

Locus of Control dan Coping Stress pada Santri Pondok Pesantren

Eko Sujadi, Sonafist, Yuserizal Bustami

Institut Agama Islam Negeri (LAIN) Kerinci

e-mail: ekosujadi91@gmail.com

Abstract. *Locus of control (LoC) is a concept in psychology that refers to individuals' perceptions of the extent to which they believe they have control or influence over events occurring in their lives. One influencing factor on LoC is gender. Some previous literature has also demonstrated that LoC has an impact on the use of coping stress strategies. The aim of this study is to compare LoC between male and female students (santri) and to investigate its influence on coping. A cross-sectional online survey design was employed to collect data on LoC and coping. A total of 94 santri from a boarding school in Pekanbaru City participated by completing coping and Rotter's Internal-External Locus of Control (I-E Scale) research scales. The research findings confirm that there is a significant difference in locus of control between male and female santri, as well as a significant influence on the coping strategies they employ. The findings of this research have important implications for prevention and alleviation programs for santri coping with stress. The provision of guidance and counseling services for all santri is crucial. Additionally, the involvement of parents and peers is deemed effective in shaping resilient santri when facing psychological pressure.*

Keywords: *Locus of control, coping stress, gender*

Abstrak. *Locus of control (LoC) merupakan konsep dalam psikologi yang merujuk pada pandangan individu tentang sejauh mana mereka percaya bahwa mereka memiliki kendali atau pengaruh atas kejadian yang terjadi dalam hidup mereka. Salah satu aspek yang mempengaruhi LoC adalah jenis kelamin. Beberapa literatur sebelumnya juga membuktikan bahwa LoC memiliki pengaruh terhadap penggunaan coping stress. Tujuan penelitian ini adalah untuk membandingkan LoC antara santri laki-laki dan Perempuan, serta menginvestigasi pengaruhnya terhadap coping. Desain cross-sectional survey secara online digunakan untuk mengumpulkan data tentang LoC dan coping. Sebanyak 94 santri pada salah satu pesantren di Kota Pekanbaru berpartisipasi mengisi skala penelitian coping dan Rotters Internal-External Locus of Control (I-E Scale). Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan locus of control santri laki-laki dan Perempuan, serta pengaruh yang signifikan terhadap coping yang mereka gunakan. Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting terkait program pencegahan dan pengentasan permasalahan coping stress santri. Perlu adanya layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada seluruh santri. Selain itu keterlibatan orang tua dan teman sebaya dinilai efektif untuk membentuk santri yang memiliki resiliensi ketika berhadapan dengan tekanan psikologis.*

Kata kunci: *Locus of control, coping stress, jenis kelamin*

PENDAHULUAN

Setiap individu memiliki dua arah keyakinan ketika dihadapkan pada peristiwa hidup, ini yang disebut *locus of control* (LoC). LoC adalah konsep dalam psikologi yang mengacu pada keyakinan individu tentang sejauh mana mereka memiliki kendali atas kejadian yang terjadi dalam hidup mereka. Konsep ini diperkenalkan oleh psikolog Julian B. Rotter pada tahun 1954 dalam

teorinya tentang perilaku manusia (Rotter, 1990). *Locus of control* mengukur sejauh mana seseorang percaya bahwa hasil dari tindakan mereka ditentukan oleh faktor internal atau eksternal (Rotter, 1966).

Dalam dunia psikologi, konsep *locus of control* telah menjadi topik yang menarik perhatian peneliti dan praktisi selama beberapa dekade. Terdapat dua orientasi locus of control, yakni *internal locus of control* dan *external locus of control* dalam mengatur nasib mereka. Dalam konteks *locus of control*, individu dengan kecenderungan *internal locus of control* percaya bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mempengaruhi hasil dari situasi yang mereka hadapi (Galvin et al., 2018; Nowicki et al., 2021; Rotter & Mulry, 1965). Mereka cenderung merasa bahwa tindakan dan usaha yang mereka lakukan akan memengaruhi hasil yang mereka peroleh. Di sisi lain, individu dengan *external locus of control* cenderung merasa bahwa faktor-faktor di luar kendali mereka, seperti keberuntungan atau takdir, lebih kuat dalam menentukan hasil (Galvin et al., 2018; Nowicki et al., 2021; Rotter & Mulry, 1965; Sujadi & Setioningsih, 2018).

