

## **HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN KETANGGUHAN PADA TARUNA TINGKAT II POLITEKNIK ILMU PELAYARAN SEMARANG**

**Afifah Mardliyah, Amalia Rahmandani**

*Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

[mardliyah.afifah@yahoo.com](mailto:mardliyah.afifah@yahoo.com)

### **Abstrak**

Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang memberlakukan sistem pendidikan berdisiplin tinggi untuk membentuk mental dan moral, sehingga taruna PIP Semarang diharapkan menjadi SDM pelaut yang handal dan profesional. Dalam kaitannya dengan kesanggupan taruna untuk bertahan dalam mengikuti kegiatan yang ada, efikasi diri memberikan peran besar untuk meningkatkan ketangguhan dengan cara beradaptasi dan melakukan tindakan sesuai dengan kemampuannya dalam mencapai tujuan. Taruna yang menjalani pendidikan di PIP Semarang tentu harus memiliki ketangguhan guna menunjang aktivitas mereka. Jika tidak, maka hal tersebut akan menimbulkan tekanan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan ketangguhan. Populasi penelitian adalah taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang dan pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling* sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 101 taruna. Metode pengumpulan data menggunakan Skala Efikasi Diri (48 aitem,  $\alpha = 0.962$ ) dan Skala Ketangguhan (44 aitem,  $\alpha = 0.949$ ). Uji korelasi *Spearman Rho* menunjukkan  $r_{xy} = 0.731$  dengan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.001$ ), yang berarti ada hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dan ketangguhan. Artinya, semakin tinggi efikasi diri taruna maka ketangguhan juga semakin tinggi, demikian pula sebaliknya. Taruna diharapkan mampu mempertahankan dan meningkatkan efikasi diri maupun ketangguhan yang dimiliki.

**Kata kunci:** efikasi diri, ketangguhan, taruna, pelayaran

### **Abstract**

*Marine Polytechnic of Semarang enforcing a highly disciplined education system to form mental and moral, so cadets of PIP Semarang is expected to become a reliable and professional mariners resources. In relation to the cadets' ability to survive in the following the existing activities, self-efficacy provides a major role to increase hardiness by adapting and taking action in accordance with their ability to achieve goals. Cadets who study in PIP Semarang certainly have hardiness to support their activities. If not, it will cause psychological pressure. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and hardiness. Population of this research is two-level cadets Marine Polytechnic of Semarang and sampling using cluster random sampling technique to get the number of samples as many as 101 cadets. Methods of data collecting using Self-Efficacy Scale (48 aitem,  $\alpha = 0.962$ ) and Hardiness Scale (44 aitem,  $\alpha = 0.949$ ). Spearman Rho correlation test showed  $r_{xy} = 0.731$  with  $p = 0.000$  ( $p < 0.001$ ), which means there is a positive and significant relationship between self-efficacy and hardiness. That is the higher self-efficacy of cadets then hardiness also higher, and vice versa. Cadets is expected to maintain and improve self-efficacy and hardiness owned.*

**Keyword:** *self-efficacy, hardiness, cadets, voyage*

## **PENDAHULUAN**

Indonesia merupakan negara kepulauan dan maritim, namun masih sangat minim tenaga kerja di bidang pelayaran (Dephub, 2011). Menurut data dari *International Maritime Organization* (IMO), kebutuhan pelaut pada tahun 2012 mencapai 83.400 orang. Budi Karya Sumadi, Menteri Perhubungan Indonesia mengatakan, Indonesia masih kekurangan SDM di bidang pelayaran (Amin, 2017). Setiap tahunnya, sekolah-sekolah pelayaran di Indonesia hanya menghasilkan sekitar 8.000 SDM, padahal total kebutuhan mencapai 100.000 hingga 400.000 SDM per tahun (Amin, 2017).

Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang atau yang biasa disingkat dengan PIP Semarang adalah pendidikan tinggi negeri bidang pelayaran dan kepelabuhanan yang terletak di Kota Semarang. PIP adalah Sekolah Vokasi di bawah Kementerian Perhubungan RI yang memiliki tugas mendidik dan melatih pemuda-pemudi lulusan SMA dengan jurusan IPA/IPS maupun SMK dengan jurusan mesin atau pelayaran. Dimana nantinya para calon taruna ini akan menjadi Perwira Pelayaran Besar dan Tenaga Ahli Kepelabuhanan untuk memenuhi kebutuhan sumber daya pada sub sektor perhubungan laut (Micco, 2015). Direktur PIP Semarang (2007-2014), Capt. Bambang Purnomo, MM. M. Mar, menyatakan bahwa PIP Semarang memberlakukan sistem pendidikan yang ketat dan disiplin yang tinggi. Hal ini bertujuan untuk membentuk mental dan moral, sehingga taruna dan taruni PIP Semarang akan menjadi SDM pelaut yang handal dan profesional (pip-semarang.ac.id, 2013). Taruna dan taruni yang menjalani pendidikan di PIP Semarang akan dibekali pembekalan semi militer. Hal ini dikarenakan lulusan ilmu pelayaran akan menghadapi tantangan yang berat di lapangan, apalagi di laut yang rawan akan pembajakan. Selain itu, bekerja di kapal membutuhkan kedisiplinan yang tinggi.

Sebuah penelitian dari Cole, Feild dan Harris (2004) menjelaskan dampak buruk dari mahasiswa yang merasa terbebani oleh banyaknya tanggungjawab yang terkait dengan menjadi seorang mahasiswa, beberapa akan mengalami penurunan motivasi untuk melakukan tanggungjawab tersebut dan yang lebih buruk lagi, beberapa akan mengalami keadaan depresi yang parah. Beberapa riset yang lain menunjukkan bahwa *burnout* pada mahasiswa dapat menyebabkan gangguan tidur (Pagnin, de Queiroz, Carvalho, Dutra, Amaral & Queiroz, 2014) dan gangguan makan (Kristanto, Chen & Thoo, 2016).

Taruna yang menjalani pendidikan di Politeknik Ilmu Pelayaran tentu harus memiliki ketangguhan guna menunjang proses pembelajaran mereka. Jika tidak, maka hal tersebut akan menimbulkan stres. Hal ini sesuai dengan penelitian Alora, Lagao, Martin, Panaligan, dan Peñalosa (2004) yang mengatakan bahwa sumber stres mahasiswa bersumber dari intrapersonal, interpersonal, akademik, dan lingkungan. Ketangguhan merupakan salah satu faktor yang ikut memberikan pengaruh terhadap stres akademik tersebut (Sekariansah & Sakti, 2013). Sejalan dengan itu, penelitian dari Abdollahi, Talib, Carlbring, Harvey, Yaacob dan Ismail (2016) menyebutkan bahwa orang-orang dengan ketangguhan cenderung tidak mengalami stres.

Ketangguhan (*hardiness*) adalah gaya kepribadian yang membantu individu untuk mengatasi, bertahan (Gentry & Kobasa; Weinberg & Gould, dalam Mosley & Laborde, 2016), dan secara aktif terlibat saat menghadapi kejadian yang penuh tekanan (Quick, Wright, Adkins, Nelson, & Quick, dalam Mosley & Laborde, 2016). Ketangguhan memiliki beberapa fungsi (Maddi, 2011), seperti membantu individu mengubah stres menjadi peluang untuk berkembang, membantu individu untuk tetap dapat meningkatkan kinerja dan perilaku di bawah stres, dan membantu

individu dalam menemukan gambaran hidup yang lebih besar. Salah satu alasan mengapa orang yang memiliki ketangguhan lebih efektif dalam menghadapi situasi yang cenderung dapat membuat stres adalah mereka mempunyai suatu penilaian positif mengenai situasi tersebut, yakni menganggap bahwa situasi yang cenderung dapat membuat stres tidak membahayakan, yakin mampu mengontrol situasi tersebut, bahkan mungkin juga dapat mengambil pelajaran dari situasi yang cenderung dapat membuat stres (Delahajj, Gaillard, & Van Dam, 2010).

