

**HUBUNGAN ANTARA *LOCUS OF CONTROL* DAN EFEKTIVITAS
KOMUNIKASI ANTARPRIBADI DENGAN *PROBLEM
FOCUSED COPING* DAN IMPLIKASINYA DALAM
BIMBINGAN DAN KONSELING**

TESIS



Oleh

EKO SUJADI

NIM. 1200013

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
PROGRAM PASCASARJANA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

ABSTRACT

Eko Sujadi, 2014. The Correlation between Locus of Control, Effectiveness of Interpersonal Communication and the Problem Focused Coping and the Implications in Guidance and Counseling

Problem focused coping need to be possessed by every individual to enable them to undertake positive actions to resolve their problems. Problem focused coping are influenced by some aspects. Among of them, there are locus of control and the effectiveness of interpersonal communication. The purpose of this research are to describe 1) locus of control at the students in grade X SMAN 16 Padang, 2) effectiveness of interpersonal communication at the students in grade X SMAN 16 Padang, 3) problem focused coping at the students in grade X SMAN 16 Padang, 4) the correlation between locus of control and problem focused coping at the students in grade X SMAN 16 Padang, and 5) the correlation between effectiveness of interpersonal communication and problem focused coping at the students in grade X SMAN 16 Padang.

This research was descriptive and correlational research by using quantitative approach. The population of this research was the students of grade X SMAN 16 Padang in the period of 2013/2014 as many as 249. Amount of research sample was 153 students and had been chosen by using simple random technique. The instrument that had been used was Likert scale model. The first, second and the third research purpose were analyzed by using percentage technique, the fourth and fifth research purpose were analyzed by using *Product Moment Correlation*.

The results of research are: 1) locus of control is in the internal locus of control category, 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 and problem focused coping, and 5) there is correlation between effectiveness of interpersonal communication and problem focused coping.

Keywords: Locus of control, the effectiveness of interpersonal communication, problem focused coping

ABSTRAK

Eko Sujadi, 2014. Hubungan antara *Locus of Control* dan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dengan *Problem Focused Coping* dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling

Problem focused coping perlu dimiliki oleh setiap individu agar mereka mampu melakukan tindakan-tindakan yang positif untuk menyelesaikan permasalahan yang mereka alami. *Problem focused coping* dipengaruhi beberapa faktor, di antaranya *locus of control* dan efektivitas komunikasi antarpribadi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan 1) *locus of control* siswa, 2) efektivitas komunikasi antarpribadi siswa, 3) *problem focused coping* siswa, 4) hubungan antara *locus of control* dengan *problem focused coping* siswa, dan 5) hubungan antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping* siswa.

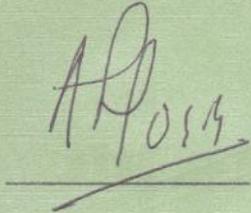
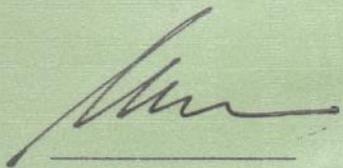
Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif dan korelasional, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian adalah siswa kelas X SMAN 16 Padang Tahun Pelajaran 2013/2014 sebanyak 249 siswa. Siswa yang dijadikan sampel dalam penelitian ini sebanyak 153 siswa, yang dipilih dengan teknik *random sampling*. Instrumen yang digunakan yakni skala *Likert*. Tujuan Penelitian pertama, kedua dan ketiga dianalisis dengan teknik persentase, tujuan penelitian keempat dan kelima dianalisis dengan korelasi *Product Moment*.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa: 1) *locus of control* siswa berada pada kategori *internal locus of control*, 2) komunikasi antarpribadi siswa secara umum berada dalam kategori tinggi, 3) *problem focused coping* siswa secara umum berada pada kategori tinggi, 4) terdapat hubungan antara *locus of control* dengan *problem focused coping*, dan 5) terdapat hubungan antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping*.