Penting untuk diakui bahwa *locus of control* bukanlah suatu spektrum sederhana. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kecenderungan seseorang, termasuk pengalaman masa kecil, lingkungan sosial, budaya, dan Pendidikan (Ahn et al., 2014; Joo et al., 2013; Sujadi & Setioningsih, 2018). Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa individu dengan *internal locus of control* cenderung lebih adaptif dalam menghadapi tantangan, lebih termotivasi untuk mencapai tujuan, dan cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah (Kader, 2014; Karkoulian et al., 2016; Sujadi et al., 2018). Di sisi lain, individu dengan *external locus of control* mungkin mengalami perasaan putus asa dan kurangnya motivasi dalam menghadapi kesulitan.

Dalam konteks pendidikan, *locus of control* dapat memiliki dampak yang signifikan. Siswa dengan kecenderungan *internal locus of control* cenderung memiliki pandangan positif tentang upaya mereka dalam belajar. Mereka percaya bahwa usaha keras, keterampilan belajar yang baik, dan inisiatif pribadi akan membantu mereka meraih kesuksesan akademis (Çoğaltay, 2017; Karaman & Watson, 2017; Sujadi & Meditamar, 2020). Keyakinan ini dapat memotivasi siswa untuk mengambil tanggung jawab atas pembelajaran mereka, berusaha lebih keras, dan mengatasi hambatan yang mungkin muncul. Siswa dengan *internal locus of control* juga cenderung lebih adaptif dalam menghadapi kegagalan. Mereka mungkin melihat kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh, daripada sebagai tanda bahwa mereka tidak kompeten. Keyakinan ini dapat membantu mereka mengatasi frustrasi dan tetap termotivasi meskipun menghadapi kesulitan (Ejiobi-okeke & Samuel, 2021).

Di sisi lain, siswa dengan kecenderungan *external locus of control* mungkin merasa bahwa faktor-faktor di luar kendali mereka lebih dominan dalam menentukan hasil belajar. *Ini* dapat

mengarah pada sikap kurang bersemangat dan kurangnya inisiatif belajar (Li et al., 2015). Siswa ini mungkin cenderung menyalahkan guru, kurikulum, atau faktor-faktor eksternal lainnya jika mereka mengalami kesulitan dalam belajar. Siswa yang memiliki *external locus of control* juga bisa menjadi lebih rentan terhadap stres dan kecemasan seputar evaluasi akademis, karena mereka mungkin merasa tidak memiliki kendali atas hasil tersebut (Demir et al., 2014). Perasaan ini dapat menghambat kemampuan mereka dalam mengatasi tekanan dan berkinerja baik dalam situasi ujian atau penilaian.

Meskipun telah banyak penelitian yang menyoroti manfaat dari memiliki orientasi *internal locus of control* dalam konteks pendidikan, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa masih ada sejumlah siswa yang cenderung memiliki orientasi *external locus of control*. Ini berarti bahwa sebagian siswa cenderung menghubungkan keberhasilan atau kegagalan mereka dalam belajar dengan faktor-faktor eksternal di luar kendali pribadi mereka. Temuan menunjukkan bahwa orientasi *locus of control* eksternal dan pola atribusi pasif tetap menjadi prediktor signifikan masalah disiplin ketika faktor-faktor lain dianggap konstan (Kee Tony, 2003). Studi yang dilakukan Sujadi, Yusuf, dan Marjohan menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang berorientasi *locus of control* eksternal (Sujadi et al., 2016). Sebuah survei awal juga menunjukkan bahwa umumnya siswa cenderung tidak berorientasi *internal locus of control* sebelum diberikan latihan asertif (Ituga, 2017).

