

**PENGARUH *RELIGIOUS COPING* DAN *SELF-EFFICACY*  
TERHADAP KONFLIK PERAN GANDA PADA MAHASISWA  
SANTRI TAHFIDZ**

**SKRIPSI**



oleh

**NIDA AZKIA AKMALA**

**NIM. 220401110220**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM  
TAHUN 2026**

## **HALAMAN JUDUL**

### **PENGARUH RELIGIOUS COPING DAN SELF-EFFICACY TERHADAP KONFLIK PERAN GANDA PADA MAHASISWA SANTRI TAHFIDZ**

#### **SKRIPSI**

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh  
gelar sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

**NIDA AZKIA AKMALA  
NIM. 220401110220**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
TAHUN 2026**

# LEMBAR PERSETUJUAN

## LEMBAR PERSETUJUAN

### LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH RELIGIOUS COPING DAN SELF-EFFICACY TERHADAP  
KONFLIK PERAN GANDA PADA MAHASISWA SANTRI TAHFIDZ



#### SKRIPSI

oleh:

**NIDA AZKIA AKMALA**  
NIM. 220401110220

Telah disetujui pada di Surabaya, 2020

oleh:

Dosen Pembimbing	Tandatangan Persetujuan
Dosen Pembimbing 1  Ali Syahidin Muhsin, M.Si NIP. 199005262023211019	
Dosen Pembimbing 2  Dr. Fina Hidayati, MA NIP. 19861009201503200	



# LEMBAR PENGESAHAN

## LEMBAR PENGESAHAN




### PENGARUH RELIGIOUS COPING DAN SELF-EFFICACY TERHADAP KONFLIK PERAN GANDA PADA MAHASISWA SANTRI TAHFIDZ

#### SKRIPSI

Oleh

Nida Azkia Akmala  
NIM. 220401110220

telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan  
Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang Skripsi  
pada tanggal, 29 April..... 2026

Susunan Dewan Penguji	Tandatangan Persetujuan
Penguji Utama  Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si NIP. 197405182005012002	
Ketua Penguji  Dr. Fina Hidayati, MA NIP. 19861009201503200	
Sekretaris Penguji  Ali Syahidin Mubarak, M.Si NIP. 199005262023211019	

Ditandatangani Oleh  
Dekan  
  
Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP. 196710291994032001



## NOTA DINAS

### NOTA DINAS

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

*Assalamu'alaikum wr. wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

#### **PENGARUH RELIGIOUS COPING DAN SELF-EFFICACY TERHADAP KONFLIK PERAN GANDA PADA MAHASISWA SANTRI TAHFIDZ**

Yang ditulis oleh:

Nama : Nida Azkia Akmala  
NIM : 220401110220  
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Malang, 10 Maret .....2026

Dosen Pembimbing I,



Ali Syahidin Mubarok, M.Si

NIP. 199005262023211019

## NOTA DINAS

### NOTA DINAS

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

*Assalamu'alaikum wr. wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

#### **PENGARUH RELIGIOUS COPING DAN SELF-EFFICACY TERHADAP KONFLIK PERAN GANDA PADA MAHASISWA SANTRI TAHFIDZ**

Yang ditulis oleh:

Nama : Nida Azkia Akmala

NIM : 220401110220

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Malang, 11. Maret .....2026

Dosen Pembimbing II,



Dr. Fina Hidayati, MA

NIP. 19861009201503200

## SURAT PERNYATAAN

### SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nida Azkia Akmala  
NIM : 220401110220  
Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **Pengaruh *Religious Coping* dan *Self-Efficacy* Terhadap Konflik Peran Ganda pada Mahasiswa Santri Tahfidz**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 27 April 2026

Penulis



Nida Azkia Akmala

NIM. 220401110220

## MOTTO

وَمَنْ جَاهَدَ فَإِنَّمَا يُجَاهِدُ لِنَفْسِهِ

*“Siapa yang berusaha dengan sungguh-sungguh (untuk berbuat kebajikan), sesungguhnya dia sedang berusaha untuk dirinya sendiri (karena manfaatnya kembali kepada dirinya).”*

(QS. Al-‘Ankabut: 6)

## PERSEMBAHAN

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

سُبْحَانَكَ لَا أُحْصِي ثَنَاءً عَلَيْكَ أَنْتَ كَمَا أَثْنَيْتَ عَلَيَّ نَفْسِكَ فَأَنَّكَ الْحَمْدُ حَتَّى تَرْضَى

Segala Puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam. Atas limpahan nikmat, ridha, inayah, maunah dan rahmat yang tak pernah terputus, penulis akhirnya mampu menapaki setiap proses, melewati setiap ujian hingga menyelesaikan tugas akhir ini. Tiada daya dan upaya kecuali dengan pertolongan Tuhan. Setiap kemudahan yang hadir di tengah kesulitan adalah bukti kasih sayang Tuhan yang tak terhingga.

Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada:

Ibu dan Ayah yang telah memberikan seluruh waktu, tenaga dan perasaan demi mendukung setiap langkah dalam perjalanan. Terimakasih atas doa yang tak pernah henti dilantunkan dalam setiap sujud dan harapan. Kakak dan Adik-adik yang senantiasa menghadirkan dukungan, doa, dan keyakinan bahwa penulis mampu menyelesaikan amanah ini. Terima kasih karena selalu menyertai perjalanan ini dengan keyakinan dan harapan yang baik.

Kepada diri sendiri, Nida Azkia Akmala. Terima kasih sudah melalui proses ini dengan segala kekurangannya. Kamu mungkin tidak selalu percaya diri, namun tetap berusaha sampai akhir. Semoga perjalanan ini menjadi awal dari langkah-langkah besar penuh keberkahan.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur *Alhamdulillah* senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak dihari akhir.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terimakasih yang setinggi-tingginya kepada :

1. Prof. Dr. Ilfi Nur Diana, M.Si., CAHRM., CRMP., selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Fina Hidayati, MA selaku Ketua program studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Ali Syahidin Mubarak, M.Si, selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, nasihat, motivasi, dan berbagi pengalaman yang berharga kepada penulis.
5. Segenap civitas akademika Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terutama seluruh dosen, terima kasih atas segala ilmu dan bimbingannya.

6. Ayah dan Ibu yang selalu memberikan doa, semangat, serta motivasi kepada penulis sampai saat ini.
7. Seluruh teman-teman di angkatan 2022, yang berjuang bersama-sama untuk meraih mimpi, terima kasih atas kenangan-kenangan indah yang dirajut bersama dalam menggapai impian.
8. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini baik moril maupun materiil.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Malang, 27 April 2026



Nida Azkia Akmala  
NIM. 220401110220

## DAFTAR ISI

SAMPUL .....	1
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
NOTA DINAS .....	iv
NOTA DINAS .....	v
SURAT PERNYATAAN.....	vi
MOTTO .....	vii
PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xix
ABSTRAK .....	xx
ABSTRACT.....	xxi
المخلص .....	xxii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	6

A.	Konflik Peran Ganda.....	6
1.	Definisi Konflik Peran Ganda .....	6
2.	Aspek Konflik Peran Ganda.....	7
3.	Faktor yang Memengaruhi Konflik Peran Ganda .....	10
4.	Konflik Peran Ganda dalam Perspektif Islam .....	11
B.	Religious Coping.....	13
1.	Definisi Religious Coping .....	13
2.	Jenis-Jenis Religious Coping.....	14
3.	Aspek Religious Coping.....	16
4.	Faktor yang Memengaruhi <i>Religious Coping</i> .....	19
5.	<i>Religious Coping</i> dalam Perspektif Islam .....	20
C.	Self-Efficacy .....	22
1.	Definisi Self-Efficacy.....	22
2.	Aspek Self-Efficacy .....	23
3.	Faktor yang Memengaruhi <i>Self-Efficacy</i> .....	25
4.	Self-Efficacy dalam Perspektif Islam.....	27
D.	Mahasiswa Santri Tahfidz.....	28
1.	Definisi Mahasiswa Santri Tahfidz .....	28
2.	Ruang Lingkup Mahasiswa Santri Tahfidz .....	29
3.	Jenis Mahasiswa Santri Tahfidz .....	30
E.	Hubungan Konflik Peran Ganda, <i>Religious Coping</i> dan <i>Self-Efficacy</i> .....	31
F.	Kerangka Konseptual .....	33
G.	Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....		35
A.	Pendekatan Penelitian .....	35

B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	35
1. Variabel Dependen .....	36
2. Variabel Independen.....	36
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
1. Konflik Peran Ganda .....	36
2. Religious Coping .....	37
3. Self-Efficacy.....	37
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	38
1. Karakteristik Partisipan .....	38
2. Populasi Penelitian .....	38
3. Sampel Penelitian .....	39
4. Teknik Pengambilan Sampel.....	40
E. Teknik Pengumpulan Data.....	41
1. Data Demografis.....	41
2. Skala Konflik Peran Ganda .....	41
3. Skala Religious Coping .....	43
4. Skala Self-Efficacy.....	45
F. Validitas dan Reliabilitas .....	46
1. Uji Validitas .....	46
2. Uji Reliabilitas.....	51
G. Analisis Data .....	60
1. Analisis Deskriptif.....	60
2. Uji Asumsi Klasik .....	61
3. Analisis Regresi Berganda .....	63
4. Uji Hipotesis.....	64

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	65
A. Pelaksanaan Penelitian .....	65
B. Data Demografis Penelitian .....	66
1. Data Demografis Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia.....	67
2. Data Demografis Penelitian Berdasarkan Latar Belakang Keagamaan .	69
3. Data Demografis Penelitian Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan ..	71
C. Hasil Analisis Deskriptif .....	73
D. Hasil Uji Asumsi Klasik .....	77
1. Uji Normalitas .....	77
2. Uji Lineritas.....	78
3. Uji Autokorelasi .....	79
4. Uji Multikolinearitas .....	80
5. Uji Heteroskedastisitas .....	80
E. Analisis Regresi Berganda .....	82
F. Uji Hipotesis .....	82
1. Uji F (Uji Simultan) .....	82
2. Uji t (Uji Parsial) .....	83
3. Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) .....	84
G. Pengaruh <i>Religious Coping</i> dan <i>Self-Efficacy</i> Terhadap Konflik Peran Ganda.....	85
H. Pengaruh <i>Religious Coping</i> Terhadap Konflik Peran Ganda.....	87
I. Pengaruh <i>Self-Efficacy</i> Terhadap Konflik Peran Ganda .....	91
BAB V PENUTUP.....	93
A. Kesimpulan .....	93
B. Keterbatasan Penelitian .....	94

C. Saran dan Arah Penelitian Selanjutnya .....	94
DAFTAR PUSTAKA .....	96
LAMPIRAN.....	108

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala Konflik Peran Ganda.....	42
Tabel 3.2 Blueprint Skala Religious Coping .....	44
Tabel 3.3 Kriteria Penilaian Item .....	47
Tabel 3. 4 Kategori Nilai Aiken-V .....	48
Tabel 3.5 Hasil Uji Aiken's V Skala Konflik Peran Ganda.....	48
Tabel 3.6 Tabel Hasil Uji Aiken's V .....	49
Tabel 3.7 Hasil Uji Aikens V Skala Self-Efficacy.....	51
Tabel 3.8 Reliabilitas Statistik Skala Konflik Peran Ganda .....	52
Tabel 3.9 Item-Total Statistic.....	52
Tabel 3.10 Reliabilitas Statistik Konflik peran Ganda.....	53
Tabel 3.11 Item-Total Statistik .....	53
Tabel 3.12 Reliability Statistic Skala Konflik Peran Ganda Tahap Ketiga .....	54
Tabel 3.13 Item-Total Statistic Skala Konflik Peran Ganda Tahap Ketiga .....	54
Tabel 3.14 Reliability Statistic Skala Religious Coping Tahap Pertama.....	55
Tabel 3.15 Item-Total Statistic Skala Religious Coping Tahap Pertama.....	56
Tabel 3.16 Reliability Statistic Skala Religious Coping Tahap Kedua .....	57
Tabel 3.17 Item Total Statistic Skala Religious Coping Tahap Kedua.....	57
Tabel 3.18 Reliabilitas Statistik Skala Self-Efficacy Tahap Pertama .....	58
Tabel 3.19 Item-Total Statistics Skala Self-Efficacy Tahap Pertama.....	58
Tabel 3.20 Reliabilitas Statistik Skala Self-Efficacy Tahap Kedua.....	59
Tabel 3.21 Item-Total Statistics Skala Self-Efficacy Tahap Kedua .....	59
Tabel 4.1 Distribusi Data Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin .....	67
Tabel 4.2 Distribusi Data Berdasarkan Latar Keagamaan Latar Belakang Keagamaan.....	69
Tabel 4.3 Distribusi Data Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan.....	72
Tabel 4.4 Hasil Analisis Deskriptif .....	74
Tabel 4.5 Kategorisasi Tingkat Konflik Peran Ganda .....	74
Tabel 4.6 Hasil Analisis Deskriptif Religious Coping.....	75
Tabel 4.7 Distribusi Tingkat Religious Coping .....	75

Tabel 4.8 Hasil Analisis Deskriptif Self-Efficacy .....	76
Tabel 4.9 Kategorisasi Tingkat Self-Efficacy .....	76
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas .....	77
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas .....	79
Tabel 4.12 Hasil Uji Autokorelasi .....	79
Tabel 4.13 Hasil Uji Multikolinearitas.....	80
Tabel 4.14 Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	81
Tabel 4.15 Hasil Uji F.....	83
Tabel 4.16 Hasil Uji t.....	83
Tabel 4.17 Hasil Uji Koefisien Determinasi .....	84

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual .....	34
Gambar 4.1 Distribusi Data Berdasarkan Usia .....	68
Gambar 4.2 Distribusi Data Berdasarkan Jenis Kelamin.....	68
Gambar 4.3 Distribusi data Berdasarkan Status Tempat Tinggal .....	70
Gambar 4.4 Distribusi Data Berdasarkan Partisipasi Kegiatan Tahfidz .....	71
Gambar 4.5 Distribusi Data Berdasarkan Durasi Menghafal.....	71
Gambar 4.6 Distribusi Data Berdasarkan Jenis Kelamin.....	73
Gambar 4.7 Distribusi Data Berdasarkan Jurusan .....	73
Gambar 4.8 Distribusi Tingkat Konflik Peran Ganda.....	75
Gambar 4.9 Distribusi Tingkat Religious Coping.....	76
Gambar 4.10 Kategorisasi Tingkat Self-Efficacy .....	77
Gambar 4.11 Grafik Normal P – P Plot .....	78
Gambar 4.12 Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	81

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Blueprint Skala Konflik Peran Ganda .....	108
Lampiran 2 Blueprint Skala Religious Coping .....	110
Lampiran 3 Blueprint Skala Self-Efficacy .....	112
Lampiran 4 Instrumen Penelitian .....	113
Lampiran 5 Penilaian Expert Judgement .....	119
Lampiran 6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	143
Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi Klasik .....	146
Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis .....	148

## ABSTRAK

Akmala, Nida Azkia, 220401110220. Pengaruh *Religious Coping* dan *Self-Efficacy* Terhadap Konflik Peran Ganda pada Mahasiswa Santri Tahfidz. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2026.

**Dosen Pembimbing:** Ali Syahidin Mubarak, M.Si

---

Mahasiswa santri tahfidz menghadapi tuntutan peran ganda antara kewajiban akademik di perguruan tinggi dan tanggung jawab menjaga serta menambah hafalan Al-Qur'an, yang berpotensi menimbulkan konflik peran ganda dan berdampak pada kesejahteraan psikologis serta prestasi akademik. Oleh karena itu, diperlukan strategi coping yang efektif, salah satunya *religious coping* dan *self-efficacy* untuk membantu mahasiswa santri tahfidz dalam mengelola tekanan yang dihadapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *religious coping* dan *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linear berganda. Subjek penelitian berjumlah 285 mahasiswa santri tahfidz yang mengampu pendidikan di PTN, PTS, PTKIN, dan PTKIS di Indonesia. Instrumen yang digunakan adalah Skala Konflik Peran Ganda, *The Iranian Religious Coping Scale* dan *The General Self-Efficacy Scale*. Uji validitas menggunakan *expert judgement* dan koefisien Aiken's V. Analisis data dilakukan menggunakan software SPSS versi 25 for Windows untuk uji reliabilitas, uji asumsi klasik dan uji hipotesis penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa santri tahfidz memiliki tingkat *religious coping* dan konflik peran ganda yang tinggi serta *self-efficacy* pada tingkat sedang. Secara parsial, *religious coping* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap konflik peran ganda dan *self-efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap konflik peran ganda ( $p < 0,05$ ) dengan kontribusi pengaruh sebesar 2%. Secara simultan, *religious coping* dan *self-efficacy* berpengaruh signifikan dengan kontribusi pengaruh sebesar 2,5%. Dengan demikian, *self-efficacy* memiliki peran yang lebih dominan dalam membantu mahasiswa santri tahfidz mengelola konflik peran ganda dibandingkan *religious coping*, meskipun keduanya secara bersama-sama tetap memberikan kontribusi. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan faktor internal individu dalam mendukung kemampuan adaptasi terhadap tuntutan peran yang kompleks.

**Kata Kunci:** Konflik Peran Ganda, *Religious Coping*, *Self-Efficacy*

## ABSTRACT

Akmala, Nida Azkia, 220401110220. *The Influence of Religious Coping and Self-Efficacy on Dual Role Conflict among Tahfidz Students*. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology, State Islamic University Maulana Malik Ibrahim Malang. 2026

**Supervisor:** Ali Syahidin Mubarak, M.Si

---

Tahfiz students face the dual demands of academic obligations at university and the responsibility of maintaining and increasing their memorization of the Qur'an. This situation has the potential to cause role conflicts based on time, pressure, and behavior, which can impact psychological well-being and academic achievement. Therefore, effective coping strategies are needed, one of which is religious coping, to help tahfidz students manage the pressures they face. This study aims to determine the effect of religious coping on the psychological well-being of tahfidz students.

This study used a quantitative approach with multiple linear regression analysis. The research subjects consisted of 285 tahfidz students enrolled in state universities, private universities, Islamic state universities, and Islamic private universities in Indonesia. The instruments used were the Dual Role Conflict Scale, the Iranian Religious Coping Scale, and the General Self-Efficacy Scale. Validity testing was conducted using expert judgment and Aiken's V coefficient. Data analysis was performed using SPSS version 25 for Windows software for reliability testing, classical assumption testing, and research hypothesis testing.

The results show that the majority of tahfidz students have high levels of religious coping and dual role conflict and moderate levels of self-efficacy. Partially, religious coping does not significantly affect dual role conflict ( $p > 0.05$ ). Conversely, self-efficacy significantly affects dual role conflict with a significance value of 0.018 ( $p < 0.05$ ) with an influence contribution of 2%. Simultaneously, religious coping and self-efficacy significantly affect dual role conflict with an influence contribution of 2.5%. This shows that dual role conflict in tahfidz students is not only influenced by religious coping and self-efficacy, but also by other factors outside the context of this study that have a greater influence.

**Keywords:** Dual Role Conflict, Religious Coping, Self-Efficacy

## المخلص

أكمالا، نيدا أزكيا، ٢٢٠٤٠١١١٠٢٢٠. تأثير التكيف الديني والكفاءة الذاتية على الصراع بين الدورين لدى طلاب تحفيظ القرآن. أطروحة جامعية. كلية علم النفس، الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج. ٢٠٢٦  
المشرف: علي شاهدين مبارك، ماجستير في العلوم

يواجه طلاب تحفيظ القرآن مطالب مزدوجة تتمثل في الالتزامات الأكاديمية في الجامعة ومسؤولية الحفاظ على حفظهم للقرآن وزيادته. وقد تؤدي هذه الحالة إلى حدوث تضارب في الأدوار بسبب ضغوط الوقت والسلوك، مما قد يؤثر على الصحة النفسية والتحصيل الأكاديمي. لذلك، هناك حاجة إلى استراتيجيات فعالة للتعامل مع هذه الضغوط، ومن بينها التعامل الديني، لمساعدة طلاب تحفيظ القرآن على إدارة الضغوط التي يواجهونها. تهدف هذه الدراسة إلى تحديد تأثير التعامل الديني على الصحة النفسية لطلاب تحفيظ القرآن.

استخدمت هذه الدراسة نهجًا كميًا مع تحليل انحدار خطي متعدد. تألفت عينة البحث من ٢٨٥ طالبًا من طلاب حفظ القرآن المسجلين في جامعات حكومية وجامعات خاصة وجامعات إسلامية حكومية وجامعات إسلامية خاصة في إندونيسيا. كانت الأدوات المستخدمة هي مقياس تضارب الأدوار المزدوجة، ومقياس التكيف الديني الإيراني، ومقياس الكفاءة الذاتية العامة. تم إجراء اختبار الصحة باستخدام حكم الخبراء ومعامل  $V$  لـ Aiken. تم تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS الإصدار ٢٥ لنظام التشغيل Windows لاختبار الموثوقية واختبار الافتراضات الكلاسيكية واختبار فرضيات البحث.

تظهر النتائج أن غالبية طلاب التحفيظ لديهم مستويات عالية من التكيف الديني وتضارب الأدوار المزدوجة ومستويات معتدلة من الكفاءة الذاتية. جزئيًا، لا يؤثر التكيف الديني بشكل كبير على تضارب الأدوار المزدوجة ( $p > 0.05$ ) على العكس من ذلك، تؤثر الكفاءة الذاتية بشكل كبير على تضارب الأدوار المزدوجة بقيمة دلالة  $0,018$  ( $p < 0.05$ ) مع مساهمة تأثير بنسبة ٢٪. وفي الوقت نفسه، يؤثر التكيف الديني والكفاءة الذاتية بشكل كبير على الصراع بين الدورين بنسبة تأثير تبلغ ٢,٥٪. وهذا يدل على أن الصراع بين الدورين لدى طلاب تحفيظ القرآن لا يتأثر فقط بالتكيف الديني والكفاءة الذاتية، بل يتأثر أيضًا بعوامل أخرى خارج سياق هذه الدراسة لها تأثير أكبر.

