

HARDINESS, EFIKASI DIRI DAN PROBLEM FOCUSED COPING PADA ANAK BUAH KAPAL BERSTATUS LAJANG DI KRI "X" TNI ANGKATAN LAUT

Dian Damayanti*, Dewi Mustami'ah, Fauziah Julike Patrika
Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah
*damayantidian.psi16@hangtuah.ac.id

Abstract. *This study aims to determine the relationship between hardiness and self-efficacy with problem focused coping on crew members of KRI "X" Indonesian Navy with Single status in Surabaya. Respondent ABK KRI "X" Indonesian Navy in Surabaya who has a single status. A total of 60 respondents were selected using a saturated sampling technique. The scale used in this study is the hardiness scale, self-efficacy scale, and problem focused coping scale. The analysis technique used is product moment correlation and multiple correlation. The results showed that there was a simultaneous relationship between hardiness and self-efficacy with problem focused coping. The findings also show that hardiness and self-efficacy show a positive direction towards problem focused coping. The results of this study can be used as a reference related to the problem of problem focused coping on crew members of the KRI Navy who are single.*

Keywords: *problem focused coping, hardiness, self-efficacy, crew members, Indonesian Navy*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dan efikasi diri dengan *problem focused coping* pada ABK KRI "X" TNI Angkatan Laut berstatus Lajang di Surabaya. Responden ABK KRI "X" TNI Angkatan Laut di Surabaya yang memiliki status masih lajang. Sebanyak 60 responden dipilih menggunakan teknik sampling jenuh. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *hardiness*, skala efikasi diri, dan skala *problem focused coping*. Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi *product moment* dan korelasi berganda. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan simultan antara *hardiness* dan efikasi diri dengan *problem focused coping*. Hasil temuan juga menunjukkan *hardiness* dan efikasi diri menunjukkan arah positif terhadap *problem focused coping*. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi terkait permasalahan *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut yang berstatus lajang.

Kata kunci: *problem focused coping, hardiness, efikasi diri, ABK, TNI AL*

PENDAHULUAN

Tentara Nasional Indonesia Angkatan Laut yang disingkat TNI AL merupakan orang-orang yang telah dibimbing, dilatih, dan telah dipersiapkan untuk menjaga

keamanan dan kestabilan negara di laut. Prajurit TNI AL mempunyai beberapa tugas antara lain menyiapkan dan membina kekuatan untuk menegakkan kedaulatan dan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia serta melindungi kepentingan nasional laut yurisdiksi nasional (Mabes TNI, 2007).

Sesuai dengan UU No. 34 tahun 2004 tentang kedudukan dan peran TNI AL mengenai peran, tugas, serta fungsinya untuk berperan aktif dalam menjaga dan mempertahankan kedaulatan NKRI. Kapal Perang Republik Indonesia (KRI) di dalamnya terdiri dari seorang Komandan kapal, Palaksa, empat departemen, serta Kepala divisi yang dipimpin oleh seorang Perwira. Divisi tersebut membawahi kurang lebih 10-15 orang Anak Buah Kapal yang terdiri dari Bintara dan Tamtama.

Kapal perang Republik Indonesia TNI AL terdapat peraturan khusus bagi anggota-anggotanya, khususnya pada saat kapal sandar di dermaga. Peraturan tersebut yaitu; ABK TNI AL yang sudah menikah mempunyai jam kerja dimulai pukul 08.00 – 16.00 dan hanya akan ada di kapal pada saat jam kerja sekaligus jadwal jaga. Sedangkan ABK berstatus lajang atau *single* wajib tinggal di kapal dan melakukan tugas tambahan selain di jam kerja dengan berbagai aturan (Marsetio, 2019).

Anak Buah Kapal berstatus lajang yang mendapatkan tuntutan tugas, tuntutan peran serta tuntutan antar pribadi merupakan faktor organisasi yang dapat menyebabkan adanya tekanan eksternal. Faktor pribadi dan faktor lingkungan juga menjadikan seseorang berada dalam situasi yang menekan (Robbins & Judge, 2008).