Beberapa variabel diprediksi mempengaruhi *locus of control*, seperti *self-esteem* (Saadat et al., 2012), *self-efficacy* (Siregar & Anggina, 2020), kontrol diri (Ramezani & Gholtash, 2015). Selain itu terdapat satu aspek yang seringkali dikaitkan dengan *locus of control*, yakni jenis kelamin (Angelova, 2016; Bulut Serin et al., 2010; Shannak & Al-Taher, 2012; Zaidi & Mohsin, 2013). Diungkapkan juga melalui penelitian tersebut bahwa seseorang yang berjenis kelamin laki-laki lebih cenderung berorientasi *internal locus of control*, sedangkan perempuan berorientasi *external locus of control*. Melalui penelitian ini, peneliti berusaha untuk mengungkapkan perbedaan *locus of control* antara santri dan santriwati pada pondok pesantren. Selanjutnya peneliti mengungkapkan pengaruh *locus of control* terhadap penggunaan strategi *coping* pada santri. Beberapa studi sebelumnya menjelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan locus of control terhadap coping (Au, 2015; Crisson & Keefe, 1988; Landau, 1995; Sujadi et al., 2016).

Coping stress merujuk pada berbagai strategi dan mekanisme yang digunakan individu untuk mengatasi atau mengurangi stres dalam hidup mereka. Strategi ini dapat berupa tindakan mental, emosional, atau perilaku yang ditujukan untuk menghadapi tantangan, tekanan, atau situasi yang menimbulkan stres (Lazarus & Folkman, 1984). *Coping* merujuk pada upaya kognitif dan perilaku untuk menguasai, mengurangi, atau menoleransi tuntutan-tuntutan internal dan eksternal yang timbul akibat transaksi yang menimbulkan stres (Schwarzer & Schulz, 2003).

Terdapat dua orientasi coping yang dipilih individu ketika berhadapan dengan stres, yakni *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. *Problem focused coping* melibatkan usaha untuk secara aktif mengatasi penyebab atau masalah yang menyebabkan stres. Individu yang menggunakan strategi ini berusaha mengubah situasi atau mengambil langkah konkret untuk mengatasi faktor penyebab stres (Biggs et al., 2017; Lazarus & Folkman, 1984). Selanjutnya *emotional focused coping* melibatkan usaha untuk mengatasi stres dengan mengelola dan mengurangi reaksi emosional yang timbul sebagai respons terhadap situasi stres (Biggs et al., 2017; Lazarus & Folkman, 1984).

Penelitian yang dilakukan oleh Prihatina, Latifah, & Johan mengenai strategi *coping* remaja, 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 reguler (Prihatina et al., 2012). Studi yang dilakukan oleh Sari mengenai strategi *coping* pada remaja wanita ditemukan hasil bahwa hanya 34.91% dari 103 siswa yang menggunakan *problem focused coping* (Sari, 2010). Hasil penelitian tersebut tentunya menggambarkan kemampuan siswa dalam melakukan tindakan-tindakan nyata untuk menyelesaikan masalah belum terlalu baik. Selanjutnya studi yang dilakukan Sujadi et al mengungkapkan bahwa masih terdapat siswa yang belum memiliki orientasi *problem focused coping* (Sujadi et al., 2016).

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.

Menurut Lazarus & Folkman 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). Strategi *coping* merupakan cara seseorang untuk mengatasi stres. Selanjutnya Lazarus & Folkman mengemukakan *coping* 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 (Lazarus & Folkman, 1984).

Berdasarkan latar belakang tersebut, kami berupaya untuk menginvestigasi perbedaan *locus of control* berdasarkan jenis kelamin, selanjutnya kami juga menguji pengaruhnya terhadap *coping* yang digunakan santri. Meskipun beberapa studi terdahulu telah menguji pengaruh kedua variabel