الكلمات المفتاحية: تضارب الأدوار المزدوجة، التكيف الديني، الفعالية الذاتية

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa saat ini tidak hanya berfokus pada kegiatan perkuliahan semata, tetapi juga aktif dalam berbagai aktivitas di luar perkuliahan. Sebagian diantaranya tinggal di pondok pesantren, sehingga selain menempuh proses pembelajaran di perguruan tinggi, mereka juga memiliki kewajiban untuk mengikuti berbagai kegiatan wajib di pondok pesantren. Selain itu, beberapa dari mereka juga memilih untuk menghafalkan Al-Qur'an. Kondisi ini mencerminkan bahwa mahasiswa tidak lagi berperan tunggal sebagai pelajar, melainkan juga menjalani peran lain yang menuntut waktu, energi, dan komitmen emosional secara bersamaan (Greenhaus & Beutell, 1985). Data menunjukkan bahwa di Indonesia memiliki jumlah mahasiswa sebanyak 8.340.352 dan santri sekitar 1.378.687 (Badan Pusat Statistik, 2024, 2025; Maheswara, 2025). Kondisi ini mengindikasikan adanya kemungkinan bahwa sebagian dari mahasiswa aktif tersebut juga termasuk dalam kelompok santri, dan di antara para santri tersebut terdapat individu yang menghafal Al-Qur'an. Situasi tersebut dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis, kinerja akademik, serta keseimbangan kehidupan pribadi mereka apabila tidak dikelola dengan baik.

Mahasiswa yang berstatus sebagai santri tahfidz merupakan kelompok unik yang menghadapi tantangan kompleks dalam kehidupan sehari-harinya. Mereka tidak hanya dituntut untuk menyelesaikan kewajiban akademik sebagai mahasiswa di perguruan tinggi, tetapi juga memiliki tanggung jawab menjaga dan menambah hafalan Al-Qur'an (Firdausi & Hidayah, 2018). Kedua tanggung jawab ini membawa beban yang besar dan sering kali menimbulkan konflik peran ganda karena tuntutan dari masing-masing peran dapat muncul secara bersamaan, baik dari segi waktu, tekanan emosional, maupun kesulitan menyesuaikan perilaku dengan ekspektasi yang berbeda (Rahmayati, 2020). Studi yang menunjukkan bahwa 84% mahasiswa mengalami stres akademik

karena memiliki peran ganda (Pinatih & Nopiyani, 2024). Peran ganda yang dijalani mahasiswa pun beragam, seperti mahasiswa yang juga berperan sebagai ibu (Fitriawati, 2020), mahasiswa yang menjadi karyawan (Rahmayati, 2020), mahasiswa yang juga santri (Qudsiya, 2021), serta mahasiswa menghafal Al-Qur'an atau huffadz (Affandi & Mubarok, 2022).

Konflik peran ganda yang dialami mahasiswa santri tahfidz sejalan dengan konsep *Role Conflict Theory*, yang menjelaskan bahwa setiap individu menjalankan berbagai peran dengan tuntutan dan harapan tertentu (Kahn et al., 1964). Konflik peran ganda dapat terjadi dalam tiga bentuk, yaitu konflik berbasis waktu (*time-based conflict*), tekanan (*strain-based conflict*), dan perilaku (*behavior-based conflict*) (Greenhaus & Beutell, 1985). Mahasiswa santri tahfidz sering kali menghadapi ketiganya secara bersamaan. Mereka harus membagi waktu antara kuliah dan murojaah, menghadapi kecemasan terhadap prestasi akademik dan hafalan, serta menyesuaikan perilaku sesuai peran yang berbeda.

Peran ganda antara menjadi mahasiswa dan santri tahfidz menuntut pembagian waktu, energi, serta prioritas antara tugas akademik dan kewajiban menghafal dan menjaga Al-Qur'an. Konflik yang sering muncul meliputi kesulitan manajemen waktu antara kegiatan kuliah dan hafalan, tekanan psikologis akibat target hafalan dan tenggat tugas, serta ekspektasi dari orang tua, guru, maupun lingkungan sekitar (Zainab & Yoza, 2024). Jika tidak ada mekanisme coping yang memadai, hal ini dapat berdampak pada kesehatan mental dan menurunkan kualitas hafalan maupun prestasi akademik (Affandi & Mubarok, 2022).

Fenomena ini relevan di Indonesia, mengingat banyak mahasiswa yang juga memilih menjadi *huffadz*. Dalam penelitian Abdullah, (2023) menemukan fakta mengenai dinamika santri yang juga berstatus sebagai mahasiswa di Pondok Pesantren Al-Amin Temulus Mejobo Kudus bahwa mereka kerap mengalami kesulitan membagi waktu antara kegiatan kampus dan kewajiban pesantren, sehingga menimbulkan ketegangan psikologis serta penurunan kualitas salah satu peran. Penelitian lain juga mendapati adanya tingkat stress

yang tinggi pada mahasiswa yang tinggal di pondok pesantren akibat kesulitan adaptasi dan pembagian waktu (Izah et al., 2023).

Data diatas diperkuat dengan penelitian yang menjelaskan bahwa mahasiswa yang juga berperan sebagai santri rentan mengalami kesulitan dan tekanan dalam menjalankan kewajiban, sehingga memerlukan penanganan yang tepat agar tidak menimbulkan dampak yang lebih serius (Ikrimah, 2023). Mahasiswa yang mengenyam pendidikan di pondok pesantren menghadapi banyak tuntutan, baik akademik, sosial, maupun lingkungan (Radisti et al., 2023). Ketika tuntutan tersebut melebihi kapasitas individu, maka dapat menimbulkan kelelahan fisik dan mental yang berdampak pada kesehatan psikologis mahasiswa santri tahfidz.

Dalam menghadapi konflik tersebut, diperlukan strategi efektif agar mahasiswa santri tahfidz dapat menyeimbangkan peran yang dijalani. Salah satu strategi yang efektif adalah *religious coping*. *Religious coping* merupakan upaya individu mengatasi tekanan hidup dengan memanfaatkan keyakinan, nilai, dan praktik keagamaan. Bentuknya dapat berupa mujahadah, dzikir, dan doa bersama tujuannya tidak hanya menjadi rutinitas keyakinan keagamaan, tetapi juga sarana untuk mendamaikan hati dan menguatkan mental (Fadhlorrohman, 2025). *Religious coping* membantu individu menghadapi situasi sulit secara efektif melalui refleksi diri, berpikir positif, dan praktik ibadah rutin (Fatimah et al., 2023). Individu yang memperkuat hubungan dengan Allah melalui dzikir mengalami perubahan positif berupa ketenangan, kepercayaan diri, dan kemampuan mengendalikan diri (Adelia, 2022). Data menunjukkan bahwa *religious coping* berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 19,7%, yang mencakup penerimaan diri, hubungan positif, dan penguasaan lingkungan (Efendy et al., 2024). Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz, *religious coping* dapat diwujudkan melalui keyakinan bahwa Tuhan akan membantu dalam menghadapi tantangan, partisipasi dalam kegiatan religius pesantren, serta pelaksanaan ibadah sunnah untuk mengurangi konflik peran ganda.

*Religious coping* dipilih sebagai variabel dalam penelitian ini karena mahasiswa santri tahfidz berada dalam lingkungan yang sangat kental dengan nilai-nilai religius, sehingga strategi coping yang paling relevan dan kontekstual untuk digunakan adalah coping berbasis keagamaan. Selain itu, *religious coping* tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme pengurangan stres, tetapi juga sebagai sarana penguatan makna hidup dan stabilitas emosional yang sesuai dengan karakteristik santri tahfidz. Kondisi ini menunjukkan bahwa *religious coping* bukan hanya konsep teoretis, tetapi telah menjadi praktik nyata yang melekat dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa santri tahfidz. Namun demikian, efektivitas *religious coping* dalam secara spesifik mengatasi konflik peran ganda masih perlu dikaji lebih mendalam, terutama dalam konteks keseimbangan antara tuntutan akademik dan kewajiban tahfidz.

Faktor lain yang tidak kalah penting dalam membantu mahasiswa santri tahfidz menghadapi konflik peran ganda adalah *self-efficacy*. Berbagai penelitian yang dilakukan di lingkungan pondok pesantren menunjukkan bahwa *self-efficacy* berperan sebagai faktor protektif terhadap tekanan akademik. Data menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy*, maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami santri. Hal ini menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri mampu membantu individu dalam mengelola tuntutan akademik secara lebih adaptif. Sejalan dengan penelitian Khairunnas et al., (2025) menjelaskan bahwa individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih disiplin, mampu mengatur waktu secara efektif, serta lebih tangguh dalam menghadapi tekanan, termasuk tekanan dari aktivitas tambahan seperti pekerjaan paruh waktu. Adanya hubungan negatif antara *self-efficacy* dan *burnout* dalam menghafal Al-Qur'an, yang berarti bahwa semakin tinggi *self-efficacy*, maka semakin rendah tingkat kelelahan emosional yang dialami (Mawaddah, 2025). Temuan ini mempertegas bahwa *self-efficacy* tidak hanya berkaitan dengan aspek akademik, tetapi juga dengan ketahanan mental dalam menjalani proses tahfidz yang menuntut konsistensi tinggi. Oleh karena itu, bagi mahasiswa santri tahfidz yang harus menjalankan peran ganda, menjadi aspek krusial yang

mendukung kemampuan mereka dalam menyelesaikan hafalan, memenuhi tuntutan akademik, serta menjaga keseimbangan kehidupan sehari-hari secara lebih optimal.

*Self-efficacy* dipilih sebagai variabel dalam penelitian ini karena keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi faktor kunci yang menentukan bagaimana mahasiswa santri tahfidz merespons tekanan dan mengelola berbagai tuntutan yang saling bertabrakan. Tanpa adanya *self-efficacy* yang memadai, individu cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan konsistensi, baik dalam aspek akademik maupun dalam proses menghafal Al-Qur'an. Hal ini mengindikasikan bahwa *self-efficacy* memiliki peran nyata dalam kehidupan mahasiswa santri tahfidz, tidak hanya dalam meningkatkan performa, tetapi juga dalam menjaga ketahanan psikologis. Namun, masih diperlukan penelitian yang secara spesifik mengkaji bagaimana *self-efficacy* berkontribusi dalam mereduksi konflik peran ganda yang mereka alami.

Hasil penelitian diatas menyebutkan bahwa faktor psikologis lain yang juga berperan penting dalam penanganan konflik peran ganda adalah *self-efficacy*. *Self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya mengorganisasi dan melaksanakan tindakan untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 1997). Individu tidak hanya harus memiliki pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga harus yakin bahwa dirinya mampu menggunakan kapasitas tersebut secara efektif dalam situasi nyata (Bandura, 1999). Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri, gigih, dan mampu mengelola stres, sedangkan individu dengan *self-efficacy* rendah akan mudah menyerah. *Self-efficacy* menjadi penting sebagai landasan psikologis agar mereka percaya mampu mengatur waktu, menjaga kualitas hafalan, dan tetap produktif walaupun menghadapi tekanan dan konflik peran.

Peran antara *religious coping* dan *self-efficacy* diyakini mampu memberikan dampak signifikan terhadap pengelolaan konflik peran ganda. *Religious coping* memberikan ketenangan spiritual, sedangkan *self-efficacy* memberikan keyakinan diri dalam menghadapi kesulitan secara konkret (Amani & Japar, 2024). Temuan lain mengungkap bahwa intervensi berbasis

*religious coping* melalui *self-talk* dapat meningkatkan *self-efficacy* pada remaja, yang berarti praktik religius bisa menjadi sarana aktif untuk memperkuat keyakinan diri dalam menghadapi tantangan (Cahyandari, 2023). Penelitian yang meninjau keterkaitan keduanya terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz masih terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah atau berperan sebagai ibu rumah tangga.

Penelitian ini penting dilakukan untuk meninjau bagaimana *religious coping* dan *self-efficacy* dapat mempengaruhi konflik peran ganda pada mahasiswa yang juga santri tahfidz. Mahasiswa dengan peran ganda sebagai santri tahfidz sering menghadapi tuntutan akademik dan religius secara bersamaan, sehingga memerlukan strategi penyesuaian diri yang kuat. *Religious coping* dapat membantu individu menemukan makna spiritual dan ketenangan batin dalam menghadapi tekanan, sedangkan *self-efficacy* memberikan keyakinan diri untuk mengelola tuntutan yang saling bertentangan secara efektif. Berdasarkan temuan lain, *religious coping* dan *self-efficacy* memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap stres akademik, yang menunjukkan bahwa keduanya mampu menurunkan tingkat tekanan peran pada mahasiswa (Amani & Japar, 2024). Apabila konflik peran ganda ini tidak ditangani dengan strategi yang tepat, maka dapat berdampak jangka panjang terhadap penurunan kualitas akademik, terganggunya proses hafalan Al-Qur'an, serta menurunnya kesehatan mental mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting dan mendesak untuk dilakukan guna menemukan faktor-faktor psikologis yang mampu membantu mahasiswa santri tahfidz dalam mengelola peran gandanya secara adaptif dan berkelanjutan. Pemaparan di atas mengantarkan peneliti untuk mengajukan hipotesis bahwa *religious coping* dan *self-efficacy* berpengaruh terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz.

Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada pengujian simultan antara *religious coping* dan *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz, yang hingga saat ini masih jarang diteliti secara

spesifik. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada mahasiswa pekerja atau ibu rumah tangga, serta cenderung mengkaji stres akademik secara umum, bukan konflik peran ganda dalam konteks tahfidz Al-Qur'an. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya mengisi kesenjangan literatur, tetapi juga memberikan perspektif baru yang lebih kontekstual sesuai dengan karakteristik mahasiswa santri tahfidz di lingkungan pesantren.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang telah disampaikan, rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Bagaimana tingkat konflik peran ganda yang dialami oleh mahasiswa santri tahfidz?
- b. Bagaimana tingkat *religious coping* yang dimiliki mahasiswa santri tahfidz dalam menghadapi konflik peran ganda?
- c. Bagaimana tingkat *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa santri tahfidz dalam menghadapi konflik peran ganda?
- d. Apakah terdapat pengaruh dari *religious coping* dan *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz secara simultan?
- e. Apakah terdapat pengaruh dari *religious coping* dan *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz secara parsial?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui tingkat konflik peran ganda yang dialami oleh mahasiswa santri tahfidz
- b. Mengetahui tingkat *religious coping* yang dimiliki mahasiswa santri tahfidz dalam menghadapi konflik peran ganda
- c. Mengetahui tingkat *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa santri tahfidz dalam menghadapi konflik peran ganda

- d. Menganalisis pengaruh *religious coping* dan *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz secara simultan
- e. Menganalisis pengaruh secara parsial *religious coping* dan *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian psikologi pendidikan dan psikologi agama. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur empiris terkait penerapan teori *religious coping* dari (Pargament, 1997) dan teori *self-efficacy* dari (Bandura, 1986) dalam konteks kehidupan akademik dan religius di Indonesia. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin menelaah hubungan antara *religious coping* dan keyakinan diri terhadap kesejahteraan psikologis individu dengan peran ganda.

##### b. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pihak-pihak yang berkepentingan, seperti pengelola pesantren, dosen pembimbing, serta lembaga pendidikan tinggi dalam merancang program pendampingan bagi mahasiswa santri tahfidz. Program tersebut dapat berupa pelatihan penguatan *religious coping* dan peningkatan *self-efficacy* untuk membantu mahasiswa mengelola stres, menyeimbangkan peran, dan meningkatkan performa akademik maupun perannya di pondok pesantren. Bagi mahasiswa santri tahfidz sendiri, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi untuk memahami cara-cara efektif dalam menghadapi tuntutan peran yang kompleks. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan pendidikan yang lebih responsif terhadap kebutuhan psikologis mahasiswa berperan ganda.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Konflik Peran Ganda**

##### **1. Definisi Konflik Peran Ganda**

Konflik peran (*role conflict*) merupakan salah satu konsep sentral dalam psikologi sosial dan psikologi organisasi yang menjelaskan dinamika ketegangan individu dalam menjalankan berbagai peran sosial. Konsep ini pertama kali dijelaskan oleh Robert L. Kahn pada tahun 1964 dalam kerangka teori peran (*role conflict*). Menurut Kahn et al., (1964), konflik peran adalah suatu kondisi stres yang muncul ketika individu menerima ekspektasi atau tuntutan peran yang saling tidak kompatibel. Ketidaksesuaian tersebut menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam memenuhi seluruh tuntutan secara bersamaan, sehingga menimbulkan ketegangan internal maupun eksternal. Ketika ekspektasi dari dua atau lebih peran bertentangan, individu dihadapkan pada situasi dilematik yang berpotensi menimbulkan stres. Kahn et al., (1964) menekankan bahwa konflik peran tidak hanya berkaitan dengan banyaknya peran yang dijalankan, tetapi terutama pada derajat inkonsistensi tuntutan antarperan tersebut.

Perkembangan konsep teori *role conflict* kemudian menjadi lebih aplikatif terjadi karena Greenhaus dan Beutell (1985) mengembangkan konsep tentang *work-family conflict*. Menurut Greenhaus dan Beutell (1985), konflik peran ini sebagai bentuk konflik antar satu peran dengan peran yang lain, dimana tekanan dari domain pekerjaan dan keluarga tidak saling *support* dalam beberapa aspek. Meskipun konsep konflik peran ini dikembangkan dalam konteks pekerjaan dan keluarga, Greenhaus dan Beutell (1985) secara konseptual mendefinisikan konflik tersebut sebagai bentuk *inter-role conflict*, yaitu konflik yang muncul akibat tekanan dari

dua peran yang tidak saling kompatibel. Definisi ini menunjukkan bahwa konflik peran ini bersifat umum dan dapat diterapkan pada berbagai domain peran sosial lainnya, termasuk dalam konteks pendidikan.

Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz, teori konflik peran ganda dapat dipahami sebagai bentuk *inter-role conflict* sebagaimana dijelaskan oleh Kahn et al., (1964) dan diperdalam melalui dimensi konflik oleh Greenhaus dan Beutell, (1985). Sebagai mahasiswa, individu memiliki kewajiban akademiknya seperti perkuliahan, menyelesaikan tugas individu dan kelompok, menghadiri ujian serta memenuhi standar capaian pembelajaran. Di sisi lain, sebagai santri tahfidz, individu dituntut mengikuti jadwal setoran hafalan, menjaga konsistensi murojaah dan mematuhi disiplin dimana mereka tinggal. Kegiatan-kegiatan yang sama padatnya yang dialami oleh mahasiswa santri tahfidz dapat menimbulkan konflik yang sama, baik dalam konteks waktu, emosi maupun perilaku. Masing-masing dari tugas tersebut menuntut komitmen penuh sehingga perlu adanya keseimbangan melalui coping, efikasi diri, dukungan sosial, manajemen waktu dan pengelolaan emosi yang efektif.

## 2. Aspek Konflik Peran Ganda

Konflik peran ganda perlu dipahami melalui penguraian bentuk-bentuk konflik yang telah dijelaskan dalam poin definisi konflik peran agar memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika ketidaksesuaian tuntutan antarperan. Kahn et al., (1964) mengemukakan bahwa konflik peran terdiri atas dua bentuk utama, yaitu *intra-role conflict* dan *inter-role conflict*.

### a. *Intra-Role Conflict*

*Intra-role conflict* terjadi ketika individu menerima ekspektasi yang saling bertentangan dalam satu peran yang sama. Konflik ini muncul karena terdapat dua atau lebih sumber harapan

terhadap satu peran tertentu yang tidak selaras satu sama lain. Ketidaksesuaian tuntutan tersebut menimbulkan ketegangan psikologis karena individu mengalami kebingungan mengenai perilaku atau keputusan yang harus diambil dalam menjalankan peran tersebut. Konflik ini tidak berkaitan dengan dua peran yang berbeda melainkan pertentangan ekspektasi dalam satu peran yang sama.

*b. Inter-Role Conflict*

*Inter-role conflict* terjadi ketika individu menjalankan dua atau lebih peran yang berbeda secara bersamaan dan tuntutan dari masing-masing peran tersebut saling bertentangan. Konflik ini muncul karena pemenuhan tuntutan pada satu peran dapat menghambat pemenuhan tuntutan pada peran lainnya. Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz, konflik ini dapat terjadi ketika kewajiban akademik di kampus berbenturan dengan kewajiban setoran hafalan atau kegiatan wajib di pondok pesantren. Ketegangan tersebut mencerminkan adanya ketidaksesuaian ekspektasi antarperan yang dijalankan secara bersamaan.

Greenhaus dan Beutell (1985) mengembangkan konsep konflik peran ganda secara lebih operasional dengan mengidentifikasi tiga aspek utama konflik peran ganda, yaitu *time-based conflict*, *strain-based conflict* dan *behavior-based conflict*.

*a. Time-Based Conflict*

*Time-based conflict* mengacu pada konflik yang muncul karena keterbatasan waktu dalam menjalankan dua peran secara bersamaan. Waktu yang dialokasikan untuk satu peran dapat mengurangi atau bahkan menghambat kesempatan untuk memenuhi tuntutan peran lainnya. Konflik ini dapat terjadi ketika satu peran membutuhkan alokasi waktu yang lebih besar dibandingkan peran lainnya, atau ketika jadwal kedua peran

saling bertabrakan. Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz, konflik ini dapat terjadi ketika jadwal perkuliahan atau kegiatan organisasi kampus bertepatan dengan jadwal setoran hafalan di pesantren

*b. Strain-Based Conflict*

*Strain-based conflict* terjadi ketika tekanan emosional atau kelelahan yang ditimbulkan oleh satu peran memengaruhi kemampuan individu dalam menjalankan peran lainnya. Ketegangan ini dapat berupa stres, kelelahan fisik, kecemasan, maupun ketidakseimbangan emosi yang mengganggu performa individu pada peran lain. Sebagai contoh, tuntutan akademik yang tinggi dapat menyebabkan kelelahan sehingga mengurangi konsentrasi dalam menghafal Al-Qur'an.

*c. Behavior-Based Conflict*

*Behavior-based conflict* berkaitan dengan ketidaksesuaian pola perilaku yang dituntut oleh dua peran yang berbeda. Setiap peran memiliki norma dan ekspektasi perilaku tertentu, sehingga perilaku yang dianggap tepat dalam satu peran belum tentu sesuai dalam peran lainnya. Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz, individu mungkin menghadapi dilema ketika harus menyesuaikan diri dengan pola interaksi sosial di lingkungan kampus, sementara pada saat yang sama terikat oleh aturan dan kedisiplinan pesantren.

Berdasarkan uraian tersebut, konflik peran menurut Kahn et al., (1964) terdiri atas *intra-role conflict* dan *inter-role conflict*, sedangkan Greenhaus dan Beutell (1985) mengklasifikasikan konflik antarperan ke dalam tiga dimensi, yaitu *time-based conflict*, *strain-based conflict*, dan *behavior-based conflict*. Penelitian ini menggunakan aspek konflik peran ganda yang dikemukakan oleh Greenhaus dan Beutell (1985), karena ketiga dimensi tersebut dinilai lebih operasional dan sesuai dengan konteks mahasiswa santri

tahfidz, serta telah banyak digunakan dalam penelitian-penelitian sebelumnya untuk mengukur konflik antarperan secara empiris.

