

Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kebosanan Akademik pada Remaja Santri Al Fattah Sidoarjo

Oleh:

Abdul Aziz

Eko Hardi Ansyah

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Juli, 2024

Pendahuluan

Menurut Wahid, pondok pesantren adalah asrama tempat tinggal para santri Dimana pondok pesantren mirip dengan akademi militer atau biara dalam arti bahwa mereka yang ada di sana mengalami suatu kondisi totalitas [2].

Hal serupa dialami oleh para santri di pondok pesantren Al Fattah Sidoarjo. Para santri tidak dapat keluar dari lingkungan pesantren kecuali pada hari libur. Setiap harinya kegiatan mereka telah diatur dan dipantau oleh pihak pesantren sehingga mereka harus pintar mengatur dan menyesuaikan waktunya dengan jadwal pesantren agar dapat menyelesaikan aktivitas dalam proses mencapai tujuan belajarnya.

Menurut Nurmalasari siswa yang mengalami kejenuhan menunjukkan perilaku seperti bolos sekolah, cemas mengalami ulangan, mencontek, tidak peduli terhadap materi, tidak menguasai materi, tidak betah di sekolah, takut menghadapi guru, tidak dapat berkonsentrasi di kelas, ingin pindah kelas, cemas terhadap materi yang sulit, jenuh terhadap penambahan pelajaran, takut dengan pelajaran tertentu, panik menghadapi tugas yang menumpuk atau sulit, tidak percaya diri, dan akan memberikan dampak akademik antara lain memotivasi belajar rendah, tidak berhasil menguasai materi [3].

Pendahuluan

Hasil wawancara menunjukkan bahwa kehidupan santri memiliki ritme dan komitmen yang berbeda dibandingkan siswa sekolah biasa. Seorang santri merasa bahwa kegiatan yang dijalani di pondok pesantren jauh lebih padat dan terkadang terasa berjalan sangat lama dan lambat, berbeda dengan siswa biasa yang bisa langsung pulang dan bebas beraktivitas setelah sekolah. Meskipun begitu, para santri memahami dan menerima komitmen untuk patuh terhadap aturan-aturan pondok pesantren, meskipun terkadang merasa bosan dan monoton serta mengantuk saat mengikuti kegiatan.

Santri mengalami pengalaman emosional khusus dari lima aspek komponen yaitu sensasi yang tidak menyenangkan, persepsi waktu yang terganggu dengan merasa sangat lama saat kegiatan di pondok begitu lama, keinginan untuk menarik diri dari aktivitas santri, merasa sangat tidak bergairah dalam mengikuti kegiatan belajar, ekspresi wajah lesu terlihat malas dan postur tubuh yang berubah seolah menunjukkan rasa tidak tertarik dengan posisi badan di tidurkan di meja.

Kebosanan dianggap sebagai pengalaman emosional khusus yang terdiri dari lima aspek yaitu : afektif (sensasi yang tidak menyenangkan), kognitif (persepsi waktu yang terganggu), motivasional (keinginan untuk mengubah atau menarik diri dari aktivitas), fisiologis (arousal yang berkurang), dan ekspresif (ekspresi wajah, vokal, dan postur) [4].

Pendahuluan

Menurut Ozerk menjelaskan jika kebosanan dialami di domain akademik, maka dapat diklasifikasikan sebagai emosi akademik. Secara lebih khusus, emosi akademik didefinisikan sebagai emosi yang dialami oleh individu dalam pengaturan pendidikan yang berkaitan langsung dengan perilaku belajar, aktivitas dalam kelas, dan hasil pencapaian [5].

Efikasi diri bukan merupakan ekspektasi dari hasil tindakan kita. Efikasi merujuk pada keyakinan diri seseorang bahwa orang tersebut memiliki kemampuan untuk melakukan suatu perilaku, sementara ekspektasi atas hasil merujuk pada prediksi dari kemungkinan mengenai konsekuensi perilaku tersebut [10].