Ketangguhan penting untuk dimiliki. Ketangguhan mengubah pemikiran dari keadaan yang mengancam menjadi keadaan yang tidak berbahaya, sehingga meningkatkan kinerja dan kesehatan (Maddi, 2006). Selain itu Kobasa (dalam Whitman, Merluzzi & White, 2009) mengatakan bahwa ketangguhan mampu menahan efek negatif dari stres. Individu dengan ketangguhan tinggi memiliki efek dalam menjaga kesehatan saat menjalani peristiwa yang penuh tekanan (Kobasa, Maddi, & Kahn, 1982).

Faktor-faktor yang memengaruhi ketangguhan yaitu pengalaman dan latihan (Devina & Penny, 2016), pola asuh orangtua (Yusinta & Hasanat, 2015), dukungan sosial (Maharani, 2015), optimisme (Rachman & Indriana, 2013), dan gender (Pravitasari dan Trianjati, 2016). Salah satu faktor yang juga turut memengaruhi ketangguhan adalah efikasi diri (Shekarey, Moghadam, Amiri, & Rostami, 2010).

Sebuah penelitian yang dilakukan Rahmawati dan Wijayani (2013) terhadap taruna di Sekolah Tinggi Perikanan (STP) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan salah satu faktor yang menunjang taruna tetap bertahan untuk mengikuti pendidikan yang dijalani. Selain itu, optimisme dan faktor protektif juga memiliki pengaruh yang berarti (dukungan sumber daya, komunitas sosial, dukungan keluarga dan karakteristik positif dari individu). Bandura (dalam Hidayah & Atmoko, 2014) mengatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan individu atas kemampuan yang dimiliki untuk menentukan dan melaksanakan tindakan untuk mencapai suatu target.

Efikasi diri adalah keyakinan yang diperkenalkan oleh Bandura dalam kerangka teori kognitif sosial pada tahun 1997 (Shekarey dkk, 2010). Jerusalem dan Mittag (2009) mendefinisikan efikasi diri sebagai ciri umum kepercayaan diri terhadap kemampuan seseorang untuk menguasai berbagai jenis tuntutan lingkungan. Sejalan dengan hal itu, Bandura (1986) mengatakan bahwa kepercayaan diri dan kapasitas bertindak pada situasi penuh tekanan dapat menentukan efikasi diri untuk mencapai tujuan. Efikasi diri juga dipandang sebagai hal yang penting terhadap transisi kehidupan yang penuh tekanan (Jerusalem & Mittag, 2009). Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi percaya bahwa mereka mampu menguasai tuntutan lingkungan. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung memandang masalah sebagai tantangan. Sehingga memungkinkan individu memandang positif stres yang dialami (Jerusalem & Mittag, 2009).

Riset mengenai hubungan antara efikasi diri dan ketangguhan belum banyak diteliti. Sebaliknya, beberapa riset menjelaskan hubungan yang sebaliknya. Hal inilah yang mendorong peneliti untuk meneliti hubungan antara efikasi diri terhadap ketangguhan pada taruna Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan ketangguhan pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah taruna Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang yang berada di tingkat II. Jumlah total populasi penelitian sebanyak 375 taruna. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *cluster random sampling*. Sampel yang dilibatkan

dalam penelitian ini sebanyak 101 taruna. Metode pengumpulan data yang digunakan untuk mengungkap variabel yang akan diteliti menggunakan dua skala, yaitu Skala Efikasi Diri (48 aitem,  $\alpha = 0.962$ ) dan Skala Ketangguhan (44 aitem,  $\alpha = 0.949$ ).

Skala Efikasi Diri disusun berdasarkan aspek menurut Bandura (dalam Maddux, 2013), yaitu *magnitude*, *strength*, dan *generality*. Skala Ketangguhan disusun berdasarkan aspek menurut Kobasa (dalam Southwick, Pietrzak, & White, 2011) dan Maddi (dalam Maddi, 2011), yaitu *control*, *commitment*, dan *challenge*.