### 3. Faktor yang Memengaruhi Konflik Peran Ganda

Konflik peran ganda individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, sumber utama konflik tersebut berasal dari karakteristik tuntutan dalam masing-masing peran. Faktor-faktor yang memengaruhi konflik peran ganda tersebut dapat dipahami melalui tiga sumber utama berikut:

#### a. *Time Pressure*

Konflik muncul ketika tuntutan waktu dari satu peran mengurangi kesempatan untuk memenuhi tuntutan peran lainnya. Keterbatasan waktu menjadi faktor utama karena setiap peran membutuhkan alokasi waktu tertentu. Ketika jadwal kedua peran bertabrakan atau salah satu peran menuntut waktu yang lebih dominan, maka potensi konflik meningkat.

#### b. Tekanan atau Ketegangan

Konflik peran juga dipengaruhi oleh tingkat stres, kelelahan, atau tekanan emosional yang ditimbulkan oleh satu peran dan kemudian terbawa ke peran lainnya. Ketika individu mengalami kelelahan fisik maupun psikologis dalam satu peran, kapasitasnya untuk menjalankan peran lain menjadi menurun.

#### c. Perbedaan Pola Perilaku

Setiap peran memiliki pola perilaku, norma, dan ekspektasi yang khas. Konflik terjadi ketika perilaku yang dituntut dalam satu peran tidak sesuai dengan perilaku yang diharapkan dalam peran lainnya. Ketidaksesuaian ini menimbulkan dilema dalam penyesuaian diri.

Meskipun Greenhaus dan Beutell (1985) mengidentifikasi tiga bentuk utama konflik peran, tingkat intensitas konflik yang dialami individu juga dapat dipengaruhi oleh faktor personal dan situasional seperti strategi coping yang efektif, *self-efficacy* yang tinggi dan

dukungan sosial yang baik dapat meminimalkan dampak negatif konflik peran ganda.

#### 4. Konflik Peran Ganda dalam Perspektif Islam

Islam memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki berbagai peran dan tanggung jawab yang harus dijalankan secara seimbang. Konsep keseimbangan antara aspek duniawi dan ukhrawi menjadi prinsip fundamental dalam ajaran Islam. Manusia diciptakan sebagai *khalifah fi al-ardh*, yaitu pemimpin di muka bumi yang diberi amanah untuk mengelola kehidupan secara proporsional dan bertanggung jawab. Hal ini sebagaimana ditegaskan dalam firman Allah Swt. pada Al-Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 30, yang menjelaskan penunjukan manusia sebagai khalifah di bumi (Q.S. Al-Baqarah [2]:30).

إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰٓئِكَةِ اِنِّيْ جَاعِلٌ فِى الْاَرْضِ خَلِيْفَةًۭ قَالُوْۤا اَتَجْعَلُ فِيْهَا مَنْ  
يُّفْسِدُ فِيْهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَآءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَۗ قَالَ اِنِّيْۤ اَعْلَمُ مَا لَا  
تَعْلَمُوْنَ

*“(Ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat, “Aku hendak menjadikan khalifah di bumi.” Mereka berkata, “Apakah Engkau hendak menjadikan orang yang merusak dan menumpahkan darah di sana, sedangkan kami bertasbih memuji-Mu dan menyucikan nama-Mu?” Dia berfirman, “Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.” (Q.S. Al-Baqarah 2:30)*

Konflik peran ganda dalam perspektif Islam tidak semata-mata dipahami sebagai tekanan psikologis, melainkan sebagai bagian dari amanah kehidupan. Ketika individu menjalankan lebih dari satu peran secara bersamaan, kondisi tersebut dapat dipandang sebagai bentuk ujian sekaligus sarana pembentukan kepribadian. Tanggung jawab yang beragam menuntut kemampuan manajemen

diri, kesabaran, serta komitmen dalam menjalankan amanah secara optimal.

قَالَ أَلَا كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ

*”Ketahuilah setiap kalian adalah pemimpin, dan setiap kalian akan dimintai pertanggungjawabannya atas yang dipimpin”* (H.R. Al-Bukhari)

Konsep kepemimpinan tersebut diperkuat dalam hadis Nabi Muhammad saw. dalam Sahih al-Bukhari, yang menegaskan bahwa setiap peran yang diemban individu mengandung konsekuensi tanggung jawab moral dan spiritual. Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz memperlihatkan bentuk nyata dari implementasi peran ganda tersebut. Mahasiswa santri tahfidz memiliki tanggung jawab akademik di perguruan tinggi sekaligus kewajiban religius sebagai penghafal Al-Qur’an yang harus menjaga hafalan, mengikuti kegiatan kepesantrenan, serta mematuhi aturan lembaga tahfidz. Tuntutan akademik yang padat dapat beririsan dengan target hafalan dan aktivitas ibadah harian, sehingga berpotensi menimbulkan konflik peran.

Islam memandang kondisi tersebut bukan sebagai hambatan, melainkan sebagai proses pembentukan karakter. Kemampuan menyeimbangkan peran akademik dan religius mencerminkan implementasi nilai tanggung jawab, disiplin, dan kesungguhan dalam menjalankan amanah sebagai khalifah di muka bumi. Dengan demikian, konflik peran ganda dalam perspektif Islam dapat dipahami sebagai dinamika kehidupan yang menguji sekaligus membentuk kualitas kepribadian individu dalam menjalankan perannya secara seimbang.

## B. Religious Coping

### 1. Definisi Religious Coping

Konsep coping dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2017) diartikan sebagai upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai melebihi sumber daya yang dimiliki. Salah satu bentuk coping yang berkembang dalam kajian psikologi agama adalah *religious coping*. *Religious coping* merupakan strategi menghadapi stres dengan melibatkan unsur keagamaan, seperti mendekatkan diri kepada Tuhan serta menggunakan ajaran agama sebagai pedoman dalam mengatasi masalah (Cahyandari, 2023). Menurut Pargament (1997), *religious coping* adalah upaya individu untuk memahami dan mengatasi sumber stres dalam kehidupan melalui pendekatan religius, termasuk mempererat hubungan dengan Tuhan. Pendekatan ini dapat diwujudkan dalam bentuk doa, ibadah, dzikir, mengikuti kajian agama, serta proses kognitif dalam memaknai peristiwa sebagai bagian dari rencana Tuhan.

Dalam kajian psikologi islam, Aflakseir dan Coleman (2011) memandang *religious coping* sebagai bentuk penyesuaian diri yang berlandaskan nilai-nilai agama, dimana individu menjadikan keyakinan religius sebagai sumber makna, kekuatan, dan ketenangan dalam menghadapi tekanan hidup. *Religious coping* tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme pengurangan stress, tetapi juga sebagai sarana penguatan spiritual yang membantu individu membangun sikap sabar, tawakkal dan penerimaan terhadap ketentuan Tuhan. Agama memberikan sistem makna yang memungkinkan individu melihat pengalaman sulit sebagai bagian dari proses pertumbuhan pribadi, sehingga tekanan tidak semata-mata dipersepsikan sebagai ancaman, melainkan sebagai tantangan yang memiliki nilai spiritual. Dengan adanya keterlibatan agama dalam proses coping, membantu individu membentuk kerangka

interpretasi terhadap peristiwa yang menekan (Wilkinson & Coleman, 2010).

*Religious coping* tidak hanya berupa perilaku keagamaan secara lahiriah, tetapi juga mencakup aspek kognitif, emosional, dan sosial dalam pengelolaan stres (Habibi & Amna, 2023). Strategi ini biasanya digunakan ketika seseorang menghadapi keadaan yang terasa sangat berat dan sulit dikendalikan sendiri, sehingga ia merasa perlu mencari kekuatan dan pertolongan dari Tuhan atau kekuatan spiritual di luar dirinya (Magfirah, 2022). Berdasarkan berbagai definisi tersebut, *religious coping* dapat dipahami sebagai pendekatan multidimensional yang memanfaatkan keyakinan, nilai, dan praktik keagamaan untuk memahami, mengelola, serta mengurangi tekanan hidup melalui hubungan dengan Tuhan sekaligus membangun makna atas pengalaman yang dihadapi.

## **2. Jenis-Jenis Religious Coping**

Menurut Pargament (1997) terdapat tiga gaya utama dalam pendekatan *religious coping*, yaitu *self-directing style*, *deferring style*, dan *collaborative style*. Ketiga gaya ini menggambarkan bagaimana individu memposisikan diri dan Tuhan dalam proses penyelesaian masalah.

### **a. Gaya Bergantung Diri (*Self-Directing Style*)**

Gaya ini menunjukkan bahwa individu lebih mengandalkan kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi masalah tanpa secara aktif melibatkan Tuhan dalam proses pengambilan keputusan. Individu tetap memiliki keyakinan religius, namun dalam praktik penyelesaian masalah ia memilih menggunakan pertimbangan pribadi. Contohnya adalah pernyataan seperti, “Saya mencoba memahami dan menyelesaikan masalah ini dengan kemampuan saya sendiri.”

b. Gaya Menundukkan Diri (*Deferring Style*)

Gaya menundukkan diri menggambarkan sikap menyerahkan sepenuhnya penyelesaian masalah kepada Tuhan. Individu meyakini bahwa Tuhan akan mengatur dan menentukan jalan keluar terbaik tanpa perlu usaha aktif dari dirinya. Sikap ini sering dikaitkan dengan kepasrahan dan penyerahan diri (*surrender*). Contohnya, “Biarlah Tuhan yang menentukan penyelesaian masalah ini tanpa saya campur tangan.”

c. Gaya Kolaboratif (*Collaborative Style*)

Gaya kolaboratif menunjukkan adanya kerja sama antara individu dan Tuhan dalam menghadapi masalah. Individu tetap berusaha secara aktif, namun pada saat yang sama melibatkan Tuhan melalui doa dan keyakinan bahwa pertolongan-Nya menyertai usaha tersebut. Contohnya adalah pernyataan, “Saya berusaha semaksimal mungkin, sambil memohon bimbingan Tuhan dalam mengambil keputusan.”

Dalam pengembangan selanjutnya, Pargament et al., (2000) mengemukakan bahwa pengukuran *religious coping* perlu didasarkan pada fungsi agama dalam kehidupan individu. Pendekatan ini menghasilkan beberapa metode *religious coping* yang berkaitan dengan fungsi dasar agama, yaitu:

a. Mencari Makna (*Meaning*)

Individu menggunakan ajaran agama untuk memahami peristiwa yang dialami. Stres dapat dimaknai sebagai ujian, teguran, atau bagian dari rencana Tuhan. Pemaknaan ini membantu individu melihat masalah dalam kerangka spiritual.

b. Mendapatkan Kontrol (*Control*)

Agama digunakan sebagai sarana untuk memperoleh rasa kendali atas situasi. Bentuknya dapat berupa kerja sama dengan Tuhan (kolaboratif), pasrah sepenuhnya, menunggu campur

tangan ilahi, atau tetap melakukan pemecahan masalah secara aktif sambil berdoa.

c. Mencari Kenyamanan dan Kedekatan dengan Tuhan (*Comfort and Intimacy with God*)

Individu mencari ketenangan melalui doa, ibadah, dzikir, atau aktivitas religius lainnya. Hubungan spiritual yang lebih dekat dengan Tuhan membantu mengurangi kecemasan dan memberikan rasa aman.

d. Membangun Kedekatan Sosial Keagamaan (*Intimacy with Others and God*)

Agama juga dimanfaatkan untuk memperoleh dukungan sosial, seperti meminta nasihat tokoh agama, berdiskusi dengan komunitas keagamaan, atau mencari penguatan spiritual dari lingkungan religius.

e. Mengupayakan Perubahan Hidup (*Life Transformation*)

Individu menggunakan pengalaman stres sebagai momentum perubahan diri yang lebih baik melalui pendekatan religius. Agama menjadi sumber motivasi untuk memperbaiki sikap, mengurangi kemarahan, serta membangun kedamaian batin.

Berdasarkan uraian tersebut, *religious coping* dapat dipahami melalui dua pendekatan utama, yaitu gaya hubungan individu dengan Tuhan dalam menghadapi masalah, serta metode penggunaan fungsi agama untuk mencari makna, kontrol, kenyamanan, dukungan sosial, dan perubahan hidup. Kedua pendekatan ini membantu menjelaskan bagaimana individu memanfaatkan agama dalam mengelola tekanan kehidupan.

### 3. Aspek Religious Coping

*Religious coping* tidak hanya menggambarkan cara individu berhubungan dengan Tuhan, tetapi juga menunjukkan bagaimana keyakinan dan praktik keagamaan memengaruhi cara individu menghadapi peristiwa yang menekan. Pargament et al., (1998,

2000), membedakan *religious coping* ke dalam dua bentuk utama, yaitu *positive religious coping* dan *negative religious coping*.

a. *Positive Religious Coping*

*Positive religious coping* mencerminkan hubungan yang aman dan penuh kepercayaan dengan Tuhan, serta pemaknaan religius yang konstruktif terhadap stres. Bentuk ini umumnya berkaitan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Beberapa aspek *positive religious coping* meliputi:

- 1) *Benevolent Religious Reappraisal*, menafsirkan kembali peristiwa stres secara positif berdasarkan ajaran agama, misalnya memandang ujian sebagai bentuk kasih sayang atau rencana terbaik dari Tuhan.
- 2) *Collaborative Religious Coping*, memandang penyelesaian masalah sebagai kerja sama antara individu dan Tuhan, di mana individu tetap berusaha sambil memohon pertolongan-Nya.
- 3) *Seeking Spiritual Support*, mencari ketenangan, rasa aman, dan kenyamanan melalui hubungan spiritual dengan Tuhan.
- 4) *Religious Purification*, melakukan pembersihan spiritual melalui pertobatan atau peningkatan ibadah sebagai respons terhadap stres.
- 5) *Spiritual Connection*, merasakan keterhubungan yang mendalam dengan Tuhan atau kekuatan transenden dalam menghadapi kesulitan.
- 6) *Seeking Support from Clergy or Members*, mencari dukungan dari tokoh agama atau komunitas keagamaan.
- 7) *Religious Helping*, memberikan dukungan spiritual kepada orang lain, seperti mendoakan atau membantu sesama.

8) *Religious Forgiving*, melepaskan kemarahan dan sakit hati melalui ajaran agama tentang pengampunan.

b. *Negative Religious Coping*

*Negative religious coping* mencerminkan ketegangan, konflik, atau hubungan yang tidak aman dengan Tuhan. Bentuk ini sering dikaitkan dengan tingkat distres yang lebih tinggi, gejala depresi, serta penurunan kualitas hidup. Beberapa aspek *negative religious coping* meliputi:

- a) *Punishing God Reappraisal*, menganggap peristiwa stres sebagai hukuman dari Tuhan atas dosa yang dilakukan.
- b) *Demonic Reappraisal*, menafsirkan stres sebagai akibat campur tangan kekuatan jahat.
- c) *Reappraisal of God's Power*, meragukan atau mempertanyakan kekuatan dan peran Tuhan dalam situasi stres.
- d) *Self-Directing Religious Coping*, mengandalkan diri sepenuhnya tanpa melibatkan Tuhan dalam menghadapi masalah.
- e) *Spiritual Discontent*, merasa kecewa, marah, atau tidak puas terhadap Tuhan.
- f) *Interpersonal Religious Discontent*, mengalami konflik atau kekecewaan terhadap tokoh agama atau komunitas keagamaan.

Selain itu, penelitian awal Pargament (1997) menunjukkan bahwa individu religius menggunakan berbagai sumber dalam *religious coping*, meliputi aspek spiritual, kognitif, perilaku, dan sosial. Individu dengan identitas spiritual yang positif cenderung merasakan kasih sayang Tuhan, memiliki makna hidup yang lebih kuat, serta tujuan hidup yang lebih jelas. Sebaliknya, konflik

spiritual atau identitas religius yang negatif dapat mengurangi makna hidup dan meningkatkan tekanan psikologis. Dengan demikian, *religious coping* merupakan konstruksi multidimensional yang melibatkan hubungan individu dengan Tuhan, cara memaknai peristiwa, serta interaksi sosial berbasis keagamaan dalam menghadapi stres.

#### **4. Faktor yang Memengaruhi *Religious Coping***

Penggunaan *religious coping* pada individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Adapun faktor-faktor yang berperan sebagai berikut:

##### **a. Pendidikan**

Pendidikan, baik formal maupun melalui keluarga, berperan dalam membentuk pemahaman dan orientasi religius individu. Individu dengan tingkat pendidikan yang baik cenderung memiliki pemahaman yang lebih matang terhadap ajaran agama, sehingga lebih mampu menggunakan *religious coping* dalam menghadapi tekanan hidup (Purwandari et al., 2022).

##### **b. Pengalaman Spiritual**

Pengalaman religius pribadi, seperti konsistensi dalam beribadah atau pengalaman merasakan ketenangan dan pertolongan melalui praktik keagamaan, dapat memperkuat keyakinan individu terhadap efektivitas *religious coping*. Pengalaman ini membentuk pola coping yang berulang dan lebih stabil dalam menghadapi situasi sulit (Bukhori et al., 2022).

##### **c. Budaya dan Lingkungan Sosial**

Konteks budaya dan lingkungan sosial turut memengaruhi penggunaan *religious coping*. Individu yang hidup dalam lingkungan religius cenderung lebih sering menggunakan strategi coping berbasis agama. Selain itu, budaya dan norma sosial juga memengaruhi apakah *religious coping* digunakan

secara adaptif (*positive religious coping*) atau maladaptif (*negative religious coping*) (Aflakseir & Coleman, 2009).

d. Usia dan Kematangan Psikologis

Usia berkaitan dengan pengalaman hidup dan kematangan psikologis individu. Individu yang lebih dewasa cenderung memiliki kemampuan refleksi spiritual yang lebih baik, sehingga lebih mampu menggunakan *religious coping* secara adaptif dalam menghadapi tekanan dan permasalahan hidup (Hermawan, 2025).

e. Tingkat Religiusitas

Tingkat religiusitas menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi *religious coping*. Individu dengan komitmen religius yang tinggi lebih mungkin memanfaatkan nilai dan praktik keagamaan sebagai sumber daya dalam menghadapi stres dan tantangan kehidupan (Rafferty et al., 2015).

## 5. *Religious Coping* dalam Perspektif Islam

*Religious coping* merupakan strategi psikologis dan spiritual yang digunakan individu untuk menghadapi tekanan, tantangan, maupun peristiwa sulit melalui nilai-nilai dan praktik keagamaan. Dalam psikologi modern seperti yang dikemukakan oleh Pargament (1997) sebagai cara individu menggunakan sumber daya *religious* untuk memahami dan menghadapi peristiwa hidup yang penuh tekanan. Dalam perspektif Islam, *religious coping* berakar pada ajaran Al-Qur'an dan hadis yang menekankan pentingnya kesabaran, tawakkal, doa, dan dzikir dalam menghadapi ujian hidup. Allah telah berfirman dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

Ayat ini menunjukkan bahwa setiap tekanan yang dihadapi manusia berada dalam batas kemampuannya. Kemudian Allah juga

telah menyebutkan bahwa untuk menghadapi tekanan, manusia perlu berpegang pada sabar dan sholat, yang berarti pendekatan spiritual merupakan bagian dari ikhtiar dalam menghadapi kesulitan. Seperti pada ayat berikut:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ

“Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat.”

(QS. Al-Baqarah: 45)

Dalam perspektif Islam, *religious coping* bukan sekadar reaksi emosional terhadap tekanan, tetapi upaya aktif untuk mendekatkan diri kepada Allah. Strategi ini membantu individu membingkai kesulitan sebagai ujian, bukan hukuman, sehingga menghasilkan pemaknaan yang lebih positif terhadap tekanan. Al-Ghazali dalam *Ihya Ulumuddin* juga menjelaskan bahwa kesulitan dapat menjadi sarana penyucian jiwa apabila dihadapi dengan kesabaran dan keikhlasan. *Religious coping* memiliki fungsi psikologis sekaligus spiritual, yaitu menenangkan batin dan memperkuat makna hidup.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti doa, dzikir, refleksi nilai-nilai islam, serta partisipasi dalam komunitas keagamaan efektif dalam mengurangi stres akademik maupun stres personal pada mahasiswa (Amal & Ningsih, 2025; Hidayatussyarifah et al., 2024). Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz yang menghadapi tuntutan akademik dan kewajiban hafalan secara bersamaan, *religious coping* menjadi sumber kekuatan internal untuk menjaga keseimbangan emosional dan ketahanan psikologis. Ketika tekanan dipahami sebagai bagian dari ibadah dan ujian, individu lebih mampu mempertahankan keyakinan diri serta mengelola konflik peran secara lebih adaptif. Dengan demikian, *religious coping* dalam perspektif Islam dapat dipahami sebagai proses integratif antara nilai keimanan dan respons psikologis terhadap tekanan hidup. Strategi ini berperan dalam memperkuat

ketahanan psikologis, memperluas makna hidup, dan mendukung kemampuan individu dalam menghadapi konflik peran ganda secara lebih baik.

## C. Self-Efficacy

### 1. Definisi Self-Efficacy

*Self-efficacy* merupakan konsep utama dalam *Social Cognitive Theory* yang dikemukakan oleh Albert Bandura. *Self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1978, 1999). Konsep ini menekankan bahwa perilaku individu tidak hanya ditentukan oleh kemampuan objektif, tetapi juga oleh persepsi individu terhadap kemampuannya sendiri.

*Self-efficacy* berkaitan dengan proses kognitif yang memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, memotivasi diri, dan bertindak dalam menghadapi berbagai situasi (Schultz & Schultz, 2005). Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung memiliki rasa percaya diri terhadap kemampuannya, lebih gigih dalam menghadapi kesulitan, serta mampu mengelola hambatan secara lebih adaptif dan sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* rendah lebih mudah menyerah dan merasa tidak mampu mengendalikan situasi yang dihadapi (Salim & Fakhurrozi, 2020). *Self-efficacy* berperan penting dalam menentukan tingkat motivasi dan ketekunan individu. Individu dengan *self-efficacy* yang baik cenderung terlibat lebih aktif dalam tugas, menetapkan tujuan yang menantang, serta mempertahankan usaha meskipun menghadapi hambatan (Rachmawati et al., 2021; Saputra & Affandi, 2024).

Dalam konteks penelitian ini, *self-efficacy* merupakan keyakinan mahasiswa santri tahfidz terhadap kemampuannya dalam mengelola tuntutan akademik sekaligus menjalani proses menghafal

Al-Qur'an secara konsisten. Keyakinan ini mencakup kemampuan mengatur waktu, menetapkan prioritas, mempertahankan konsentrasi hafalan, serta mengelola tekanan akademik dan religius yang muncul secara bersamaan. *Self-efficacy* yang tinggi mendorong individu untuk lebih gigih, tidak mudah menyerah, serta mampu menyesuaikan strategi belajar secara adaptif dalam menghadapi konflik peran ganda.