Kata Kunci: *Locus of control*, efektivitas komunikasi antarpribadi, *problem focused coping*

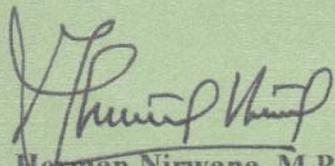
PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : **Eko Sujadi**
NIM : 1200013

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Prof. Dr. A. Muri Yusuf, M.Pd.</u> Pembimbing I		<u>19-08-2019</u>
<u>Dr. Marjohan, M.Pd., Kons.</u> Pembimbing II		<u>13-08-2019</u>

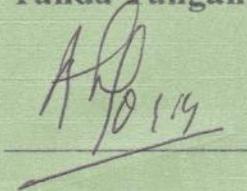
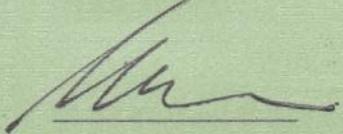
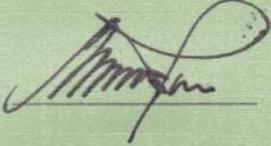
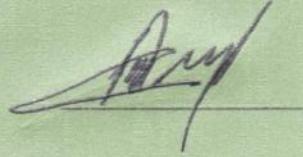
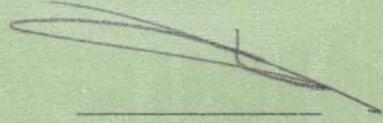


Ketua Program Studi S2 Bimbingan dan
Konseling,



Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.
NIP. 19620405 198803 1 001

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER KEPENDIDIKAN**

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Prof. Dr. A. Muri Yusuf, M.Pd.</u> (Ketua)	
2.	<u>Dr. Marjohan, M.Pd., Kons.</u> (Sekretaris)	
3.	<u>Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.</u> (Anggota)	
4.	<u>Dr. Daharnis, M.Pd., Kons.</u> (Anggota)	
5.	<u>Dr. Alwen Bentri, M.Pd.</u> (Anggota)	

Mahasiswa :

Nama : **Eko Sujadi**

NIM : 1200013

Tanggal Ujian : 22 Juli 2014

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul "**Hubungan antara *Locus of Control* dan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dengan *Problem Focused Coping* dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling**" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 22 Juni 2014
yang menyatakan



Eko Sujadi
Nim: 1200013

KATA PENGANTAR

Allhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan rasa syukur kehadiran Allah SWT, hanya dengan rahmat dan hidayahNya-lah penulis dapat menyelesaikan penelitian dan menyusun tesis yang berjudul “Hubungan antara *Locus of Control* dan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dengan *Problem Focused Coping* dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling”. Dalam melaksanakan penelitian dan menyusun tesis ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu sebagai ungkapan rasa terimakasih, penulis sampaikan kepada :

1. Prof. Dr. A. Muri Yusuf, M.Pd, selaku Pembimbing I dengan kesabaran dan ketulusan telah meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan dan motivasi yang begitu berarti kepada penulis demi kesempurnaan tesis ini.
2. Dr. Marjohan, M.Pd.,Kons, selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan dan motivasi kepada penulis demi kesempurnaan tesis ini.
3. Prof. Dr. Mudjiran, M.S.,Kons, selaku kontributor sekaligus anggota komisi ujian tesis, yang dengan kesabaran telah memberikan arahan dan dukungan untuk menyelesaikan penulisan tesis ini serta bersedia untuk menimbang (*judge*) instrumen penelitian.
4. Dr. Daharnis, M.Pd.,Kons, selaku kontributor sekaligus anggota komisi ujian tesis, yang telah memberikan masukan, saran, arahan dan semangat untuk menyelesaikan penulisan tesis ini serta bersedia untuk menimbang (*judge*) instrumen penelitian.
5. Dr. Alwen Bentri, M.Pd, selaku kontributor sekaligus anggota komisi ujian tesis, yang telah memberikan saran, arahan dan semangat untuk menyelesaikan penulisan tesis ini.
6. Prof. Dr. Neviyarni, M.S, yang telah meluangkan waktu untuk membantu penulis dalam menimbang (*judge*) instrumen penelitian.