Metode analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji korelasi *Spearman Rho* dengan menggunakan SPSS 20.0.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji asumsi terhadap data yang telah diperoleh, diketahui bahwa sebaran data untuk variabel Efikasi Diri maupun Ketangguhan adalah tidak normal. Nilai K.Z sebesar 2.231 dengan signifikansi 0.000 pada variabel efikasi diri dan pada variabel ketangguhan sebesar 1.378 dengan signifikansi 0.045. Pada uji linieritas hubungan antara Efikasi Diri dan Ketangguhan menunjukkan bahwa kedua hubungan variabel tersebut adalah linier dengan nilai  $F = 202.777$  dan nilai koefisien sebesar 0.000.

**Tabel 1.**  
Uji Hipotesis

Hubungan Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi
Efikasi Diri dengan Ketangguhan	0.731	0.000

Berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman Rho* diketahui bahwa N atau jumlah data penelitian adalah 101 taruna, diperoleh koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = 0.731$  dengan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.001$ ). Nilai positif dari koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dan ketangguhan pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, dan termasuk pada kategori tinggi (Sary, 2015). Nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.001$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dan ketangguhan.

Terujinya hipotesis ini menunjukkan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi ketangguhan yang dimiliki taruna. Taruna dengan efikasi diri yang tinggi akan menganggap tugas-tugas sulit sebagai tantangan yang harus diselesaikan, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari. Mereka akan terlibat dalam aktivitas sebagai taruna dan menjalaninya tanpa mengalami tekanan, mampu menetapkan tujuan lebih tinggi, dan memiliki komitmen yang kuat. Walaupun mengalami kegagalan, namun taruna dengan efikasi diri tinggi akan meningkatkan kinerja dan mempertahankan upaya mereka. Taruna dengan efikasi diri tinggi membantu menciptakan perasaan tenang dalam menjalani aktivitas atau kegiatan yang sulit. Sebaliknya, Taruna dengan efikasi diri yang rendah berpotensi untuk menumbuhkan emosi negatif seperti kecemasan, stres, depresi, dan menganggap bahwa tidak ada cara untuk menyelesaikan masalah.

**Tabel 2.**

Gambaran Umum Skor Variabel Penelitian

Statistik	Efikasi Diri		Ketangguhan	
	Hipotetik	Empirik	Hipotetik	Empirik
Skor Minimal	48	116	44	102
Skor Maksimal	192	192	176	176
Mean	120	149.03	110	139.93
Standar Deviasi	24	16.576	22	14.513

Pada Skala Efikasi Diri diperoleh skor terendah 116 dan skor tertinggi 192 dengan skor rata-rata 149.03. Pada Skala Ketangguhan diperoleh skor terendah 102 dan skor tertinggi 176 dengan skor rata-rata 139.93.

**Tabel 3.**

Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Efikasi Diri Subjek

Rumus Interval	Kategorisasi Skor	Rentang Nilai
$\mu - 3 SD < x \leq \mu - 1.5 SD$	Sangat Rendah	$48 < x \leq 84$
$\mu - 1.5 SD < x \leq \mu$	Rendah	$84 < x \leq 120$
$\mu < x \leq \mu + 1.5 SD$	Tinggi	$120 < x \leq 156$
$\mu + 1.5 SD < x \leq \mu + 3 SD$	Sangat Tinggi	$156 < x \leq 192$

**Tabel 4.**

Kategorisasi Skor dan Distribusi Subjek Pada Variabel Efikasi Diri

Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
N = 0	N = 4	N = 74	N = 23
0%	3.96%	73.26%	22.77%

**Tabel 5.**

Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Ketangguhan Subjek

Rumus Interval	Kategorisasi Skor	Rentang Nilai
$\mu - 3 SD < x \leq \mu - 1.5 SD$	Sangat Rendah	$44 < x \leq 77$
$\mu - 1.5 SD < x \leq \mu$	Rendah	$77 < x \leq 110$
$\mu < x \leq \mu + 1.5 SD$	Tinggi	$110 < x \leq 143$
$\mu + 1.5 SD < x \leq \mu + 3 SD$	Sangat Tinggi	$143 < x \leq 176$

