

Hubungan antara *Locus Of Control* dan Efektivitas Komunikasi antar Pribadi dengan *Problem Focused Coping*

Eko Sujadi, A. Muri Yusuf & Marjohan
Universitas Negeri Padang
E-mail: Ekosujadi@gmail.com

Abstract

Problem focused coping need to be possessed by every individual. The purposes of this research were to described locus of control, the effectiveness of interpersonal communication, problem focused coping, the correlation between locus of control with problem focused coping, and the correlation between the effectiveness of interpersonal communication with problem focused coping. This research was descriptive & correlation research by using quantitative approach. Data were collected through a Likert scale questionnaire and locus of control by using inventory Rotters Internal-External Locus of Control (I-E Scale), which was the validity and reliability has been tested. The data were analyzed by percentage technique and product moment correlation. The finding of research are: 1) locus of control were in the middle range between internal locus of control and external locus of control with an average as big as 11.46, 2) the general level of effectiveness of interpersonal communication is in high category, 3) the general level of problem focused coping is in high category, 4) there is correlation between locus of control with problem focused coping, and 5) there is correlation between effectiveness of interpersonal communication with problem focused coping.

Keyword: *Locus of Control, Effectiveness of Interpersonal Communication, Problem Focused Coping*

Copyright ©2016 Universitas Negeri Padang

PENDAHULUAN

Keterampilan mengatasi masalah tentunya sangat dibutuhkan setiap individu. Menurut Lazarus & Folkman (1984:141); Smith, Sarason & Sarason (1982:453) keterampilan seperti ini dinamakan *coping*. Lazarus dan Folkman (1984: 152) mengemukakan bahwa salah satu strategi *coping* yakni *problem focused coping*, yang digunakan untuk mengurangi stresor atau mengatasi stres dengan cara mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru.

Penelitian yang dilakukan oleh Restu Dwi Prihatana (2012) mengenai strategi *coping* remaja pada berbagai model pembelajaran diketahui bahwa siswa yang menggunakan *problem focused coping* secara umum berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 30.8% pada kelas akselerasi, 36.7% pada kelas RSBI, dan 26.7% pada kelas regular. Penelitian yang dilakukan oleh Gannis Eka Pramita Sari (2010) mengenai strategi *coping* pada remaja wanita ditemukan hasil bahwa hanya 34.91% dari 103 siswa yang menggunakan *problem focused coping*. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Putri Prayascitta (2010) mengenai strategi *coping* siswa yang orangtuanya bercerai, ditemukan hasil bahwa hanya 37.50% dari 40 siswa yang menggunakan *problem focused coping* dengan baik. Hasil penelitian tersebut tentunya menggambarkan kemampuan siswa dalam melakukan tindakan-tindakan nyata untuk menyelesaikan masalah belum terlalu baik.

Menurut Kobasa (dalam Syamsu Yusuf, 2009:130); Lazarus & Folkman, (1984:161); Stocks, Alexandra, April, Kurt A, Lynton, Nandani (2012:18); salah satu faktor yang mempengaruhi strategi *problem focused coping* adalah *locus of control*. Raven (2000:14) mengemukakan bahwa *locus of control* merupakan kontrol perilaku individu atas faktor-faktor dari dalam diri (*internal locus of control*) atau di luar diri (*external locus of control*).

Selain *locus of control*, *problem focused coping* juga dipengaruhi oleh keterampilan sosial yang salah satu aspeknya adalah kemampuan berkomunikasi antarpribadi (Lazarus & Folkman (1984:163). Komunikasi antarpribadi yang efektif ditandai dengan enam aspek efektivitas yakni: empati, keterbukaan, sikap positif, kesetaraan, sikap mendukung dan pemahaman (Devito, 1997:260).

Peneliti beranggapan bahwa topik mengenai *problem focused coping* merupakan salah satu hal yang sangat penting, dekat dan ada dalam kehidupan keseharian setiap orang khususnya siswa di SMA. Suatu masalah klasik yang terjadi ketika menemukan kasus siswa yang merasa bingung dan tidak mampu dalam menyusun rencana penyelesaian masalah yang jelas, mencari dukungan, dan merencanakan masalah melalui tindakan-tindakan yang positif.