7. Dosen Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang, khususnya Dosen Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan pada proses perkuliahan.
8. Pimpinan dan segenap Staf Program Studi Bimbingan dan Konseling Program Pascasarjana Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan terbaik pada peneliti.
9. Kepala Sekolah, Bapak dan Ibu guru serta segenap staf di SMAN 8 Padang, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengadakan uji coba.
10. Kepala Sekolah, Bapak dan Ibu guru serta segenap staf di SMAN 16 Padang, yang telah memberikan bantuan dan kerjasama, sehingga data penelitian ini dapat diperoleh.
11. Untuk orangtua peneliti, Ayahanda Ahmad Hakim dan Ibunda Supiah, Kakak peneliti Dewi Sartika, Abang peneliti Muhammad Ghafar dan Muhammad Daniel, terimakasih atas semua dukungan moril dan materil, cinta, kasih sayang, do'a, perhatian, semangat dan kepercayaan yang tanpa kenal lelah senantiasa diberikan kepada penulis.
12. Teman-teman mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Program Pascasarjana Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang dan Program Pendidikan Profesi Konselor (PPK) atas dukungan, perhatian, semangat serta ide-ide yang telah diberikan dalam melakukan penelitian ini.

Semoga Allah memberikan balasan, untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Penulis menyadari bahwa dalam tesis ini masih memungkinkan adanya kesalahan dan kekurangan, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Padang, Juni 2014

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Pembatasan Masalah	12
E. Perumusan Masalah	12
F. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian	13
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	16
A. Landasan Teori	16
1. <i>Problem Focused Coping</i>	16
a. Pengertian <i>Coping</i>	16
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Coping</i>	17
c. Proses Terjadinya <i>Coping</i>	21
d. <i>Problem Focused Coping</i>	23
2. <i>Locus of Control</i>	25
a. Pengertian <i>Locus of Control</i>	25

b. Orientasi <i>Locus of Control</i>	27
c. Karakteristik <i>Internal Locus of Control dan External Locus of Control</i>	30
3. Komunikasi Antarpribadi	32
a. Pengertian Komunikasi	32
b. Pengertian Komunikasi Antarpribadi.....	33
c. Tujuan Komunikasi Antarpribadi.....	34
d. Pentingnya Komunikasi Antarpribadi.....	36
e. Efektivitas Komunikasi Antarpribadi.....	37
4. Hubungan antara <i>Locus of Control</i> dan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dengan <i>Problem Focused Coping</i>	40
5. Pelayanan Konseling untuk Meningkatkan <i>Problem Focused Coping, Locus of Control</i> dan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi.....	44
a. Pelayanan Konseling untuk Meningkatkan <i>Problem Focused Coping</i>	44
b. Pelayanan Konseling untuk Meningkatkan <i>Locus of Control</i>	53
c. Pelayanan Konseling untuk Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	56
B. Kajian Penelitian yang Relevan	60
C. Kerangka Pemikiran	62
D. Hipotesis	64
BAB III. METODE PENELITIAN	65
A. Jenis Penelitian	65
B. Populasi dan Sampel Penelitian	65
C. Definisi Operasional	68
D. Pengembangan Instrumen	69
E. Teknik Pengumpulan Data	78
F. Teknik Analisis Data	80

BAB IV. HASIL PENELITIAN	90
A. Deskripsi Data.....	90
B. Pengujian Persyaratan Analisis	95
C. Pengujian Hipotesis.....	97
D. Pembahasan.....	102
E. Keterbatasan Penelitian.....	115
BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	118
A. Kesimpulan	118
B. Implikasi.....	119
C. Saran.....	125
DAFTAR RUJUKAN	128
LAMPIRAN-LAMPIRAN	137

