

¹¹³ *Ibid.* 148.

dari t tabel, maka H_a diterima sedangkan H_o ditolak.¹¹⁴

H. Sistematika Penelitian

Sistematika penelitian ini berisi uraian tahap pembahasan, yang terbagi dalam bab dan sub bab. Adapun sistematika penulisannya sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN: Terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian dan signifikasi, kajian pustaka, kerangka teoritis, hipotesis, metode penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II GAMBARAN UMUM PENELITIAN: Berisi gambaran umum mahasiswa Minang di D. I. Yogyakarta.

BAB III HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN RELIGIUSITAS DENGAN HARDINESS PADA MAHASISWA MINANG DI D. I. YOGYAKARTA: Berisi uraian hasil penelitian dan pembahasan.

BAB IV PENUTUP: Berisi kesimpulan dan saran.

Bagian akhir tesis ini terdapat daftar pustaka dan lampiran-lampiran dari penelitin.

¹¹⁴ *Ibid.* 149.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari penelitian, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dan religiusitas secara bersama-sama dengan *hardiness*. Hasil ini berdasarkan uji hipotesis dengan regresi berganda, nilai *adjusted R Square* sebesar 0,599 dengan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$. Artinya efikasi diri dan religiusitas memiliki kontribusi sebesar 59,9% terhadap *hardiness*, sehingga hipotesis pertama diterima.
2. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan *hardiness*. Hasil ini berdasarkan uji hipotesis yang menunjukkan nilai koefisien regresi sebesar 0,956 dengan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$. Sehingga hipotesis kedua diterima, semakin tinggi efikasi diri maka *hardiness* juga akan semakin tinggi.
3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas dengan *hardiness*. Hasil ini berdasarkan uji hipotesis yang menunjukkan nilai koefisien regresi sebesar 0,499 dengan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$. Sehingga hipotesis ketiga diterima, semakin tinggi religiusitas maka *hardiness* juga akan semakin tinggi.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa Perantau

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan kepada mahasiswa perantau agar meningkatkan efikasi diri dan religiusitas. Menyadari dan yakin dengan kemampuan yang kita miliki akan berdampak baik bagi mahasiswa, setiap orang memiliki kemampuannya masing-masing dan perlu untuk dilatih. Kemudian, religiusitas sebagai bentuk penghayatan seseorang terhadap agamanya. Hal ini dapat ditingkan dengan tetap menjaga keyakinan pada agama yang dianut serta menjalankan apa yang diperintahkan dalam agama tersebut.

Khususnya bagi mahasiswa Minang, menjaga apa yang telah diajarkan dalam adat Minang dan kekompakan serta saling membantu di perantauan merupakan hal yang sangat penting. Hal ini untuk meminimalisir terjadinya permasalahan khususnya masalah mental yang berakibat tidak baik di perantauan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, agar bisa mengembangkan penelitian dengan cakupan yang lebih luas, dari subjek penelitian serta faktor-faktor lain yang mempengaruhi *hardiness*. Selain itu,

peneliti juga dapat memperhatikan faktor budaya asli dari subjek, terutama yang berhubungan dengan konteks agama Islam, sehingga dalam mengembangkan instrumen penelitian tetap memasukan konteks keislaman tersebut.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Karimuddin dkk. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Aceh: YPMZ, 2022.
- Afnan dkk, “Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa yang Berada dalam Fase Quarter Life Crisis.” *Jurnal Kognisia*. Vol. 3, No. 1. 2020.
- Amir, Yulmaida. “Pengembangan Skala Religiusitas untuk Subyek Muslim,” *Indonesian Journal for The Psychology of Religion*. Vol. 1, No. 1. 2021.
<https://doi.org/10.24854/ijpr403>.
- Amalia, Ilmi. “Pengaruh Religiusitas terhadap Hardiness.” *TAZKIYA Journal of Psychology*. Vol. 19, No. 2. 2014.
- Ali, Mohammad dan Asrori, Mohammad. *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: Bumi Aksara, 2010.
- Allport, GW, & Ross, JM (1967). Personal Religious Orientation and Prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 5. No. 4. 1967. <https://doi.org/10.1037/h0021212>.
- Aprilia, Ludvia Rara Gendis. “Hubungan Antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan Hardiness Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.” *Psikoborneo*. Vol. 6, No. 3. 2018.