Individu, baik pria maupun Wanita yang menikah mampu untuk menyelesaikan masalah dengan baik (Marks & Lambert, 1998). Individu yang melajang cenderung mudah stress dalam tekanan. Stres ketika di atas kapal sangat merugikan. Kondisi stres yang membuat para ABK tertekan akan membuat seseorang menganggap suatu pekerjaan, lingkungan, dan tuntutan yang harus dipenuhi menjadi suatu hal yang berat dan susah untuk diatasi (Grech et al., 2019). Hal tersebut merupakan strategi penyelesaian masalah yang efektif sangatlah diperlukan seorang ABK ketika menghadapi *stressor* ketika di kapal.

Strategi *coping* memainkan peranan penting dalam mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan individu selama berada dalam situasi menekan (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2007). Pada saat individu dihadapkan dengan kondisi yang sangat tertekan, maka secara tidak langsung setiap individu akan menyelesaikan masalahnya dengan cara dan strategi yang berbeda-beda. Strategi *coping* memberikan peranan penting dalam mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan individu selama dalam situasi yang tertekan (*stressful life situations*). Strategi *coping* dibedakan menjadi dua yaitu, *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. *Problem focused coping* yaitu perilaku *coping* berpusat pada masalah atau perilaku penyelesaian masalah yang dihadapi secara langsung. Individu yang menggunakan strategi *coping* ini akan menilai bahwa masalah yang dihadapinya masih dapat dikontrol dan dapat diselesaikan (Folkman, 2013).

Salah satu faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* ABK berstatus lajang di KRI "X" TNI AL adalah *hardiness*. *Hardiness* adalah pola sikap dan kemampuan yang membantu seseorang untuk menjadi resilien dengan bertahan dan berkembang di bawah tekanan, dimana sikap tersebut adalah *commitment*, *control*, dan *challenge* (S. R. Maddi, 2002). Salah satu kepribadian yang dianggap dapat melawan suatu kondisi yang menekan adalah *hardiness* (S. Maddi, 2013).

Faktor lain dalam *problem focused coping* pada ABK TNI AL yang berstatus lajang yaitu efikasi diri. Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki keyakinan kuat dalam menggunakan *problem focused coping* dan cenderung dapat mengatasi tekanan sehari-hari dengan baik (MacDonald et al., 1998).

Efikasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengorganisir dan mengeksekusi bagian-bagian dari tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian. Seseorang yakin dapat mengatasi masalah dan menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan sehingga mampu memperkirakan tantangan apa yang akan terjadi dengan hasil yang positif. Aspek-aspek efikasi diri yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength* (Bandura, 1997)

Berdasarkan penjelasan diatas diketahui bahwa penelitian hubungan antara *hardiness* dan efikasi diri dengan *problem focused coping* pada ABK TNI AL berstatus lajang masih belum pernah diteliti sebelumnya. *Problem focused coping* sangatlah penting untuk dimiliki oleh setiap individu terutama pada ABK TNI AL yang berstatus lajang, karena ABK lajang diwajibkan untuk tinggal di kapal dan bekerja dalam tempat yang sama. Oleh karena itu seorang ABK lajang TNI AL penting sekali untuk memiliki *problem focused coping* dalam menyelesaikan masalah. Hal tersebutlah yang melatarbelakangi peneliti untuk melakukan penelitian *problem focused coping* pada ABK lajang KRI "X" TNI Angkatan Laut di Surabaya.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian survei. Teknik untuk mencari hubungan X_1 dan X_2 secara bersama-sama terhadap Y menggunakan teknik korelasi berganda, sedangkan teknik yang digunakan untuk mencari hubungan X_1 dengan Y, dan X_2 dengan Y yaitu korelasi sederhana (Sugiyono, 2010). Terdapat tiga variabel dalam penelitian ini, yaitu: *hardiness* (X_1), efikasi Diri (X_2), dan *problem focused coping* (Y).