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian.....	67
2. Kisi-kisi Angket Penelitian Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	71
3. Kisi-kisi Angket Penelitian <i>Problem Focused Coping</i>	72
4. Rentang Jawaban pada Skala Model <i>Likert</i>	79
5. Norma Kategorisasi Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dan <i>Problem Focused Coping</i>	82
6. Norma Kategorisasi Pencapaian Indikator Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	84
7. Norma Kategorisasi Pencapaian Indikator <i>Problem Focused Coping</i> ...	86
8. Distribusi Frekuensi dan Persentase <i>Problem Focused Coping</i> Siswa (n=153)	90
9. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) <i>Problem Focused</i> <i>Coping</i> Siswa Berdasarkan Indikator	91
10. Persentase untuk Masing-masing Kategori pada Variabel <i>Locus of</i> <i>Control</i> (N = 153)	92
11. Distribusi Frekuensi dan Persentase Efektivitas Komunikasi Antarpribadi Siswa (n=153).....	93
12. Deskripsi Rata-rata (<i>Mean</i>) dan Persentase (%) Efektivitas Komunikasi Antarpribadi Siswa Berdasarkan Indikator	94
13. Hasil Uji Normalitas Variabel <i>Locus of Control</i> X ₁ , Efektivitas Komunikasi Antarpribadi X ₂ dan <i>Problem Focused Coping</i> Y	96
14. Uji Linearitas Variabel <i>Locus of control</i> (X ₁) dan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi (X ₂)dengan <i>Problem Focused Coping</i> (Y)...	97
15. Hasil Analisis Korelasi Variabel <i>Locus of Control</i> (X ₁) dengan Variabel <i>Problem Focused Coping</i> (Y)	99

16. Hasil Analisis Korelasi Variabel Efektivitas Komunikasi Antarpribadi (X_2) dengan <i>Problem Focused Coping</i>	100
--	-----

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pemikiran.....	63
2. Hubungan antara <i>Locus of Control</i> X ₁ dan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi X ₂ dengan <i>Problem Focused Coping</i>	101

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Penelitian Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dan <i>Problem Focused Coping</i> Siswa	137
2. Tabulasi Data Skor Uji Coba Instrumen Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	146
3. Tabulasi Data Skor Uji Coba Instrumen <i>Problem Focused Coping</i>	148
4. Validitas Butir Instrumen Penelitian Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	150
5. Validitas Total Instrumen Penelitian Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	154
6. Validitas Butir Instrumen Penelitian <i>Problem Focused Coping</i>	157
7. Validitas Total Instrumen <i>Problem Focused Coping</i>	161
8. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	164
9. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian <i>Problem Focused Coping</i> ..	165
10. Tabulasi Data Skor Mentah Penelitian <i>Locus of Control</i>	166
11. Tabulasi Data Skor Mentah Penelitian Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	172
12. Tabulasi Data Skor Mentah Penelitian <i>Problem Focused Coping</i>	180
13. Skor dan Persentase Total per Indikator untuk Masing-masing Responden pada Variabel Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	188
14. Skor dan Persentase Total per Indikator untuk Masing-masing Responden pada Variabel <i>Problem Focused Coping</i>	198

15. Persentase Siswa untuk Masing-Masing Skor pada Variabel <i>Locus of Control</i>	208
16. Uji Normalitas Variabel <i>Locus of Control</i>	209
17. Uji Normalitas Variabel Efektivitas Komunikasi Antarpribadi	210
18. Uji Normalitas Variabel <i>Problem Focused Coping</i>	212
19. Uji Linearitas <i>Locus of Control</i> dan <i>Problem Focused Coping</i>	214
20. Uji Linearitas <i>Locus of Control</i> dan <i>Problem Focused Coping</i> dengan Menggunakan SPSS	226
21. Uji Linearitas Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dan <i>Problem Focused Coping</i> dengan Menggunakan SPSS	227
22. Uji Linearitas Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dan <i>Problem Focused Coping</i>	239
23. Hubungan antara <i>Locus of Control</i> dengan <i>Problem Focused Coping</i>	240
24. Hasil Analisa Korelasi antara <i>Locus of Control</i> dengan <i>Problem Focused Coping</i> Menggunakan SPSS	245
25. Hubungan antara Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dengan <i>Problem Focused Coping</i>	246
26. Hasil Analisa Korelasi antara Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dengan <i>Problem Focused Coping</i> Menggunakan SPSS	251

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) berada pada tahapan perkembangan remaja. Menurut Desmita (2008:190), “remaja adalah suatu tahapan perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa yang ditandai oleh perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial”. Santrock (2003:561) memandang bahwa pada masa remaja banyak masalah yang akan dihadapi sehingga membuat kehidupan mereka dipenuhi dengan situasi stres.