- Arsyad, Muhammad. "Gambaran Academic Hardiness Pengurus Himpunan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP ULM tahun 2019-2020," *Journal of Psychological Perspective* 3, no. 2 (2021): 63-66
- Arifin, Zaenal. "Kriteria Instrumen dalam suatu Penelitian," *Jurnal Theorems*. Vol. 2, No. 1. 2017.
- Azizah, Jesica Nur dan Satwika, Yohana Wuri. "Hubungan antara hardiness dan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi covid 19." *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 8, No. 1. 2021.
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999.
- _____. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999.
- Bandura, Albert. "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change." *Psychological Review* Vol. 84, No. 2. 1977.
- _____. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman & Company, 1997.
- Bahamin, Ghobad dkk, "The effects of hardiness training on suicide ideation, quality of life and plasma levels of

lipoprotein (a) in patients with depressive disorder.”
Procedia - Social and Behavioral Sciences Vol. 46. 2012.

Bartone, Paul T. “Hardiness moderates the effects of COVID-19 stress on anxiety and depression.” *Journal of Affective Disorders*. Vol. 3, No. 17. 2022. [10.1016/j.jad.2022.08.045](https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.08.045)

Bissonnette, M. Optimism, Hardiness, and Resiliency: A Review of the Literature. *Southern Online Journal Of Nursing Research* Vol. 09, No. 04. 1998.

Cassidy, Simon. “Resilience Building in Students: The Role of Academic Self-Efficacy,” *Frontiers in Psychology* 6. 2015.

Daradjat, Zakiah. *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung, 1982.

Devinta, Marshellena dkk. “Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta,” *Jurnal Pendidikan Sosiologi* Vol. 5, No. 3. 2016.

Deni, Amandha Unzilla dan Ifdil. “Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri.” *Jurnal Educatio*. Vol. 2, No. 2. 2016.
<https://doi.org/10.29210/12016272>

Efendi,Rohmad “Self Efficacy: Studi Indegenous pada Guru Bersuku Jawa,” *Journal of Social and Industrial Psychology*. Vol. 2, No. 2. 2013.

- Fajria, Rahmah dan Fitriisia, Azmi. "Tinjauan Literatur Falsafah Adat Minangkabau : Adat Basandi Syarak, Syarak Basandi Kitabullah," *Journal of Education Research*. Vol. 5, No. 1. 2024.
- Feist, Jess dkk, *Teori Kepribadian* terj. R.A Hadwitia Dewi Pertiwi, (Jakarta: Salemba Humanika, 2018).
- Firdaus, Ach. Rizal dkk. "Pengaruh Efikasi Diri terhadap Ketangguhan Mental pada Mahasiswa Pecinta Alam," *Psikosains*. Vol. 18, No. 2. 2023.
- Florian, Victor dkk, "Does Hardiness Contribute to Mental Health During a Stressful RealLife Situation? The Roles of Appraisal and Coping." *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 68, No. 4. 1995.
- Garaga, Btari Nindya Isabell. "Hardiness Karyawan yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja." *Psikoborneo*. Vol. 5, No. 3. 2017.
<http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i3.4431>
- Ghufron, M. Nur dan S, Rini Risnawita. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzman Media, 2010.
- Ghozali, Imam. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26*. Semarang: Badan Penerbit UNDIP, 2021.
- Hase, Kurosh Mohamadi. "Hardiness Training and Perceived Stress among College Students." *Procedia-Social and*

Behavioral Sciences 30. 2011.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.262>

Hackney, Charles H. dan Sanders, Glenn S. "Religiosity and Mental Health: A Meta Analysis of Recent Studies." *Journal for the Scientific Study of Religion*. Vol. 42, No. 1. 2003.

Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (edisi lima)*, (Jakarta: Erlangga)

Huber Stefan dan Huber, Odilo W. "The Centrality of Religiosity Scale (CRS)," *Religions* 3. 2012.

Hutama, M. Rizki Satria dkk. "Pengaruh Kepemimpinan dan Dukungan Sosial terhadap Hardiness serta Implikasinya pada Spiritual Wellbeing Perawat Klinik Kusuma Pertiwi Kediri." *Jurnal Ilmu Manajemen*. Vol. 8, No. 1. 2022.

Istiningtyas, Listya. "Kepribadian Tahan Banting (Hardiness Personality) dalam Psikologi Islam." *Jurnal Ilmu Agama UIN Raden Fatah*. Vol. 14, no. 1. 2016.

Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers, 2016.

Jameson, Paula R. "The effects of a hardiness educational intervention on hardiness and perceived stress of junior baccalaureate nursing students." *Nurse Education Today*. Vol. 34, No. 4. 2014. <http://10.1016/j.nedt.2013.06.019>.