Apabila individu memiliki efikasi diri akademik yang tinggi diharapkan akan mengarahkan perilakunya untuk giat dan lebih tekun dalam aktivitas akademik, demikian juga sebaliknya individu yang efikasi diri akademik yang rendah rentan dengan keraguan kemampuannya sendiri sehingga mengarahkan diri pada perilaku lain sebagai kegiatan yang menghambat performa akademis atau menurunkan prestasi akademis, bisa jadi individu akan menghindari tugas [13].

Pendahuluan

Berdasarkan fenomena dan penelitian sebelumnya di atas, peneliti ingin melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang hubungan antara efikasi diri dengan kebosanan akademik pada remaja santri Al Fattah Sidoarjo. Berdasarkan latar belakang di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kebosanan akademik pada remaja santri Al Fattah Sidoarjo

Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kebosanan akademik Remaja Santri Al Fattah Sidoarjo?

Metode

Metode Penelitian : kuantitatif

Teknik sampling : Penentuan sampel menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* untuk menentukan jumlah sampel pada masing-masing kelas karena populasi dalam penelitian ini tidak homogen dan berstrata secara proporsional.

Populasi penelitian : Remaja santri berjumlah 344 remaja dan jumlah sampel sebanyak 183 remaja

Metode

Efikasi diri diukur dengan skala efikasi diri yang diadopsi dari skala yang disusun oleh Muris berdasarkan aspek-aspek yaitu (1) efikasi diri sosial yang berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk menjalin relasi dengan teman sebaya, (2) Efikasi diri akademik yang merupakan kemampuan kognitif untuk mengelola perilaku dalam belajar, memahami materi pembelajaran, dan mencapai harapan akademik, (3) Efikasi diri emosional yang berhubungan dengan kemampuan untuk menghadapi emosi negatif [12]. Dengan nilai reliabilitas sebesar reliabilitas sebesar 0.880.

Kebosanan akademik diukur dengan skala kebosanan akademik yang diadopsi dari skala yang disusun oleh Sharp, Zhu, Matos & Sharp berdasarkan aspek yaitu (1) afektif (sensasi yang tidak menyenangkan), (2) kognitif (persepsi waktu yang terganggu), (3) motivasional (keinginan untuk mengubah atau menarik diri dari aktivitas), (4) fisiologis (arousal yang berkurang), dan (5) ekspresif (ekspresi wajah, vokal, dan postur) [4]. Dengan nilai reliabilitas sebesar 0.850.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi berupa skala model *Likert*. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson's* dengan bantuan *SPSS 26.0 for windows*.

Hasil

Uji Normalitas

Tabel . Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		183
Normal <u>Parameters</u> ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	22.13448768
Most Extreme Differences	Absolute	.043
	Positive	.038
	Negative	-.043
Kolmogorov-Smirnov Z		.588
Asymp. Sig. (2-tailed)		.880

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

Berdasarkan dari data Tabel 2. *One Sample Kolmogorof-smirnov* di atas dapat diketahui nilai signifikansi efikasi diri dan kebosanan akademik yaitu 0,880 berarti nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,880 > 0,05$) dan dapat dikatakan bahwa data distribusi tersebut normal. Berdasarkan dari dua pernyataan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki distribusi normal.

Hasil

Uji Linieritas

Tabel 3. Uji Linieritas

			ANOVA Table				
			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Kebosanan Akademik *	Between Groups	(Combined) Linearity	22345.967	55	406.290	.718	.917
Efikasi Diri		Deviation from Linearity	5037.250	1	5037.250	8.903	.003
	Within Groups		17308.717	54	320.532	.566	.990
	Total		71859.552	127	565.823		
			94205.519	182			

Dalam Tabel 3. diketahui bahwa nilai signifikansi *linearity* efikasi diri dan kebosanan akademik 0,028 yang dapat diartikan nilai *linearity* lebih kecil daripada 0,05 ($0,003 < 0,05$) dan nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,990 yang dapat diartikan bahwa nilai *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05 ($0,990 > 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa kedua data tersebut linier.

Berdasarkan kedua uji diatas, maka uji hipotesis dilakukan dengan uji korelasi *Pearson's*.