Berdasarkan gambaran masalah dan kajian teori sebelumnya dalam penelitian ini, penulis berusaha mendeskripsikan *locus of control*, efektivitas komunikasi antarpribadi, *problem focused coping*, hubungan antar *locus of control* dengan *problem focused coping*, dan hubungan antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping*.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif dan korelasional. Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri dari *locus of control* (X_1) dan efektivitas komunikasi antarpribadi (X_2) yang merupakan variabel bebas dan *problem focused coping* (Y) yang merupakan variabel terikat.

Populasi dalam penelitian ini yakni seluruh siswa kelas X SMAN 16 Padang yang berjumlah 249 siswa. Metode penarikan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *simplerandom sampling*. Berdasarkan metode tersebut diperoleh sampel sebanyak 153 siswa.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa *inventory Rotters Internal-External Locus of Control (I-E Scale)* yang telah diadaptasi oleh Marjohan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur efektivitas komunikasi antarpribadi dan *problem focused coping* menggunakan skala *Likert*. Instrumen melalui proses *construct validity* oleh 3 orang ahli, validitas konten dan reliabilitas yang dilakukan terhadap sejumlah subjek uji coba.

Teknik analisis yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dengan korelasi *Product Moment*. Analisis data dibantu dengan menggunakan program SPSS 16 *for windows*.

HASIL

Data yang diperoleh dari lapangan telah lulus uji normalitas dan linearitas. Hasil analisis menunjukkan bahwa secara keseluruhan *problem focused coping* siswa SMA berada dalam kategori tinggi dengan rata-rata skor 102.771. *Locus of control* siswa berdasarkan hasil analisis diperoleh rata-rata skor 11.46. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka dapat diketahui bahwa skor rata-rata perolehan *locus of control* cenderung berada pada rentang pertengahan antara *internal locus of control* dan *external locus of control* jika dilihat dari nilai tengah (*median*) sebesar 11.5. Dengan demikian maka dapat dipahami bahwa jumlah frekuensi siswa yang memiliki *internal locus of control* dan *external locus of control* hampir sama. Efektivitas komunikasi antarpribadi siswa SMA berdasarkan hasil analisis, diketahui berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor 100.346.

Hasil analisis hubungan antar *locus of control* (X_1) dengan *problem focused coping* (Y) dapat dilihat pada Tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Analisa Hubungan antara *Locus of Control*(X_1) dengan Variabel *Problem Focused Coping* (Y)

Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}
<i>Locus of control</i> <i>Problem coping</i>	-0.356	0.159

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa koefisien korelasi antara *locus of control* dengan *problem focused coping* sebesar -0.356, sedangkan r_{tabel} sebesar 0.159 pada taraf signifikan 5%. Berdasarkan analisis tersebut diketahui bahwa $-0.356 > 0.159$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang negatif antara *locus of control* dengan *problem focused coping*.

Hasil analisis hubungan antara variabel efektivitas komunikasi antarpribadi (X_2) dengan *problem focused coping* (Y) dapat dilihat pada Tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Analisis Hubungan antara Variabel Efektivitas Komunikasi Antarpribadi (X_2) dengan *Problem Focused Coping* (Y)

Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}
Efektivitas komunikasi antarpribadi <i>Problem focused coping</i>	0.336	0.159

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa koefisien korelasi antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping* sebesar 0.336, sedangkan r_{tabel} sebesar 0.159 pada taraf signifikan 5%. Berdasarkan analisis tersebut diketahui bahwa $0.336 > 0.159$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang positif antara antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengujian yang telah diuraikan, maka terbukti bahwa terdapat hubungan antara *locus of control* dengan efektivitas komunikasi antarpribadi dan hubungan antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping*. Pada bagian berikut akan dijelaskan pembahasan untuk masing-masing variabel yang dikaji dalam penelitian.