## 2. Aspek Self-Efficacy

Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* terdiri atas tiga aspek, yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength* yang masing-masing menggambarkan tingkat kesulitan tugas yang diyakini mampu dihadapi, kekuatan keyakinan individu, serta cakupan keyakinan tersebut dalam berbagai situasi. Adapun penjelasan terkait aspek *self-efficacy* sebagai berikut.

### a. *Magnitude*

*Magnitude* merujuk pada tingkat kesulitan tugas atau target yang diyakini mampu dihadapi oleh individu. Aspek ini berkaitan dengan keyakinan individu dalam menghadapi tuntutan yang memiliki tingkat kesulitan berbeda-beda. Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung meyakini bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas meskipun berada pada tingkat kesulitan yang tinggi. Keyakinan tersebut mendorong individu untuk tetap berusaha, menyusun strategi, serta mempertahankan motivasi hingga tujuan tercapai.

Dalam konteks penelitian ini, aspek *magnitude* tercermin pada keyakinan individu dalam menghadapi tuntutan hafalan Al-Qur'an yang semakin kompleks seiring bertambahnya jumlah hafalan, serta meningkatnya tuntutan akademik seperti ujian dan tugas perkuliahan. *Self-efficacy* yang tinggi membantu individu menghadapi kesulitan tersebut dengan

keyakinan bahwa tuntutan yang dihadapi masih dapat dikelola.

b. *Generality*

*Generality* menunjukkan seberapa luas keyakinan *self-efficacy* berlaku di berbagai situasi. Aspek ini menunjukkan *self-efficacy* individu bersifat spesifik pada satu tugas tertentu atau meluas ke berbagai konteks dan peran. Individu dengan *generality* yang luas cenderung mampu mengaplikasikan keyakinan dirinya dalam berbagai situasi yang berbeda, sedangkan individu dengan *generality* yang sempit hanya merasa yakin pada kondisi atau tugas tertentu saja.

Dalam konteks penelitian ini, aspek *generality* tercermin pada kemampuan individu untuk mempertahankan keyakinan dirinya tidak hanya dalam proses menghafal Al-Qur'an, tetapi juga dalam menjalani aktivitas akademik, manajemen waktu, serta tanggung jawab sosial lainnya. Mahasiswa dengan *self-efficacy* yang tinggi dan *generality* yang luas cenderung mampu menyesuaikan diri pada berbagai tuntutan peran yang dihadapi secara bersamaan, sehingga lebih adaptif dalam mengelola konflik peran ganda.

c. *Streght*

*Strength* merujuk pada seberapa kuat keyakinan individu terhadap kemampuannya, terutama saat menghadapi hambatan atau kegagalan. Aspek ini berkaitan dengan ketahanan keyakinan individu, yaitu sejauh mana keyakinan tersebut tetap bertahan meskipun individu mengalami kesulitan. Individu dengan *strength* yang tinggi tidak mudah goyah oleh kegagalan, cenderung memandang hambatan sebagai tantangan yang dapat diatasi, serta tetap gigih dan

pantang menyerah dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Dalam konteks penelitian ini, aspek *strength* tercermin pada keteguhan individu dalam menjalani proses menghafal dan menjaga hafalan Al-Qur'an meskipun menghadapi kelelahan, tekanan akademik, atau keterbatasan waktu. *Self-efficacy* yang kuat membantu individu tetap konsisten, mempertahankan usaha, serta bangkit kembali ketika mengalami penurunan motivasi atau kesulitan dalam menjalankan peran akademik dan religius secara bersamaan.

### 3. Faktor yang Memengaruhi *Self-Efficacy*

*Self-efficacy* dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, keempat faktor utama ini saling berinteraksi dalam membentuk dan memperkuat keyakinan individu (Bandura et al., 1997). Adapun empat faktor tersebut dijelaskan sebagai berikut.

#### a. *Mastery Experience*

Pengalaman keberhasilan merupakan sumber paling kuat dalam membentuk *self-efficacy*. Keberhasilan yang dialami individu dalam menyelesaikan suatu tugas akan meningkatkan keyakinan terhadap kemampuannya. Sebaliknya, kegagalan (pada tahap awal) dapat menurunkan *self-efficacy*. Namun kegagalan yang dihadapi setelah individu memiliki pengalaman keberhasilan justru dapat memperkuat ketahanan serta keyakinan diri dalam menghadapi tantangan berikutnya.

#### b. *Vicarious Experience*

*Self-efficacy* dipengaruhi oleh pengalaman tidak langsung melalui pengamatan terhadap orang lain yang berhasil menyelesaikan tugas tertentu. Ketika individu melihat orang lain dengan kemampuan yang relatif setara mampu mencapai keberhasilan, maka keyakinan bahwa dirinya juga

mampu akan meningkat. Pengaruh pengalaman vikarius menjadi lebih kuat apabila individu memiliki kedekatan atau kesamaan karakteristik dengan model yang diamati.

c. *Verbal Persuasion*

Persuasi verbal merupakan dukungan, motivasi, atau dorongan dari orang lain (seperti guru, orang tua, atau teman) dapat meningkatkan *self-efficacy*. Dukungan tersebut membantu individu meyakini bahwa dirinya mampu menghadapi dan menyelesaikan tantangan yang dihadapi. Pengaruh persuasi verbal cenderung bersifat sementara dan kurang kuat apabila tidak disertai dengan pengalaman keberhasilan yang nyata.

d. *Physiological and Affective States*

Kondisi fisiologis dan afektif, seperti tingkat stres, kecemasan, kelelahan, serta suasana hati, turut memengaruhi *self-efficacy*. Individu yang mampu mengelola emosi negatif dan menafsirkan reaksi fisiologisnya secara positif cenderung memiliki *self-efficacy* yang lebih tinggi. Sebaliknya, kondisi emosional yang negatif dapat menyebabkan individu menilai kemampuannya secara lebih rendah.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* individu dibentuk melalui empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman vikarius, persuasi verbal, serta kondisi fisiologis dan afektif. Keempat sumber tersebut saling berinteraksi dalam membentuk keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas dan tantangan. Oleh karena itu, pemahaman terhadap faktor-faktor ini menjadi penting dalam menjelaskan perbedaan tingkat *self-efficacy* individu.

#### 4. Self-Efficacy dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif Islam, *self-efficacy* tidak hanya dipahami sebagai keyakinan terhadap kemampuan diri secara kognitif sebagaimana dirumuskan oleh Bandura, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang lebih luas. Penelitian Syahid dan Alif (2026) mengonstruksi konsep *Self-Efficacy Qur'ani* (SEQ) melalui pendekatan tafsir tematik dan *grounded theory*, yang menghasilkan tiga dimensi utama: *personal efficacy*, *behavioral efficacy*, dan *spiritual efficacy*.

Aspek *personal efficacy* berkaitan dengan ketahanan emosi dan keyakinan bahwa kesulitan selalu disertai kemudahan, sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-Insyirah: 5. Aspek *personal efficacy* memperluas regulasi emosi dalam teori Bandura menjadi regulasi emosi berbasis iman. Sementara itu, *behavioral efficacy* tercermin dalam konsep mujahadah (QS. Al-‘Ankabut: 69), yaitu kesungguhan berusaha yang tidak hanya berorientasi pada keberhasilan duniawi, tetapi juga pada nilai ibadah dan keridaan Allah. Adapun kontribusi paling khas dalam model ini adalah *spiritual efficacy*, yaitu keyakinan bahwa setiap beban telah disesuaikan dengan kapasitas manusia (QS. Al-Baqarah: 286). Aspek *spiritual efficacy* menunjukkan bahwa *self-efficacy* dalam Islam tidak semata bertumpu pada kontrol personal, tetapi juga pada keyakinan terhadap dukungan dan pertolongan Ilahi.

Dengan demikian, *self-efficacy* dalam kerangka Qur'ani bukan hanya *belief of capability*, melainkan juga *belief in divine support* (Syahid & Alif, 2026). Integrasi antara usaha (ikhtiar), ketekunan (mujahadah), dan tawakkal membentuk keyakinan diri yang lebih utuh. Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz, keyakinan ini membantu individu memandang konflik peran ganda sebagai tantangan yang berada dalam batas kapasitasnya, sehingga tetap mampu berusaha secara optimal tanpa kehilangan ketenangan batin.

## **D. Mahasiswa Santri Tahfidz**

### **1. Definisi Mahasiswa Santri Tahfidz**

Mahasiswa santri tahfidz merupakan gabungan dari beberapa kata. Definisi dari masing-masing kata menurut KBBI sebagai berikut; Mahasiswa merupakan orang yang belajar di perguruan tinggi (Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016a). Santri adalah orang yang mendalami agama Islam atau disebut dengan orang yang beribadat dengan sungguh-sungguh; orang yang saleh (Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016b). Tahfidz atau tahfiz dapat diartikan sebagai hafalan (Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016c). Dari beberapa definisi tersebut, dapat dipahami bahwa mahasiswa santri tahfidz adalah orang yang belajar di perguruan tinggi sekaligus mendalami agama Islam dengan sungguh-sungguh (saleh) serta berfokus pada aktivitas hafalan (Al-Qur'an).

Mahasiswa santri tahfidz adalah bagian dari fenomena pendidikan Islam kontemporer yang menggabungkan studi akademik di kampus dengan menghafal Al-Qur'an (*tahfidz*), dan beberapa terdapat yang tinggal dan aktif di lembaga pondok pesantren. Konsekuensinya, mahasiswa santri tahfidz memikul tanggung jawab yang berlipat ganda sebagai pelajar aktif dan menghafal Al-Qur'an. Berdasarkan temuan empiris, mahasiswa santri tahfidz tidak hanya dipahami melalui status akademik dan kegiatan tahfidz, namun melalui karakteristik peran dan konteks yang menyertainya. Mahasiswa santri tahfidz menjalani dua peran utama, yaitu sebagai mahasiswa dengan tugas akademik dan sebagai menghafal Al-Qur'an, dimana mereka dituntut untuk menjaga dan meningkatkan kualitas hafalannya secara konsisten ditengah kegiatan perkuliahannya (Noor & Pihasnawati, 2023). Kondisi mahasiswa santri tahfidz ini menuntut adanya kedisiplinan,

manajemen waktu yang baik agar kedua peran dapat dijalani dengan optimal (Affandi & Mubarak, 2022).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor psikologis seperti *self-efficacy*, pengalaman sebelumnya, motivasi belajar, dukungan sosial, *mindfulness* dapat berperan dalam bagaimana mahasiswa santri tahfidz menjalani tugas akademik dan kewajiban tahfidz secara bersamaan (Badriyah & Hapsari, 2024). Perkembangan Islam kontemporer juga menunjukkan bahwa aktivitas tahfidz tidak lagi terbatas pada lingkungan pondok pesantren. Mahasiswa dapat mengikuti program tahfidz melalui berbagai bentuk, seperti pondok pesantren tahfidz, rumah tahfidz, maupun program tahfidz yang berbasis daring (Faizin, 2020; Tanjung & Isnaini, 2023; Wajdi et al., 2020). Dalam penelitian ini, mahasiswa santri tahfidz dipahami sebagai mahasiswa formal yang aktif dalam kegiatan tahfidz Al-Qur'an baik mereka yang tinggal di pondok pesantren maupun yang mengikuti program tahfidz di luar pondok pesantren.

## 2. Ruang Lingkup Mahasiswa Santri Tahfidz

Ruang lingkup mahasiswa santri tahfidz meliputi berbagai aspek yang memengaruhi aktivitas kehidupan mereka, antara lain.

### a. Kegiatan Tahfidz

Kegiatan tahfidz terdiri dari setoran hafalan baru (*ziyadah*), setoran hafalan lama (*murojaah*), *tasmi'* Al-Qur'an (majlis simakan Al-Qur'an), *wetonan*, ujian tahfidz Al-Qur'an, pembelajaran *tajwid*, *tahsin* Al-Qur'an dan lain-lain, menyesuaikan dimana mereka mengikuti kegiatan tahfidz (Al Akbar, 2023; Asna Arinal Haq, 2024; Nikmah, 2021).

### b. Kegiatan Wajib Pondok Pesantren

Kegiatan wajib di pondok pesantren ini beragam, tergantung kebijakan dari masing-masing pondok pesantren. Kegiatan yang umum diwajibkan di pondok pesantren antara lain; *sholat* 5

waktu berjamaah, *tawasul*, *mujahadah*, *istighosah*, pengajian kitab dan lain-lain (Asna Arinal Haq, 2024; Munawaroh, 2018).

c. Kegiatan di Perguruan Tinggi

Kegiatan kampus mencakup kegiatan akademik dan non-akademik. Kegiatan akademik bersifat wajib diikuti oleh semua mahasiswa, seperti kegiatan perkuliahan, mengerjakan tugas tiap mata kuliah dan ujian. Kegiatan non-akademik sifatnya tidak wajib, seperti mengikuti organisasi kampus atau UKM kampus (Asna Arinal Haq, 2024; Sihombing, 2020).

### 3. Jenis Mahasiswa Santri Tahfidz

Berdasarkan beberapa literatur yang peneliti dapatkan, terdapat perbedaan variasi jenis-jenis mahasiswa yang berkaitan dengan aktivitas tahfidz, antara lain.

a. Mahasiswa Tahfidz

Mahasiswa tahfidz ini merujuk ke mahasiswa yang mengikuti program tahfidz (hafalan Al-Qur'an) namun tidak selalu tinggal di pondok pesantren atau secara penuh mengadopsi kehidupan santri. Mereka bisa tinggal di luar pesantren, kost, rumah biasa, tetapi mengikuti program tahfidz tertentu misalnya program tahfidz di Rumah Tahfidz atau media *online* via *WhatsApp*, *Zoom* dan *Google Meet* bagi mahasiswa, dimana mahasiswa tinggal di kos tetapi tetap bisa setoran hafalan Al-Qur'an secara langsung dengan mendatangi suatu tempat ataupun *online* melalui *videocall* (Handayani et al., 2021).

b. Mahasiswa Santri Tahfidz

Mahasiswa santri tahfidz ini merujuk pada mahasiswa yang tinggal atau mukim di pondok pesantren atau rumah tahfidz, menjalani kehidupan di pondok pesantren secara penuh (termasuk kegiatan wajib di pondok pesantren), serta mengikuti program menghafal Al-Qur'an. Individu yang sudah menetap sebagai santri dan yang tidak, mereka memiliki perbedaan

dalam manajemen aktivitas dan persepsi terhadap beban ganda (Rahmad & Hadi, 2024).

#### **E. Hubungan Konflik Peran Ganda, *Religious Coping* dan *Self-Efficacy***

Konflik peran ganda terjadi ketika individu mengalami tekanan yang saling bertentangan dari dua atau lebih peran yang dijalani secara bersamaan, seperti peran akademik, pekerjaan, dan peran religius. Kondisi ini seringkali menimbulkan stres psikologis karena individu dituntut untuk memenuhi ekspektasi yang berbeda dalam waktu dan kapasitas yang terbatas. Dalam situasi seperti ini, strategi *religious coping* berperan penting sebagai mekanisme psikologis yang membantu individu mengelola tekanan tersebut.

*Religious coping* merupakan upaya menggunakan keyakinan, praktik keagamaan, dan sistem nilai spiritual untuk memahami dan menghadapi stress (Pargament, 1997). Individu yang menerapkan *positive religious coping* (seperti doa, keyakinan bahwa Tuhan memberikan bantuan, atau penyerahan diri yang aktif) cenderung memandang tekanan hidup sebagai ujian yang bermakna, sehingga mampu menurunkan ketegangan yang disebabkan oleh konflik antar peran. Sebaliknya, *negative religious coping* seperti perasaan ditinggalkan Tuhan atau kemarahan terhadap Tuhan dapat memperburuk stres dan meningkatkan intensitas konflik peran (Maltby & Day, 2003).

Sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa *religious coping* berhubungan positif dengan kemampuan regulasi emosi dan kesejahteraan psikologis individu, yang berimplikasi pada penurunan stres akibat tekanan peran (Taufikurohman & Latipah, 2024). Studi lain juga mendukung hal tersebut dengan menemukan bahwa *negative religious coping* cenderung meningkatkan emosi negatif dan kesulitan menemukan makna hidup, yang pada akhirnya memperburuk konflik

peran (Pargament et al., 1998). Sementara itu, temuan pada ibu bekerja menemukan bahwa *religious coping* digunakan secara aktif dalam menghadapi konflik antara peran pekerjaan dan keluarga, menunjukkan relevansinya sebagai strategi adaptif terhadap konflik peran ganda (Juniarly & Hadjam, 2012).

Faktor penting lain yang memengaruhi tingkat konflik peran ganda adalah *self-efficacy*. *Self-efficacy* diartikan sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Pargament et al., 1998). Individu dengan tingkat *self-efficacy* tinggi memiliki keyakinan diri yang kuat untuk mengatur waktu, mengelola stres, serta menyeimbangkan tuntutan dari berbagai peran. Dengan demikian, *self-efficacy* berperan sebagai penyangga terhadap stres akibat peran ganda, karena individu merasa mampu menghadapi dan menyelesaikan konflik yang muncul. *Self-efficacy* merupakan salah satu sumber utama resiliensi dalam menghadapi pengalaman stres yang berat (Schwarzer, 2024). *Self-efficacy* juga dapat berfungsi sebagai mediator antara *spiritual well-being*, yang berarti bahwa keyakinan diri menjadi saluran penting dalam mengurangi tekanan akibat peran ganda (Yang et al., 2024). Temuan serupa menunjukkan bahwa *religious coping* berkaitan erat dengan *coping self-efficacy* dan regulasi kognitif, memperkuat asumsi bahwa keyakinan diri berperan dalam efektivitas strategi *religious coping* (Dolcos et al., 2021).

Hubungan antara *religious coping*, *self-efficacy*, dan konflik peran ganda dapat dijelaskan melalui model mediasi maupun moderasi. Secara mediasi, *religious coping* positif berpotensi meningkatkan *self-efficacy*, yang kemudian menurunkan konflik peran ganda. Seseorang yang menggunakan *collaborative religious coping*, yaitu mengandalkan bantuan Tuhan sambil tetap berusaha aktif, akan merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tekanan peran, sehingga *self-efficacy*-nya meningkat. *Self-efficacy* yang meningkat membuat individu lebih

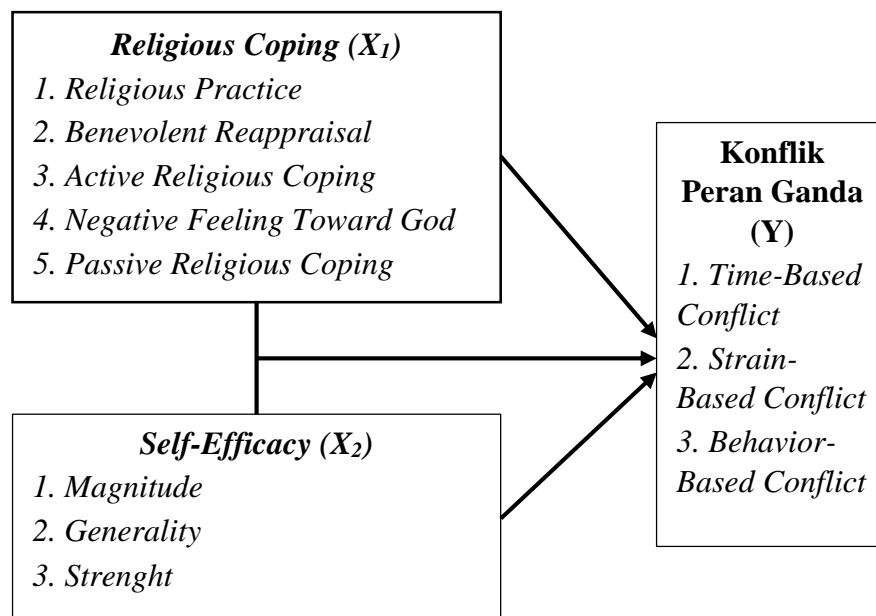
mampu mengelola waktu, emosi, dan energi, yang pada akhirnya mengurangi benturan antar peran. Secara moderasi, *self-efficacy* juga dapat memperkuat hubungan antara *religious coping* dan konflik peran ganda. Artinya, efek *positive religious coping* terhadap penurunan konflik peran akan lebih kuat pada individu dengan efikasi diri tinggi dibandingkan pada individu dengan *self-efficacy* rendah (Dolcos et al., 2021; Sugandi, 2024). Dengan demikian, kedua variabel tersebut saling terkait secara fungsional, *religious coping* berfungsi membentuk dan memperkuat *self-efficacy*, sedangkan *self-efficacy* berfungsi memperkuat dampak positif *religious coping* dalam mengatasi konflik antar peran.

Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz, keterkaitan antara ketiga variabel tersebut menjadi semakin signifikan. Aktivitas menghafal Al-Qur'an membutuhkan disiplin spiritual, tanggung jawab akademik, serta komitmen sosial yang tinggi, yang secara alami menimbulkan potensi konflik antar peran. Strategi *religious coping* seperti doa, dzikir, dan tafakkur menjadi modal penting untuk menenangkan diri dan memaknai tekanan akademik sebagai bentuk ibadah. Namun, efektivitas coping tersebut akan optimal bila diiringi dengan *self-efficacy* yang tinggi, yaitu keyakinan bahwa dirinya mampu menyeimbangkan antara hafalan, kuliah, dan kewajiban sosial. Temuan mendukung pandangan ini bahwa spiritualitas dan religiusitas yang dikombinasikan dengan *self-efficacy* dapat mengurangi stres dan konflik peran secara signifikan (Dolcos et al., 2021). Oleh karena itu, dalam kerangka penelitian skripsi, *religious coping* dan *self-efficacy* dapat diasumsikan memiliki pengaruh terhadap konflik peran ganda, baik secara langsung maupun tidak langsung.

## **F. Kerangka Konseptual**

Berdasarkan kajian teori tersebut, peneliti merancang kerangka konseptual penelitian sebagai berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual



### G. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka konseptual dan kajian literature yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti merumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

1. Hipotesis Mayor (Simultan):
  - a. Terdapat pengaruh *religious coping* dan *self-efficacy* secara bersamaan (simultan) terhadap konflik peran ganda
2. Hipotesis Minor (Parsial) :
  - a. Terdapat pengaruh *religious coping* terhadap konflik peran ganda.
  - b. Terdapat pengaruh *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain non-eksperimen (*ex post facto*). Penelitian kuantitatif adalah adalah sebuah penelitian yang menekankan analisis data *numerical* (angka) diolah dengan menggunakan metode statistik untuk memperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti (Azwar, 2017). Pendekatan kuantitatif digunakan ketika peneliti ingin menguji teori atau hubungan antarvariabel melalui pengukuran angka dan analisis statistik untuk menentukan sejauh mana hubungan antar variabel tersebut signifikan (Creswell, 2014).