Partisipan Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah 60 ABK berstatus lajang di KRI "X" TNI Angkatan Laut di Surabaya. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu sampling jenuh.

Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan menggunakan 3 jenis skala yaitu skala *hardiness* dan efikasi diri dengan *problem focused coping*. Skala dikembangkan sendiri oleh peneliti. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala likert (1-5, 1=sangat tidak setuju, 5=sangat setuju) dengan aitem yang terdiri atas aitem *favorable* dan *unfavorable*. Jumlah aitem dalam penelitian ini untuk skala *hardiness* berjumlah 36 aitem, skala efikasi diri 36 aitem, dan skala *problem focused coping* berjumlah 40 aitem. Berdasarkan hasil uji

normalitas diperoleh nilai statistik *Kolmogorov-Smirnov* sebesar signifikansi 0,200 yang berarti lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa distribusi data bersifat normal.

Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan software SPSS (version 22). Uji asumsi menggunakan teknik korelasi berganda dan *product moment*. Sebelum melakukan uji asumsi, peneliti melakukan uji normalitas sebaran data dan uji linearitas terhadap variabel penelitian.

Hasil uji linieritas *hardiness* menunjukkan nilai signifikansi (*sig*) linearity = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa model korelasi dinyatakan linier karena signifikansi 0,000 kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Uji linieritas efikasi diri didapatkan nilai signifikansi (*sig*) = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa model regresi dinyatakan linier karena signifikansi $0,000 < 0,05$.

HASIL

Berdasarkan hasil perhitungan analisis korelasi *product moment*, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dan efikasi diri dengan *problem focused coping* pada ABK berstatus lajang TNI Angkatan Laut.

Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* pada variabel *hardiness* dengan *problem focused coping* diperoleh nilai korelasi (*r*) sebesar 0,895 dengan signifikansi (*sig.*) = 0,000 ($0,000 < 0,05$). Nilai *r* berada pada kategori 0,76 – 0,99, yang berarti kekuatan hubungan variabel sangat kuat.

Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* pada variabel efikasi diri dengan *problem focused coping* diperoleh nilai korelasi (*r*) sebesar 0,908 dengan signifikansi (*sig.*) = 0,000 ($0,000 < 0,05$). Nilai *r* berada pada kategori 0,76 – 0,99, yang berarti kekuatan hubungan variabel sangat kuat.

Uji hipotesis mayor yang dilakukan diperoleh hasil koefisien korelasi antara ketiga variabel ini memiliki angka *R* sebesar 0,920. Nilai *R* berada pada kategori 0,76 – 0,99, hal ini menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang kuat antara *hardiness* dan

efikasi diri dengan *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan laut berstatus lajang di Surabaya.

Berdasarkan hasil dari analisis diperoleh hasil bahwa kategori *hardiness* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut di Surabaya memiliki nilai tertinggi pada kategori sedang, yaitu sebesar 66,7% (40 orang). Hal ini menunjukkan bahwa ABK memiliki *hardiness* dengan tingkatan sedang.

Berdasarkan hasil analisis diperoleh hasil bahwa kategori efikasi diri pada ABK KRI TNI Angkatan Laut di Surabaya memiliki nilai tertinggi pada kategori sedang, yaitu sebesar 50% (30 orang). Hal ini menunjukkan bahwa ABK memiliki efikasi diri dengan tingkatan sedang.

Berdasarkan hasil dari analisis diperoleh hasil bahwa kategori *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut di Surabaya memiliki nilai tertinggi pada kategori sedang, yaitu sebesar 50% (30 orang). Hal ini menunjukkan bahwa ABK memiliki *problem focused coping* dengan tingkatan sedang.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan *problem focused coping*, hubungan antara efikasi diri dengan *problem focused coping*, dan hubungan antara *hardiness* dan efikasi diri dengan *problem focused coping* pada ABK berstatus lajang di KRI "X" TNI Angkatan Laut Surabaya. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan pada dua hipotesis yaitu dengan teknik korelasi berganda dan korelasi *product moment*.

