HUBUNGAN ANTARA SPIRITUALITAS DENGAN *SELF-EFFICACY* PADA SISWA SMPIT

Aulia Rahmadesfi[1], Hasan Fahrur Rozi[1]

[1]Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

E-mail: auliarahmadesficollege@gmail.com

ABSTRAK

Siswa SMPIT dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik, sosial, dan keagamaan yang dapat memengaruhi keyakinan mereka terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan berbagai tugas. Dalam menghadapi tuntutan tersebut, spiritualitas diduga menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan *self-efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara spiritualitas dengan *self-efficacy* pada siswa SMPIT. Subjek penelitian adalah 164 siswa SMPIT Daarul 'Ilmi Bandar Lampung. Teknik sampling yang digunakan adalah *nonprobability sampling* dengan metode *one-stage cluster sampling*. Penelitian ini menggunakan Skala Spiritualitas dan Skala *Self-Efficacy* sebagai alat ukur. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara spiritualitas dengan *self-efficacy* pada siswa SMPIT ($r = 0.284$; $p < 0.001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi spiritualitas yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula *self-efficacy* yang dimilikinya. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa spiritualitas dapat menjadi salah satu aspek yang dapat diperhatikan dalam upaya mendukung pengembangan *self-efficacy* siswa sehingga mereka dapat lebih siap menghadapi berbagai tuntutan akademik maupun kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: spiritualitas; *self-efficacy*; siswa smpit

THE RELATIONSHIP BETWEEN SPIRITUALITY AND SELF-EFFICACY IN ISLAMIC INTEGRATED JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

Aulia Rahmadesfi[1], Hasan Fahrur Rozi[1]

[1]Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

E-mail: auliarahmadesficollege@gmail.com

ABSTRACT

Students at Integrated Islamic Junior High Schools (SMPIT) face various academic, social, and religious demands that may influence their confidence in their ability to accomplish different tasks. In dealing with these demands, spirituality is considered one of the factors associated with self-efficacy. This study aimed to examine the relationship between spirituality and self-efficacy among SMPIT students. The participants were 164 students from SMPIT Daarul 'Ilmi Bandar Lampung, selected using nonprobability sampling. Data were collected using the Spirituality Scale and the Self-Efficacy Scale. The data were analyzed using Spearman's rank-order correlation. The results revealed a significant positive relationship between spirituality and self-efficacy among SMPIT students ($r = 0.284$, $p < .001$). These findings indicate that students with higher levels of spirituality tend to have higher levels of self-efficacy. Furthermore, the findings suggest that spirituality may be considered as one of the important aspects in supporting the development of students' self-efficacy, enabling them to be better prepared to face academic demands as well as challenges in their daily lives.

Keywords: spirituality; self-efficacy; smpit students

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Siswa sekolah menengah pertama (SMP) berada pada masa remaja awal yang diikuti oleh perubahan biologis, kognitif, sosial, dan emosional yang berlangsung secara signifikan (Santrock, 2011). Perubahan hormonal pada tahap ini turut memengaruhi emosi dan perilaku sehari-hari, sementara kemampuan berpikir berkembang menjadi lebih kompleks dibandingkan masa kanak-kanak (Papalia & Martorell, 2021). Remaja juga mulai membentuk identitas diri, meningkatkan kebutuhan akan penerimaan sosial, serta menjalin hubungan yang semakin erat dengan teman sebaya (Brown & Larson, 2009; Erikson, 1994). Berbagai perubahan tersebut membuat remaja awal menghadapi tuntutan perkembangan yang semakin beragam, baik dalam aspek akademik, sosial, maupun emosional.

Sekolah menjadi salah satu lingkungan penting dalam proses perkembangan remaja karena menyediakan pengalaman belajar, interaksi sosial, serta kesempatan untuk mengembangkan kemampuan akademik, sosial, dan emosional (Eccles & Roeser, 2011). Interaksi dengan guru, teman sebaya, dan budaya sekolah menjadi bagian dari keseharian siswa pada masa remaja awal. Kualitas peluang belajar dan interaksi yang diberikan guru berkaitan dengan perkembangan fungsi akademik dan sosial-emosional siswa selama sekolah menengah (Roeser dkk., 2000). Lingkungan sekolah juga berkaitan

dengan kesehatan emosional remaja (Kidger dkk., 2012) dan capaian sosial-emosional melalui iklim sekolah (Wong dkk., 2021). Selain itu, *school connectedness* yang lebih tinggi berkaitan dengan lebih rendahnya pikiran dan perilaku bunuh diri pada remaja (Marraccini & Brier, 2017).