Desain penelitian ini dikategorikan sebagai non-eksperimen karena peneliti tidak memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel bebas, melainkan hanya mengamati hubungan yang sudah terjadi secara alami di lapangan (Creswell, 2014). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan survei, yaitu pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner terstruktur untuk memperoleh informasi tentang persepsi, keyakinan, dan pengalaman responden (Kurniawati & Rindrayani, 2025) terkait *religious coping*, *self-efficacy*, dan konflik peran ganda. Data dikumpulkan secara *cross-sectional*, yakni hanya dilakukan satu kali pengambilan data pada waktu tertentu (Abduh et al., 2023). Analisis data menggunakan analisis regresi berganda, yaitu teknik statistik yang digunakan untuk menguji hubungan antara satu variabel terikat dengan dua atau lebih variabel bebas terhadap variabel terikat (Field, 2018).

#### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah atribut, karakteristik, atau sifat dari individu, kelompok, organisasi, atau fenomena tertentu yang dapat diukur, diamati, atau diklasifikasikan, serta menunjukkan variasi di antara subjek yang diteliti (Creswell, 2014). Variabel digunakan oleh peneliti untuk memahami pola, hubungan, atau pengaruh antarfenomena dalam suatu penelitian. Variabel-

variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari variable dependen (terikat) dan variable independen (bebas). Secara rinci, penjelasan mengenai variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel Dependen

Variabel dependen merupakan variable yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh dari variable lain, besaran efek tersebut dapat diamati dari ada tidaknya, timbul-hilangnya, dan besar-kecilnya atau berubahnya variasi yang tampak sebagai akibat perubahan pada variable lain yang dimaksud (Azwar, 2017). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah konflik peran ganda (Y) mahasiswa santri tahfidz.

2. Variabel Independen

Variabel independen adalah variabel yang variasinya mempengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variable lain atau variable yang pengaruhnya terhadap variable lain akan diketahui (Azwar, 2017). Variabel independen dalam penelitian ini adalah *religious coping* ( $X_1$ ) dan *self-efficacy* ( $X_2$ ) mahasiswa santri tahfidz

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel penelitian adalah definisi mengenai variable yang dirumuskan berdasarkan ciri, karakteristik variable tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2017). Creswell (2014) menjelaskan bahwa variabel harus didefinisikan secara operasional, yaitu dijelaskan berdasarkan bagaimana variable tersebut dapat diukur atau dimanifestasikan dalam konteks penelitian, agar dapat diamati secara empiris dan menghasilkan data yang valid. Definisi variabel-variabel penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, definisi operasional variabelnya adalah sebagai berikut:

1. Konflik Peran Ganda

Konflik peran ganda dalam penelitian ini diartikan sebagai perilaku atau sikap yang menunjukkan tingkat ketidaksesuaian tuntutan peran

perkuliahan dan kegiatan tahfidz, yang diukur melalui tiga aspek, yaitu; kesulitan membagi waktu antara peran satu dengan peran yang lain, tekanan emosional atau fisik dari satu peran yang mengganggu peran lainnya, ketidaksesuaian pola perilaku yang dituntut dalam peran satu dengan peran lainnya.

## 2. Religious Coping

*Religious coping* dalam penelitian ini diartikan sebagai strategi yang digunakan oleh mahasiswa santri tahfidz dalam menghadapi dan mengelola tekanan akademik serta tuntutan sebagai santri tahfidz dengan melibatkan keyakinan, penilaian, dan praktik keagamaan, yang diukur melalui lima aspek, yaitu; *religious practice* yang mencerminkan keterlibatan dalam aktivitas ibadah dan praktik keagamaan sebagai upaya memperoleh ketenangan dan kekuatan, *negative feeling toward God* yang menunjukkan munculnya perasaan negative terhadap Allah ketika menghadapi kesulitan, *benevolent reappraisal* yang menggambarkan cara individu memaknai kesulitan sebagai ujian dan kehendak Allah, *passive religious coping* yang menunjukkan kecenderungan menyerahkan penyelesaian masalah sepenuhnya kepada Allah tanpa disertai usaha aktif, serta *active religious coping* yang mencerminkan usaha aktif dalam mengatasi permasalahan disertai dengan doa dan tawakkal kepada Allah.

## 3. Self-Efficacy

*Self-efficacy* dalam penelitian ini diartikan sebagai keyakinan mahasiswa santri tahfidz terhadap kemampuan dirinya dalam mengelola dan menyelesaikan tuntutan perkuliahan serta kewajiban tahfidz, yang diukur melalui tiga aspek, yaitu *level* (keyakinan terhadap kemampuan menghadapi tingkat kesulitan tugas), *generality* (keyakinan terhadap kemampuan yang berlaku pada berbagai situasi dan peran sebagai mahasiswa dan santri), dan *strength* (kekuatan keyakinan dalam mempertahankan usaha dan ketekunan ketika menghadapi hambatan)

## D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

### 1. Karakteristik Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa santri tahfidz, yaitu individu yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta, serta sedang menjalani kegiatan tahfidz (menghafal/*murojaah* Al-Qur'an) baik dalam lembaga pondok pesantren maupun luar pondok pesantren di seluruh Indonesia. Pemilihan kriteria ini didasarkan pada karakteristik unik yang dimiliki oleh partisipan penelitian, yaitu adanya tuntutan untuk berfokus pada pelaksanaan tugas-tugas akademik di perkuliahan sekaligus pada upaya menambah serta menjaga hafalan alquran (Ikrimah, 2023), khususnya bagi mahasiswa yang tinggal di lingkungan pesantren (Izah et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa santri tahfidz menjadi peran ganda (*dual role*) yang menuntut pembagian waktu, energi dan komitmen emosional yang tinggi secara bersamaan, yang berpotensi memunculkan tekanan akademik maupun psikologis (Radisti et al., 2023).

### 2. Populasi Penelitian

Populasi penelitian adalah kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian dan kelompok subjek ini memiliki ciri atau karakteristik tertentu yang membedakannya dengan kelompok subjek lainnya (Azwar, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa santri tahfidz yang tersebar di seluruh wilayah Indonesia. Mahasiswa santri tahfidz merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi sekaligus mengikuti program tahfidz alquran baik yang tinggal di pondok pesantren ataupun di luar pondok pesantren. Besarnya cakupan wilayah dan tidak ketersediaannya data pasti mengenai jumlah populasi mahasiswa santri tahfidz di Indonesia, maka populasi dalam penelitian ini bersifat hipotetik, yaitu populasi yang anggotanya didefinisikan berdasarkan karakteristik atau ciri-ciri tertentu (Azwar,

2017). Populasi ini akan dijangkau secara daring (*online*) sesuai dengan karakteristik partisipan penelitian.

### 3. Sampel Penelitian

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang karakteristiknya akan diselidiki dan dianggap bisa mewakili keseluruhan populasi (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini, sampel yang digunakan adalah sebagian dari mahasiswa santri tahfidz di seluruh wilayah Indonesia yang memiliki kriteria yang telah ditetapkan. Besarnya jumlah populasi dan tidak adanya data secara pasti mengenai jumlah mahasiswa santri tahfidz, maka penentuan jumlah sampel didasarkan pada rumus yang dikemukakan oleh Hair et al., (2019) dalam bukunya yang berjudul “*Multivariate Data Analysis*” yaitu ukuran sampel yang memadai untuk analisis data multivariate sebesar 5 hingga 10 kali jumlah aitem pernyataan dalam instrument penelitian ini. Penggunaan rumus pedoman penentuan sampel ini untuk memastikan data yang diperoleh bersifat valid dan reliable. Adapun total aitem dalam instrument penelitian berjumlah 56 aitem, yang terdiri dari 24 aitem skala konflik peran ganda, 22 aitem skala *religious coping*, 10 aitem skala *self-efficacy*. Berdasarkan pedoman tersebut, maka perhitungan jumlah sampel minimal dalam penelitian ini sebagai berikut:

$$n = 5N \text{ s. d. } 10N$$

$$n = 5(56) \text{ s. d. } 10(56)$$

$$n = 280 \text{ s. d. } 560$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka jumlah sampel minimal yang ditetapkan dalam penelitian ini sebanyak 280 responden. Seluruh sampel tersebut harus memenuhi kriteria inklusi, yaitu berstatus sebagai mahasiswa aktif di perguruan tinggi sekaligus sedang menjalani program tahfidz (menghafal/*murojaah* Al-Qur’an)

#### 4. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Pengambilan sampel *non-probability sampling* apabila tidak semua anggota kelompok populasi memiliki peluang dan kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi sampel (Azwar, 2017). Jenis pengambilan sampelnya disebut dengan *purposive sampling* dimana responden yang dipilih disesuaikan dengan kriteria tertentu yang sesuai dengan populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Teknik ini digunakan ketika peneliti telah menentukan karakteristik tertentu yang relevan dengan permasalahan yang diteliti. Teknik *purposive* dapat digunakan pada kondisi di mana populasi target memiliki karakteristik khusus yang tidak dapat dijangkau secara acak, sehingga pemilihan partisipan didasarkan pada kesesuaian dengan tujuan penelitian (*criterion-based selection*) (Creswell, 2012). Adapun kriteria responden yang ditetapkan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Mahasiswa aktif 2025/2026
- b. Aktif dalam kegiatan tahfidz (sudah selesai atau sedang menghafal Al-Qur'an) di pondok pesantren atau di luar pondok pesantren

Pemilihan teknik *purposive sampling* dianggap sesuai dalam karena dalam penelitian ini meneliti pengaruh *religious coping* dan *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz. Pemilihan teknik ini juga untuk memastikan sampel representative dengan karakteristik spesifik responden. Pengambilan data dilakukan secara daring (*online*) menggunakan *Google Form* dan link kuesioner tersebut kemudian disebarluaskan secara massif melalui platform media sosial melalui *WhatsApp* dan *Instagram*.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Instrumen utama dalam penelitian ini berupa kuesioner terstruktur yang disusun dalam bentuk Skala Likert dengan 4 pilihan jawaban untuk menghindari adanya *central tendency bias* (kecenderungan memilih pilihan netral). Penggunaan Skala Likert bertujuan untuk mengungkap sikap pro dan kontra, setuju-tidak setuju, positif-negatif suatu pernyataan (Azwar, 2017). Kuesioner ini terdiri atas empat bagian utama, yaitu:

### 1. Data Demografis

Bagian pertama berisi data identitas umum responden, seperti nama atau inisial, usia, jenis kelamin, program studi, semester, lama mengikuti program tahfidz, dan dimana mengikuti program tahfidz. Data ini digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden secara deskriptif serta untuk membantu peneliti dalam menganalisis kemungkinan perbedaan individual berdasarkan latar belakang demografis.

### 2. Skala Konflik Peran Ganda

Variabel konflik peran ganda diukur menggunakan skala yang dikonstruksi sendiri oleh peneliti dengan merujuk pada aspek teori konflik peran ganda yang dikemukakan oleh Greenhaus & Beutell (1985) untuk menyesuaikan dengan dua peran utama mereka, yaitu sebagai mahasiswa dan santri tahfidz. Skala ini terdiri dari 24 item yang dikembangkan berdasarkan tiga aspek yaitu, *time-based conflict*, *strain-based conflict*, dan *behavior-based conflict*. Penggunaan teori konflik peran dari Greenhaus dan Beutell (1985) berfungsi sebagai landasan teoritis dalam perumusan indikator perilaku dan sikap, sementara pernyataan dalam skala disusun sepenuhnya oleh peneliti untuk menangkap dinamika konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz. Blueprint skala konflik peran ganda disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 3.1 Blueprint Skala Konflik Peran Ganda

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah Soal
			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Time-based conflict</i>	Kesulitan mengalokasikan waktu dengan proporsional	1,2	3, 4	4
		Gangguan waktu sosial dan pribadi	5, 6	7, 8	4
2.	<i>Strain-based conflict</i>	Ketegangan emosional atau fisik dari satuperan menurunkan kemampuan menjalankan peran lain	9, 10	11, 12	4
		Beban mental atau psikologis dari satu peran mengganggu fokus dan konsentrasi dan kinerja lainnya	13, 14	15, 16	4
3.	<i>Behavior-</i>	Ketidasesuaian cara	17, 18	19, 20	4

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah Soal
			Favorable	Unfavorable	
	<i>based</i>	menyelesaikan			
	<i>conflict</i>	masalah antar dua peran			
		Perbedaan tuntutan perilaku antar dua peran	21, 22	23, 24	4
Total Item					24

### 3. Skala Religious Coping

Tingkat *religious coping*, penelitian ini diukur menggunakan skala yang dimodifikasi dari *An Iranian Religious Coping Scale* (Aflakseir & Coleman, 2011) yang sebelumnya telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Putri (2022). Peneliti memodifikasi skala pada beberapa redaksi item untuk menyesuaikan konteks penelitian pada mahasiswa santri tahfidz. Skala ini juga telah digunakan dalam konteks santri tahfidz oleh Adzim et al. (2024). Skala ini menilai sejauh mana individu memanfaatkan sumber daya keagamaan dalam menghadapi tekanan hidup. Skala ini terdiri dari 22 item yang mengukur lima aspek utama: *religious practice*, *benevolent reappraisal*; *active religious coping*; *negative feeling toward god*; *passive religious coping*. Skala *religious coping* ini telah digunakan dan diujikan pada penelitian terdahulu serta menunjukkan nilai reliabilitas yang baik, dengan nilai Alpha Cronbach yang konsisten pada masing-masing aspek. Nilai koefisien reliabilitas Alpha Cronbach pada masing-masing aspek berturut-turut adalah 0,89 untuk *religious practice*; 0,79 untuk *benevolent reappraisal*; 0,79 untuk *active religious coping*; 0,72 untuk *negative feeling toward god*; 0,79

untuk *passive religious coping* (Adzim et al., 2024). Hasil tersebut menunjukkan bahwa skala ini memiliki konsistensi internal yang baik dalam mengukur berbagai aspek *religious coping*. Blueprint skala *religious coping* disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3.2 Blueprint Skala Religious Coping

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah Soal
			Favorabel	Unfavorabel	
1.	<i>Religious practice</i>	Fokus melakukan aktivitas spiritual dan meyakini manfaatnya bagi kehidupan	2, 7, 11, 14, 17	-	5
2.	<i>Benevolent Reappraisal</i>	Melakukan penilaian ulang secara positif terhadap permasalahan yang terjadi	1, 6, 13, 16, 18, 22	-	6
3.	<i>Active religious coping</i>	Menyerahkan kendali secara aktif kepada Tuhan dalam menghadapi setiap kondisi	3, 5, 10, 15, 20	-	5
4.	<i>Negative feeling</i>	Memiliki perasaan	-	8, 12, 21	3

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah Soal
			Favorabel	Unfavorabel	
.	<i>toward God</i>	negative kepada Tuhan atas permasalahan yang dihadapi			
5	<i>Passive religious coping</i>	Bergantung dan menunggu bantuan Tuhan dalam menghadapi permasalahan yang terjadi	4, 9, 19	-	3
Total Item					22

#### 4. Skala Self-Efficacy

Variabel *self-efficacy* diukur menggunakan *General Self-Efficacy Scale* (GSES) yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995). Skala ini dirancang untuk mengukur keyakinan umum seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi situasi menantang atau menyelesaikan tugas. Dalam penelitian ini, skala yang digunakan merupakan modifikasi dari skala GSES yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Wardani et al, (2025). Peneliti melakukan modifikasi pada beberapa redaksi item guna menyesuaikan konteks tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa santri tahfidz. Skala ini telah digunakan secara luas di berbagai negara dan terbukti memiliki validitas lintas budaya yang baik (Scholz et al., 2002).

Skala *self-efficacy* yang digunakan dalam penelitian ini bersifat unidimensional, sehingga tidak dibagi ke dalam sub-aspek atau dimensi

tertentu. Hal ini sejalan dengan pernyataan Schwarzer dan Jerusalem (1995) bahwa *General Self-Efficacy Scale* merupakan satu kesatuan konstruk keyakinan umum individu. Skala GSES telah dilakukan pengujian dengan hasil bahwa skala GSES memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi dengan koefisien reliabilitas antara 0,760 hingga 0,801 (Wardani et al., 2025). Hasil analisis *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) menunjukkan nilai Kaiser-Meyer-Okin (KMO) sebesar 0,949 yang menandakan bahwa data memenuhi persyaratan untuk dilakukan analisis faktor (Wardani et al., 2025). Dengan tingkat beban faktor (*factor loading*) pada nilai 0,752 – 0,810 yang ditemukan pada setiap item mengonfirmasikan bahwa item-item pada skala GSES ini secara konsisten merepresentasikan konstruk *self-efficacy*.

## F. Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif untuk menguji pengaruh pada setiap variabel menggunakan analisis regresi berganda. Uji analisis dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS 25.0 *for Windows*. Analisis regresi berganda dipilih untuk menguji pengaruh secara parsial maupun simultan dari variabel bebas (*religious coping* dan *self-efficacy*) terhadap variabel terikat (konflik peran ganda). Tahap-tahap dalam melakukan analisis dilakukan sebagai berikut:

### 1. Uji Validitas

Uji validitas instrumen dalam penelitian ini dilakukan dengan menguji validitas isi dengan meminta penilaian dengan para ahli dalam bidang yang sesuai dalam penelitian ini (*expert judgement*). Pengujian validitas isi ini dilakukan oleh tiga rater yaitu dua dosen dari program studi Psikologi Islam dari Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung dan satu dosen dari Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Para *expert* memberikan penilaian pada kesesuaian pernyataan aitem yang dibentuk dan dimodifikasi oleh peneliti yang disesuaikan dengan konteks penelitian. Penilaian yang

diberikan oleh rater menggunakan Skala Likert dengan kriteria sebagai berikut:

Tabel 3.3 Kriteria Penilaian Item

<b>Nilai</b>	<b>Keterangan</b>
1	Sangat Tidak Relevan
2	Tidak Relevan
3	Netral
4	Relevan
5	Sangat Relevan

Penilaian yang telah diberikan oleh para expert selanjutnya akan dilakukan analisis lebih lanjut menggunakan Aiken's V untuk mengetahui tingkat validitas tiap aitem. Berikut merupakan rumus untuk menghitung tingkat validitas menggunakan Aiken's V:

$$V = \frac{S}{n(c - 1)}$$

**Keterangan**

S = R - lo

R: Nilai yang diberikan expert

lo: Nilai validitas terendah

c: Nilai validitas tertinggi

n: Jumlah rater

Hasil dari perhitungan tingkat validitas diatas kemudian diinterpretasikan yang didasarkan pada klasifikasi nilai Aiken's V berikut ini:

Tabel 3. 4 Kategori Nilai Aiken-V

<b>Nilai Aiken's V</b>	<b>Kategori</b>
$0.81 \leq V \leq 1.00$	Sangat Valid
$0.40 \leq V \leq 0.80$	Cukup Valid
$0.00 \leq V \leq 0.40$	Kurang Valid

Berikut merupakan hasil uji validitas isi menggunakan koefisien Aiken's V:

a. Skala Konflik Peran Ganda

Hasil uji validitas isi pada skala konflik peran ganda yang dianalisis menggunakan koefisien Aiken's V menunjukkan bahwa setiap butir telah dievaluasi oleh para ahli berdasarkan tingkat relevansi terhadap konstruk yang diukur. Berikut merupakan hasil uji validitas skala konflik peran ganda menggunakan koefisien Aiken's V:

Tabel 3.5 Hasil Uji Aiken's V Skala Konflik Peran Ganda

<b>Aitem</b>	<b><math>\sum S</math></b>	<b>V</b>	<b>Keterangan</b>
1	12	1	Valid
2	12	1	Valid
3	12	1	Valid
4	9	0.75	Valid
5	12	1	Valid
6	12	1	Valid
7	9	0.75	Valid
8	9	0.75	Valid
9	12	1	Valid
10	12	1	Valid
11	12	1	Valid
12	12	1	Valid

Aitem	$\Sigma S$	V	Keterangan
13	9	0.75	Valid
14	12	1	Valid
15	12	1	Valid
16	9	0.75	Valid
17	12	1	Valid
18	12	1	Valid
19	12	1	Valid
20	9	0.75	Valid
21	12	1	Valid
22	12	1	Valid
23	9	0.75	Valid
24	12	1	Valid

Berdasarkan tabel hasil uji validitas menggunakan Aiken's V membuktikan bahwa seluruh pernyataan aitem lulus kriteria validitas Aiken's V dengan tujuh aitem dengan kategori cukup valid ( $V=0.75$ ) dan sisanya dengan kategori sangat valid. Dalam hal ini, skala konflik peran ganda ini dapat digunakan dalam mengukur tingkat konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz.

b. Skala Religious Coping

Hasil uji validitas isi pada skala *religious coping* yang dianalisis menggunakan koefisien Aiken's V menunjukkan bahwa setiap butir telah dievaluasi oleh para ahli berdasarkan tingkat relevansi terhadap konstruk yang diukur. Berikut merupakan hasil uji validitas skala *religious coping* menggunakan koefisien Aiken's V:

Tabel 3.6 Tabel Hasil Uji Aiken's V

Aitem	$\Sigma S$	V	Keterangan
1	12	1	Valid
2	12	1	Valid
3	12	1	Valid
4	12	1	Valid

<b>Aitem</b>	<b><math>\Sigma S</math></b>	<b>V</b>	<b>Keterangan</b>
5	9	0.75	Valid
6	9	0.75	Valid
7	12	1	Valid
8	12	1	Valid
9	12	1	Valid
10	12	1	Valid
11	12	1	Valid
12	12	1	Valid
13	9	0.75	Valid
14	12	1	Valid
15	12	1	Valid
16	12	1	Valid
17	9	0.75	Valid
18	12	1	Valid
19	9	0.75	Valid
20	12	1	Valid
21	12	1	Valid
22	12	1	Valid

Berdasarkan tabel hasil uji validitas menggunakan Aiken's V membuktikan bahwa seluruh pernyataan aitem lulus kriteria validitas Aiken's V dengan lima aitem dengan kategori cukup valid ( $V=0.75$ ) dan sisanya dengan kategori sangat valid. Dalam hal ini, skala *religious coping* ini dapat digunakan dalam mengukur tingkat *religious coping* pada mahasiswa santri tahfidz.

c. Skala Self-Efficacy

Hasil uji validitas isi pada skala *self-efficacy* yang dianalisis menggunakan koefisien Aiken's V menunjukkan bahwa setiap butir telah dievaluasi oleh para ahli berdasarkan tingkat relevansi terhadap konstruk yang diukur. Berikut merupakan hasil uji validitas skala *self-efficacy* menggunakan koefisien Aiken's V:

Tabel 3.7 Hasil Uji Aikens V Skala Self-Efficacy

<b>Aitem</b>	$\Sigma S$	<b>V</b>	<b>Keterangan</b>
1	12	1	Valid
2	9	0.75	Valid
3	12	1	Valid
4	12	1	Valid
5	12	1	Valid
6	12	1	Valid
7	9	0.75	Valid
8	9	0.75	Valid
9	9	0.75	Valid
10	12	1	Valid

Berdasarkan tabel hasil uji validitas menggunakan Aiken's V membuktikan bahwa seluruh pernyataan aitem lulus kriteria validitas Aiken's V dengan empat aitem dengan kategori cukup valid ( $V=0.75$ ) dan sisanya dengan kategori sangat valid. Dalam hal ini, skala *self-efficacy* ini dapat digunakan dalam mengukur tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa santri tahfidz.