ini, namun studi yang dilakukan pada santri masih belum dilakukan secara luas. Tentunya hasil penelitian ini akan memberikan manfaat yang signifikan terkait upaya pengembangan *coping* stres yang positif.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif, komparatif dan korelasi. Penelitian ini akan mendeskripsikan tentang *locus of control* antara santri laki-laki dan perempuan, kemudian menguji perbedaan aspek tersebut pada kedua kelompok. Selanjutnya peneliti akan menguji pengaruh *locus of control* terhadap *coping*. Penelitian ini juga menggunakan metode korelasi (*Corelation Research*). Secara konseptual hubungan antarvariabel dalam penelitian ini berbentuk asimetris, sehingga peneliti akan melihat pengaruh *locus of control* (X) terhadap *coping* (Y). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri pada salah satu Pondok Pesantren di Kota Pekanbaru yang berjumlah 115 santri. Untuk kepentingan penelitian ini, seluruh santri yang berjumlah 115 dijadikan sampel atau *total sampling*. Penelitian ini dilakukan dalam situasi COVID-19 sehingga penyebaran skala dilakukan dengan menggunakan aplikasi *google form* yang dikirim ke *whatsapp* santri maupun orang tua. Dari 115 siswa yang menjadi sampel, terdapat 21 santri yang tidak memberikan respon, sehingga diperoleh total 94 santri (Lihat gambar 1). Penelitian ini menggunakan dua skala penelitian, yakni *problem focused coping* dan *inventory Rotters Internal-External Locus of Control (I-E Scale)* yang berisi 29 item. Pengujian hipotesis untuk melihat perbedaan *locus of control* antara santri laki-laki dan perempuan menggunakan *Mann Whitney U Test*. Selanjutnya untuk menguji pengaruh *locus of control* terhadap *coping* santri, peneliti menggunakan teknik analisis korelasi *Spearman Rho*. Penggunaan statistik non parametrik disebabkan data yang diuji tidak berdistribusi normal.

Tabel 1. Jumlah Santri yang Menjadi Responden Penelitian

Jenis Kelamin	Jumlah
Laki-laki	55 santri
Perempuan	39 santri
Jumlah	94 santri

HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan verifikasi terhadap data penelitian, seluruh data yang diperoleh dari hasil pengadministrasian terhadap responden layak diolah yaitu sebanyak 94 data. Deskripsi mengenai *locus of control* santri laki-laki dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Mean dan Standar Deviasi pada Variabel *Locus of Control* santri

Jenis Kelamin	N	Skor			
		Min	Max	Mean	Standar Deviasi
Laki-laki	55	6	16	10,691	2,567
Perempuan	39	8	17	11,795	2,092

Dari Tabel 2 di atas terlihat bahwa dari jumlah keseluruhan sampel yang berjumlah 55 orang, diperoleh skor minimal 6, skor maksimal 16. Dari tabel di atas dapat juga diketahui rata-rata sebesar 10,691. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka dapat diketahui bahwa skor rata-rata perolehan *locus of control* cenderung berada pada rentang *internal locus of control*. Selanjutnya dari jumlah keseluruhan sampel yang berjumlah 39 santri perempuan, diperoleh skor minimal 8, skor maksimal 17. Dari tabel 2 dapat juga diketahui rata-rata sebesar 11,795 dan standar deviasi 2,092. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka dapat diketahui bahwa skor rata-rata perolehan *locus of control* berada pada kategori *external locus of control* jika dilihat dari nilai tengah (*median*) sebesar 11.5. Dengan demikian dapat dipahami bahwa jumlah frekuensi santri perempuan yang memiliki *internal locus of control* dan *external locus of control* hampir sama.

Kemudian secara umum *coping* santri laki-laki berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor sebesar 105, dan santri perempuan berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor sebesar 101 (Lihat tabel 3).

Tabel 3. Kategori Pencapaian Santri Laki-laki dan Perempuan pada Variabel *Coping*

Jenis Kelamin	Total Skor	Mean	Kategori
Laki-laki	5750	105	Tinggi (I)
Perempuan	3929	101	Tinggi (I)

Pengujian hipotesis pertama dilakukan dengan menggunakan teknik analisa data *Mann Whitney u Test*. Adapun hipotesis yang dikemukakan pada penelitian ini yaitu terdapat perbedaan *locus of control* antara santri laki-laki dan perempuan. Berdasarkan Tabel 4, signifikansi sebesar 0,018 lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05 ($0,018 < 0,05$). Oleh karena itu hipotesis diterima, yakni terdapat perbedaan *locus of control* antara santri laki-laki dan Perempuan (Lihat tabel 4).