Transisi dari sekolah dasar menuju SMP menjadi salah satu perubahan penting dalam kehidupan sekolah pada masa remaja awal. Perubahan lingkungan belajar dan meningkatnya tuntutan akademik dapat memicu perubahan psikologis negatif ketika lingkungan sekolah tidak sesuai dengan kebutuhan perkembangan remaja (Eccles dkk., 1993). Perubahan tersebut juga disertai dengan semakin luasnya interaksi sosial dengan teman sebaya yang turut menentukan kualitas penyesuaian siswa setelah transisi berlangsung (Aikins dkk., 2005). Kesulitan beradaptasi dapat meningkatkan stres akademik dan menurunkan kedekatan emosional siswa terhadap keluarga maupun sekolah (Wenz-Gross dkk., 1997), sedangkan tuntutan adaptasi cenderung meningkat ketika siswa berpindah dari sekolah dasar menuju sekolah menengah (Coelho & Romão, 2016). Bentuk tuntutan tersebut juga dapat berbeda sesuai dengan karakteristik lingkungan sekolah yang dihadapi siswa (Eccles & Roeser, 2011; Roeser dkk., 2000).

Salah satu lingkungan sekolah dengan karakteristik khusus adalah Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu (SMPIT). Pendidikan di SMPIT mengintegrasikan kurikulum nasional dengan pendidikan Islam melalui proses pembelajaran, budaya sekolah, dan berbagai program yang mendukung pembentukan karakter serta penguatan nilai-nilai keislaman (Amrillah dkk.,

2025; Iqbal dkk., 2023). Program tersebut dapat diwujudkan melalui pembelajaran tahsin dan tahfiz Al-Qur'an, pembiasaan ibadah harian, serta kegiatan yang bertujuan membentuk akhlak, kedisiplinan, kemandirian, dan tanggung jawab peserta didik (Farhany, 2017). Karakteristik tersebut membuat siswa SMPIT tidak hanya menghadapi tuntutan pencapaian akademik, tetapi juga tuntutan sosial dan pembinaan spiritual yang berlangsung secara terpadu dalam kehidupan sekolah sehari-hari.

Pelaksanaan berbagai program tersebut pada banyak SMPIT didukung oleh sistem *full day school*, sehingga kegiatan akademik, pembelajaran Al-Qur'an, pembiasaan ibadah, dan pendidikan karakter dapat dilaksanakan secara lebih terintegrasi. Penerapan tersebut ditemukan pada SDIT, SMPIT, dan SMKIT Rejang Lebong (Amrillah dkk., 2025), SMPIT Robbani Kendal (Kurniasih, 2018), serta SMP-IT Nurul Ilmi Medan (Iqbal dkk., 2023). Sistem tersebut juga sejalan dengan kebijakan Penguatan Pendidikan Karakter melalui Peraturan Presiden Nomor 87 Tahun 2017 yang memberikan fleksibilitas kepada satuan pendidikan untuk menyelenggarakan kegiatan belajar selama lima atau enam hari sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan sekolah. Waktu belajar yang lebih panjang dapat mendukung penanaman karakter melalui interaksi guru-siswa, kegiatan ekstrakurikuler, dan kegiatan keagamaan (Budiman dkk., 2019), tetapi juga berkaitan dengan *school well-being* yang lebih rendah pada siswa *full day* dibandingkan siswa reguler (Istiqomah & Rahmawati, 2020) serta berkurangnya interaksi teman sebaya dan

ketidakseimbangan emosional meskipun prestasi akademiknya lebih baik (Ulhassan et al., 2022).

Berbagai tuntutan tersebut tidak selalu direspons dengan cara yang sama oleh setiap siswa. Sebagian siswa mampu menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan belajar, tuntutan akademik, dan hubungan sosial yang baru, sedangkan sebagian lainnya masih mengalami kesulitan dalam proses adaptasi. Perbedaan respons tersebut dapat terlihat dari kemampuan siswa dalam mengelola tuntutan akademik, membangun hubungan positif dengan lingkungan sekolah, serta mempertahankan kesejahteraan psikologis selama menjalani proses belajar. Keberhasilan siswa dalam menjalani kehidupan sekolah turut dipengaruhi oleh sumber daya psikologis yang membantu mereka menghadapi berbagai tuntutan secara bersamaan, selain kemampuan akademik yang dimiliki.