Kasiram, Moh. *Metodologi Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*, Yogyakarta: UIN-Maliki Press, 2010.

Kobasa, S. C., Maddi, S. R., dan Kahn, S . Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 42, No. 1, 1982. <http://10.1037/0022-3514.42.1.168>.

Konsareh, Sheyeda dan Wijono, Sutarto. "Hubungan antara hardiness dengan burnout pada perawat di Rumah Sakit Roemani Semarang." *Jurnal Psikohumanika*. Vol. 10, No. 1. 2018. <https://doi.org/10.31001/j.psi.v10i1.322>

KS, Mizro'atul Ayzahroh dan Azisi, Ali Mursyid. "Agama dan Altruisme: Studi Analisis Pengaruh Religiusitas Komunitas Posko Bersama Relawan dalam Aksi Kemanusiaan di Surabaya." *Jurnal Ilmiah Ilmu Ushuluddin*. Vol. 21, No. 2. 2014. <http://10.18592/jiiu.v21i2.7572>.

Kurnia, Andyria dan Ramadhani, Ayunda. "Pengaruh Hardiness dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik

- Mahasiswa.” *Psikoborneo*. Vol. 9, No. 3. 2021.
<http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6506>
- Lee, Cynthia and Bobko, Philip. “Self-Efficacy Beliefs: Comparison of Five Measures,” *Journal of Applied Psychology*. Vol. 79. No. 3. 1994.
- Luszczynska, Aleksandra dkk, “General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries.” *International Journal of Psychology*. Vol. 40, No. 2. 2005.
- Maddi, Salvatore R. “Hardiness: The courage to grow from streses.” *The Journal of Positive Psychology*. Vol. 1, No. 3. 2006. <https://doi.org/10.1080/17439760600619609>
- Maddi, Salvatore R dkk. “The Personality Construct of Hardiness: II Relationships with Comprehensive Tests of Personality and Psychopathology,” *Journal of Research in Personality* 36, 2002.
- Maddi, Salvatore R. “The personality construct of hardiness: I. Effects on experiencing, coping, and strain.” *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. Vol. 51, No. 2. 1999. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.51.2.83>
- Maddi, Salvatore R. “*The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice*,” *Consulting*

Psychology Journal: Practice and Research 54, No. 3.
2002. 175–185. 10.1037//1061-4087.54.3.175

Maeshade, Sheila dkk, “Gambaran *Hardiness* Mahasiswa Universitas Negeri Padang yang Bekerja Part Time,” *Jurnal Psibernetika* Vol. 16, No. 1. 2023.
<https://doi.org/10.31004/innovative.v3i2.1488>

Mardiyah, A., & Rahmandani, A. “Hubungan antara Efikasi Diri dengan Ketangguhan pada Taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang,” *Jurnal EMPATI*. Vol. 7, No. 4. 2019. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.23482>

Marta, Suci. “Kontruksi Makna Budaya Merantau di Kalangan Mahasiswa Perantau,” *Jurnal Kajian Komunikasi*. Vol. 2, No. 1. 2014.

Muchali, Imam. Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif), Yogyakarta: Program Studi MPI UIN Sunan Kalijaga, 2016.

Mufidah, Elia Firda dkk. Urgensi Efikasi Diri: Tinjauan Teori Bandura. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*. Vol. 3, No. 2. 2023. <https://doi.org/10.1234/pdabkin.v3i2.148>

Mulyadi, Mohammad. Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif (Serta Praktek Kombinasi dalam Penelitian Sosial), Yogyakarta: Publica Institute, 2011.

Mulyati, Sri dan Indriana, Yeniar. “Hubungan antara kepribadian hardiness dengan work-family conflict pada Ibu yang bekerja sebagai teller Bank pada Bank Rakyat Indonesia Semarang,” *Jurnal Empati*. Vol. 5, No. 3. 2016.

Nazira, Diyah dkk. “Literasi Kesehatan Mental pada Mahasiswa di Banda Aceh,” *Seurune, Jurnal Psikologi Unsyiah*. Vol. 5, No. 1. 2022. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v5i1.25102>

Naldo, Jufri. “Islam dan Modal Sosial Orang Minangkabau di Perantauan,” *Jurnal Penelitian*. Vol. 13, No. 2. 2019.

Oktaviani, Ellsa Azma dan Indrawati, Erdina. “Penyesuaian Diri dan Dukungan Keluarga dengan Kepribadian Tangguh Santriwati Tahun Pertama Pondok Pesantren X Cikarang.” *IKRAITH-HUMANIORA*. Vol. 3, no. 2. 2019.