1. *Problem Focused Coping*

Hasil analisis menunjukkan bahwa secara keseluruhan *problem focused coping* siswa berada pada kategori tinggi dengan rata-rata persentase sebesar 82.217%. Dengan demikian maka dapat diketahui bahwa pada umumnya siswa melakukan tindakan-tindakan yang nyata untuk mengatasi permasalahan yang terjadi. Tindakan tersebut meliputi tingkah laku yang diarahkan untuk merubah atau mengelola situasi yang penuh stres, atau pemikiran yang mengarah pada keyakinan bahwa stresor dapat dikendalikan. Dalam hal ini siswa hati-hati dalam mengambil keputusan penyelesaian masalah, merencanakan sebuah strategi yang akan dijalankan dalam memecahkan masalah atau juga dengan melibatkan orang lain yang pada dasarnya terlibat akan munculnya permasalahan tersebut.

Problem focused coping tentunya sangat dibutuhkan setiap individu yang sedang memiliki permasalahan tertentu. Individu yang berorientasi pada strategi ini akan teliti, cermat, peduli, memiliki usaha yang baik, tidak akan cepat menyerah dan tidak pasrah terhadap permasalahan yang terjadi pada dirinya.

Kemampuan pemecahan masalah yang langsung berorientasi pada sumber stres merupakan sebuah keterampilan yang tidak datang secara alamiah namun kemampuan ini ada dan akan terus berkembang dengan adanya pengalaman yang matang, pelatihan dan bimbingan khusus kepada individu terkait dengan usaha-usaha yang akan dilakukannya jika ia berhadapan dengan permasalahan tertentu. Bimbingan dan pembinaan yang diberikan bertujuan agar individu memiliki *problem focused coping* yang baik.

Syamsu Yusuf (2009:135) mengemukakan bahwa seseorang yang menggunakan *problem focused coping* memiliki ciri-ciri: (1) menghadapi masalah secara langsung, mengevaluasi alternatif secara rasional dalam upaya memecahkan masalah tersebut; (2) menilai atau mempersepsi situasi stres didasarkan pada pertimbangan yang rasional; dan (3) mengendalikan diri (*self control*) dalam mengatasi permasalahan.

Penelitian yang dilakukan oleh Band and Weisz pada tahun 1988 (dalam Compas, Bruce E., Malcarne, Vanessa L, dan Banez, Gerard A,1992) ditemukan hasil bahwa siswa umumnya menggunakan *problem focused coping* ketika berhadapan dengan permasalahan akademik di sekolah. Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa individu menggunakan *problem focused coping* ketika mereka mampu mengontrol sumber stres. Dengan demikian maka dapat dipahami bahwa *problem focused coping* digunakan pada beragam kondisi oleh siswa. Ketika ia mampu menghadapi dan mengontrol kondisi yang menimbulkan stres maka *problem focused coping*nya cenderung tinggi. Siswa akan secara berani dan mampu menghadapi permasalahan yang menyebabkan stres pada dirinya.

Dengan hasil temuan ini, maka perlu kiranya dilakukan upaya untuk meningkatkan dan mempertahankan *problem focused coping* yang baik pada siswa. Guru BK/Konselor sebagai penyelenggara pelayanan konseling di satuan-satuan pendidikan dapat menyusun program pelayanan yang dapat dioperasionalkan dan/ atau realistik untuk dilaksanakan terkait dengan upaya peningkatan variabel yang dimaksud. Dengan program intervensi yang tepat, diharapkan siswa dapat secara mandiri dan mampu mengendalikan diri ketika berhadapan dengan sumber-sumber stres.

Pada masa remaja siswa berada pada masa yang penuh dengan stres, oleh sebab itu siswa perlu dibimbing agar memiliki kemampuan/keterampilan, keberanian, dan pola pikir yang positif ketika ia berhadapan dengan situasi yang penuh stres. Keterampilan/keahlian serta pola berpikir positif yang siswa dapatkan melalui pelayanan konseling dapat menghasilkan pola perilaku yang efektif ketika siswa memiliki masalah. Mereka akan dengan tanggap, cepat, dan yakin bahwa mereka mampu menyelesaikan permasalahannya, daripada berusaha untuk menghindari ataupun sebatas menenangkan emosi yang dimilikinya agar menjadi stabil.