Hasil uji hipotesis minor yang pertama menggunakan teknik korelasi *product moment*. Hasil uji hipotesis minor pada variabel *hardiness* (X1) dengan *problem focused coping* (Y) memiliki nilai korelasi $r = 0,895$ dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara *hardiness* dengan *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut. Arah hubungan positif, diterima. Nilai r berada pada kategori 0,76 – 0,99, yang artinya menunjukkan bahwa hubungan antara *hardiness* dengan *problem focused coping* dalam penelitian ini memiliki

hubungan antar variabel sangat kuat. Nilai r bernilai positif, yang berarti semakin tinggi *hardiness* ABK berstatus lajang KRI TNI AL maka semakin tinggi pula *problem focused coping* ABK berstatus lajang KRI TNI AL. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness* ABK berstatus lajang KRI TNI AL maka semakin rendah pula *problem focused coping* ABK berstatus lajang KRI TNI AL. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan dengan skor r 0,664. Seorang ABK berstatus lajang yang memiliki *hardiness* merupakan bentukan dari lingkungan dan sebagai cara individu dalam menyesuaikan kondisi dalam situasi yang penuh dengan tekanan (Handayani, 2017).

Berdasarkan hasil dari deskripsi variabel setiap indikator dari *hardiness*, indikator tertinggi dari ABK berstatus lajang di KRI TNI Angkatan Laut adalah indikator *control* sebesar 35%, indikator *commitment* sebesar 38%, dan indikator *challenge* 27%. Hal ini menunjukkan bahwa ABK berstatus lajang di KRI TNI Angkatan Laut memiliki kecenderungan lebih tinggi pada indikator *commitment* yaitu individu akan cenderung untuk melibatkan diri kedalam permasalahan yang dihadapi atau sedang dilakukan. Seperti halnya yang dilakukan seorang ABK berstatus lajang di KRI TNI Angkatan laut, dimana untuk menjadi seorang ABK yang tidak mudah menyerah terhadap tekanan yang dialaminya. Sehingga membuat seorang ABK berstatus lajang ini aktif dalam kegiatan kapal, memiliki ketahanan diri sebagai seorang tentara. Meskipun bertempat tinggal dan bekerja menjadi satu tempat menjadi seorang ABK yang masih berstatus lajang di KRI tetap tidak membuat untuk menunda suatu pekerjaan yang diberikan oleh atasan. Menurut Kobasa (dalam Mahmudah, 2009) bahwa individu yang memiliki *hardiness* maka akan memiliki komitmen dengan kegiatan yang dilakukan dengan dirinya, mampu melakukan kontrol atau pengaruh terhadap lingkungan, dan memandang sebuah tantangan sebagai kesempatan bukan sebuah ancaman.

Hasil uji hipotesis minor kedua menggunakan teknik korelasi *product moment*. Hasil uji hipotesis minor pada variabel efikasi diri (X_2) dengan *problem focused coping* (Y) memiliki nilai korelasi $r = 0,908$ dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal ini

menunjukkan bahwa hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara efikasi diri dengan *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut, dengan arah hubungan positif, diterima. Nilai r berada pada kategori 0,76 – 0,99, hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri dengan *problem focused coping* dalam penelitian ini memiliki hubungan antar variabel sangat kuat. Nilai r bernilai positif, yang berarti semakin tinggi efikasi diri ABK berstatus lajang KRI TNI AL maka semakin tinggi pula *problem focused coping* ABK berstatus lajang KRI TNI AL. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness* ABK berstatus lajang KRI TNI AL maka semakin rendah pula *problem focused coping* ABK berstatus lajang KRI TNI AL. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menemukan hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan *problem focused coping*, dengan skor sebesar 0,670. Seorang individu yang memiliki efikasi diri akan yakin dengan kemampuan yang dimiliki untuk melakukan pekerjaan tertentu, serta menghasilkan sesuatu dengan usahanya. Sikap seorang anak buah kapal yang memiliki efikasi diri tinggi akan menyelesaikan masalah secara aktif dan jarang untuk menghindari dari masalah (Prasetya, 2019).