**Tabel 6.**

Kategorisasi Skor dan Distribusi Subjek Pada Variabel Ketangguhan

Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
---------------	--------	--------	---------------

N = 0	N = 2	N = 65	N = 34
0%	1.98%	64.35%	33.66%

Berdasarkan kategorisasi pada tabel 4, dapat dilihat bahwa tidak ada subjek yang memiliki efikasi diri pada kategori sangat rendah. Distribusi subjek berada pada kategori rendah sebesar 3.96%, kategori tinggi 73.26%, dan kategori sangat tinggi 22.77%. Mayoritas efikasi diri subjek berada pada kategori tinggi. Adapun distribusi subjek pada variabel ketangguhan mayoritas memiliki ketangguhan pada kategori tinggi sebesar 64.35%, tidak ada subjek yang memiliki ketangguhan pada kategori sangat rendah. Distribusi subjek berada pada kategori rendah sebesar 1.98% dan kategori sangat tinggi 33.66%.

**Tabel 7.**

Rata-rata dan Kategori Skor Efikasi Diri dan Ketangguhan Subjek Penelitian Ditinjau Dari Usia dan Jurusan

Kriteria	Jenis Kriteria	Jumlah Taruna	Rata-rata dan Kategori			
			ED	Ket	K	Ket
Usia	19-20	75	149.23	T	139.76	T
	21-22	23	148.43	T	140.39	T
	23-24	3	148.67	T	140.67	T
Jurusan	Nautika	36	148.19	T	139.94	T
	Teknika	52	147.67	T	138.27	T
	KALK	13	156.77	ST	146.54	ST

Keterangan:

SR = Sangat Rendah

R = Rendah

T = Tinggi

ST = Sangat Tinggi

ED = Efikasi Diri

K = Ketangguhan

**Tabel 8.**

Gambaran Skor Perbedaan Efikasi Diri dan Ketangguhan Subjek Penelitian

Kriteria	Signifikansi	
	Efikasi Diri	Ketangguhan
Usia	0.779	0.954
Jurusan	0.840	0.561

Berdasarkan hasil uji statistik *Kruskal-Wallis test* ditinjau dari usia, didapatkan hasil signifikansi  $p = 0.779$  untuk kategori efikasi diri, sedangkan pada ketangguhan didapatkan hasil  $p = 0.954$ . Hasil ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel efikasi diri maupun ketangguhan diantara taruna berdasarkan usia. Untuk variabel yang ditinjau dari jurusan, efikasi diri memperoleh signifikansi sebesar  $p = 0.840$ , sedangkan pada ketangguhan  $p = 0.561$  yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel efikasi diri dan ketangguhan berdasarkan jurusan.

Menurut penelitian dari Bayram dan Bilgel (2008), siswa yang duduk di perguruan tinggi mengalami kecemasan, depresi, dan stres yang lebih tinggi secara signifikan. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi memiliki ketahanan akademik yang signifikan dibanding individu

dengan efikasi diri rendah (Cassidy, 2015). Menurut penelitian dari Quimby dan O'Brien (2006), efikasi diri bertolak belakang dengan kecemasan di kalangan mahasiswa. Individu dengan efikasi diri tinggi juga memandang tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan yang harus ditaklukkan dibanding sebuah ancaman (Schunk & Pajares, 2010). Hal ini membuat individu tersebut percaya diri dengan kemampuan akademik mereka, memantau waktu kerja mereka secara efektif, memecahkan masalah secara efisien, dan menunjukkan ketekunan.

Menurut Bandura (dalam Sternberg, 2005) ketika individu memiliki efikasi diri tinggi, hal ini akan membantu individu tersebut memecahkan masalah yang dihadapi. Sejalan dengan itu, Schunk dan Pajares (2005) menambahkan bahwa efikasi diri ini membantu menentukan apa yang akan individu lakukan dengan pengetahuan dan keterampilan yang mereka miliki. Banyak individu terkadang melemahkan kemampuan yang mereka miliki dengan meragukan dirinya. Hal inilah yang menjelaskan mengapa perilaku orang tidak sejalan dengan kemampuan yang mereka miliki dan mengapa perilaku mereka dapat berbeda antara satu sama lain ketika memiliki pengetahuan dan keterampilan yang sama.