2. *Locus of Control*

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata skor *locus of control* siswa kelas X SMAN 16 Padang sebesar 11,46 dan standar deviasi sebesar 2,49. Berdasarkan temuan tersebut, maka dapat diketahui bahwa pada umumnya siswa berada di rentang pertengahan antara *internal locus of control* dan *external locus of control*. Setiap individu mempunyai kecenderungan yang berbeda-beda dalam orientasi *locus of control*, ada yang internal dan ada yang eksternal.

Locus of control seseorang ditentukan atas beberapa faktor, salah satunya yakni budaya. Antara satu negara dengan negara lain, pada umumnya memiliki orientasi *locus of control* yang berbeda. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Berry, J.W., Poortinga, Y.H., Segall, M.H., Dasen, P.R (2011) ras kulit hitam di Amerika lebih berorientasi *external locus of control*, apabila dibandingkan dengan kulit putih. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Stocks, Alexandra, April, Kurt A, Lynton, Nandani (2012:18), ditemukan hasil bahwa etnis China lebih berorientasi *external locus of control*, sedangkan etnis Afrika Selatan lebih cenderung memiliki *internal locus of control*.

Individu yang memiliki orientasi *internal locus of control* merasa yakin bahwa peristiwa yang dialami dalam kehidupan mereka terutama ditentukan oleh kemampuan usaha sendiri. Siswa dengan *internal locus of control* lebih berorientasi pada keberhasilan karena mereka menganggap perilaku mereka dapat menghasilkan efek positif dan mereka juga lebih cenderung tergolong ke dalam *high-achiever*.

Siswa dengan *external locus of control* akan menghubungkan peristiwa yang mempengaruhi hidup mereka dengan keberuntungan dan nasib yang berada di luar kendali mereka. Siswa dengan *control*

eksternal merasa tidak mampu mengontrol peristiwa-peristiwa yang terjadi pada dirinya. Sehingga mereka akan mudah putus asa ketika menghadapi masalah-masalah yang terjadi

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat dipahami bahwa siswa perlu berorientasi pada *internal locus of control* dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, terutama ketika berada dalam situasi akademik. Dengan adanya orientasi *internal locus of control*, siswa akan dapat mencapai kesuksesan dalam kehidupan, dikarenakan ia akan berusaha mencapai tujuan hidup dan mengatasi segala permasalahan yang menghalanginya untuk mencapai tujuan tersebut.

Siswa yang memiliki *internal locus of control* pada umumnya juga memiliki orientasi yang baik untuk mencapai prestasi akademik ataupun prestasi bidang lainnya. Mereka akan meyakini bahwa agar dapat meraih tujuan/keinginan maka perlu adanya usaha konkrit yang dilakukan. Mereka yang memiliki *internal locus of control* tidak akan melemparkan kesalahan kepada orang lain ketika ia mengalami kegagalan dalam mencapai sesuatu, namun mereka akan melakukan introspeksi diri mengenai penyebab kegagalan dan usaha apa yang dapat dilakukan selanjutnya agar kegagalan terulang kembali.

Mengingat begitu pentingnya *internal locus of control*, maka temuan ini seharusnya ditindaklanjuti oleh guru BK/Konselor untuk mengarahkan siswa agar memiliki *internal locus of control* melalui berbagai program pelayanan konseling yang diberikan kepada siswa.

Guru BK/Konselor dapat mengidentifikasi berbagai jenis layanan dalam konseling yang dinilai cukup efektif dalam mengarahkan siswa untuk memiliki *internal locus of control*. Dengan mengikuti layanan konseling secara intensif, diharapkan siswa dapat secara sadar bahwa apapun yang akan terjadi pada diri manusia, kejadian-kejadian yang menimpa individu, ditentukan bagaimana ia berperilaku. Perilaku yang positif maka dapat membuahkan hasil yang juga positif, sebaliknya jika mereka tidak berusaha untuk mencapai tujuan yang diinginkan maka hasil yang diperoleh juga tidak akan baik. Konsekuensi lain yang akan timbul jika siswa berorientasi *internal locus of control*, yakni mereka tidak akan cepat menyerah pada keadaan. Siswa akan menyadari bahwa mereka memiliki kekuatan yang dapat dimanfaatkan untuk mencapai tujuan yang diinginkan, daripada hanya bergantung pada orang lain ataupun menyerah pada keadaan.