Hasil

Uji Hipotesis

Tabel 4. Uji Hipotesis

		Efikasi Diri	Kebosanan Akademik
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.231**
	Sig. (2-tailed)		.002
	N	183	183
Kebosanan Akademik	Pearson Correlation	-.231**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	183	183

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

Hasil analisis berdasarkan Tabel 4. diketahui bahwa nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0,231$ dengan nilai signifikansinya 0,002 ($p < 0.05$). Maka dapat diartikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kebosanan akademik pada santri Al Fattah Sidoarjo. Jadi semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh santri maka semakin rendah kebosanan akademik yang dirasakan, sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki maka semakin tinggi kebosanan akademik yang dirasakan oleh santri Al Fattah Sidoarjo.

Hasil

Sumbangan Efektif

Tabel 5. Sumbangan Efektif

	Measures of Association			
	R	R Squared	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
Kebosanan Akademik * Efikasi Diri	.231	.053	.432	.186

Berdasarkan hasil dari Tabel 5. diketahui bahwa nilai *R Square* adalah $0,053 \times 100\%$ hasilnya 5.3%. Maka diketahui pengaruh efikasi diri terhadap kebosanan akademik sebesar 5.3% sedangkan 94.7% dipengaruhi oleh variabel lain seperti regulasi emosi, dukungan sosial dan stres akademik [19], [20], [21].

Hasil

Standar Deviasi dan Mean

Tabel 6. Standar Deviasi dan Mean

Descriptive Statistics							
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Efikasi Diri	183	74	40	114	82.68	13.529	183.022
Kebosanan Akademik	183	167	0	167	107.54	22.751	517.613
Valid N (listwise)	247						

Berdasarkan hasil dari Tabel 6. diketahui bahwa pada variabel efikasi diri mempunyai nilai *mean* teoritik (μ) sebesar 82.68 dan standart deviasi (σ) sebesar 13.529. Pada variabel kebosanan akademik mempunyai nilai *mean* teoritik (μ) sebesar 107.54 dan standart deviasi (σ) sebesar 22.751.

Hasil

Kategori Skor Subjek

Tabel 7. Kategori Skor Subjek

Kategori	Skor Subjek			
	Efikasi Diri		Kebosanan Akademik	
	Σ Santri	%	Σ Santri	%
Rendah	27	15%	29	16%
Sedang	129	70%	132	72%
Tinggi	27	15%	22	12%
Jumlah	183	100 %	183	100 %

Berdasarkan Tabel 7. diperoleh data kategori skor subjek bahwasannya pada santri Al Fattah Sidoarjo terdapat 27 santri memiliki efikasi diri pada kategori rendah sebanyak 27 santri dengan persentase sebesar 15%. Pada kategori sedang diperoleh sebanyak 129 santri dengan persentase sebesar 70%. Terdapat 27 santri yang memiliki efikasi diri pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 15%.

Hasil

Kebosanan akademik pada santri Al Fattah Sidoarjo diperoleh data sebanyak 29 santri berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 16%, pada kategori sedang diperoleh sebanyak 132 santri dengan persentase sebesar 72% dan pada kategori tinggi diperoleh sebanyak 22 siswa dengan persentase 12%.

Berdasarkan dari pembahasan Tabel 7. diatas dapat disimpulkan bahwa santri Al Fattah Sidoarjo memiliki efikasi diri sedang dan memiliki kebosanan akademik juga sedang.

Pembahasan

Metode analisis data di atas dilakukan dengan bantuan SPSS dengan metode korelasi *product moment Pearson's*. Uji korelasi menunjukkan bahwa hipotesis peneliti diterima, dengan koefisien korelasi $r = -0,231$ dan nilai signifikansi lebih rendah 0,002 daripada 0,05 ($p < 0.05$). Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kebosanan akademik pada santri Al Fattah Sidoarjo. Semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin rendah kebosanan akademik yang dirasakan oleh santri Al Fattah Sidoarjo, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka akan semakin tinggi kebosanan akademik yang dirasakan oleh santri Al Fattah Sidoarjo.

Penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Amria & Aulia menunjukkan bahwa kebosanan akademik pada siswa santri dapat dipengaruhi oleh efikasi diri ($F = 182.971$, $p = 0.000 < 0.05$) [7]. Penelitian lain yang dilakukan oleh Diandra, Noviekayati & Pratitis juga menunjukkan hal yang sama dimana efikasi diri akademik memiliki hubungan yang signifikan terhadap kebosanan akademik ($F = 42.120$, $p = 0.000 < 0.05$) [8]. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Kula, Ozcakir & Celiker juga menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebosanan akademik dimana semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kebosanan akademik yang dirasakan oleh santri siswa ($F = 6.320$, $p = 0.001 < 0.05$) [9].

Pembahasan

Metode analisis data di atas dilakukan dengan bantuan SPSS dengan metode korelasi *product moment Pearson's*. Uji korelasi menunjukkan bahwa hipotesis peneliti diterima, dengan koefisien korelasi $r = -0,231$ dan nilai signifikansi lebih rendah 0,002 daripada 0,05 ($p < 0.05$). Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kebosanan akademik pada santri Al Fattah Sidoarjo. Semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin rendah kebosanan akademik yang dirasakan oleh santri Al Fattah Sidoarjo, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka akan semakin tinggi kebosanan akademik yang dirasakan oleh santri Al Fattah Sidoarjo.

Penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Amria & Aulia menunjukkan bahwa kebosanan akademik pada siswa santri dapat dipengaruhi oleh efikasi diri ($F = 182.971$, $p = 0.000 < 0.05$) [7]. Penelitian lain yang dilakukan oleh Diandra, Noviekayati & Pratitis juga menunjukkan hal yang sama dimana efikasi diri akademik memiliki hubungan yang signifikan terhadap kebosanan akademik ($F = 42.120$, $p = 0.000 < 0.05$) [8]. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Kula, Ozcakir & Celiker juga menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebosanan akademik dimana semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kebosanan akademik yang dirasakan oleh santri siswa ($F = 6.320$, $p = 0.001 < 0.05$) [9].

Pembahasan

Selain itu, strategi pengajaran yang berfokus pada pembelajaran kolaboratif dan pemecahan masalah juga dapat mengurangi kebosanan akademik [24]. Dengan melibatkan santri dalam diskusi kelompok dan proyek-proyek kreatif, mereka dapat merasa lebih terlibat dan termotivasi. Efikasi diri mereka akan meningkat ketika mereka melihat bahwa kontribusi mereka dihargai dan bahwa mereka mampu mencapai hasil yang diinginkan melalui kerja keras dan kolaborasi. Pada akhirnya, hubungan antara efikasi diri dan kebosanan akademik pada santri adalah kompleks dan saling mempengaruhi. Meningkatkan efikasi diri santri melalui lingkungan belajar yang positif dan metode pengajaran yang efektif dapat membantu mengurangi kebosanan akademik. Dengan demikian, santri akan lebih termotivasi dan mampu mencapai potensi penuh mereka dalam studi agama dan akademik [25].