Gambaran mengenai variasi pengalaman siswa tersebut juga ditemukan dalam studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMPIT Daarul ‘Ilmi Bandar Lampung melalui komunikasi dengan salah satu guru dan percakapan informal dengan beberapa siswa. Guru menjelaskan bahwa kemampuan siswa dalam mengikuti pembelajaran cukup beragam. Sebagian siswa mampu memahami materi dengan baik dan aktif berpartisipasi, sedangkan sebagian lainnya masih memerlukan dorongan agar lebih berani terlibat di kelas. Beberapa siswa merasa lebih yakin ketika menghadapi mata pelajaran yang telah dikuasai dan terbiasa berdoa serta membaca Al-Qur’an menjelang ujian sebagai bentuk ikhtiar memperoleh ketenangan. Sebaliknya, sebagian siswa

mengaku gugup ketika menghadapi tuntutan tertentu, seperti ujian hafalan Al-Qur'an. Siswa juga mengikuti berbagai kegiatan pengembangan diri, seperti Pramuka, karate, dan ekstrakurikuler sesuai minat.

Salah satu sumber daya psikologis yang penting dalam menghadapi beragam tuntutan tersebut adalah *self-efficacy. Self-efficacy* berkembang secara dinamis selama masa transisi sekolah dan berkaitan dengan keterlibatan siswa dalam pembelajaran (Madjar & Chohat, 2017). Pada remaja, *self-efficacy* juga berhubungan negatif dengan risiko *bullying* yang dialami meskipun dengan besaran korelasi yang kecil (Liu dkk., 2023), serta berhubungan negatif secara signifikan dengan gejala depresi (Li dkk., 2024). Dalam konteks pendidikan, *self-efficacy* membantu siswa mempertahankan usaha ketika menghadapi kesulitan, mendorong keyakinan untuk menyelesaikan tugas, dan mendukung keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Kemampuan tersebut menjadi relevan bagi siswa SMPIT yang menghadapi tuntutan akademik, sosial, dan kegiatan sekolah yang berlangsung secara bersamaan.

Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1997). Keyakinan terhadap kemampuan diri turut berkaitan dengan cara individu menilai situasi, mengelola perasaan, mempertahankan motivasi, serta menentukan tindakan ketika menghadapi tantangan. Tingkat *self-efficacy* turut memengaruhi cara individu menghadapi hambatan. Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung memandang hambatan sebagai sesuatu yang dapat diatasi, mengerahkan usaha lebih besar,

dan mempertahankan usahanya ketika menghadapi kesulitan dibandingkan individu dengan *self-efficacy* yang rendah (Bandura, 1997). Bagi siswa pada masa remaja awal, *self-efficacy* dapat menjadi salah satu sumber daya psikologis dalam menghadapi berbagai tuntutan dan perubahan selama proses perkembangan.

Pada remaja, *self-efficacy* dapat dikaji berdasarkan konteks tugas atau situasi yang dihadapi individu. Muris (2001) mengembangkan *Self-Efficacy Questionnaire for Children* (SEQ-C) untuk mengukur *self-efficacy* pada remaja melalui tiga domain, yaitu *academic self-efficacy*, *social self-efficacy*, dan *emotional self-efficacy*. Ketiga domain tersebut dipertahankan dalam proses adaptasi ke bahasa Indonesia, dengan versi akhir terdiri atas 22 aitem yang menunjukkan konsistensi internal dan hasil analisis faktor konfirmatori yang memadai untuk digunakan pada remaja Indonesia (Wuryaningsih dkk., 2025). Ketiga domain tersebut sesuai dengan tuntutan yang dihadapi siswa SMP, mulai dari penyelesaian tugas akademik, interaksi sosial di lingkungan sekolah, hingga kemampuan menghadapi respons emosional dalam berbagai situasi.