3. Efektivitas Komunikasi Antarpribadi

Hasil analisis menunjukkan bahwa secara umum efektivitas komunikasi antarpribadi siswa kelas X SMAN 16 Padang berada dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 80.277%.

Kategori tinggi yang secara umum diperoleh siswa tentunya juga sejalan dengan tugas-tugas perkembangan yang dilewatinya. Menurut Syamsu Yusuf (2010:69-70) salah satu tugas perkembangan remaja yakni mampu membina hubungan sosial yang matang. Agar terbinananya hubungan yang matang, tentunya salah satu ke-terampilan yang dibutuhkan oleh remaja yakni kemampuan berkomunikasi yang baik. Penjelasan tersebut didukung pendapat Johnson (dalam Supratiknya, 1997:95) yang mengemukakan bahwa pentingnya individu berkomunikasi antara lain: (1) komunikasi antarpribadi akan membantu perkembangan intelektual dan sosial; (2) identitas atau jati diri individu terbentuk dalam dan lewat komunikasi dengan orang lain; (3) komunikasi digunakan untuk me-mahami realitas di sekeliling; dan (4) komunikasi akan membentuk kesehatan mental.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami betapa pentingnya efektivitas komunikasi antarpribadi bagi siswa. Upaya untuk meningkatkan komunikasi antarpribadi yang efektif dapat dilakukan melalui pelayanan konseling yang diselenggarakan oleh guru BK/Konselor.

Beberapa penelitian membuktikan bahwa beberapa layanan dalam konseling efektif dalam meningkatkan efektivitas komunikasi antarpribadi. Penelitian yang dilakukan Wela Aswida, dkk (2012) bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam mengurangi kecemasanber-komunikasi. Penelitian yang dilakukan Zayiroh (2007) bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan perilaku komunikasi antarpribadi Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ungaran Tahun Pelajaran 2006/2007. Penelitian yang dilakukan oleh Eko Sujadi (2011) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara layanan konseling kelompok dengan efektivitas komunikasi antarpribadi

Siswa Kelas VIII³ Sekolah Menengah Pertama Negeri 34 Pekanbaru. Begitu juga penelitian yang dilakukan Esti Trisnaningtya & Mochamad Nursalim (2010) bahwa penerapan latihan asertif dalam konseling kelompok dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

Secara lebih rinci, melalui beberapa layanan konseling yang telah dijelaskan di atas, siswa diharapkan dapat memahami pentingnya empati dalam proses komunikasi, terbuka ketika berkomunikasi dengan orang lain, mendukung dan menganggap setara lawan bicara, serta memiliki sikap positif baik pada diri sendiri maupun kepada lawan bicara.

Siswa yang memiliki aspek-aspek di atas diyakini akan efektif dalam berkomunikasi antarpribadi. Komunikasi yang efektif akan mampu mengarahkan remaja untuk eksis berada dalam lingkungan di mana ia tinggal, di antaranya keluarga, masyarakat dan sekolah. Dengan komunikasi yang efektif, juga memungkinkan di-hasilkannya hubungan interpersonal yang hangat antara satu individu dengan individu lainnya.

4. Hubungan antara *Locus of Control* dengan *Problem Focused Coping*

Hasil analisis membuktikan bahwa terdapat hubungan antara *locus of control* (X_1) dengan *problem focused coping* (Y).

Temuan hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa teori yang dikemukakan ahli. Menurut Kobasa (dalam Syamsu Yusuf, 2009:130) salah satu faktor yang mempengaruhi strategi *problem focused coping* adalah *locus of control*. Anderson & Strickland (dalam Lazarus & Folkman, 1984: 161) mengemukakan “*internals seem to use more problem-focused forms of problem focused coping*”. Ketika seseorang memiliki *internal locus of control* maka cenderung menggunakan *problem focused coping*. Penelitian yang dilakukan oleh Vicker, dkk (1982) ditemukan hasil bahwa terdapat hubungan antara *locus of control* dan strategi *coping*. Individu yang berorientasi *internal locus of control* cenderung memiliki *coping* yang positif apabila dibandingkan dengan *external locus of control*.