Tabel 4. Perbedaan *Locus of Control* antara Siswa Laki-laki dan Perempuan

Test Statistics ^a	
	Skor
Mann-Whitney U	769.000
Wilcoxon W	2309.000
Z	-2.359
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018

a. Grouping Variable: JK

Selanjutnya untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *locus of control* (X) terhadap *coping* (Y) menggunakan teknik korelasi. Pengujian tersebut menghasilkan koefisien korelasi sebesar $r_{xly} = -0,347$, yang menunjukkan koefisien korelasi negatif antara *locus of control* dengan *coping*. Dengan

demikian dapat diketahui bahwa semakin *internal locus of control* santri maka semakin tinggi *coping*, sebaliknya semakin *external locus of control* maka semakin rendah *coping* (Lihat tabel 5).

Tabel 5. Hasil Analisis Korelasi Variabel *Locus of Control* (X) dengan Variabel *Coping* (Y)

			Correlations	
			LOC	COPING
Spearman's rho	LOC	Correlation Coefficient	1.000	-.347**
		Sig. (2-tailed)	.	.001
		N	94	94
	COPING	Correlation Coefficient	-.347**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.001	.
		N	94	94

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

Locus of control merupakan salah satu topik psikologi yang sering diteliti. Berbagai penelitian telah dilakukan untuk memahami bagaimana pandangan individu terhadap kendali dan pengaruh mereka atas kejadian dalam hidup mereka dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Dalam konteks penelitian, *locus of control* sering diasosiasikan dengan sejumlah variabel dan dampak yang dapat memberikan wawasan lebih lanjut tentang peran penting konsep ini dalam kehidupan individu. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *locus of control* santri laki-laki dan Perempuan.

Sebuah studi menunjukkan bahwa *locus of control* laki-laki dan perempuan relatif sama dalam faktor primer tetapi mungkin berbeda secara substansial dalam beberapa faktor sekunder. Dua area di mana pria dan wanita tampak berbeda adalah persepsi kendali atas hubungan interpersonal dan persepsi kendali atas peristiwa kehidupan yang pada dasarnya tak terkendali. Perbedaan gender juga muncul ketika *locus of control* dikaitkan dengan variabel pembanding. Internalitas, misalnya, tampaknya lebih terkait dengan prestasi bagi laki-laki daripada perempuan (Sherman et al., 1997). Siswa perempuan lebih berorientasi ke eksternal dibandingkan laki-laki (Wehmeyer, 1993; Zaidi & Mohsin, 2013). Beberapa penelitian lain juga mengungkapkan bahwa *locus of control* dipengaruhi oleh jenis kelamin (Angelova, 2016; Bulut Serin et al., 2010; Shannak & Al-Taher, 2012; Zaidi & Mohsin, 2013).

Namun demikian pada penelitian lainnya terungkap bahwa Perempuan lebih berorientasi *internal locus of control* dibandingkan laki-laki. Studi Lefcourt, Martin, & Saleh menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki kecenderungan *internal locus of control* yang lebih tinggi daripada laki-laki dalam mengatasi stres. Perempuan juga lebih mungkin mencari dukungan sosial sebagai strategi untuk mengatasi masalah, yang mungkin terkait dengan pandangan internal mereka tentang kendali atas situasi (Lefcourt et al., 1984). Studi selanjutnya mengungkapkan bahwa perempuan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi dalam mengatribusikan keberhasilan

mereka pada faktor internal (*internal attribution*) daripada laki-laki. Ini dapat mengindikasikan adanya perbedaan dalam *locus of control* antara jenis kelamin (Crittenden & Wiley, 1980).

Kami juga membuktikan bahwa *locus of control* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *coping stress*. Studi menunjukkan bahwa internal dan eksternal tidak berbeda dalam paparan terhadap konflik antarpribadi, tetapi berbeda dalam reaktivitas, di mana internal lebih banyak terkait dengan kemarahan dan gejala kesehatan tetapi lebih sedikit depresi daripada eksternal (Hahn, 2000). Kemudian penelitian lain membuktikan bahwa pengendalian internal melaporkan lebih banyak strategi *coping* (Penerimaan, Semangat berjuang) terkait dengan peningkatan kesejahteraan, sedangkan orang yang menunjukkan pengendalian eksternal melaporkan strategi penanggulangan (ketergantungan sosial) terkait dengan kesejahteraan yang lebih buruk (Elfström & Kreuter, 2006).