## 2. Uji Reliabilitas

Setelah seluruh butir instrumen dinyatakan valid, langkah selanjutnya dilakukan uji coba instrumen pada 30 responden yang memiliki karakteristik yang sesuai dengan kriteria partisipan penelitian. Data dari 30 responden tersebut akan diolah dan dianalisis untuk mengetahui tingkat reliabilitas alat ukur. Uji reliabilitas bertujuan untuk mengukur konsistensi internal instrumen, yaitu sejauh mana instrumen penelitian memberikan hasil yang konsisten apabila dilakukan pengukuran berulang pada kelompok yang memiliki konsistensi yang serupa. Uji reliabilitas ini menggunakan teknik koefisien Alpha Cronbach, dimana suatu instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki nilai koefisien Alpha Cronbach  $> 0,70$ . Adapun hasil uji reliabilitas pada masing-masing skala penelitian disajikan sebagai berikut:

## a. Skala Konflik Peran Ganda

**Uji Reliabilitas Skala Konflik Peran Ganda Tahap Pertama**

Tabel 3.8 Reliabilitas Statistik Skala Konflik Peran Ganda

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,722	24

Tabel 3.9 Item-Total Statistic

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
KPG001	0,368	0.25	Lolos
KPG002	0,092	0.25	Tidak Lolos
KPG003	0,254	0.25	Lolos
KPG004	0,268	0.25	Lolos
KPG005	0,324	0.25	Lolos
KPG006	0,267	0.25	Lolos
KPG007	-0,103	0.25	Tidak Lolos
KPG008	0,395	0.25	Lolos
KPG009	0,334	0.25	Lolos
KPG010	0,569	0.25	Lolos
KPG011	-0,042	0.25	Tidak Lolos
KPG012	0,299	0.25	Lolos
KPG013	0,039	0.25	Tidak Lolos
KPG014	0,303	0.25	Lolos
KPG015	0,080	0.25	Tidak Lolos
KPG016	0,067	0.25	Tidak Lolos
KPG017	0,266	0.25	Lolos
KPG018	0,576	0.25	Lolos
KPG019	0,415	0.25	Lolos
KPG020	0,219	0.25	Tidak Lolos
KPG021	0,414	0.25	Lolos
KPG022	0,600	0.25	Lolos
KPG023	0,139	0.25	Tidak Lolos
KPG024	0,207	0.25	Tidak Lolos

Berdasarkan hasil uji reliabilitas tahap pertama, diperoleh nilai Alpha Cronbach sebesar 0.722 ( $>0.70$ ) dengan total item sebanyak 24 item. Nilai tersebut menunjukkan bahwa skala ini layak untuk digunakan dalam penelitian ini. Namun, berdasarkan hasil analisis pada tabel *item-total statistics* pada skala konflik peran ganda pada tahap pertama masih ditemukan beberapa item yang memiliki nilai *corrected item – total correlation*  $< 0.25$  artinya, peneliti diharuskan untuk menggugurkan item tersebut karena dinyatakan tidak memenuhi kriteria pengujian. Maka, peneliti melakukan pengujian lebih lanjut tanpa menggunakan item-item yang telah gugur.

### Uji Reliabilitas Skala Konflik Peran Ganda Tahap Kedua

Tabel 3.10 Reliabilitas Statistik Konflik peran Ganda

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,780	15

Tabel 3.11 Item-Total Statistik

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
KPG001	0,313	0.25	Lolos
KPG003	0,182	0.25	Tidak Lolos
KPG004	0,290	0.25	Lolos
KPG005	0,408	0.25	Lolos
KPG006	0,362	0.25	Lolos
KPG008	0,272	0.25	Lolos
KPG009	0,420	0.25	Lolos
KPG010	0,662	0.25	Lolos
KPG012	0,363	0.25	Lolos
KPG014	0,336	0.25	Lolos
KPG017	0,244	0.25	Tidak Lolos
KPG018	0,532	0.25	Lolos
KPG019	0,484	0.25	Lolos
KPG021	0,465	0.25	Lolos

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
KPG022	0,583	0.25	Lolos

Berdasarkan hasil uji reliabilitas tahap kedua, diperoleh nilai Alpha Cronbach sebesar 0.780 ( $>0.7$ ) dengan total item sebanyak 15 item. Nilai tersebut menunjukkan bahwa skala ini layak untuk digunakan dalam penelitian ini. Namun, berdasarkan hasil analisis pada tabel *item-total statistics* pada skala konflik peran ganda pada tahap kedua masih ditemukan beberapa item yang memiliki nilai *corrected item – total correlation*  $< 0.25$  artinya, peneliti diharuskan untuk menggugurkan item tersebut karena dinyatakan tidak memenuhi kriteria pengujian. Maka, peneliti melakukan pengujian lebih lanjut tanpa menggunakan item-item yang telah gugur.

### Uji Reliabilitas Skala Konflik Peran Ganda Tahap Ketiga

Tabel 3.12 Reliability Statistic Skala Konflik Peran Ganda Tahap Ketiga

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,790	13

Tabel 3.13 Item-Total Statistic Skala Konflik Peran Ganda Tahap Ketiga

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
KPG001	0,351	0.25	Lolos
KPG004	0,267	0.25	Lolos
KPG005	0,336	0.25	Lolos
KPG006	0,295	0.25	Lolos
KPG008	0,255	0.25	Lolos

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
KPG009	0,391	0.25	Lolos
KPG010	0,721	0.25	Lolos
KPG012	0,434	0.25	Lolos
KPG014	0,413	0.25	Lolos
KPG018	0,522	0.25	Lolos
KPG019	0,470	0.25	Lolos
KPG021	0,539	0.25	Lolos
KPG022	0,591	0.25	Lolos

Berdasarkan hasil uji reliabilitas tahap ketiga pada skala konflik peran ganda, diperoleh nilai Alpha Cronbach sebesar 0.790 (>0.70) dengan jumlah item sebanyak 13 item. Hasil analisis pada tabel *item-total statistics* pada skala konflik peran ganda pada tahap ketiga memperoleh nilai *corrected item – total correlation* > 0.25 artinya seluruh item lolos. Dengan kualifikasi tersebut menunjukkan bahwa skala konflik peran ganda ini layak untuk digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

b. Skala Religious Coping

**Uji Reliabilitas Skala *Religious Coping* Tahap Pertama**

Tabel 3.14 Reliability Statistic Skala Religious Coping Tahap Pertama

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,847	22

Tabel 3.15 Item-Total Statistic Skala Religious Coping Tahap Pertama

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
RC1	0,471	0.25	Lolos
RC2	0,443	0.25	Lolos
RC3	0,204	0.25	Tidak Lolos
RC4	0,380	0.25	Lolos
RC5	0,607	0.25	Lolos
RC6	0,610	0.25	Lolos
RC7	0,674	0.25	Lolos
RC8	0,126	0.25	Tidak Lolos
RC9	0,067	0.25	Tidak Lolos
RC10	0,710	0.25	Lolos
RC11	0,746	0.25	Lolos
RC12	0,414	0.25	Lolos
RC13	0,315	0.25	Lolos
RC14	0,544	0.25	Lolos
RC15	0,728	0.25	Lolos
RC16	0,633	0.25	Lolos
RC17	0,553	0.25	Lolos
RC18	0,577	0.25	Lolos
RC19	0,398	0.25	Lolos
RC20	0,530	0.25	Lolos
RC21	0,032	0.25	Tidak Lolos
RC22	0,658	0.25	Lolos

Berdasarkan hasil uji reliabilitas tahap pertama, diperoleh nilai Alpha Cronbach sebesar 0.847 ( $>0.7$ ) dengan total item sebanyak 22 item. Nilai tersebut menunjukkan bahwa skala religious coping ini layak untuk digunakan dalam penelitian ini. Namun, berdasarkan hasil analisis pada tabel *item-total statistics* pada skala *religious coping* pada tahap pertama masih ditemukan beberapa item yang memiliki nilai *corrected item – total correlation*  $< 0.25$  artinya, peneliti diharuskan untuk menggugurkan item tersebut karena dinyatakan tidak memenuhi

kriteria pengujian. Maka, peneliti melakukan pengujian lebih lanjut tanpa menggunakan item-item yang telah gugur.

### Uji Reliabilitas Skala *Religious Coping* Tahap Kedua

Tabel 3.16 Reliability Statistic Skala Religious Coping Tahap Kedua

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,896	18

Tabel 3.17 Item Total Statistic Skala Religious Coping Tahap Kedua

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
RC1	0,473	0.25	Lolos
RC2	0,473	0.25	Lolos
RC3	0,344	0.25	Lolos
RC4	0,624	0.25	Lolos
RC5	0,669	0.25	Lolos
RC6	0,701	0.25	Lolos
RC7	0,719	0.25	Lolos
RC10	0,786	0.25	Lolos
RC11	0,385	0.25	Lolos
RC13	0,307	0.25	Lolos
RC14	0,587	0.25	Lolos
RC15	0,766	0.25	Lolos
RC16	0,620	0.25	Lolos
RC17	0,624	0.25	Lolos
RC18	0,569	0.25	Lolos
RC19	0,377	0.25	Lolos
RC20	0,543	0.25	Lolos
RC22	0,672	0.25	Lolos

Berdasarkan hasil uji reliabilitas tahap kedua pada skala *religious coping*, diperoleh nilai Alpha Cronbach sebesar 0.896 (>0.70) dengan jumlah item sebanyak 18 item. Hasil analisis pada tabel *item-total statistics* pada skala *religious coping* pada

tahap kedua memperoleh nilai *corrected item – total correlation* > 0.25 artinya seluruh item lolos. Dengan kualifikasi tersebut menunjukkan bahwa skala *religious coping* ini layak untuk digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

c. Skala Self-Efficacy

**Uji Reliabilitas Skala *Self-Efficacy* Tahap Pertama**

Tabel 3.18 Reliabilitas Statistik Skala Self-Efficacy Tahap Pertama

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,833	10

Tabel 3.19 Item-Total Statistics Skala Self-Efficacy Tahap Pertama

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
SE01	0,246	0.25	Tidak Lolos
SE02	0,559	0.25	Lolos
SE03	0,588	0.25	Lolos
SE04	0,529	0.25	Lolos
SE05	0,543	0.25	Lolos
SE06	0,579	0.25	Lolos
SE07	0,673	0.25	Lolos
SE08	0,423	0.25	Lolos
SE09	0,697	0.25	Lolos
SE10	0,445	0.25	Lolos

Berdasarkan hasil uji reliabilitas tahap pertama, diperoleh nilai Alpha Cronbach sebesar 0.833 (>0.7) dengan total item sebanyak 10 item. Nilai tersebut menunjukkan bahwa skala *self-efficacy* ini layak untuk digunakan dalam penelitian ini. Namun, berdasarkan hasil analisis pada tabel *item-total statistics* pada

skala *self-efficacy* pada tahap pertama masih ditemukan satu item yang memiliki nilai *corrected item – total correlation* < 0.25 artinya, peneliti diharuskan untuk menggugurkan item tersebut karena dinyatakan tidak memenuhi kriteria pengujian. Maka, peneliti melakukan pengujian lebih lanjut tanpa menggunakan item-item yang telah gugur.

### Uji Reliabilitas Skala *Self-Efficacy* Tahap Kedua

Tabel 3.20 Reliabilitas Statistik Skala Self-Efficacy Tahap Kedua

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,842	9

Tabel 3.21 Item-Total Statistics Skala Self-Efficacy Tahap Kedua

<i>Item-Total Statistics</i>			
Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Batasan Koefisien	Keterangan
SE02	0,483	0.25	Lolos
SE03	0,534	0.25	Lolos
SE04	0,510	0.25	Lolos
SE05	0,517	0.25	Lolos
SE06	0,594	0.25	Lolos
SE07	0,705	0.25	Lolos
SE08	0,499	0.25	Lolos
SE09	0,691	0.25	Lolos
SE10	0,510	0.25	Lolos

Berdasarkan hasil uji reliabilitas tahap kedua pada skala *self-efficacy*, diperoleh nilai Alpha Cronbach sebesar 0.842 (>0.70) dengan jumlah item sebanyak 9 item. Hasil analisis pada tabel *item-total statistics* pada skala *self-efficacy* pada tahap kedua memperoleh nilai *corrected item – total correlation* > 0.25

artinya seluruh item lolos. Dengan kualifikasi tersebut menunjukkan bahwa skala *self-efficacy* ini layak untuk digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

## G. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana variabel bebas, yaitu *religious coping* dan *self-efficacy*, berpengaruh terhadap variabel terikat yaitu konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25. Analisis regresi berganda merupakan teknik statistik multivariate yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara satu variabel dependen yang diukur menggunakan skala angka dengan dua atau lebih variabel independen (Hair et al., 2019). Analisis ini memungkinkan peneliti untuk mengukur besarnya pengaruh masing-masing variabel bebas secara parsial dan simultan, serta menentukan sejauh mana kombinasi kedua variabel tersebut menjelaskan variasi dalam variabel terikat (Azwar, 2017). Creswell (2014) menegaskan bahwa analisis regresi merupakan salah satu metode statistik inferensial utama dalam penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji hipotesis hubungan sebab-akibat antarvariabel berdasarkan data numerik. Peneliti menggunakan analisis regresi berganda untuk menguji pengaruh *religious coping* ( $X_1$ ) dan *self-efficacy* ( $X_2$ ) terhadap konflik peran ganda ( $Y$ ), sehingga peneliti dapat melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat secara parsial maupun secara simultan. Sebelum melakukan analisis data, peneliti melakukan beberapa tahap sebagai berikut:

### 1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dalam penelitian ini digunakan untuk menggambarkan karakteristik data penelitian secara umum tanpa melakukan pengujian hipotesis. Analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai tingkat masing-masing variabel penelitian (konflik peran ganda, *religious coping*, dan *self-efficacy*).

Pengolahan statistic deskriptif menggunakan bantuan program SPSS *for Windows* versi 25 meliputi nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi. Analisis deskriptif tersebut dapat digunakan untuk pengkategorian skor untuk mengetahui tingkat masing-masing variabel berdasarkan distribusi skor responden (Azwar, 2017). Kategorisasi dilakukan dengan menggunakan pendekatan distribusi normative berdasarkan nilai mean dan standar deviasi.

## 2. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik digunakan sebelum melakukan analisis regresi, yang berfungsi untuk memastikan data memenuhi asumsi-asumsi dasar agar sesuai dengan kaidah-kaidah statistik (Ghozali, 2018b). Adapun uji asumsi klasik yang dilakukan meliputi:

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data residual dalam model regresi berdistribusi normal. Model regresi yang baik adalah model regresi yang memiliki salah satu syarat agar pengujian statistic dapat dilakukan secara valid (Ghozali, 2018b). Data dapat dikatakan normal apabila memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ . Uji normalitas dapat diperkuat dengan pemeriksaan grafik histogram dan P-P Plot.

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen ( $X_1, X_2$ ) dan variabel dependen (Y) bersifat linear. Hubungan yang linear merupakan asumsi penting dalam analisis regresi linier, karena apabila hubungan antarvariabel tidak linear maka model regresi linear menjadi kurang tepat untuk digunakan (Ghozali, 2018b). Hubungan antarvariabel dapat dikatakan linear apabila memiliki nilai signifikansi *Deviation of Linearity*  $> 0,05$ . Dan sebaliknya

apabila nilai signifikansi *Deviation of Linearity*  $< 0,05$  maka hubungan antarvariabel tidak linear.

c. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi merupakan salah satu uji asumsi klasik dalam analisis regresi yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara kesalahan pengganggu (residual) pada suatu periode dengan kesalahan pada periode sebelumnya dalam model regresi. Autokorelasi umumnya terjadi pada data runtut waktu (*time series*), karena residual pada satu periode berpotensi dipengaruhi oleh residual periode sebelumnya (Ghozali, 2018). Model regresi yang baik adalah model yang tidak mengandung autokorelasi, artinya tidak terdapat hubungan antara residual satu pengamatan dengan residual pengamatan lainnya. Uji autokorelasi dilakukan menggunakan uji Durbin–Watson (DW). Nilai statistik Durbin–Watson berkisar antara 0 sampai 4. Nilai yang mendekati 2 menunjukkan tidak adanya autokorelasi, sedangkan nilai yang mendekati 0 menunjukkan adanya autokorelasi positif dan nilai yang mendekati 4 menunjukkan autokorelasi negatif (Gujarati & Porter, 2009).

d. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terdapat korelasi yang tinggi antarvariabel independen. Model regresi yang baik adalah yang tidak menunjukkan adanya multikolinearitas atau terbebas dari korelasi yang tinggi, karena korelasi yang tinggi dapat menyebabkan ketidakstabilan estimasi koefisien regresi (Gujarati & Porter, 2009). Uji multikolinearitas dapat dilihat melalui nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF). Jika nilai *Tolerance*  $> 0,1$  dan *VIF*  $< 10$  maka tidak ada gejala

multikolinearitas. Dan sebaliknya, jika nilai *Tolerance*  $< 0,1$  dan *VIF*  $> 10$  maka terjadi gejala multikolinearitas.

e. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan varians residual antar nilai prediksi. Model regresi yang baik adalah model yang bersifat homoskedastis, yaitu memiliki varians residual yang konstan (Gujarati & Porter, 2009). Apabila terjadi heteroskedastisitas, maka estimasi koefisien regresi tetap tidak bias, tetapi menjadi tidak efisien sehingga dapat memengaruhi kesimpulan penelitian (Ghozali, 2018b). Uji heteroskedastisitas dapat dilakukan menggunakan Glejset Test atau Spearman Rank Test. Data dikatakan bebas heteroskedastisitas apabila memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ . Dan sebaliknya, data memiliki gejala heteroskedastisitas apabila memiliki nilai signifikansi  $< 0,05$ .

3. Analisis Regresi Berganda

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Teknik analisis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh dua atau lebih variabel independen terhadap satu variabel dependen, baik secara simultan maupun parsial. Analisis regresi berganda dipilih karena penelitian ini melibatkan lebih dari satu variabel bebas yang diduga memiliki pengaruh terhadap konflik peran ganda sebagai variabel terikat.

Dalam penelitian ini, *religious coping* dan *self-efficacy* ditetapkan sebagai variabel independen, sedangkan konflik peran ganda sebagai variabel dependen. Melalui analisis regresi berganda, peneliti dapat mengetahui sejauh mana *religious coping* dan *self-efficacy* secara bersama-sama maupun masing-masing berkontribusi terhadap tingkat

konflik peran ganda yang dialami responden. Model persamaan regresi berganda dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2 X_2 + e$$

Keterangan:

$Y$  = Konflik Peran Ganda

$a$  = Konstanta

$b_1$  = Koefisien regresi *religious coping*

$b_2$  = Koefisien regresi *self-efficacy*

$X_1$  = *Religious Coping*

$X_2$  = *Self-Efficacy*

$e$  = Error (residual)

Pengujian regresi dilakukan untuk melihat pengaruh simultan variabel independen terhadap variabel dependen melalui uji F, serta pengaruh parsial masing-masing variabel independen melalui uji t. Selain itu, digunakan pula koefisien determinasi ( $R^2$ ) untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel *religious coping* dan *self-efficacy* dalam menjelaskan variasi konflik peran ganda.

#### 4. Uji Hipotesis

Analisis hipotesis digunakan untuk menguji kebenaran hipotesis penelitian berdasarkan hasil analisis regresi yang telah dilakukan. Pengujian hipotesis dalam penelitian meliputi uji t, uji F, dan koefisien determinasi (Ghozali, 2018b).

##### a. Uji F

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen secara simultan memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Uji F menunjukkan apakah model regresi yang dibentuk mampu menjelaskan variasi variabel dependen secara signifikan. Dasar pengambilan keputusan ada

dua yaitu dengan membandingkan nilai signifikansi dengan nilai probabilitas (0,05). Apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $<0,05$ ) artinya variabel  $X_1$  dan  $X_2$  berpengaruh terhadap variabel Y. Dan sebaliknya, apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $>0,05$ ) artinya variabel  $X_1$  dan  $X_2$  tidak berpengaruh terhadap variabel Y. Dasar pengambilan keputusan yang kedua yaitu dengan membandingkan  $F_{hitung}$  dengan  $F_{tabel}$ . Apabila nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$  maka variabel  $X_1$  dan  $X_2$  berpengaruh terhadap variabel Y, dan apabila nilai  $F_{hitung} < F_{tabel}$  maka variabel  $X_1$  dan  $X_2$  tidak berpengaruh terhadap variabel Y.

b. Uji t

Uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh secara parsial dari variabel independen terhadap variabel dependen. Menurut Hair et al., (2019), uji t dalam regresi digunakan untuk mengetahui apakah koefisien tersebut secara statistic berbeda dari nol. Untuk dasar pengambilan keputusan dalam uji t ini ada dua cara, yaitu dengan membandingkan nilai signifikansi dengan nilai probabilitas (0,05) dan dengan membandingkan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$ . Apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $<0,05$ ) artinya variabel X berpengaruh terhadap variabel Y. Dan sebaliknya, apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $>0,05$ ) artinya variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y. Dasar pengambilan keputusan yang kedua adalah dengan membandingkan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$ . Apabila nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka variabel X berpengaruh terhadap variabel Y, dan apabila nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y.

c. Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen. Pengujian koefisien determinasi ini dilakukan dengan maksud mengukur kemampuan model dalam menerangkan seberapa besar pengaruh variabel independen secara simultan mempengaruhi variabel dependen yang dapat dilihat dengan nilai *adjusted R – Squared* (Ghozali, 2018b). Nilai *R Square* dikategorikan kuat apabila  $>0,67$ , dikatakan moderat jika lebih dari  $0,33 < R\text{-Square} < 0,67$  dan dikatakan lemah apabila  $0,19 < R\text{-Square} < 0,33$ .