Taylor (1997:404) juga mengemukakan bahwa “*other research exploring a sense of personal control, independent of its relation to hardiness, has established that those high in perceived control typically cope more successfully with stressful event, even stressful event which are largely uncontrollable*”. Orang dengan kontrol personal biasanya lebih sukses mengatasi stres, bahkan bisa mengatasi kejadian yang menekan sulit dikontrol.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat dipahami bahwa *locus of control* memberikan pengaruh terhadap *problem focused coping*. Oleh sebab itu bagi guru BK/Konselor, bahwa untuk meningkatkan *problem focused coping* siswa dapat dilakukan dengan mengarahkan siswa untuk memiliki *internal locus of control* melalui program pelayanan konseling yang disusun secara efektif dan efisien. Siswa yang telah mendapatkan pelayanan konseling diharapkan mampu mengarahkan dirinya untuk memiliki keyakinan bahwa ia memiliki daya untuk mempengaruhi segala kondisi yang terjadi pada dirinya.

Siswa yang memiliki *internal locus of control* memiliki ciri-ciri suka bekerja keras, memiliki inisiatif, selalu berusaha menemukan pemecahan masalah, selalu mencoba untuk berfikir seefektif mungkin, dan selalu memiliki persepsi bahwa usaha harus dilakukan jika ingin berhasil. Ciri-ciri tersebut tentunya linear dengan aspek-aspek yang ada dalam *problem focused coping*, antara lain siswa mampu merencanakan penyelesaian masalah, mencari dukungan sosial, dan menyelesaikan masalahnya secara konkrit.

Siswa yang memiliki keyakinan bahwa dirinya ikut serta mempengaruhi segala hasil/peristiwa yang terjadi, tentunya juga yakin bahwa ia memiliki kekuatan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Mereka akan berpikir bahwa pengentasan permasalahan/ hilangnya situasi-situasi penyebab stres bukan dilakukan oleh pihak-pihak di luar dirinya ataupun bergantung pada nasib, namun semua itu tergantung dari seberapa banyak usaha yang dilakukannya untuk menyelesaikan

masalah. Sebaliknya individu yang merasa bahwa segala yang terjadi pada hidupnya tergantung dari takdir ataupun kontrol pihak-pihak yang berada di luar dirinya, maka ketika ia memiliki permasalahan cenderung ia akan menyerah pada keadaan, ataupun ia tidak berusaha sama sekali untuk mengentaskan permasalahannya. Jika hal tersebut dibiarkan begitu saja maka dapat menyebabkan siswa akan semakin terjajah oleh situasi-situasi yang menyebabkan stres sehingga kehidupan efektifnya akan terganggu.

5. Hubungan antara Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dengan *Problem Focused Coping*

Hasil analisis membuktikan bahwa terdapat pengaruh efektivitas komunikasi antarpribadi (X_2) terhadap *problem focused coping* (Y). Temuan penelitian tersebut mendukung teori yang dipaparkan oleh Lazarus & Folkman (1984:163), bahwa kemampuan seseorang dalam menggunakan *problem focused coping* juga ditentukan bagaimana seseorang mampu berkomunikasi dan berperilaku dengan orang lain. Keterampilan sosial memfasilitasi penyelesaian masalah dengan orang lain, meningkatkan kemungkinan untuk mendapatkan bantuan atau dukungan, dan secara umum memberikan individu kontrol yang besar di atas interaksi sosial yang dilakukan.

Menurut Devito (1997:31) salah satu tujuan komunikasi antarpribadi adalah mengubah sikap dan perilaku. Sikap sangat berhubungan dengan komunikasi. Komunikasi antarpribadi apabila dilakukan secara efektif maka dapat membentuk sikap berani dalam menyelesaikan permasalahan. Sikap yang ada pada diri pada akhirnya akan membentuk perilaku, karena perilaku merupakan manifestasi dari sikap.