Penelitian Burger & Hemans menunjukkan bahwa individu dengan *internal locus of control* cenderung menggunakan strategi koping yang lebih adaptif, seperti mencari solusi aktif dalam menghadapi masalah. Mereka juga lebih mungkin mencoba mengendalikan situasi daripada mengandalkan faktor eksternal (Burger & Hemans, 1988). Penelitian Kurtović, Vuković, & Gajić menyebutkan bahwa individu dengan internal locus of control cenderung menggunakan strategi koping yang lebih adaptif, seperti mencari informasi tambahan dan mengambil langkah-langkah konkret dalam mengatasi stres (Kurtović et al., 2018). Individu dengan *internal locus of control* cenderung memiliki tingkat *hardiness* yang lebih tinggi. *Hardiness* adalah kemampuan untuk mengatasi stres dengan optimisme dan komitmen untuk menghadapi tantangan, dan ini dapat dihubungkan dengan strategi koping yang lebih efektif (Sujadi et al., 2016).

Terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam penelitian ini. Pertama, sampel penelitian yang digunakan mungkin tidak mencakup keragaman yang cukup dalam hal karakteristik sosiodemografis atau latar belakang budaya, sehingga generalisasi hasil mungkin terbatas. Selain itu, metode pengumpulan data yang digunakan juga dapat mempengaruhi validitas hasil, seperti penggunaan kuesioner *self-report* yang rentan terhadap bias subjektivitas. Terakhir, penelitian ini fokus pada hubungan antara *locus of control* dan strategi koping tertentu, namun ada faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi hasil strategi koping individu yang belum dipertimbangkan dalam analisis ini. Oleh karena itu, interpretasi temuan perlu dilakukan dengan mempertimbangkan keterbatasan-keterbatasan tersebut.

KESIMPULAN

Temuan penelitian menunjukkan adanya perbedaan *locus of control* antara santri laki-laki dan Perempuan. Selanjutnya analisis korelasi membuktikan adanya keterkaitan antara kedua variabel. Individu dengan *internal locus of control* cenderung menggunakan strategi koping yang adaptif dan proaktif. Mereka lebih mungkin untuk mencari solusi yang konkret dan mengambil tindakan yang terarah dalam menghadapi tantangan. Mereka merasa memiliki kendali atas situasi dan percaya bahwa usaha mereka dapat memengaruhi hasil. Di sisi lain, individu dengan eksternal *locus of control* cenderung menggunakan strategi koping yang berfokus pada emosi atau mengandalkan faktor eksternal. Mereka mungkin lebih cenderung menghindari masalah atau merasa putus asa dalam menghadapi stres.

Pengaruh *Locus of control* terhadap strategi koping ini memiliki implikasi penting dalam pemahaman tentang bagaimana pandangan individu terhadap kendali dalam hidup mereka dapat membentuk cara mereka mengatasi tantangan dan stres. Meskipun hasil-hasil ini memberikan gambaran umum, perlu diingat bahwa faktor-faktor lain seperti kepribadian, pengalaman sebelumnya, dan lingkungan juga dapat berkontribusi terhadap cara individu mengatasi stres. Dalam lingkup Pendidikan di Pesantren, diperlukan pelayanan bimbingan dan konseling. Konselor dapat menyusun program pencegahan dan pengentasan terhadap santri yang menggunakan *coping* negatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahn, S. J. (Grace), Bailenson, J. N., & Park, D. (2014). Short- and long-term effects of embodied experiences in immersive virtual environments on environmental locus of control and behavior. *Computers in Human Behavior*, 39, 235–245.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.07.025>
- Angelova, N. (2016). Locus of control and its relationship with some social-demographic factors. *Psychological Thought*, 9, 248–258. <https://doi.org/10.5964/psyc.v9i2.179>
- Au, E. W. M. (2015). Locus of control, self-efficacy, and the mediating effect of outcome control: predicting course-level and global outcomes in an academic context. *Anxiety, Stress, & Coping*, 28(4), 425–444. <https://doi.org/10.1080/10615806.2014.976761>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory. In *The Handbook of Stress and Health* (pp. 349–364).
<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21>
- Bulut Serin, N., Serin, O., & Şahin Kıralp, F. S. (2010). Factors affecting the locus of control of the university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2, 449–452.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.041>
- Burger, J. M., & Hemans, L. T. (1988). Desire for control and the use of attribution processes. In *Journal of Personality* (Vol. 56, Issue 3, pp. 531–546). Blackwell Publishing.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1988.tb00901.x>