Pada variabel efikasi diri, ABK berstatus lajang di KRI TNI Angkatan Laut memperoleh persentase tinggi pada kategori sedang sebanyak 30 orang atau setara dengan 50%. Hal ini dapat diartikan bahwa seorang ABK cukup dalam memiliki kemampuan dalam menentukan kesulitan tugas, keluasaan, dan kekuatan keyakinan dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang diberikan dari atasan untuk seorang ABK khususnya yang masih berstatus lajang.

Berdasarkan hasil dari deskripsi variabel tiap indikator efikasi diri, indikator yang tertinggi dari ABK berstatus lajang KRI TNI Angkatan Laut adalah indikator *magnitude* sebesar 40%, indikator *generality* sebesar 28%, dan indikator *strength* sebesar 32%. Hal tersebut menunjukkan bahwa ABK berstatus lajang memiliki kecenderungan lebih tinggi pada *magnitude* yaitu memiliki keyakinan mampu melakukan tugas sulit, memperkirakan strategi untuk mengerjakan pekerjaan atau masalah yang sulit. sehingga seorang ABK berstatus lajang memiliki keyakinan dapat menyelesaikan semua tugas atau pekerjaan yang ada di kapal, mendapat tugas tambahan dari atasan,

tinggal dan bekerja dalam satu tempat, seorang ABK berstatus lajang memiliki keyakinan untuk menyelesaikan masalah dalam berbagai kondisi dan harus cepat beradaptasi dengan kondisi apapun ketika bertugas di kapal.

Hasil uji hipotesis selanjutnya merupakan uji hipotesis mayor yang menggunakan teknik korelasi berganda. Hasil analisis tersebut diperoleh nilai R hitung sebesar 0,920. Kemudian dilakukan uji signifikansi F didapatkan nilai F hitung sebesar 156,224 yang berarti lebih besar dari F tabel yaitu $F_{hitung} > F_{tabel}$ ($153,303 > 3,15$). Nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima yang artinya ada hubungan antara *hardiness* dan efikasi diri dengan *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut, dengan arah hubungan positif. Artinya semakin tinggi *hardiness* ABK berstatus lajang KRI TNI AL maka semakin tinggi pula *problem focused coping* ABK berstatus lajang KRI TNI AL. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness* ABK berstatus lajang KRI TNI AL maka semakin rendah pula *problem focused coping* ABK berstatus lajang KRI TNI AL.

Sebagai seorang prajurit dari anggota ABK TNI Angkatan Laut diharapkan untuk memiliki strategi dalam penyelesaian masalah yang berfokus pada masalah. *Problem focused coping* diketahui dapat membantu individu menanggulangi tekanan yang dihadapi. Sehingga seorang ABK lajang dapat berhasil mengurangi beban atau tekanan yang diberikan dari atasan dapat diselesaikan. Hal tersebut akan membuat seseorang yang menggunakan *problem focused coping* dapat mengembangkan potensi yang dimiliki. Seperti penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa *problem focused coping* sangat efektif digunakan dalam pekerjaan yang memiliki resiko tinggi, dan menjadikan para pekerja memiliki keyakinan akan kemampuan yang mereka miliki dan melihat sebuah tugas sebagai tantangan yang harus diselesaikan (Delahaj & van Dam, 2017).