Olivia, Dian Oktaria. “Kepribadian Hardiness dengan Prestasi Kerja pada Karyawan Bank.” *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 2, No. 1. 2014. <https://doi.org/10.22219/jipt.v2i1.1774>

Pragholapati, Andria dan Wida Ulfitri, “Gambaran Mekanisme Coping pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat IV yang Sedang Menghadapi

Tugas Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung,” . *Humanitas*. Vol. 3, No. 2. 2019. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v3i2.2168>

Purbaya, Angling Adhitya. "2 Mahasiswi di Semarang Diduga Bunuh Diri, Psikolog Ingatkan Bahaya Copycat." <https://www.detik.com/jateng/berita/d-6979319/2-mahasiswi-di-semarang-diduga-bunuh-diri-psikolog-ingatkan-bahaya-copycat>. Diakses pada 17 November 2023.

Putra, Ryan Prasdinar Pratama dkk, “Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mataram,” *Jurnal Kedokteran Unram*. Vol. 3, No. 1. 2017.

Ramadhan, Muhammad Fakhri dkk, “Validitas dan Reliabilitas.” *Journal on Education*. Vol. 06, No. 02. 2024.

Rahmawati, Heny Kristiana. “Kegiatan Religiusitas Masyarakat Marginal di Argopuro,” *Community Development*. Vol. 1, No. 2. 2016.

Reza, Iredho Fani. “Hubungan antara Religiusitas dan Moralitas pada Remaja di Madrasah Aliyah (MA),” *Humanitas*. Vol. 10, No. 2. 2013. [10.26555/humanitas.v10i2.335](https://doi.org/10.26555/humanitas.v10i2.335)

Retnawati, Heri. *Validitas Reliabilitas & Karakteristik Butir*. Yogyakarta: Parama Publishing, 2020.

Risana, Intan Wientya dan Kustanti, Erin Ratna, “Hubungan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*. Vol. 9, no. 5. 2020. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.29255>

Rohisfi, Edil “*Self-Esteem* (Harga Diri) dalam Perspektif Budaya Minangkabau,” *JPT*. Vol. 3, No. 1. 2022.

Saifuddin, Ahmad. *Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Psikologi*. Depok: Rajawali Pers, 2021.

Santana, Indah P dan Istiana. “Hubungan antara Religiusitas dengan *Hardiness* pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Negeri Binjai.” *Jurnal Diversita*. Vol. 5, No. 2. 2019. [10.31289/diversita.v5i2.2839](https://doi.org/10.31289/diversita.v5i2.2839)

Santrock, John W. “*Life-Span Development* 13 th”. New York: McGraw-Hill Companies, inc, 2011.

Santrock, John W. *Adolescence* terj. Benedictine Widyasinta. Erlangga: 2007.

Schultz, Duane dan Schultz, Sydney Ellen. *Psychology and Work Today (Tenth Edition)*, Upper Saddle River, NJ: Pearson Education. 2010.

Shekarey, Abass dkk. "The relation of self-efficacy and hardiness with the education progression among the sophomore girl students in a high school in Aleshtar city," *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5. 2010.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.386>

Shofiah, Vivik dan Raudatussalamah, "Self- Efficacy dan Self-Regulation Sebagai Unsur Penting dalam Pendidikan Karakter: (Aplikasi Pembelajaran Mata Kuliah Akhlak Tasawuf)," *Kutubkhanah : Jurnal Penelitian sosial keagamaan*. Vol. 17, No.2. 2014.

Sufarita dkk. "Peran Emotinal Intelligence dan Self Efficacy terhadap Hardiness pada Peserta Orientasi Persiapan Kerja," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*. Vol. 3, No. 2. 2019.

Sukino, "Konsep Sabar dalam Al-Quran dan Konseptualisasinya dalam Tujuan Hidup Manusia Melalui Pendidikan," *Jurnal Ruhama*. Vol. 1, No. 1. 2018.

Sugiharto dkk. *Teknik Sampling*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2003.

Tyas, Riefka Cahyanita Rahayuning dan Cahyadi, Andi.
“Keterkaitan Kepribadian Hardiness dengan Optimisme
dalam Mencari Pekerjaan pada Dewasa Awal.” *Psycho
Idea*. Vol. 20, No. 2. 2022.
[10.30595/psychoidea.v20i2.13447](https://doi.org/10.30595/psychoidea.v20i2.13447).

Yusuf, A. Muri. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan
Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana, 2014.