Self-efficacy berkembang melalui berbagai pengalaman yang dialami individu dan tidak terbentuk secara tiba-tiba. Bandura (1997) menjelaskan empat sumber utama pembentukan *self-efficacy*, yaitu *mastery experiences, vicarious experiences, verbal persuasion*, serta *physiological and affective states*. Sumber terakhir berkaitan dengan kondisi internal yang dialami individu ketika menghadapi suatu situasi dan bagaimana kondisi tersebut digunakan sebagai informasi dalam menilai kemampuan dirinya. Dalam penelitian ini,

fokus hubungan spiritualitas dengan *self-efficacy* diarahkan terutama pada komponen *affective states*, karena spiritualitas yang dikaji melalui pengalaman spiritual sehari-hari lebih dekat dengan pengalaman batin dan emosional, seperti rasa syukur, kedamaian batin, perasaan memperoleh kekuatan dan kenyamanan, serta perasaan dekat dengan Tuhan, dibandingkan dengan kondisi fisiologis tubuh. Dengan demikian, spiritualitas tidak diposisikan sebagai salah satu sumber *self-efficacy* secara langsung, tetapi secara konseptual dipertimbangkan relevansinya dengan kondisi afektif yang menurut Bandura (1997) dapat menjadi salah satu sumber informasi dalam pembentukan *self-efficacy*.

Secara konseptual, spiritualitas dan religiusitas merupakan konsep yang berkaitan, tetapi memiliki titik tekan yang berbeda. Spiritualitas merujuk pada pencarian dan respons individu terhadap makna serta keterhubungan dengan sesuatu yang dipersepsikan sakral atau transenden, sedangkan religiusitas lebih berkaitan dengan pengalaman tersebut dalam konteks sistem keyakinan, nilai, ritual, dan institusi keagamaan (Cauble dkk., 2023). Namun, keduanya tidak sepenuhnya terpisah karena memiliki area yang saling beririsan (Hill dkk., 2000). Underwood (2006) bahkan mengingatkan bahwa pemisahan spiritualitas dan religiusitas secara terlalu tegas dapat mengabaikan kenyataan bahwa pengalaman spiritual dapat menjadi bagian dari kehidupan religius individu.

Dalam penelitian ini, spiritualitas dipahami berdasarkan konsep *daily spiritual experiences* dari Underwood dan Teresi (2002), yaitu pengalaman individu terhadap kehadiran dan keterhubungan dengan Tuhan atau sesuatu

yang transenden dalam kehidupan sehari-hari. Konsep tersebut berfokus pada bagaimana individu menghayati pengalaman spiritualnya, yang dapat tercermin melalui rasa syukur, kedamaian batin, perasaan memperoleh kekuatan dan kenyamanan, serta kepedulian terhadap orang lain. Dengan demikian, spiritualitas dalam penelitian ini tidak disamakan dengan tingkat kepatuhan terhadap praktik keagamaan formal, meskipun pengalaman spiritual tersebut dapat hadir dalam kehidupan religius individu.

Berbagai faktor psikologis dan lingkungan dapat berkaitan dengan perkembangan *self-efficacy*, termasuk motivasi dan dukungan sosial. Namun, spiritualitas dipilih karena memberikan perspektif yang berbeda dalam memahami pengalaman siswa ketika menghadapi berbagai tuntutan. Jika motivasi lebih berkaitan dengan dorongan individu untuk bertindak dan dukungan sosial berkaitan dengan sumber bantuan dari lingkungan, spiritualitas berkaitan dengan bagaimana individu menghayati makna, keterhubungan dengan yang transenden, serta pengalaman batin dalam kehidupan sehari-hari. Perspektif tersebut menjadi relevan pada siswa SMPIT yang menjalani pendidikan akademik sekaligus pembinaan nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sekolah sehari-hari.

Pada masa remaja, spiritualitas juga relevan untuk dikaji karena berkaitan dengan pengalaman psikologis individu dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan. Spiritual *well-being* dilaporkan bersifat protektif terhadap depresi pada remaja (Aggarwal dkk., 2023), sedangkan penelitian Shek dkk. (2024) menunjukkan peran spiritualitas dalam hubungan antara

fungsi keluarga dengan nilai akademik dan kecemasan akademik siswa. Selain itu, kajian mengenai spiritualitas menunjukkan keterkaitannya dengan pengalaman dan kondisi emosional individu, seperti rasa syukur dan emosi positif lainnya (Emmons, 2005; Van Cappellen dkk., 2023). Hal tersebut relevan dengan penjelasan Bandura (1997) bahwa kondisi afektif yang dialami individu ketika menghadapi tuntutan dapat menjadi salah satu informasi dalam menilai kemampuan dirinya. Oleh karena itu, hubungan spiritualitas dan *self-efficacy* dalam penelitian ini secara teoretis dipahami terutama melalui keterkaitan spiritualitas dengan pengalaman afektif individu.