Bagi remaja yang tidak memiliki kesiapan dalam menghadapi permasalahan, mereka sering merasa tertekan dan dibayangi dengan permasalahan yang semakin bertambah. Terkadang remaja mengambil keputusan-keputusan yang salah untuk menghindari dari permasalahan yang dihadapinya. Dalam masa perkembangannya, remaja perlu dibimbing untuk mengembangkan dan mewujudkan diri secara positif serta memiliki kemandirian ketika menghadapi situasi-situasi yang akan dihadapinya. Salah satu caranya yakni melalui pelayanan konseling.

Menurut Gladding (2012:6), “bimbingan merupakan salah satu bagian dari seluruh layanan konseling profesional, istilah konseling sifatnya lebih menyeluruh dibandingkan bimbingan”. Prayitno (2013:21) mendefinisikan:

Konseling adalah pelayanan bantuan oleh tenaga profesional kepada seorang atau sekelompok individu untuk pengembangan kehidupan efektif sehari-hari dan penanganan kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu dengan fokus pribadi mandiri yang mampu mengendalikan diri melalui penyelenggaraan berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan definisi di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa salah satu tujuan pelayanan konseling adalah membentuk pribadi mandiri. Hal ini ditekankan lagi pada salah satu asas dalam bimbingan dan konseling yakni kemandirian. Prayitno & Erman Amti (2004:117) mengemukakan bahwa, “pelayanan konseling bertujuan menjadikan siswa menjadi mandiri, tidak bergantung kepada orang lain atau bergantung kepada konselor”. Siswa yang telah mendapatkan pelayanan konseling yang di dalamnya terdiri dari beberapa jenis layanan dan kegiatan pendukung diharapkan secara mandiri mampu mengarahkan dan mengembangkan kehidupan efektif sehari-hari dan mampu menangani kehidupan efektif sehari-hari terganggu. Jika memiliki masalah yang menyebabkan stres siswa mampu menyelesaikannya berdasarkan keterampilan yang dimilikinya.

Menurut Lazarus & Folkman (1984:141); Smith, Sarason & Sarason (1982:453) keterampilan menyelesaikan masalah terbentuk melalui proses *appraisal* (penilaian), ketika diri dihadapkan pada masalah, maka sistem kognitif diri segera bereaksi terhadap masalah tersebut dengan memunculkan perilaku yang akan membantunya mengatasi atau mengurangi ketegangan

yang dialaminya. Perilaku mengatasi inilah yang dinamakan dengan strategi *coping*.

Lazarus & Folkman (1984:141) mengemukakan, “*coping as constantly changing cognitive and behavioral efforts to manage specific external and/or internal demands that are appraised as taxing or exceeding the resources of the person*”. *Coping* diartikan sebagai upaya yang berlangsung terus menerus dalam mengubah kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan eksternal dan/atau internal yang dinilai sebagai beban dan melebihi kemampuan individu. Selanjutnya Bartram & Gardner (2008:228) menjelaskan, “*coping is the process of thoughts and behaviours that people use to manage the internal and external demands of situations they appraise as being stressful or exceeding their own resources*”. *Coping* adalah proses berpikir dan berperilaku yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal dari situasi-situasi yang dapat menyebabkan stres. Salah satu bentuk *coping* menurut Lazarus dan Folkman (1984:150-152) yakni *problem focused coping*.

Problem focused coping merupakan strategi yang digunakan individu untuk mengurangi stresor atau mengatasi stres dengan cara mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru. Menurut Lazarus & Folkman (1984:152):

Problem-focused coping strategies are similar to strategies used for problem solving. As such, problem-focused efforts are often directed at defining the problem, generating alternative solutions, weighting the alternatives in terms of their costs and benefits, choosing among them, and acting.