- Çoğaltay, N. (2017). *The Effect of Locus of Control on Student Achievement BT - The Factors Effecting Student Achievement: Meta-Analysis of Empirical Studies* (E. Karadag (ed.); pp. 161–170). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-56083-0_9
- Crisson, J. E., & Keefe, F. J. (1988). The relationship of locus of control to pain coping strategies and psychological distress in chronic pain patients. *Pain*, *35*(2), 147–154. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0304-3959\(88\)90222-9](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0304-3959(88)90222-9)
- Crittenden, K. S., & Wiley, M. G. (1980). Causal Attribution and Behavioral Response to Failure. *Social Psychology Quarterly*, *43*(3), 353–358. <https://doi.org/10.2307/3033739>
- Demir, S., Demir, S. G., Bulut, H., & Hisar, F. (2014). Effect of Mentoring Program on Ways of Coping with Stress and Locus of Control for Nursing Students. *Asian Nursing Research*, *8*(4), 254–260. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.anr.2014.10.004>
- Ejiobi-okeke, B. I., & Samuel, N. N. C. (2021). Achievement Motivation And Locus Of Control As Predictors Of Secondary School Students ' Academic Achievement In Chemistry In Enugu State , Nigeria. *IOSR Journal of Research & Method in Education*, *11*(4), 27–34. <https://doi.org/10.9790/7388-1104052734>
- Elfström, M. L., & Kreuter, M. (2006). Relationships Between Locus of Control, Coping Strategies and Emotional Well-Being in Persons with Spinal Cord Lesion. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, *13*(1), 89–100. <https://doi.org/10.1007/s10880-005-9001-8>
- Galvin, B. M., Randel, A. E., Collins, B. J., & Johnson, R. E. (2018). Changing the focus of locus (of control): A targeted review of the locus of control literature and agenda for future research. *Journal of Organizational Behavior*, *39*(7), 820–833. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/job.2275>
- Hahn, S. (2000). The Effects of Locus of Control on Daily Exposure, Coping and Reactivity to Work Interpersonal Stressors: A Diary Study. *Personality and Individual Differences - PERS INDIV DIFFER*, *29*, 729–748. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00228-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00228-7)
- Ituga, A. S. (2017). Efektivitas Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Internal Locus Of Control Siswa dalam Belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, *2*, 8. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v0i0.3502>
- Joo, Y. J., Lim, K. Y., & Kim, J. (2013). Locus of control, self-efficacy, and task value as predictors of learning outcome in an online university context. *Computers & Education*, *62*, 149–158. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.compedu.2012.10.027>
- Kader, A. A. (2014). Locus of Control, Student Motivation, and Achievement in Principles of Microeconomics. *American International Journal of Contemporary Research*, *4*(9). <https://doi.org/10.2139/ssrn.2404768>
- Karaman, M. A., & Watson, J. C. (2017). Examining associations among achievement motivation, locus of control, academic stress, and life satisfaction: A comparison of U.S. and international undergraduate students. *Personality and Individual Differences*, *111*, 106–110. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.006>
- Karkoulian, S., Srour, J., & Sinan, T. (2016). A gender perspective on work-life balance, perceived stress, and locus of control. *Journal of Business Research*, *69*(11), 4918–4923. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2016.04.053>
- Kee Tony, T. S. (2003). Locus of control, attributional style and discipline problems in secondary schools. *Early Child Development and Care*, *173*(5), 455–466. <https://doi.org/10.1080/0300443032000088203>
- Kurtović, A., Vuković, I., & Gajić, M. (2018). The Effect of Locus of Control on University