Temuan mengenai hubungan spiritualitas dan *self-efficacy* juga telah dilaporkan pada berbagai populasi. Hasanshahi dkk. (2016) menemukan hubungan antara spiritual *well-being* dan *self-efficacy* pada mahasiswa kedokteran. Adegbola (2011) menemukan bahwa spiritualitas dan *self-efficacy* secara bersama-sama berkontribusi terhadap kualitas hidup individu dengan *sickle cell disease*, sedangkan Lopez dkk. (2012) menemukan bahwa keduanya memiliki efek yang saling melengkapi dalam menurunkan depresi pada *family caregiver* pasien demensia. Di Indonesia, spiritualitas juga ditemukan berhubungan positif dengan *self-efficacy* pada pasien HIV/AIDS (I Komang Satria Indrayana dkk., 2023).

Namun, hasil penelitian tersebut belum sepenuhnya konsisten. Dargahi dkk. (2024) menemukan bahwa pengalaman spiritual harian tidak berhubungan signifikan dengan *self-efficacy* pada lansia dengan diabetes. Hasil serupa juga ditemukan oleh Sutria dkk. (2025) pada lansia dengan hipertensi. Sementara itu,

beberapa penelitian menempatkan spiritualitas dan *self-efficacy* dalam hubungan dengan variabel lain tanpa menguji hubungan langsung antara keduanya, seperti penelitian Khotimah dkk. (2021) dan Badriyah dkk. (2025). Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa keterkaitan spiritualitas dan *self-efficacy* masih belum menunjukkan pola yang konsisten dan dapat berbeda berdasarkan karakteristik populasi maupun konteks penelitian.

Sebagian besar penelitian mengenai spiritualitas dan *self-efficacy* masih dilakukan pada populasi dewasa, mahasiswa, tenaga kesehatan, *caregiver*, maupun individu dengan kondisi kesehatan tertentu. Di Indonesia, kajian mengenai kedua variabel juga lebih banyak dilakukan dalam konteks kesehatan, sedangkan penelitian pada remaja masih terbatas. Berdasarkan telaah penelitian terdahulu, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan spiritualitas dan *self-efficacy* pada siswa sekolah menengah pertama, khususnya dalam konteks sekolah Islam terpadu.

Kesenjangan tersebut menjadi relevan untuk dikaji karena siswa SMPIT berada pada masa remaja awal yang menghadapi tuntutan akademik, sosial, dan emosional, sekaligus berada dalam lingkungan pendidikan yang mengintegrasikan pembinaan nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks tersebut, pengalaman spiritual menjadi aspek yang relevan untuk diperhatikan. Berdasarkan keterbatasan penelitian pada populasi remaja, belum adanya kajian khusus pada siswa SMPIT, serta hasil penelitian terdahulu yang belum konsisten, penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan spiritualitas dengan *self-efficacy* pada siswa SMPIT.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang di atas, penelitian ini mengajukan rumusan masalah berupa apakah terdapat hubungan antara spiritualitas dengan *self-efficacy* pada siswa SMPIT?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan memperoleh bukti empiris mengenai hubungan spiritualitas dengan *self-efficacy* pada siswa SMPIT.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan literatur psikologi, khususnya mengenai hubungan spiritualitas dengan *self-efficacy* pada siswa SMPIT. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai keterkaitan kedua variabel serta menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi siswa dan pihak sekolah. Bagi siswa, hasil penelitian dapat memberikan pemahaman bahwa spiritualitas tidak hanya berkaitan dengan pelaksanaan ibadah formal, tetapi juga memiliki keterkaitan dengan keyakinan diri dan kemampuan menghadapi berbagai tuntutan pada masa remaja. Bagi sekolah, hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan

program pembinaan keagamaan yang tidak hanya memperhatikan rutinitas ibadah, tetapi juga mendukung perkembangan psikologis siswa.