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian diawali dengan tahap penyusunan instrumen penelitian yang dilakukan melalui proses konstruksi mandiri serta modifikasi dari alat ukur yang sudah ada agar relevan dengan konteks subjek. Setelah instrumen tersusun, pada tanggal 5 Desember 2025, peneliti melakukan proses penilaian ahli (*expert judgment*). Tahap ini bertujuan untuk memastikan validitas isi serta kelayakan bahasa dan substansi pada butir-butir pernyataan sebelum instrumen digunakan untuk pengambilan data.

Setelah instrumen dinyatakan layak oleh para ahli, penelitian dilanjutkan dengan tahap pengumpulan data lapangan yang berlangsung selama kurang lebih satu bulan, dimulai dari tanggal 18 Desember 2025 - 20 Januari 2026. Pengambilan data dilakukan secara daring (*online*) dengan menyebarkan kuesioner (*Google Formulir*) ke berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Metode pengumpulan data secara daring dipilih dengan pertimbangan keterbatasan akses geografis, sehingga memungkinkan peneliti untuk menjangkau responden dari berbagai wilayah di seluruh penjuru Indonesia secara efektif dan efisien. Selama periode penyebaran tersebut, peneliti berhasil menjangkau sebanyak 285 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Seluruh data yang masuk kemudian melalui tahap pemeriksaan kelengkapan sebelum dilakukan analisis data lebih lanjut.

Penelitian ini tidak terbatas pada satu wilayah tertentu, melainkan mencakup lingkup nasional dengan melibatkan perguruan tinggi yang tersebar di seluruh wilayah Indonesia. Penentuan lokasi dilakukan berdasarkan klasifikasi perguruan tinggi untuk mendapatkan representasi data yang komprehensif dari berbagai latar belakang institusi pendidikan.

Adapun kategori perguruan tinggi yang menjadi fokus dalam lokasi penelitian ini meliputi:

1. Perguruan Tinggi Negeri (PTN), lembaga pendidikan tinggi yang dikelola oleh pemerintah. Umumnya di bawah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi.
2. Perguruan Tinggi Swasta (PTS), lembaga pendidikan tinggi yang dikelola oleh masyarakat sesuai dengan undang-undang yang berlaku.
3. Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN), lembaga pendidikan tinggi keagamaan Islam yang berada dalam naungan Kementerian Agama Republik Indonesia.
4. Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta (PTKIS), lembaga pendidikan tinggi keagamaan Islam yang dikelola oleh pihak swasta atau yayasan tertentu.

Pemilihan lokasi penelitian yang mencakup seluruh penjuru Indonesia ini bertujuan untuk menjaring keberagaman karakteristik partisipan, baik dari segi budaya, lingkungan akademis, maupun sistem nilai yang diterapkan di masing-masing jenis perguruan tinggi. Melalui pemanfaatan media daring (*online*) dalam pengambilan data, peneliti dapat menjangkau mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah, sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih luas mengenai fenomena konflik peran ganda, *religious coping*, dan *self-efficacy* pada mahasiswa di Indonesia.

## **B. Data Demografis Penelitian**

Deskripsi data partisipan penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran secara umum mengenai profil responden yang terlibat dalam penelitian ini. Data diperoleh melalui 285 responden yang telah mengisi instrumen penelitian secara lengkap melalui kuesioner yang disebarakan secara daring (*online*). Karakteristik responden yang akan dipaparkan pada bagian ini mencakup sebaran usia, jenis kelamin, serta kualifikasi perguruan

tinggi. Adapun rincian mengenai distribusi frekuensi karakteristik partisipan disajikan secara mendalam sebagai berikut.

1. Data Demografis Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Berdasarkan data penelitian yang terkumpul dari 285 responden, karakteristik partisipan penelitian ditinjau dari aspek usia menunjukkan bahwa seluruh partisipan berada pada rentang usia 18 hingga 27 tahun terdiri dari laki-laki dan perempuan. Adapun distribusi untuk kedua kategori tersebut disajikan pada tabel sebagai berikut:

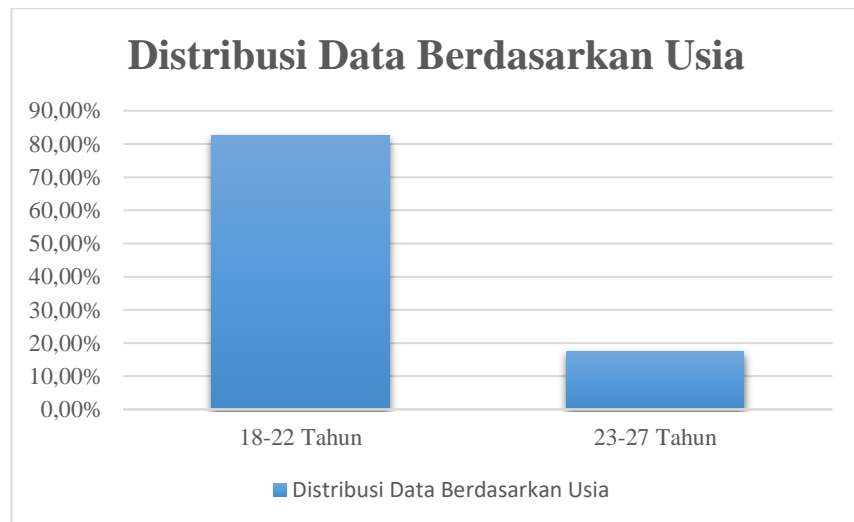
Tabel 4.1 Distribusi Data Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

<b>Berdasarkan Usia</b>		
<b>Usia</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
18-22 tahun	235	82,5%
23-27 tahun	50	17,5%
Total	285	100%
<b>Berdasarkan Jenis Kelamin</b>		
<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Laki-Laki	80	28,1%
Perempuan	205	71,9%
Total	285	100%

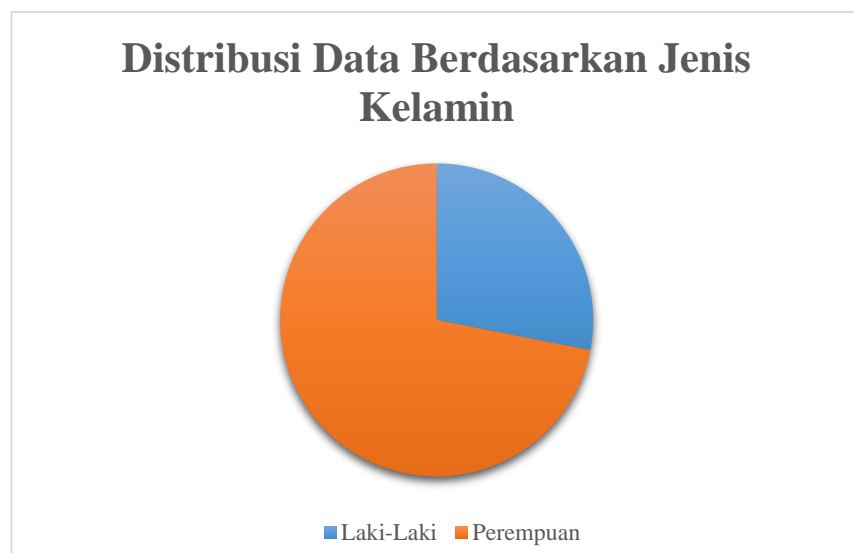
Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa total partisipan berjumlah 285 responden, kelompok usia yang paling dominan adalah pada usia 18-22 tahun dengan jumlah sebanyak 235 orang (82,5%). Sementara itu, partisipan dengan rentang usia 23-27 tahun merupakan kelompok minoritas dalam penelitian ini, yaitu berjumlah 50 orang (17,5%). Sejalan dengan sebaran rentang usia tersebut, mayoritas partisipan dalam penelitian ini adalah perempuan yaitu sebanyak 205 orang (71,9%) sedangkan partisipan

laki-laki berjumlah 80 orang (28,1%). Data ini menunjukkan bahwa partisipan dalam penelitian ini didominasi oleh kelompok perempuan yang berada pada masa dewasa awal di rentang usia 18-22 tahun. Secara visual, data sebaran berdasarkan rentang usia dan jenis kelamin dapat dilihat melalui diagram sebagai berikut:

Gambar 4.1 Distribusi Data Berdasarkan Usia



Gambar 4.2 Distribusi Data Berdasarkan Jenis Kelamin



## 2. Data Demografis Penelitian Berdasarkan Latar Belakang Keagamaan

Penelitian ini mengidentifikasi karakteristik khusus partisipan yang berkaitan dengan latar belakang tempat tinggal, aktivitas menghafal Al-Qur'an dan durasi mengikuti kegiatan tahfidz. Hal ini dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai profil responden penelitian. Adapun sebaran datanya disajikan dalam bentuk tabel berikut ini:

Tabel 4.2 Distribusi Data Berdasarkan Latar Keagamaan Latar Belakang Keagamaan

<b>Status Tempat Tinggal</b>		
<b>Tempat Tinggal</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Mukim	219	76,8%
Non-Mukim	66	23,2%
Total	285	100%

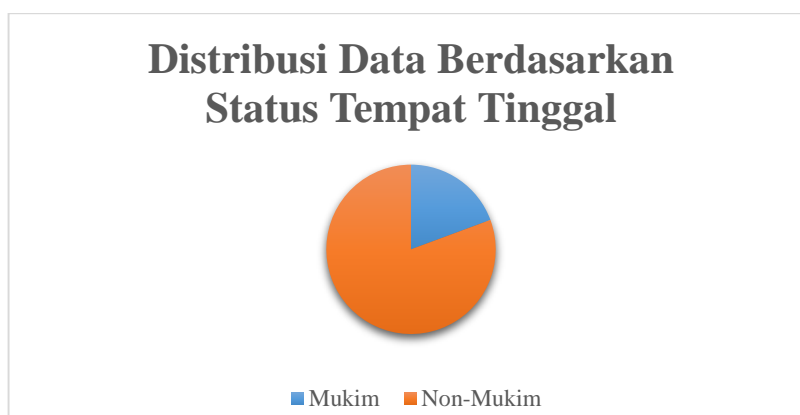
<b>Partisipasi Tahfidz</b>		
<b>Partisipasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Aktif Mengikuti	270	94,7%
Tidak Mengikuti	15	5,3%
Total	285	100%

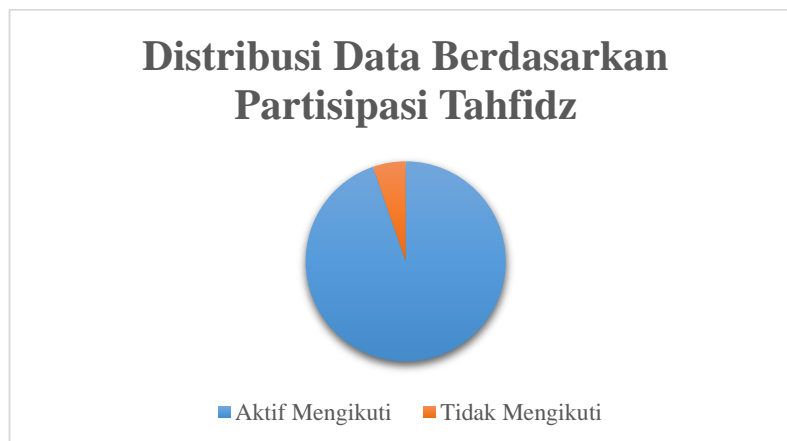
<b>Durasi Mengikuti Tahfidz</b>		
<b>Durasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
< 1 tahun	15	5,3%
1-3 tahun	82	28,8%
4-7 tahun	132	46,3%
> 7 tahun	56	19,6%
Total	285	100%

Berdasarkan pemaparan data tersebut, diketahui bahwa mayoritas responden aktif mengikuti kegiatan tahfidz, yaitu sebanyak 270 orang (94,7%), sedangkan responden yang tidak mengikuti kegiatan formal berjumlah 15 orang (5,3%). Ditinjau dari lamanya keterlibatan, responden memiliki latar belakang durasi yang sangat beragam, mulai dari 2 bulan hingga 16 tahun. Mayoritas responden telah mengikuti kegiatan tahfidz dalam jangka waktu 4 hingga 7 tahun, yaitu sebanyak 143 orang (46,3%), diikuti kelompok durasi 1–3 tahun sebanyak 82 orang (28,8%), dan durasi di atas 7 tahun sebanyak 56 orang (19,6%). Adapun kelompok dengan durasi kurang dari 1 tahun merupakan yang terkecil dengan 15 orang (5,3%). Data ini menunjukkan bahwa lebih dari 70% partisipan telah memiliki konsistensi menghafal selama lebih dari 4 tahun. Konsistensi aktivitas menghafal ini tetap terjaga meskipun tidak seluruh responden menetap di lingkungan pesantren. Tercatat sebanyak 219 orang (76,8%) berstatus mukim di pondok pesantren, sementara 66 orang lainnya (23,2%) tinggal di luar pesantren, yang mengindikasikan bahwa aktivitas tahfidz tetap dijalankan oleh mahasiswa baik di dalam maupun di luar lingkungan pesantren. Secara visual, data sebaran berdasarkan status tempat tinggal, partisipasi tahfidz, dan durasi mengikuti kegiatan tahfidz dapat dilihat melalui diagram sebagai berikut:

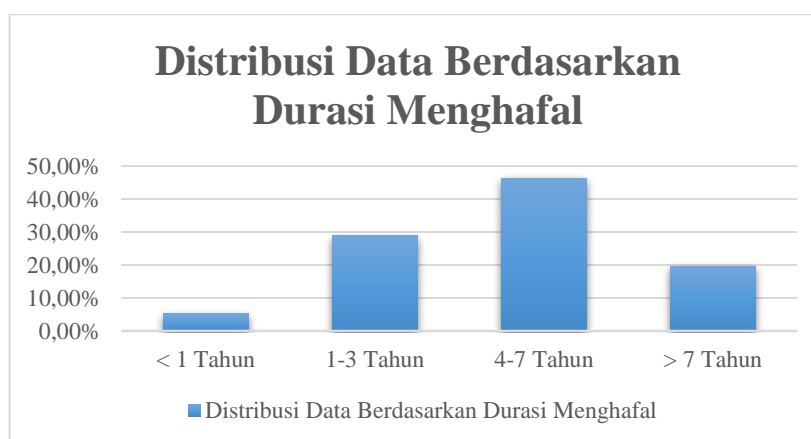
Gambar 4.3 Distribusi data Berdasarkan Status Tempat Tinggal



Gambar 4.4 Distribusi Data Berdasarkan Partisipasi Kegiatan Tahfidz



Gambar 4.5 Distribusi Data Berdasarkan Durasi Menghafal



### 3. Data Demografis Penelitian Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan

Karakteristik penelitian juga ditinjau berdasarkan jenis perguruan tinggi tempat partisipan penelitian menempuh pendidikan, yang diklasifikasikan menjadi Perguruan Tinggi Negeri (PTN), Perguruan Tinggi Swasta (PTS), Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN), Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta (PTKIS). Selain itu, karakteristik partisipan juga ditinjau berdasarkan latar belakang jurusan, yang dikelompokkan ke

dalam bidang Sains dan Teknologi (Saintek), Sosial dan Humaniora (Soshum), Pendidikan, Keagamaan, serta kategori lainnya. Distribusi frekuensi partisipan berdasarkan kedua karakteristik tersebut disajikan pada tabel berikut.

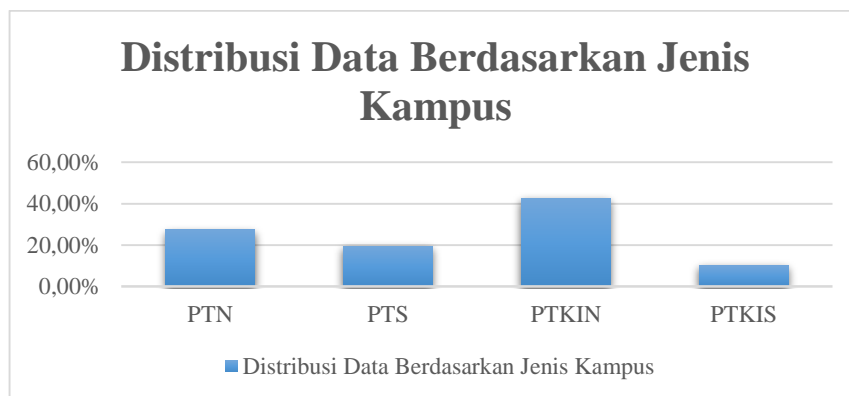
Tabel 4.3 Distribusi Data Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan

<b>Jenis Kampus</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
PTN	78	27,4%
PTS	56	19,6%
PTKIN	122	42,8%
PTKIS	29	10,2%
Total	285	100%
<b>Jurusan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Saintek	53	18,2%
Soshum	61	21,4%
Keagamaan	62	21,8%
Pendidikan	107	37,5%
Lain-Lain	3	1,1%
Total	285	100%

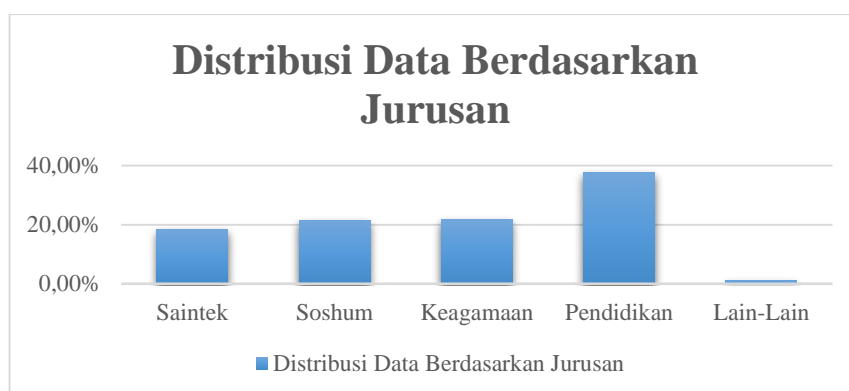
Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebaran partisipan penelitian paling banyak berasal dari Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN) dengan jumlah 122 orang (42,8%). Selanjutnya, diikuti oleh partisipan dari Perguruan Tinggi Negeri (PTN) sebanyak 78 orang (27,4%), kemudian Perguruan Tinggi Swasta sebanyak 56 orang (19,6%). Adapun partisipan dengan proporsi terkecil berasal dari Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta (PTKIS) yaitu sebanyak 29 orang (10,2%). Ditinjau dari persebaran berdasarkan jurusan, partisipan paling banyak berasal dari bidang Pendidikan sebanyak 107 orang (37,5%). Selanjutnya, jurusan Keagamaan berjumlah 62 orang (21,8%), diikuti Soshum sebanyak 61 orang (21,4%), dan Saintek sebanyak 52 orang (18,2%). Sementara itu, kategori Lain-Lain merupakan proporsi terkecil dengan jumlah 3 orang (1,1%). Secara keseluruhan, total subjek berjumlah 285 orang yang tersebar di berbagai jenis

institusi pendidikan tinggi yang secara visual dapat dilihat dari diagram berikut ini.

Gambar 4.6 Distribusi Data Berdasarkan Jenis Kelamin



Gambar 4.7 Distribusi Data Berdasarkan Jurusan



### C. Hasil Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk menyajikan dan menggambarkan karakteristik data penelitian melalui ukuran-ukuran statistik seperti mean, median, standar deviasi, dan distribusi skor sehingga peneliti dapat memahami kecenderungan dan variasi data secara objektif (Azwar, 2017). Berikut merupakan hasil analisis deskriptif pada data penelitian ini:

Tabel 4.4 Hasil Analisis Deskriptif

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Konflik Peran Ganda	285	21	48	32	4

Berdasarkan hasil analisis variabel konflik peran ganda memiliki nilai minimum 21 dan maksimum 48. Nilai rata-rata (mean) diperoleh sebesar 32 dengan standar deviasi 4. Setelah itu, dilakukan kategorisasi pada variabel konflik peran ganda dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.5 Kategorisasi Tingkat Konflik Peran Ganda

<b>Kategori</b>	<b>Dasar</b>	<b>Norma</b>	<b><i>f</i></b>	<b>Persentase</b>
Tinggi	$X > M + 1SD$	$X > 36$	141	49,5%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$28 \leq X < 36$	138	48,4%
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 28$	6	2,1%
Total			285	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat konflik peran ganda pada 285 partisipan penelitian, diperoleh hasil bahwa tingkat konflik peran ganda pada partisipan penelitian lebih banyak pada kategori tinggi yaitu sebanyak 141 orang dengan persentase sebesar 49,5%. Kemudian partisipan dalam kategori sedang sebanyak 138 orang dengan persentase sebesar 48,4% dan pada kategori rendah sebanyak 6 orang dengan persentase sebesar 2,1%. Hasil kategorisasi tingkat konflik peran ganda tersebut kemudian divisualisasikan dalam diagram sebagai berikut:

Gambar 4.8 Distribusi Tingkat Konflik Peran Ganda



Tabel 4.6 Hasil Analisis Deskriptif Religious Coping

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Religious Coping</i>	285	44	72	59	6

Berdasarkan hasil analisis variabel *religious coping* memiliki nilai minimum 44 dan maksimum 72. Nilai rata-rata (mean) diperoleh sebesar 59 dengan standar deviasi 6. Setelah itu, dilakukan kategorisasi pada variabel *religious coping* dengan hasil sebagai berikut:

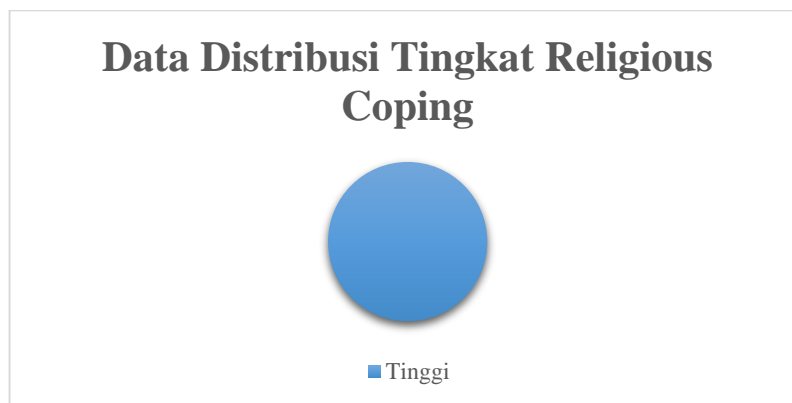
Tabel 4.7 Distribusi Tingkat Religious Coping

<b>Kategori</b>	<b>Dasar</b>	<b>Norma</b>	<b>f</b>	<b>Persentase</b>
Tinggi	$X > M + 1SD$	$X > 64$	285	100%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$53 \leq X < 64$	0	0%
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 53$	0	0%
Total			285	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat *religious coping* pada 285 partisipan penelitian, diperoleh hasil bahwa tingkat *religious coping* pada partisipan penelitian menunjukkan pada kategori tinggi. Hasil kategorisasi

tingkat *religious coping* tersebut kemudian divisualisasikan dalam diagram sebagai berikut:

Gambar 4.9 Distribusi Tingkat Religious Coping



Tabel 4.8 Hasil Analisis Deskriptif Self-Efficacy

Descriptive Statistics					
	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Self-Efficacy</i>	285	19	36	28	4

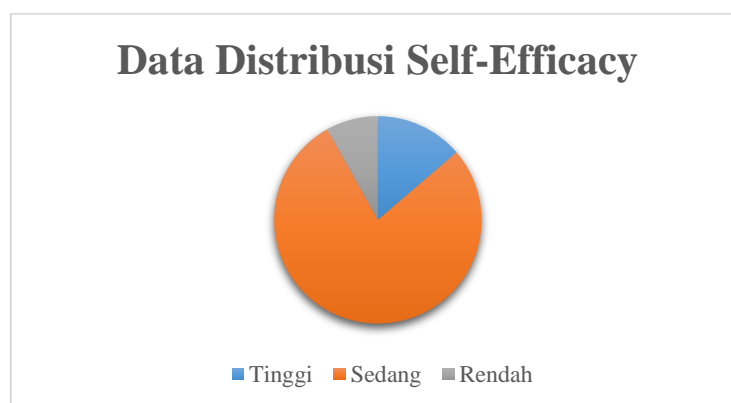
Berdasarkan hasil analisis variabel *self-efficacy* memiliki nilai minimum 19 dan maksimum 36. Nilai rata-rata (mean) diperoleh sebesar 28 dengan standar deviasi 4. Setelah itu, dilakukan kategorisasi pada variabel *self-efficacy* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.9 Kategorisasi Tingkat Self-Efficacy

Kategori	Dasar	Norma	<i>f</i>	Persentase
Tinggi	$X > M + 1SD$	$X > 32$	39	13,7%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$24 \leq X < 32$	223	78,2%
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 24$	23	8,1%
Total			285	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat *self-efficacy* pada 285 partisipan penelitian, diperoleh hasil bahwa tingkat *self-efficacy* pada partisipan penelitian lebih banyak pada kategori sedang yaitu sebanyak 223 orang dengan persentase sebesar 78,2%. Kemudian partisipan dalam kategori rendah sebanyak 23 orang dengan persentase sebesar 8,1% dan pada kategori tinggi sebanyak 39 orang dengan persentase sebesar 13,7%. Hasil kategorisasi tingkat *self-efficacy* tersebut kemudian divisualisasikan dalam diagram sebagai berikut:

Gambar 4.10 Kategorisasi Tingkat Self-Efficacy



#### D. Hasil Uji Asumsi Klasik

##### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal atau tidak. Pengujian dilakukan dengan melihat nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov dan P – P Plot.