Seperti halnya seorang ABK KRI TNI Angkatan Laut berstatus lajang, seorang prajurit diminta untuk memiliki *hardiness* dan efikasi diri. Beban kerja bertambah dan dengan aturan ketat yang diberikan dari atasan harus dilaksanakan dengan selesai. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang didukung oleh Kobasa menyatakan

bahwa individu yang memiliki *hardiness* yang berupa kontrol seperti mampu dalam mengontrol diri ketika ada masalah, sikap komitmen berupa pantang menyerah terhadap masalah yang ada serta memiliki ketahanan diri dan aktif dalam kegiatan di kapal, memiliki sikap challenge dimana individu akan menyukai tantangan dan mau mengambil resiko (Mahmudah, 2009).

Selain itu efikasi diri yang dimiliki oleh seorang ABK lajang berupa sikap dalam tingkat kesulitan tugas dimana seorang ABK lajang akan yakin dengan kemampuannya dalam melaksanakan tugas yang sulit, serta mampu dalam menentukan strategi dalam pelaksanaannya. Sikap keluasan yang dimiliki ABK lajang berupa yakin dapat menyelesaikan semua tugas dengan kerja keras untuk mendapatkan hasil, dan kekuatan keyakinan yang dimiliki berupa ketahanan dan keuletan dalam pemenuhan tugas serta membuat tugas sebagai bentuk yang menarik.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis minor pertama diterima, yaitu ada hubungan antara *hardiness* dengan *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut berstatus lajang. Arah hubungan positif, artinya semakin tinggi *hardiness* pada ABK berstatus lajang di KRI "X", maka semakin tinggi pula *problem focused coping*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *hardiness* pada ABK berstatus lajang di KRI "X", maka semakin rendah pula *problem focused coping* yang dimiliki ABK berstatus lajang di KRI "X" TNI Angkatan Laut di Surabaya.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis minor kedua diterima, yaitu ada hubungan antara efikasi diri dengan *problem focused coping* pada AK KRI TNI Angkatan Laut berstatus lajang. Arah hubungan positif, artinya semakin tinggi efikasi diri pada ABK berstatus lajang di KRI "X", maka semakin tinggi pula *problem focused coping*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah efikasi diri pada ABK berstatus lajang di KRI "X", maka semakin rendah pula *problem focused coping* yang dimiliki ABK berstatus lajang di KRI "X" TNI Angkatan Laut di Surabaya.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima, yaitu ada hubungan antara *hardiness* dan efikasi diri dengan *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut berstatus lajang. Arah hubungan positif, artinya semakin tinggi *hardiness* dan efikasi diri pada ABK berstatus lajang di KRI "X", maka semakin tinggi pula *problem focused coping*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *hardiness* dan efikasi diri pada ABK berstatus lajang di KRI "X", maka semakin rendah pula *problem focused coping* yang dimiliki ABK berstatus lajang di KRI "X" TNI Angkatan Laut di Surabaya.

Anak Buah Kapal (ABK) KRI TNI Angkatan Laut yang masih berstatus lajang disarankan untuk meningkatkan *hardiness* dan efikasi diri. Hal tersebut dapat dilakukan melalui sebuah tantangan. Individu diharapkan dapat melihat sebuah perubahan dan kesempatan sebagai tantangan dan kesempatan dalam menyelesaikan tugas-tugas akan terasa menyenangkan. Selain itu individu juga mampu menyelesaikan berbagai tugas serta dapat menentukan strategi yang tepat dalam menyelesaikan masalah.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di instansi TNI Angkatan Laut khususnya di di Satuan Lintas Lintas Laut Militer (Satlinlamil) Surabaya. penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut yang berstatus lajang di Surabaya. Sehingga diharapkan pihak instansi TNI Angkatan Laut dapat mempertahankan kemampuan secara aktif atau langsung dalam memecahkan maupun menyelesaikan permasalahan yang berpusat pada masalah.