Berdasarkan temuan penelitian maupun teori di atas maka dapat disimpulkan bahwa efektivitas komunikasi antarpribadi mempengaruhi *problem focused coping*. Ketika seseorang efektif dalam berkomunikasi maka ia akan lebih aktif dalam mencari beragam informasi (*seeking informational support*) terkait dengan cara penyelesaian masalahnya kepada berbagai pihak. Informasi-informasi yang diperoleh dari pihak lain dapat dijadikan pertimbangan mengenai langkah apa yang akan dilakukannya untuk menyelesaikan masalah (*planful problem solving*). Ketika individu mampu membuat perencanaan yang jelas mengenai cara menyelesaikan masalahnya, selanjutnya siswa akan terdorong untuk melakukan penyelesaian masalahnya secara konkrit (*confrontive coping*).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa keefektifan siswa dalam berkomunikasi dapat membantu dirinya ketika memiliki permasalahan tertentu. Oleh sebab itu, BK/Konselor diharapkan dapat menyusun berbagai program pelayanan konseling yang juga difokuskan pada pengembangan efektivitas komunikasi antarpribadi siswa, sehingga siswa dapat terampil dalam berkomunikasi antarpribadi. Siswa diharapkan dapat menyadari bahwa banyak pihak-pihak yang dapat membantu dirinya dalam menyelesaikan masalah, khususnya terkait dengan cara-cara yang dapat dilakukannya dalam menyelesaikan permasalahan tertentu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian bisa dikemukakan kesimpulan-kesimpulan sebagai berikut:

1. *Problem focused coping* siswa secara umum berada pada kategori tinggi.
2. *Locus of control* siswa pada rentang pertengahan antara *internal locus of control* dan *external locus of control* apabila ditinjau dari nilai tengah (*median*) sebesar 11.5.
3. Efektivitas komunikasi antarpribadi siswa secara umum berada pada kategori tinggi.
4. Terdapat hubungan antara *locus of control* dengan *problem focused coping* siswa. Artinya semakin *internal locus of control* siswa, maka semakin tinggi pula *problem focused coping*.
5. Terdapat hubungan antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping* siswa. Artinya semakin tinggi efektivitas komunikasi antar-pribadi siswa, maka akan semakin tinggi pula *problem focused coping*.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan yang signifikan antara *locus of control* dan efektivitas komunikasi antar-pribadimasing-masing dengan *problem focused coping*, maka disarankan kepada:

1. Bagi Guru BK/Konselor
 - a. Guru BK/Konselor untuk membantu siswa dalam membentuk *problem focused coping* dengan memfokuskan pada pengembangan *internal locus of control* dan efektivitas komunikasi antar-pribadinya dengan membuat program pelayanan konseling.
 - b. Program pelayanan konseling akan terlaksana secara efektif apabila terprogram secara terpadu dengan program sekolah.
 - c. Guru BK/Konselor dapat bekerja-sama dengan personil sekolah lainnya untuk melaksanakan program pelayanan konseling yang telah disusun.
 - d. Diharapkan juga kepada MGBK di SMA untuk memprogramkan pelayanan konseling yang berkenaan dengan pengembangan *problem focused coping* siswa dengan memfokuskan pada pengembangan *internal locus of control* dan efektivitas komunikasi antarpribadi.
2. Bagi Peserta Didik
Diharapkan untuk aktif mengikuti pelayanan konseling sehingga siswa memperoleh beragam informasi maupun keterampilan dalam membentuk *problem focused coping*.
3. Bagi Kepala Sekolah
Diharapkan untuk dapat memfasilitasi pelaksanaan pelayanan konseling di sekolah, khususnya terkait dengan upaya membentuk *problem focused coping*.
4. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Diharapkan untuk terus meningkatkan wawasan, pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap (WPKNS) calon konselor/guru BK di sekolah dalam melaksanakan pelayanan konseling.
5. Bagi Peneliti selanjutnya
Diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar penelitian lanjutan dengan memperluas variabel dan subjek penelitian, seperti dikembangkan penelitian pada variabel-variabel independen lain yang mempengaruhi *problem focused coping*, di antaranya kekuatan diri, dukungan sosial, sumber-sumber material, *self esteem*, keper-cayaan diri, maupun unsur-unsur sosiodemografik.