Problem focused coping mirip dengan strategi yang digunakan untuk memecahkan masalah. Tahapan dalam pengentasan masalah yakni mendefinisikan masalah, menghasilkan solusi alternatif, mempertimbangkan alternatif, memilih bentuk penyelesaian masalah, dan menyelesaikan masalah. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini apabila dirinya yakin dapat merubah situasi yang mendatangkan stres. Selanjutnya Lazarus & Folkman (1984:152) menjelaskan bahwa, “*included in the former are strategies for altering environmental pressures, barriers, resources, procedures, and the like*”. Seseorang yang menggunakan *problem focused coping* akan berusaha untuk mengatasi permasalahan dengan cara mengubah tekanan pada lingkungan, hambatan, sumber daya, prosedur, dan sejenisnya. Fatchiah Kertamuda & Haris Herdiansyah (2009:15) mendefinisikan, “*problem focused coping* sebagai salah satu *coping* yang lebih berorientasi pada pemecahan masalah (*problem solving*), meliputi usaha-usaha untuk mengatur atau merubah kondisi objektif yang merupakan hambatan dalam penyesuaian diri atau melakukan sesuatu untuk merubah hambatan tersebut”.

Problem focused coping menurut Lazarus & Folkman (1984:150) merupakan, “*cognitive processes directed at lessening emotional distress and*

includes strategies such as avoidance, minimization, distancing, selective attention, positive comparisons, wresting positive value from negative events”.

Suatu proses kognitif yang diarahkan untuk mengurangi penderitaan emosional yang mencakup strategi-strategi tertentu, seperti menghindari, meminimalkan, menjauh dari masalah, perhatian yang selektif, perbandingan yang positif, dan mengambil nilai positif dari peristiwa negatif.

Problem focused coping tentunya sangat dibutuhkan remaja yang sedang memiliki permasalahan tertentu. Remaja yang berorientasi pada strategi ini akan teliti, cermat, peduli, tidak akan cepat menyerah dan tidak pasrah untuk menyelesaikan masalah. *Problem focused coping* merupakan sebuah keterampilan yang 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.

Penelitian yang dilakukan oleh Restu Dwi Prihatana (2012) mengenai strategi *coping* remaja pada berbagai model pembelajaran diketahui bahwa siswa kelas akselerasi yang menggunakan *problem focused coping* secara umum berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 30.8%, pada kelas RSBI sebesar 36.7%, 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 bahwa kemampuan siswa dalam menyelesaikan masalah belum terlalu baik jika dilihat dari tingkat ketercapaian *problem focused coping* subjek penelitian. Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat pula dipahami bahwa ketika berhadapan dengan masalah, siswa melakukan tindakan-tindakan menghindar dari permasalahan, mencari dukungan secara emosional, membuat harapan positif, hanya menerima dan menjalankan permasalahan yang ada, memilih untuk mengatur perasaan sendiri, serta membuat arti positif dari permasalahan yang menyimpannya.

Weitten dan Lloyd (dalam Syamsu Yusuf, 2009:134) menjelaskan bahwa karakteristik individu yang menggunakan *coping* negatif antara lain: (1) melarikan diri dari kenyataan atau situasi stres; (2) berperilaku agresif; (3) memanjakan diri secara berlebihan; (4) mencela atau menghina diri sendiri; dan (5) memunculkan mekanisme pertahanan diri. Masalah-masalah tersebut harus segera diatasi yakni dengan mengembangkan kemampuan siswa terkait dengan strategi *problem focused coping* yang digunakan dalam menyelesaikan masalah.

Menurut Kobasa (dalam Syamsu Yusuf, 2009:130) salah satu faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* adalah *locus of control*. Stocks, Alexandra, April, Kurt A, Lynton, Nandani (2012:18) juga menjelaskan bahwa, “*one of the main effects of locus of control on subjective well-being lies in how it affects coping strategies*”. Salah satu dampak utama *locus of control* pada individu adalah bagaimana ia menggunakan *coping strategy*. Selanjutnya Rotters (1966:1) mengemukakan :

Locus of control refers to the extent to which someone believes that outcomes are based on his or her own actions or personal characteristics versus the degree to which persons expect that the reinforcement or outcome is a function of chance, luck, or fate, is under the control of powerful others, or is simply unpredictable.

