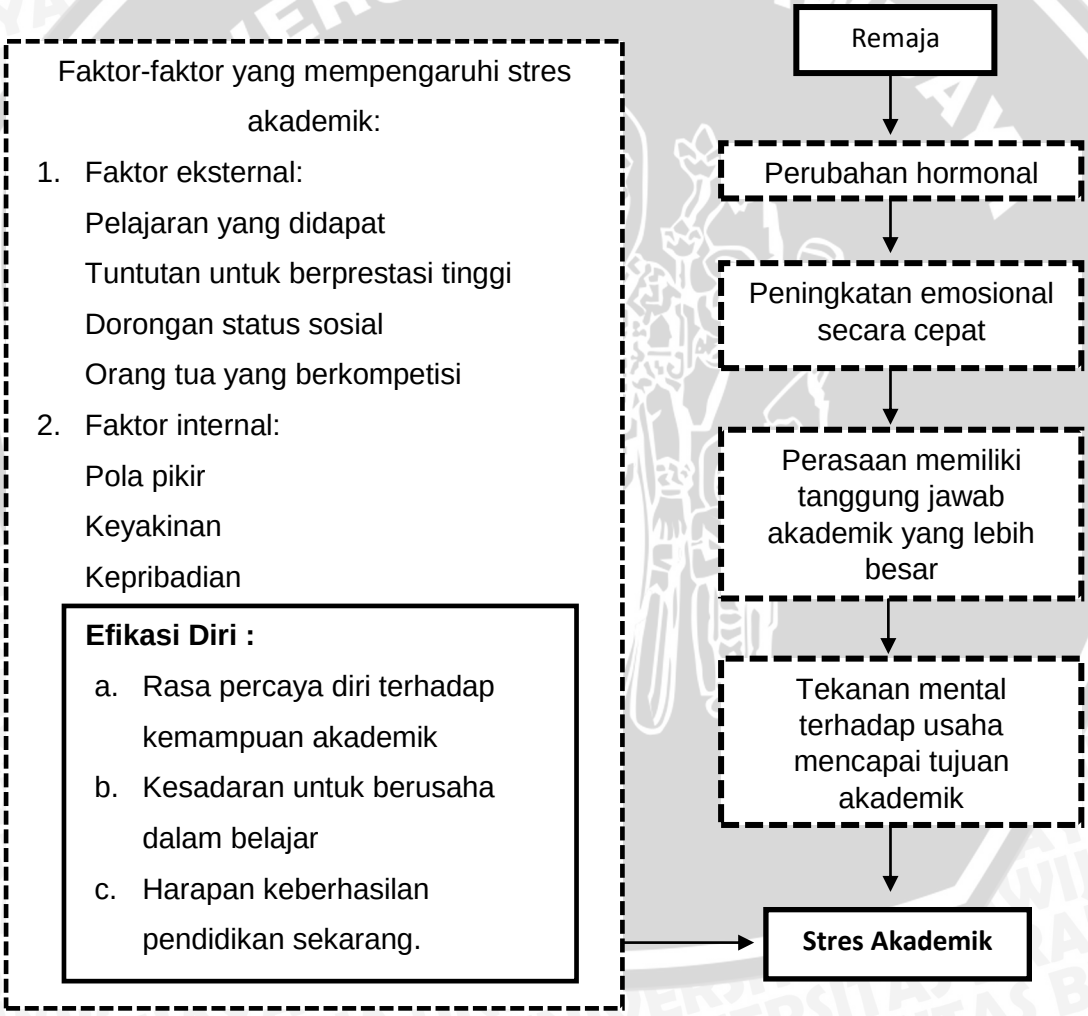
BAB III

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESA PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep

Pada penelitian ini, akan meneliti variabel bebas yaitu tingkat efikasi diri, dan variabel terikat yaitu tingkat stres akademik remaja di pondok pesantren. Kerangka konsep dari penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

Keterangan:

= Diteliti

= Tidak Diteliti

3.2 Penjelasan Kerangka Konsep

Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa dan merupakan salah satu tahap perkembangan yang paling dinamis. Pada masa ini, remaja mengalamai perubahan-perubahan yang sangat pesat di antaranya pada aspek fisik, psikis dan sosial sehingga remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan keadaan dirinya yang baru. Pada aspek psikis, remaja akan mengalami perkembangan emosi dan kepribadian. Jika remaja tidak mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan psikis tersebut maka ia akan mengalami ketidakstabilan.

Remaja akan memiliki tanggung jawab untuk memenuhi tugas akademik dari sekolah mereka. Dalam hal ini tanggung jawab siswa yang tinggal di pondok pesantren (*santri*) akan jauh berbeda dengan siswa yang tidak tinggal di pondok pesantren. Pada umumnya siswa menerima pendidikan formal kurang lebih hanya tujuh jam. Sedangkan siswa yang tinggal di pondok pesantren akan menerima pendidikan formal melebihi siswa umumnya, karena pondok pesantren akan memberikan beberapa materi ajaran islam tambahan. Mereka juga harus menerapkan ajaran-ajaran islam dan kemampuan materi umum yang didapat dalam kesehariannya, contohnya *sholat* yang harus ber*jamaah* dan penggunaan bahasa arab dan bahasa inggris dalam komunikasi sehari-harinya. Siswa di pondok pesantren dituntut untuk melakukan kegiatan yang telah terjadwalkan dari bangun tidur hingga tidur kembali. Mereka akan merasakan padatnya kegiatan yang ada, tekanan untuk mematuhi peraturan pondok pesantren dan

usaha untuk menjalin hubungan baik dengan teman-teman serta keluarga mereka.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa stresor yang didapat dari siswa yang tinggal di pondok pesantren lebih besar dari siswa pada umumnya. Sehingga siswa yang tinggal di pondok pesantren memiliki potensi yang lebih besar untuk mendapatkan stres. Banyaknya stresor tersebut akan berpengaruh pada kemampuan siswa untuk bertahan tinggal di pondok pesantren dengan tujuannya yaitu mencari ilmu. Banyak pelajaran yang harus dipelajari juga akan menjadi beban bagi *santri* yang dapat mengarah pada stres akademik.

Selanjutnya tingkat efikasi diri dan tingkat stres akademik akan dianalisa hubungannya. Berdasarkan teori yang ada, efikasi diri merupakan salah satu prediktor tingkat stres akademik siswa. Individu dengan tingat efikasi diri yang rendah akan memiliki perencanaan tugas yang kurang baik dan akan cenderung memiliki potensi stres yang mengarah pada pencapaian akademik mereka. Sedangkan individu yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi akan memiliki perencanaan yang baik terhadap tugas-tugasnya, sehingga mereka lebih mampu untuk menyelesaikan tugas atau masalahnya dengan respon yang adaptif. Dengan demikian, siswa dengan efikasi diri yang tinggi memiliki potensi yang lebih rendah terhadap stres akademik.

3.3 Hipotesa

Terdapat hubungan negatif antara tingkat efikasi diri terhadap tingkat stres akademik siswa kelas VII Pondok Pesantren Modern Al Amanah Junwangi yaitu semakin tinggi tingkat efikasi diri maka tingkat stres akademik akan semakin rendah, dan semakin rendah tingkat efikasi diri maka tingkat stres akademik akan semakin tinggi.