- Students' Mental Health: Possible Mediation through Self-Esteem and Coping. *The Journal of Psychology*, 152(6), 341–357. <https://doi.org/10.1080/00223980.2018.1463962>
- Landau, R. (1995). Locus of control and socioeconomic status: Does internal locus of control reflect real resources and opportunities or personal coping abilities? *Social Science & Medicine*, 41(11), 1499–1505. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00020-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00020-8)
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Lefcourt, H., Martin, R., & Saleh, W. (1984). Locus of Control and Social Support: Interactive Moderators of Stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 378–389. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.2.378>
- Li, J., Lepp, A., & Barkley, J. E. (2015). Locus of control and cell phone use: Implications for sleep quality, academic performance, and subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 52, 450–457. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.06.021>
- Nowicki, S., Iles-Caven, Y., Kalechstein, A., & Golding, J. (2021). Editorial: Locus of Control: Antecedents, Consequences and Interventions Using Rotter's Definition. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.698917>
- Prihatina, R., Latifah, M., & Johan, I. (2012). Konsep Diri, Kecerdasan Emosional, Tingkat Stres, dan Strategi Koping Remaja pada Berbagai Model Pembelajaran. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 5, 48–57. <https://doi.org/10.24156/jikk.2012.5.1.48>
- Ramezani, S., & Gholtash, A. (2015). The relationship between happiness, self-control and locus of control. *International Journal of Educational and Psychological Researches*, 1(2), 100–104. <https://doi.org/10.4103/2395-2296.152222>
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. In *Psychological Monographs: General and Applied* (Vol. 80, Issue 1, pp. 1–28). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Rotter, J. B. (1990). Internal Versus External Control of Reinforcement. *American Psychologist*, 45(4), 489–493.
- Rotter, J. B., & Mulry, R. C. (1965). Internal versus external control of reinforcement and decision time. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 2, Issue 4, pp. 598–604). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/h0022473>
- Saadat, M., Ghasemzadeh, A., Karami, S., & Soleimani, M. (2012). Relationship between self-esteem and locus of control in Iranian University students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 31, 530–535. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.12.099>
- Sari, G. E. . (2010). *Perbedaan Ketidakepuasan Terhadap Bentuk Tubuh Ditinjau Dari Strategi Koping Pada Remaja Wanita Di SMA Negeri 2 Ngawi*. Universitas Sebelas Maret.
- Schwarzer, R., & Schulz, U. (2003). Stressful Life Events. In *Handbook of Psychology* (pp. 25–49). <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/0471264385.wei0902>
- Shannak, R., & Al-Taher, A. (2012). Factors affecting Work Locus of Control: An Analytical and Comparative Study. *Jordan Journal of Business Administration*, 8, 373–389.
- Sherman, A. C., Higgs, G. E., & Williams, R. L. (1997). Gender differences in the locus of control construct. *Psychology & Health*, 12(2), 239–248. <https://doi.org/10.1080/08870449708407402>
- Siregar, E., & Anggina, N. (2020). Pengaruh Kepribadian, Self Efficacy Dan Locus of Control Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Manajemen*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.54964/manajemen.v5i1.145>

- Sujadi, E., Ayumi, R., Indra, S., Sumarto, S., & Rahima, R. (2018). Layanan Konseling Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavioral untuk Membentuk Internal Locus of Control. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(2), 176–184.
- Sujadi, E., & Meditamar, M. O. (2020). Perbedaan Locus of Control ditinjau dari Perspektif Agama pada Siswa SMA. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 12(1), 44–54. <https://doi.org/http://dx.doi.org/analitika.v11i1.3506>
- Sujadi, E., & Setioningsih, L. (2018). Perbedaan Locus of Control ditinjau dari Etnis. *Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 2(2), 128–138. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v2i2.371>
- Sujadi, E., Yusuf, A. M., & Marjohan, M. (2016). Hubungan antara locus of control dan efektivitas komunikasi antar pribadi dengan problem focused coping. *Jurnal Konselor*, 5(1), 24–32.
- Wehmeyer, M. L. (1993). Gender Differences in Locus of Control Scores for Students with Learning Disabilities. *Perceptual and Motor Skills*, 77(2), 359–366. <https://doi.org/10.2466/pms.1993.77.2.359>
- Zaidi, I. H., & Mohsin, M. N. (2013). Locus of Control in Graduation Students. *International Journal of Psychological Research*, 6, 15–20. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2011-20842013000100003&nrm=iso