Efikasi diri yang positif meningkatkan pencapaian dan kesejahteraan individu dalam berbagai cara (Bandura dalam Schunk & Pajares, 2005). Efikasi diri juga membantu menentukan berapa lama mereka akan bertahan menghadapi tantangan, usaha yang dikeluarkan dalam suatu aktivitas, dan seberapa tangguh mereka menghadapi situasi yang tidak menguntungkan (Pajares; Schunk dalam Schunk dan Pajares, 2005). Maka, semakin tinggi efikasi diri, semakin besar pula upaya dan ketahanannya (Bandura dalam Schunk dan Pajares, 2005).

Pada akhirnya, taruna yang memiliki efikasi diri tinggi akan diikuti dengan munculnya ketangguhan yang tinggi pula dalam menjalani aktivitas sebagai taruna. Ketangguhan taruna dalam penelitian ini ditunjukkan dengan indikator mampu menemukan cara-cara untuk mengatasi permasalahan, yakin pada kemampuannya dalam menangani permasalahan, bertahan dalam situasi atau peristiwa yang ada, berupaya mencari cara yang bisa dilakukan untuk menyelesaikan masalah hingga tuntas, menilai peristiwa yang dihadapi sebagai suatu hal yang menantang dan mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya, yaitu penelitian yang berjudul hubungan efikasi diri dan ketangguhan dengan perkembangan pendidikan pada siswi tingkat dua di sekolah menengah Kota Aleshtar oleh Shekarey, Moghadam, Amiri, dan Rostami (2010) menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dan ketangguhan. Ketika efikasi diri siswa meningkat, maka ketangguhan siswa juga akan meningkat, begitu pula sebaliknya.

Subjek penelitian secara keseluruhan adalah laki-laki. Hal ini mungkin menjadi salah satu alasan yang menyebabkan efikasi diri dan ketangguhan dalam penelitian ini mayoritas berada pada tingkat tinggi. Menurut penelitian Soysa dan Wilcomb (2013), ada perbedaan tingkat efikasi diri berdasarkan jenis kelamin. Dimana efikasi diri pada pria lebih tinggi dibanding wanita. Tingkat stres, kecemasan, dan depresi pada wanita lebih banyak dialami dibanding pria. Kemudian, sebuah penelitian dari Vogt, Rizvi, Shipherd, dan Resick (2015) terhadap 1.571 peserta rekrutmen pelaut di Pulau Parris, Carolina Selatan menemukan bahwa pria memiliki ketangguhan lebih tinggi dibanding wanita.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dan ketangguhan pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula ketangguhan taruna. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri taruna, maka semakin rendah pula ketangguhannya. Jika taruna memiliki efikasi diri yang tinggi maka ketangguhan semakin meningkat, sehingga taruna dapat mengoptimalkan aktivitasnya sebagai taruna.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dan ketangguhan pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = 0.731$  dengan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.001$ ). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, disimpulkan bahwa efikasi diri maka semakin tinggi pula ketangguhan taruna. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri taruna, maka semakin rendah pula ketangguhannya. Bagi peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi ketangguhan. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan faktor-faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini, misalnya pola asuh orangtua, dukungan sosial maupun pengalaman pribadi. Peneliti selanjutnya dapat melibatkan partisipan perempuan sehingga dapat diperoleh gambaran perbedaan efikasi diri dan ketangguhan ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan sehingga diharapkan peneliti selanjutnya mampu mencakup lebih banyak subjek agar hasil penelitian dapat digeneralisir secara luas.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdollahi, A., Talib, M. A., Carlbring, P., Harvey, R., Yaacob, S. N., & Ismail, Z. (2016). Problem-solving skills and perceived stress among undergraduate students: The moderating role of hardiness. *Journal of Health Psychology*. doi: 10.1177/1359105316653265.
- Alora, C. B C., Lagao, J. A. T., Martin, F. G. G., Panaligan, M. L. A., Peñalosa, J. J. P., & Lester, M.. (2013). Sources of stress among college students, (1-22). Diunduh dari academia.edu.
- Amin, Ichsan. (2017, Februari 24). *Kekurangan pelaut, INSA dan kemenhub gelar diklat kepelautan*. Diunduh dari <https://ekbis.sindonews.com/read/1182786/34/kekurangan-pelaut-insya-dan-kemenhub-gelar-diklat-kepelautan-1487860187>
- Bandura, Albert. (1986). *Social foundation of thought and action: a social cognitive theory*. Englewood Cliffs. New Jersey: Prentice.
- Bayram, N., & Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety, and stress among a group of university students. *Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 43, 667–672. doi:10.1007/s00127-008-0345-x
- Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: the role of academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6, 1781. doi: 10.3389/fpsyg.2015.01781.
- Cole, M. S., Feild, H. S., & Harris, S. G. (2004). Student learning motivation and psychological hardiness: interactive effects on students' reactions to a management class. *Academy of Management Learning and Education*, 3(1), 64-85. doi: 10.5465/amle.2004.12436819.
- Delahaij, R., Gaillard, A.W.K., & Van Dam, K. (2010). Hardiness and the response to stressful situations: investigating mediating processes. *personality and individual differences*, 49, 386-390, doi: 10.1016/j.paid.2010.04.002.