Locus of control mengacu pada sejauh mana seseorang percaya bahwa apa yang terjadi pada dirinya didasarkan pada tindakan sendiri atau karakteristik pribadi versus sejauh mana orang-orang percaya bahwa penguatan atau hasil yang diterimanya adalah akibat dari kesempatan, keberuntungan , atau nasib, berada di bawah kendali orang lain yang berkuasa, atau tidak dapat diprediksi. Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat diketahui bahwa Rotters (1966:1) membagi *locus of control* menjadi dua bentuk yakni *internal locus of control* dan *external locus of control*. Pendapat yang sama dikemukakan oleh Levenson (1981:15) bahwa:

The internal - external control construct was conceived as a generalized expectancy to perceived reinforcement either as contingent upon one's own behavior (internal control) or as the result of forces beyond one's control and due to chance, fate, or powerful others (external control).

Individu dengan *internal locus of control* akan percaya bahwa segala yang terjadi pada dirinya ditentukan atas usaha sendiri, sebaliknya seseorang dengan *external locus of control* akan menganggap apa yang terjadi pada dirinya sebagai akibat dari kekuatan di luar diri, karena kebetulan, nasib, atau pihak lain yang memiliki kuasa.

Lazarus & Folkman (1984:161) mengemukakan, "*internals seem to use more problem-focused forms of problem focused coping, and externals more emotion-focused forms*". Ketika seseorang memiliki *internal locus of control* maka cenderung menggunakan *problem focused coping* dan seseorang yang memiliki *external locus of control* akan menggunakan bentuk *emotional 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*.

Selain *locus of control*, kemampuan individu dalam menggunakan *problem focused coping* juga dipengaruhi kemampuan berkomunikasi. Hal ini sesuai dengan pendapat Lazarus & Folkman (1984:163) bahwa:

The ability to communicate and behave with others in ways that are socially appropriate and effective. Social skills facilitate problem solving in conjunction with other people, increase the likelihood of being able to enlist their cooperation or support, and in general give the individual greater control over social interactions.

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.

Burhan Bungin (2008:57) mendefinisikan, “komunikasi sebagai proses memaknai, yang dilakukan oleh seseorang terhadap sikap dan perilaku orang lain yang berbentuk pengetahuan, pembicaraan, gerak-gerik, sikap dan perilaku tersebut berdasarkan pada pengalaman yang pernah dia alami”. Komunikasi antarpribadi diartikan Devito (1997:23) sebagai komunikasi antara dua orang yang bertujuan untuk saling mengenal, berhubungan, saling mempengaruhi, bermain, dan saling membantu.

Komunikasi antarpribadi yang efektif ditandai dengan enam aspek efektivitas yakni: empati, keterbukaan, sikap positif, kesetaraan, sikap mendukung dan pemahaman (Devito, 1997:260). Individu yang memiliki kemampuan berkomunikasi yang efektif akan lebih mudah dalam menyelesaikan masalah, terutama konflik-konflik dengan orang lain.

Sebaliknya individu dengan kemampuan berkomunikasi yang rendah cenderung akan ragu-ragu bahkan takut untuk berkomunikasi dengan orang lain untuk menyelesaikan masalahnya. Dengan memiliki keseluruhan aspek efektivitas komunikasi antarpribadi, individu juga lebih mudah dalam mencari dukungan informasi kepada orang lain (*seeking informational support*) yang merupakan salah satu aspek dari *problem focused coping* yang positif.

Berdasarkan fenomena yang peneliti temui berkenaan dengan kemampuan remaja dalam mengatasi stres, tampaknya topik mengenai *problem focused coping* memang merupakan suatu 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 (*planful problem solving*), mencari dukungan informasi (*informational support*), dan merencanakan masalah melalui tindakan-tindakan yang positif (*confrontive coping*). Ketidakmampuan siswa dalam menggunakan *problem focused coping* akan menghasilkan perilaku menghindar dari permasalahan (*avoidance*). Jika hal ini yang dilakukan, maka permasalahan siswa tidak akan terselesaikan dengan baik, bahkan akan semakin bertambah.