Instansi TNI Angkatan Laut khususnya di Satlinlamil Surabaya, *hardiness* berada pada kategori sedang dan indikator *challenge* memiliki nilai aspek paling rendah pada variabel *hardiness*. Untuk meningkatkan sikap *hardiness* dapat dilakukan dengan cara memberikan kegiatan yang menantang dan memiliki sikap berani dalam mengambil resiko dalam mencoba pengalaman baru. Selain itu, efikasi diri juga berada di kategori sedang dan indikator *generality* memiliki nilai aspek paling rendah pada variabel efikasi diri. Sehingga kemampuan dalam menyelesaikan tugas-tugas dalam berbagai

situasi perlu untuk ditingkatkan pada subjek yang akan membuat seseorang akan yakin dengan kemampuan yang dimiliki.

Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar meneliti pengaruh *hardiness* dan efikasi diri terhadap *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut berstatus lajang. Hal ini bertujuan untuk mengembangkan kelanjutan dari penelitian ini dan mengetahui sejauh mana *hardiness* dan efikasi diri mempengaruhi *problem focused coping* pada ABK KRI TNI Angkatan Laut.

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menyusun aitem pertanyaan tidak terlalu banyak responden ABK asal-asalan ketika menjawab aitem. Sehingga hal ini dimungkinkan untuk mengurangi banyaknya aitem yang gugur, sehingga hasil validitas dan reliabilitas aitem serta normalitas dapat maksimal

Hardiness dan efikasi diri merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan *problem focused coping* ketika tinggal dan bekerja di atas kapal. Apabila peneliti lain tertarik untuk melakukan penelitian yang serupa, penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai *problem focused coping*.

REFERENSI

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Delahaij, R., & van Dam, K. (2017). Coping with acute stress in the military: The influence of coping style, coping self-efficacy and appraisal emotions. *Personality and Individual Differences, 119*, 13–18. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.06.021>
- Folkman, S. (2013). Stress: Appraisal and Coping. In *Encyclopedia of Behavioral Medicine* (pp. 1913–1915). Springer New York. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215
- Grech, M. R., Horberry, T. J., & Koester, T. (2019). *HUMAN FACTORS in the MARITIME DOMAIN*. CRC Press. <https://doi.org/10.1201/9780429355417>
- Handayani, N. (2017). *Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Kecenderungan Problem Focus Coping Pada Anggota Polisi* [Dissertation]. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Mabes TNI. (2007). *TNI XXI, Redefenisi, Reposisi, dan Reaktualisasi Peran TNI dalam Kehidupan Bangsa*. CV. Jasa Buma.
- MacDonald, E. M., Pica, S., McDonald, S., Hayes, R. L., & Baglioni, A. J. (1998). Stress and coping in early psychosis. *British Journal of Psychiatry, 172*(S33), 122–127. <https://doi.org/10.1192/S0007125000297778>
- Maddi, S. (2013). *Personal Hardiness as the Basis for Resilience* (pp. 7–17). https://doi.org/10.1007/978-94-007-5222-1_2
- Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 54*(3), 173–185.

- Mahmudah, I. (2009). Perbedaan Ketangguhan Pribadi (Hardiness) Antara Siswa dan Siswi di Sekolah Menengah Pertama Daerah Rawan Abrasi. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 47–59.
- Marks, N. F., & Lambert, J. D. (1998). Marital Status Continuity and Change Among Young and Midlife Adults. *Journal of Family Issues*, 19(6), 652–686. <https://doi.org/10.1177/019251398019006001>
- Marsetio. (2019). *Kepemimpinan Nusantara Archipelago Leadership*. Universitas Pertahanan.
- Prasetya, A. R. (2019). *Hubungan antara Locus of Control Internal dan Efikasi Diri dengan Problem focused coping pada Anak Buah kapal perintis PT X Cabang Surabaya* [Skripsi]. Universitas Hang Tuah.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2008). *Perilaku Organisasi* (12th ed., Vol. 1). Salemba Empat.
- Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2007). The Development of Coping. *Annual Review of Psychology*, 58(1), 119–144. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085705>
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.