- Dephub. (2011, Februari 25). *Indonesia still needs more sailorship experts*. Diunduh dari <http://dephub.go.id/beta2017/post/read/indonesia-masih-butuh-pakar-pelayaran-3596?language=id>.
- Devina, G., & Penny, H. (2016). Gambaran hardiness pada ibu pengasuh utama anak cerebral palsy. *Indonesian Journal Of Disability Studies (IJDS)*, 3(1), 26-33, diunduh dari [ijds.ub.ac.id](http://ijds.ub.ac.id).
- Hidayah, N., & Atmoko, A. (2014). *Landasan sosial budaya dan psikologis pendidikan*. Diunduh dari <https://books.google.co.id/books?id=h0MyDwAAQBAJ&pg=PA60&dq>.
- Jerusalem, M., & Mittag, W. (2009). *Self-efficacy in stressful life transitions*. In Bandura, A (Eds.), *Self-Efficacy in Changing Societies* (pp. 177-201). NY: Cambridge University Press
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168. doi: [dx.doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168](https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168).
- Kristanto, T., Chen, W. S., & Thoo, Y. Y. (2016). Academic burnout and eating disorder among students in Monash University Malaysia. *Eating Behaviors*, 96-100. doi: [org/10.1016/j.eatbeh.2016.03.029](https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.03.029).
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 160–168, doi: [10.1080/17439760600619609](https://doi.org/10.1080/17439760600619609).
- Maddi, R. S. (2011). *Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*. NY: Springer.
- Maddux, J. E. (Ed.). (2013). *Self-efficacy, adaptation, and adjustment theory, research, and application*. NY: Plenum Press
- Maharani, N. N. (2015). *Hubungan antara dukungan sosial dengan hardiness pada ibu yang memiliki anak penderita leukemia limfoblastik akut di rumah cinta kanker kota bandung*. Diunduh dari <http://repository.unisba.ac.id/>
- Micco. (2015). Diunduh dari <https://pendidikan.id/main/forum/diskusi-pendidikan/direktori-sekolah/1025-politeknik-ilmu-pelayaran-semarang-pip-semarang>.
- Mosley, E., & Laborde, S. (2016). *Performing under Pressure: Influence of Personality-Trait-Like Individual Differences*. In Raab, M., Lobinger, B., Hoffman, S., Pizzera, A., & Laborde, S., (Eds.), *Performance Psychology: Perception, Action, Cognition, and Emotion* (pp. 291–314). NY: Elsevier
- Pagnin, D., de Queiroz, V., Carvalho, Y. T. M. S., Dutra, A. S. S., Amaral, M. B., & Queiroz, T. T. (2014). The relation between burnout and sleep disorders in medical students. *Academic Psychiatry*. doi: [10.1007/s40596-014-0093-z](https://doi.org/10.1007/s40596-014-0093-z).
- PIP Semarang. (2013). Catar Masuk Asrama. Diunduh dari [http://www.pip-semarang.ac.id/29\\_catar\\_masuk\\_asrama.php](http://www.pip-semarang.ac.id/29_catar_masuk_asrama.php).