Referensi

- [1] A. M. Fahham, *Pendidikan pesantren: pola pengasuhan, pembentukan karakter, dan perlindungan anak*. Publica Institute Jakarta, 2020.
- [2] H. Triwibowo and K. Khoirunnisyak, “Hubungan tingkat kecemasan perpisahan dengan orang tua terhadap motivasi belajar santri dipondok pesantren darussalam desa ngesong sengon jombang,” *J. Keperawatan*, vol. 6, no. 2, 2017.
- [3] C. E. Yulistiorini, S. Y. Wardani, and A. Kadafi, “Identifikasi Faktor Penyebab Burnout Belajar pada Siswa,” in *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 2022, pp. 10–15.
- [4] J. G. Sharp, X. Zhu, M. Matos, and J. C. Sharp, “The Academic Boredom Survey Instrument (ABSI): a measure of trait, state and other characteristic attributes for the exploratory study of student engagement,” *J. Furth. High. Educ.*, vol. 45, no. 9, pp. 1253–1280, 2021.
- [5] G. Özerk, “Academic Boredom: An Underestimated Challenge in Schools.,” *Int. Electron. J. Elem. Educ.*, vol. 13, no. 1, pp. 117–125, 2020.
- [6] F. H. Sari, “Kebosanan Akademik Siswa SMA Selama Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 dan Upaya Mengatasinya.” Universitas Gadjah Mada, 2023.
- [7] S. Amria and L. A. Aulia, “Dampak Efikasi Diri Terhadap Kejenuhan Belajar Pada Santri,” *J. Gesi*, vol. 2, no. 1, pp. 51–61, 2023.
- [8] R. Diandra, I. Noviekayati, and N. T. Pratitis, “Self Efficacy, Perceive Teacher Support dan Academic Boredom Pada Siswa Di Sekolah Dasar Full Day School,” *J. Int. Multidiscip. Res.*, vol. 2, no. 6, pp. 37–49, 2024.
- [9] S. S. Kula, B. Özçakir, and T. Ceylan Çeliker, “The Relation between Academic Boredom of Students with Mathematics Self-Efficacy and Mathematics Anxiety.,” *Acta Didact. Napocensia*, vol. 13, no. 2, pp. 30–42, 2020.
- [10] R. K. Putra and G. R. Affandi, “Hubungan Efikasi Diri dengan Pengambilan Keputusan Karir pada Siswa Kelas XII SMK YPM 8 Sidoarjo,” *Web Sci. Int. Sci. Res. J.*, vol. 2, no. 3, 20

Referensi

- [11] S. F. L. Zagoto, “Efikasi diri dalam proses pembelajaran,” *J. Rev. Pendidik. dan Pengajaran*, vol. 2, no. 2, pp. 386–391, 2019.
- [12] P. Muris, “A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths,” *J. Psychopathol. Behav. Assess.*, vol. 23, pp. 145–149, 2001.
- [13] B. Mukti and F. Tentama, “Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik,” in *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 2019.
- [14] R. J. Masviah and L. I. Mariyati, “Hubungan Antara Efikasi Diri dan Religiusitas dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa Universitas,” in *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, 2021, pp. 160–172.
- [15] H. I. S. Putri and G. R. Affandi, “Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik Saat Perkuliahan Daring pada Mahasiswa Organisatoris Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah,” in *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2022, pp. 819–827.
- [16] N. Aiyuda and M. Fadhli, “Kebosanan Akademik dan Kecanduan Gadget Selama Pandemi Covid-19 Pada Remaja,” *Psychopolytan J. Psikol.*, vol. 5, no. 2, pp. 150–158, 2022.
- [17] S. Khan, R. Sadia, S. Z. Hayat, and S. Tahir, “Relationship between Academic Boredom, Learning Climate and Academic Motivation Among University Students.,” *Pakistan J. Psychol. Res.*, vol. 34, no. 3, 2019.
- [18] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet, 2016.
- [19] N. A. Pristanti, M. Irawan, and M. Miswanto, “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Pada Pembelajaran Online,” *Indones. J. Guid. Couns. Theory Appl.*, vol. 11, no. Special Ed, pp. 93–104, 2022.

Referensi

- [20] Y. Srivaniwati, “Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kejenuhan Akademik pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Makassar yang Sedang Melaksanakan Kuliah Online,” 2022.
- [21] I. Fauzi, “Hubungan kebosanan (boredom) dengan stres akademik pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan daring di masa pandemi COVID-19.” UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2021.
- [22] N. Permatasari, L. Sutanto, and N. S. Ismail, “Hubungan efikasi diri terhadap tingkat kejenuhan akademik: studi empiris pembelajaran daring semasa COVID-19,” *J. sosio sains*, vol. 7, no. 1, pp. 36–50, 2021.
- [23] S. Maimunah, “Pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri,” *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 8, no. 2, pp. 275–282, 2020.
- [24] D. R. Kurniawan, S. N. Akbar, and R. Rusli, “Hubungan interaksi teman sebaya dengan kejenuhan belajar pada santri aliyah pondok pesantren al falah putra banjarbaru,” *J. Kognisia*, vol. 1, no. 1, pp. 48–54, 2020.
- [25] I. N. M. Hurin'in, “Pengaruh character strength terhadap kejenuhan belajar santri dimediasi kualitas interaksi teman sebaya.” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2023.