Sesuai dengan latar belakang tersebut di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul: **Hubungan antara *Locus of Control* dan**

Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dengan *Problem Focused Coping* dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu:

1. Masih ada siswa yang tidak mampu merumuskan berbagai alternatif penyelesaian masalah ketika berhadapan dengan sumber stres.
2. Beberapa siswa berperilaku agresif seperti menyakiti orang lain ketika ia memiliki masalah.
3. Masih ada siswa yang tidak menerima kenyataan di saat ia mengalami kegagalan dalam mencapai sesuatu keinginan.
4. Beberapa siswa kurang terbuka dan berusaha untuk mencari informasi mengenai cara penyelesaian masalahnya kepada orang lain.
5. Masih ada siswa yang kurang memiliki keyakinan bahwa ia memiliki kemampuan/daya untuk menyelesaikan masalah, sehingga ia memilih untuk menghindar dari permasalahan.
6. Masih ada siswa yang melanggar aturan dan nilai-nilai yang berlaku di saat ia memiliki masalah.
7. Masih ada siswa yang berkeyakinan bahwa setiap permasalahan yang terjadi disebabkan kekuatan di luar dirinya, sehingga ia tidak berusaha secara maksimal untuk menyelesaikan permasalahan.

8. Kurangnya keterampilan sebagian siswa dalam berkomunikasi yang efektif ketika ingin menyelesaikan konflik dengan orang lain, sehingga terjadi perkelahian secara fisik.

C. Pembatasan Masalah

Melihat banyaknya permasalahan yang ada, maka perlu dilakukan pembatasan masalah agar penelitian ini lebih fokus kepada suatu pencapaian penelitian. Dari hasil identifikasi permasalahan yang dikemukakan sebelumnya, maka peneliti akan fokus atau membatasi masalah pada kajian mengenai *locus of control* dan efektivitas komunikasi antarpribadi serta hubungannya masing-masing dengan *problem focused coping*.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran *locus of control* siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang?
2. Bagaimana gambaran efektivitas komunikasi antarpribadi siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang?
3. Bagaimana gambaran *problem focused coping* siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang?

4. Adakah hubungan antara *locus of control* dengan *problem focused coping* siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang?
5. Adakah hubungan antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping* siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dengan adanya penelitian ini yakni untuk mendeskripsikan:

1. *Locus of control* siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang.
2. Efektivitas komunikasi antarpribadi siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang.
3. *Problem focused coping* siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang.
4. Hubungan antara *locus of control* dengan *problem focused coping* siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang.
5. Hubungan antara efektivitas komunikasi antarpribadi dengan *problem focused coping* siswa kelas X SMA Negeri 16 Padang.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu, khususnya tentang hubungan antara *locus of control* dan efektivitas

komunikasi antarpribadi masing-masing dengan *problem focused coping*.

- b) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya konsep untuk penelitian lanjutan berkaitan dengan *locus of control*, efektivitas komunikasi antarpribadi dan *problem focused coping*.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi Siswa, hasil penelitian ini dapat dijadikan motivasi untuk meningkatkan efektivitas komunikasi antarpribadi, *locus of control* dan *problem focused coping*.
- b) Bagi Guru BK/Konselor, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebuah acuan dalam memberikan pelayanan konseling kepada siswa terutama untuk menumbuhkan *internal locus of control*, meningkatkan efektivitas komunikasi antarpribadi, dan mengembangkan *problem focused coping* siswa SMA Negeri 16 Padang.
- c) Bagi Kepala Sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan penyusunan program sekolah terkait peningkatan efektivitas komunikasi antarpribadi siswa, *locus of control* dan *problem focused coping* siswa.
- d) Bagi Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, dalam rangka mempersiapkan guru BK/Konselor yang memiliki wawasan, pengetahuan,

keterampilan, nilai dan sikap, khususnya dalam rangka menyelenggarakan pelayanan konseling yang bertujuan agar siswa dapat membentuk *internal locus of control*, efektivitas komunikasi antarpribadi, dan *problem focused coping*.

- e) Bagi Kepala Dinas Pendidikan sebagai bahan informasi/data dalam rangka membuat kebijakan terkait dengan pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah khususnya pelaksanaan pengembangan diri siswa untuk menumbuhkan *locus of control*, efektivitas antarpribadi dan *problem focused coping*.