- Pravitasari, N. T. (2016). Perbedaan hardiness ditinjau dari jenis kelamin pada penderita penyakit jantung koroner di rumah sakit malahayati medan. Diunduh dari <http://repository.uma.ac.id/>
- Quimby, J. L., & O'Brien, K.M. (2006). *Predictors of well-being among nontraditional female students with children. Journal of Counseling & Development*, 84, 451–460. doi: 10.1002/j.1556-6678.2006.tb00429.x.
- Rachman, A. M. P., & Indriana, Y. (2013). Hardiness mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi ditinjau dari tingkat optimisme. *Jurnal Psikologi Undip*, (2)4, diunduh dari [ejournal3.undip.ac.id](http://ejournal3.undip.ac.id).
- Rahmawati, S. W., & Wijayani, M. R. (2013). Resiliensi taruna STP dari keluarga pelaku utama perikanan. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 1(2), 253-270. doi: 10.24854/jpu22013-25.
- Sary, Y. N. E. (2015). *Buku mata ajar evaluasi pendidikan*. Diunduh dari <https://books.google.co.id/books?id=f1k9CwAAQBAJ&printsec>
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2005). *Competence perceptions and academic functioning*. In AJ. Elliot & C. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 85–104). NY: Guilford Press.
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2010). *Self-efficacy beliefs. international encyclopedia of education*. doi: 668-672. 10.1016/B978-0-08-044894-7.00620-5.
- Sekariansah, A. T., & Sakti, H. (2013). Hardiness relationship between stress with sort of students in thesis. *Jurnal Psikologi Undip*. 2(4), 1-9, diunduh dari [ejournal3.undip.ac.id](http://ejournal3.undip.ac.id).
- Shekarey, A., Moghadam, A. J., Amiri, F., & Rostami, M. S. (2010). 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, 1905–1910, doi: 10.1016/j.sbspro.2010.07.386.
- Southwick, S. M., Pietrzak, R. H., & White, G. (2011). *Interventions to enhance resilience and resilience-related constructs in adults*. In SM. Southwick, BT. Litz, D. Charney, & MJ. Friedman (Eds), *Resilience and mental health: challenges across the lifespan*. (pp. 56-75). NY: Cambridge University Press.
- Soysa, C. K., & Wilcomb, C. J. (2013). Mindfulness, self-compassion, self-efficacy, and gender as predictors of depression, anxiety, stress, and well-being. *Springer Science*. doi: 10.1007/s12671-013-0247-1.
- Sternberg, R. J. (2005). *Intelligence, competence, and expertise*. In In AJ. Elliot & C. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 15–30). NY: Guilford Press.
- Vogt, D. S., Rizvi, S. L., Shipherd, J. C., & Resick, P. A. (2008). Longitudinal investigation of reciprocal relationship between stress reactions and hardiness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 61-73. doi: 10.1177/0146167207309197.
- Whitman, T. L., Merluzzi, T. V., & White, R. D. (2009). *Life-span perspectives on health and illness*. Diunduh dari <https://books.google.co.id/books?id=3zF5AgAAQBAJ&pg>.

Yusinta, P. L., & Hasanat, N. U. (2015). Hubungan antara persepsi terhadap pola asuh otoriter orangtua dan kepribadian tangguh dengan depresi pada remaja. Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

Zul. (2015, Mei 18). *Mau jadi nakhoda bergaji sampai ratusan juta? ini persyaratannya*. Diunduh dari <https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/2917048/mau-jadi-nakhoda-bergaji-sampai-ratusan-juta-ini-persyaratannya>.