Selain dengan menggunakan metode korelasional, penelitian terkait dengan variabel *locus of control*, efektivitas komunikasi antarpribadi, dan *problem focused coping* juga dapat dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen. Peneliti dapat memilih strategi/metode/teknik intervensi tertentu dalam konseling dengan fokus pembentukan *internal locus of control*, efektivitas komunikasi antarpribadi, dan *problem focused coping*.

DAFTAR RUJUKAN

- A Supratiknya. (1995). *Komunikasi Antar-pribadi Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius.
- Alo Liliweri. (1997). *Komunikasi Antar-pribadi*. Bandung: PT Citra Adityabakti.
- Devito. Joseph A. Tanpa Tahun. *Komunikasi Antarmanusia*. Terjemahan oleh Agus Maulana. (1997). Jakarta: Professional Books.
- Eko Sujadi. (2012). "Korelasi antara Keaktifan Mengikuti Layanan Konseling Kelompok dengan Efektivitas Komunikasi Antar Pribadi Siswa Kelas VIII³ Sekolah Menengah Pertama Negeri 34 Pekanbaru". *Skripsi* tidak diterbitkan. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

- Esti Trisnaningtya & Mochamad Nursalim. (2010). Penerapan Latihan Asertif untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*, (Online), Vol. 11, No.1, (http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/73_404/penerapan-latihan-asertif-untuk-meningkatkan-keterampilan-komu-nikasi-interpersonal-siswa, diakses 27 September 2013).
- Gannis Eka Pramita Sari. (2010). "Perbedaan Ketidakpuasan terhadap Bentuk Tubuh ditinjau dari Strategi Koping pada Remaja Wanita di SMA Negeri 2 Ngawi". *Skripsi* tidak diterbitkan. Surakarta. Universitas Sebelas Maret.
- Jemi Dadang Kresnawan. (2010). "Hubungan Antara *Locus of Control* dengan Strategi *Problem Focused Coping* pada Santri Pondok Pesantren Miftahul Huda Malang". *Skripsi* tidak diterbitkan. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Lazarus, Richard S & Folkman, Susan. (1984). *Stress, Appraisal, and Problem Focused Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- M. Nur & Rini S Risnawita. (2012). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Putri Prayascitta. (2010). "Hubungan antara *Coping Stress* dan Dukungan Sosial dengan Motivasi Belajar Remaja yang Orangnya Bercerai". *Skripsi* tidak diterbitkan. Surakarta. Universitas Sebelas Maret.
- Raven, Bertram Herbert. *Social Psychology*. United States: Wiley And Sons, Inc.
- Restu Dwi Prihatana, Melly Latifah, dan Irni Rahmayani Johan. (2012). Konsep Diri, Kecerdasan Emosional, Tingkat Stres, dan Strategi Koping Remaja Pada Berbagai Model Pembelajaran. *Jur.Ilm.Kel & Kons*, (Online), Vol.5, No.3, (http://ikk.fema.ipb.ac-id/v2/images/jikk/v5n1_6.pdf, diakses 18 Juni 2014).
- Rotter, J.B. 1966. Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement. *American Psychological Association*, vol. 80, No. 1: 1-28.
- Smith. Ronald E., Sarason, Irwin G & Sarason, Barbara R. (1982). *Psychology: The Frontier of Behavior*. New York: Harper & Row Publishers.
- Soegyarto Mangkuatmodjo. (1997). *Pe-ngantar Statistik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Stocks, Alexandra, April, Kurt A, Lynton, Nandani. (2012). Locus of Control and Subjective Well-Being – a Cross-Cultural Study. *Problems and Perspectives in Management*, (Online), Volume 10, Issue 1, (<http://www.ceibs.edu/-images/-bmt/bmtevents/mediaevents/2012/03/31/6B8646D873F105BB20645C741A90690.pdf>, diakses 14 Mei 2014).
- Syamsu Yusuf. (2009). *Mental Hygiene*. Bandung: Maestro.
- Taylor, Shelley E., Peplau, Letitia Anne & Sears, David O. (1997). *Social Psychology*. New Jersey: Prentice Hall.
- Zayiroh. (2007). "Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Perilaku Komunikasi Antarpribadi Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ungaran Tahun Pelajaran 2006/2007". *Skripsi* tidak diterbitkan. Semarang: Universitas Negeri Semarang.