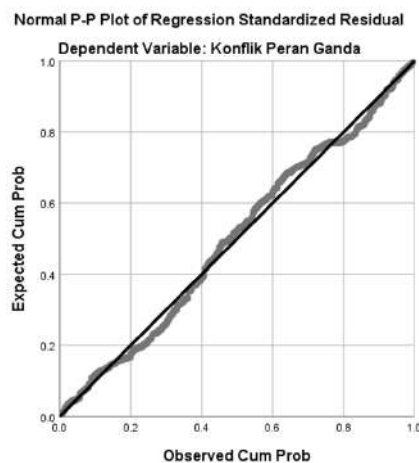
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200

Berdasarkan hasil uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov pada tabel diatas, diperoleh nilai signifikansi (Asymp Sig. 2-tailed)

sebesar 0,200. Nilai signifikansi memenuhi kriteria minimum distribusi normal  $\geq 0,05$ . Untuk memperkuat hasil tersebut, peneliti melakukan pemeriksaan visual melalui grafik Normal P – P Plot.

Gambar 4.11 Grafik Normal P – P Plot



Pada gambar tersebut dapat dilihat bahwa titik-titik data menyebar disekitar garis diagonal secara konsisten dan mengikuti arah garis diagonal serta tidak ada titik yang terpencar jauh dari garis tersebut. Dapat disimpulkan bahwa asumsi normalitas terpenuhi dan data dapat dianalisis lebih lanjut.

## 2. Uji Lineritas

Uji linearitas bertujuan untuk melihat apakah hubungan variabel independen (*religious coping* dan *self-efficacy*) dengan variabel dependen (konflik peran ganda) bersifat linear. Hubungan antarvariabel ini dapat dikatakan linear apabila memiliki nilai signifikansi *Deviation of Linearity*  $> 0,05$ . Berikut merupakan tabel hasil uji linearitas antara *religious coping* dan *self-efficacy* dengan konflik peran ganda.

Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas

<b>ANOVA Tabel</b>		
	<i>Religious Coping</i>	<i>Self-Efficacy</i>
<i>Linearity</i>	.591	.031
<i>Deviation from Linearity</i>	.335	.367

Berdasarkan uji linearitas dapat dilihat bahwa nilai signifikansi *Deviation of Linearity* pada masing-masing variabel independen berturut-turut sebesar 0,335 dan 0,367 > 0,05 dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel independen (*religious coping* dan *self-efficacy*) dan variabel dependen (konflik peran ganda). Kedua variabel ini memenuhi asumsi linearitas dan analisis dapat dilanjutkan pada tahap berikutnya.

### 3. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi dilakukan untuk melihat apakah terdapat keterkaitan kesalahan prediksi (*error*) dari satu responden dengan kesalahan prediksi responden yang lain dalam model regresi, yang diurutkan menurut waktu atau ruang. Dalam penelitian ini, uji autokorelasi menggunakan uji Durbin-Watson (DW). Model regresi dikatakan tidak memiliki gejala autokorelasi jika nilai Durbin-Watson berada di antara nilai dU sampai dengan 4 - dU.

Tabel 4.12 Hasil Uji Autokorelasi

<b>Model Summary</b>	
Durbin-Watson	1.965

Berdasarkan tabel hasil uji diatas, nilai *Durbin-Watson* yang diperoleh adalah sebesar 1,965. Nilai ini berada di antara nilai 1,5 sampai dengan 2,5 ( $1,5 < 1,965 < 2,5$ ), yang menunjukkan bahwa

tidak terdapat gejala autokorelasi. Selain itu, karena nilai Durbin Watson sebesar 1,965 mendekati angka 2, maka dapat disimpulkan bahwa residual dari satu pengamatan ke pengamatan lainnya bersifat independen (tidak saling memengaruhi). Dengan demikian, asumsi autokorelasi telah terpenuhi dan data layak untuk digunakan untuk diujikan pada tahap selanjutnya.

#### 4. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk melihat apakah terdapat korelasi yang tinggi antarvariabel independen. Dalam pengujian ini, tingkat multikolinearitas dilihat melalui nilai *Tolerance* dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF). nilai *Tolerance*  $> 0,1$  dan  $VIF < 10$  maka tidak ada gejala multikolinearitas. Dan sebaliknya, jika nilai *Tolerance*  $< 0,1$  dan  $VIF > 10$  maka terjadi gejala multikolinearitas.

Tabel 4.13 Hasil Uji Multikolinearitas

<i>Coefficients</i>		
<i>Collinearity Statistics</i>		
	<i>Tolerance</i>	<i>VIF</i>
<i>Religious Coping</i>	0.654	1.530
<i>Self-Efficacy</i>	0.654	1.530

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas, menunjukkan bahwa nilai *Tolerance* untuk kedua variabel independen 0,654 yang mana lebih besar dari 0,10 ( $> 0,10$ ) dan nilai VIF untuk kedua variabel independen 1,530 yang mana lebih kecil dari 10 ( $< 10$ ). Dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas antarvariabel independen pada penelitian ini dan analisis layak dilanjutkan pada tahap selanjutnya.

#### 5. Uji Heteroskedastisitas

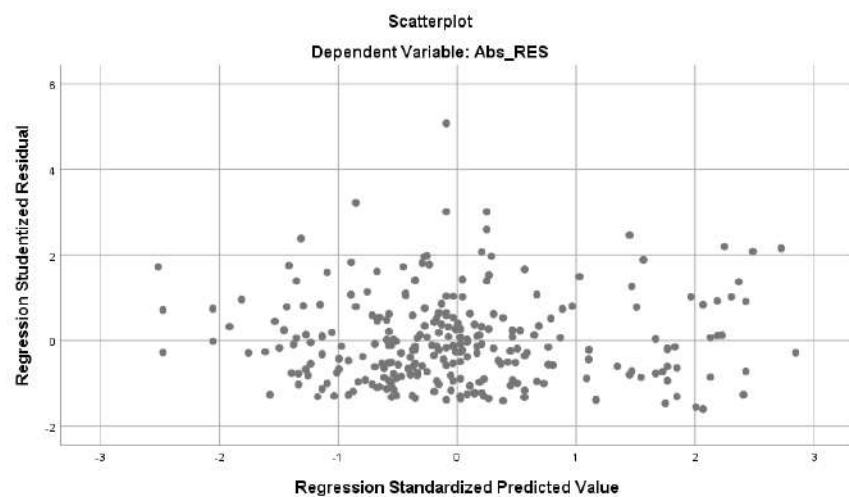
Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan varians residual antar nilai prediksi. Uji

heteroskedastisitas dapat dilakukan menggunakan *Glejser Test* atau *Spearman Rank Test*. Data dikatakan bebas heteroskedastisitas apabila memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ . Dan sebaliknya, data memiliki gejala heteroskedastisitas apabila memiliki nilai signifikansi  $< 0,05$ . Untuk memperkuat hasil dari *Glejser Test*, peneliti juga melakukan analisis melalui grafik Scatterplot. Data yang tidak memiliki gejala heteroskedastisitas ditandai dengan titik pada grafik menyebar secara acak dan tidak membentuk pola tertentu, titik-titik menyebar baik di atas maupun di bawah angka nol, dan titik-titik tidak berkumpul hanya di satu tempat.

Tabel 4.14 Hasil Uji Heteroskedastisitas

<i>Coefficients</i>	
	<i>Sig.</i>
<i>Religious Coping</i>	.677
<i>Self-Efficacy</i>	.169

Gambar 4.12 Hasil Uji Heteroskedastisitas



Berdasarkan tabel hasil uji heteroskedastisitas, menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,677 dan 0,169 dimana kedua nilai signifikansi masing-masing variabel tersebut lebih besar dari 0,05 ( $>$

0,05). Untuk memperkuat hasil tersebut, peneliti juga melakukan analisis melalui grafik Scatterplot. Dapat dilihat bahwa titik-titik data menyebar secara acak diatas maupun dibawah angka nol, titik-titik tersebut tidak membentuk pola tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas, sehingga data ini layak digunakan untuk memprediksi variabel dependen berdasarkan variabel independen.

### E. Analisis Regresi Berganda

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut.

$$Y = 39,740 - 0,021X_1 - 0,184X_2$$

Koefisien regresi dari variabel *religious coping* bernilai negatif, dimana menunjukkan kecenderungan hubungan yang berlawanan arah dengan variabel dependen yaitu konflik peran ganda. Namun, dikarenakan nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05 maka pengaruh tersebut tidak signifikan secara statistik. Sedangkan koefisien regresi pada variabel *self-efficacy* menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap konflik peran ganda dengan menunjukkan kecenderungan berlawanan arah. Secara simultan, *religious coping* dan *self-efficacy* secara signifikan memiliki pengaruh terhadap konflik peran ganda.

### F. Uji Hipotesis

#### 1. Uji F (Uji Simultan)

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen secara simultan memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $<0,05$ ) artinya variabel  $X_1$  dan  $X_2$  berpengaruh terhadap variabel Y. Apabila nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$  maka variabel  $X_1$  dan  $X_2$  berpengaruh terhadap variabel Y.

Tabel 4.15 Hasil Uji F

ANOVA		
	F	Sig.
<i>Regression</i>	3.546	.030

**Pengaruh *Religious Coping* (X<sub>1</sub>) dan *Self-Efficacy* (X<sub>2</sub>) terhadap Konflik Peran Ganda (Y) secara Simultan**

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas, diketahui bahwa nilai signifikansi untuk pengaruh secara simultan adalah sebesar 0,008. Karena nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 (0,030 < 0,05) dan nilai  $F_{hitung}$  (3,546) lebih besar dari  $F_{tabel}$  (3,03), maka hipotesis mayor (simultan) dalam penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa variabel *religious coping* (X<sub>1</sub>) dan *self-efficacy* (X<sub>2</sub>) secara bersama-sama memiliki pengaruh yang signifikan terhadap konflik peran ganda (Y). Dengan kata lain, hasil yang terbentuk sudah tepat dan dapat digunakan untuk memprediksi tingkat konflik peran ganda berdasarkan kombinasi strategi *religious coping* dan *self-efficacy* yang dimiliki partisipan penelitian.

2. Uji t (Uji Parsial)

Uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh secara parsial dari variabel independen terhadap variabel dependen. Apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (<0,05) artinya variabel independen (*religious coping* dan *self-efficacy*) berpengaruh terhadap variabel dependen (konflik peran ganda).

Tabel 4.16 Hasil Uji t

Coefficients			
	T	Sig.	R Square
<i>Religious Coping</i>	-0.426	.671	0.001
<i>Self-Efficacy</i>	-2,381	.018	0.020

### **Pengaruh *Religious Coping* (X<sub>1</sub>) terhadap Konflik Peran Ganda (Y)**

Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,671, yang lebih besar dari standar signifikansi 0,05 ( $0,671 > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis minor (parsial) ditolak dengan persentase pengaruhnya sebesar 0,1%.

### **Pengaruh *Self-Efficacy* (X<sub>2</sub>) terhadap Konflik Peran Ganda (Y)**

Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,018, yang lebih kecil dari 0,05 ( $0,018 < 0,05$ ). Dengan demikian, hipotesis minor (parsial) diterima dengan persentase pengaruh sebesar 2%. Nilai  $t_{hitung}$  yang bertanda negatif (-) menunjukkan adanya pengaruh yang berlawanan arah. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki, maka akan semakin rendah tingkat konflik peran ganda yang dialami oleh responden.

### 3. Uji Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen. Pengujian koefisien determinasi ini dilakukan dengan maksud mengukur kemampuan model dalam menerangkan seberapa besar pengaruh variabel independen secara simultan mempengaruhi variabel dependen yang dapat dilihat dengan nilai *adjusted R – R Squared*. Adapun hasil uji koefisien determinasi sebagai berikut.

Tabel 4.17 Hasil Uji Koefisien Determinasi

<i>Model Summary</i>			
Model	R	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>
1	.157	0.025	0.018

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda pada tabel *Model Summary* di atas, diperoleh nilai *R Square* sebesar 0,025 dan nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,018. Nilai *R Square* sebesar 0,025 menunjukkan bahwa secara simultan (bersama-sama), variabel *religious coping* ( $X_1$ ) dan *self-efficacy* ( $X_2$ ) memberikan kontribusi pengaruh sebesar 2,5% terhadap variabel Konflik Peran Ganda ( $Y$ ). Adapun sisanya sebesar 97,5% ( $100\% - 2,5\%$ ) dipengaruhi oleh variabel lain, seperti dukungan sosial, kebijakan lembaga, beban akademik, atau variabel-variabel demografis lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

#### **G. Pengaruh *Religious Coping* dan *Self-Efficacy* Terhadap Konflik Peran Ganda**

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda, diperoleh nilai  $F$  hitung sebesar 3,546 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,030 ( $p < 0,05$ ), serta nilai  $F$  hitung lebih besar daripada  $F$  tabel (3,03). Hasil ini menunjukkan bahwa secara simultan *religious coping* dan *self-efficacy* berpengaruh signifikan terhadap konflik peran ganda. Dengan demikian, hipotesis mayor dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Temuan ini mengindikasikan bahwa kombinasi strategi *religious coping* dan *self-efficacy* berperan dalam menjelaskan dinamika konflik peran ganda yang dialami mahasiswa santri tahfidz.

Nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,025 menunjukkan bahwa *religious coping* dan *self-efficacy* secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 2,5% terhadap variasi konflik peran ganda, sedangkan 97,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,018 menunjukkan bahwa kemampuan *religious coping* dan *self-efficacy* dalam menjelaskan konflik peran ganda masih relatif kecil. Hal ini menunjukkan bahwa konflik peran ganda merupakan fenomena yang mungkin lebih banyak dipengaruhi oleh faktor lain seperti beban akademik, tuntutan hafalan Al-Qur'an, dukungan sosial,

sistem kelembagaan, serta karakteristik lingkungan pesantren dan perguruan tinggi.

Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz yang menjalani dua tuntutan peran sekaligus, kedua sumber daya psikologis ini dapat digunakan untuk mekanisme internal yang dapat membantu individu mempertahankan keseimbangan psikologis dalam menghadapi tuntutan (Bandura, 1997; Pargament, 1997) dalam dua tempat, meskipun mekanisme dan kekuatan pengaruhnya tidak selalu bersifat langsung (Abu-Raiya & Sulleiman, 2021). *Religious coping* berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis terutama melalui mekanisme tidak langsung, yaitu dengan meningkatkan aspek *cognitive reappraisal* dan *coping self-efficacy* (Dolcos et al., 2021). Fungsi utama *religious coping* terletak pada pemaknaan dan penguatan keyakinan diri dalam menghadapi stres, bukan pada pengurangan stresor secara langsung. Sejalan dengan itu, Abu-Raiya dan Sulleiman (2021) menemukan bahwa *positive religious coping* dapat berpengaruh langsung terhadap pertumbuhan psikologis, sementara bentuk *religious coping* yang kurang adaptif bekerja melalui mediator psikologis seperti makna hidup dan kontrol diri. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaruh *religious coping* sangat bergantung pada bentuk coping yang digunakan serta mekanisme psikologis yang menyertainya.

Hubungan antara *religious coping* dan *self-efficacy* juga diperkuat oleh temuan yang menunjukkan bahwa *religious coping* yang adaptif berkaitan dengan peningkatan *self-efficacy*, sedangkan *negative religious coping* justru melemahkan keyakinan diri (Giordano et al., 2016; Sotudeh et al., 2022). Namun, hubungan antara *religious coping* dan *self-efficacy* tidak selalu signifikan (Omar, 2019), sehingga pengaruh *religious coping* terhadap *self-efficacy* bersifat kontekstual. *Self-efficacy* merupakan faktor yang lebih konsisten berperan dalam menghadapi tekanan perkembangan dan akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menemukan bahwa religiusitas dan *self-efficacy* secara simultan berpengaruh terhadap *quarter-life crisis* (Ihsani & Utami, 2022), namun secara parsial hanya *self-*

*efficacy* yang berperan signifikan. Pola yang serupa juga terlihat dalam penelitian ini, di mana *religious coping* dan *self-efficacy* secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap konflik peran ganda, tetapi kontribusi keduanya relatif kecil.

Berdasarkan integrasi temuan tersebut, *religious coping* dan *self-efficacy* membantu individu bertahan dan menyesuaikan diri terhadap tuntutan peran yang saling bersaing. *Religious coping* berperan dalam membantu individu memaknai tekanan dan menstabilkan kondisi emosional, sementara *self-efficacy* berperan lebih langsung dalam mengatur perilaku, mempertahankan usaha, dan mengelola tuntutan secara fungsional. Meskipun kontribusi keduanya secara kuantitatif tidak dominan, peran *religious coping* dan *self-efficacy* tetap bermakna secara psikologis dalam membantu mahasiswa santri tahfidz mengelola konflik peran ganda secara lebih adaptif.

Kerangka pemaknaan tersebut juga sejalan dengan perspektif Islam yang menekankan keseimbangan antara usaha manusia dan ketergantungan kepada Allah. Allah telah menjelaskan dalam QS. Ibrahim:12 yang bermakna bahwa tawakkal kepada Allah berjalan seiring kesadaran akan petunjuk, kesabaran dalam menghadapi tekanan dan keteguhan dalam menjalani proses (Faizah & Arifin, 2024). *Religious coping* membantu individu untuk menafsirkan tekanan secara lebih bermakna dan menjaga kestabilan emosi, sedangkan *self-efficacy* berperan dalam membangun keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri untuk mengatur tuntutan peran, mempertahankan usaha dan menyelesaikan tuntutan yang saling bersaing. Maka dari itu, *religious coping* dan *self-efficacy* saling melengkapi mahasiswa santri tahfidz menghadapi konflik peran ganda secara lebih adaptif.

## **H. Pengaruh *Religious Coping* Terhadap Konflik Peran Ganda**

Berdasarkan hasil uji regresi parsial, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,671 ( $p > 0,05$ ) dengan nilai  $t_{hitung}$  sebesar -0.426 yang lebih kecil

daripada  $t_{tabel}$  (1,97). Hasil tersebut menunjukkan bahwa *religious coping* tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap konflik peran ganda, sehingga hipotesis minor yang menyatakan pengaruh *religious coping* terhadap konflik peran ganda dalam penelitian ini dinyatakan ditolak.

Temuan ini dapat dipahami bahwa *religious coping* bukan merupakan faktor yang secara langsung menentukan tingkat konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz. *Religious coping* dalam konteks penelitian ini bersifat reaktif, yaitu digunakan sebagai respons terhadap meningkatnya konflik peran yang dialami (Humaidah et al., 2024). Maknanya, individu yang memiliki tingkat *religious coping* yang lebih baik cenderung mampu mengelola tekanan peran secara lebih adaptif sehingga konflik peran ganda yang dialami dapat berkurang, meskipun hubungan ini tidak dapat dibuktikan secara signifikan.

Penjelasan ini sejalan dengan konsep *religious coping* yang dikemukakan oleh Pargament (1997), yang menyatakan bahwa agama berperan dalam proses coping melalui pemenuhan tiga kebutuhan mendasar manusia ketika berada dalam situasi krisis atau tekanan psikologis, yaitu kebutuhan akan makna, kontrol, dan kenyamanan. Dalam kondisi konflik peran ganda yang tinggi, individu memasuki fase disrupsi psikologis, yaitu keadaan ketika tuntutan peran yang kompleks mengganggu keseimbangan internal dan memunculkan ketidakpastian serta ketegangan emosional. Pada fase inilah *religious coping* berfungsi sebagai upaya pemulihan keseimbangan psikologis, bukan sebagai strategi untuk menghilangkan sumber konflik secara langsung. Hal ini dapat terjadi karena *religious coping* lebih berperan dalam memaknai tekanan secara spiritual dan dalam menjaga kestabilan emosi, bukan secara langsung mengurangi konflik peran ganda yang dialami individu.

Dalam aspek pencarian makna (*meaning-making*), agama membantu individu memaknai konflik sebagai bagian dari rencana atau ujian ilahi, sehingga pengalaman yang semula dirasakan sebagai beban dapat diintegrasikan ke dalam narasi hidup yang lebih bermakna. Dari sisi kontrol,

agama memberikan rasa kendali baik secara primer melalui praktik ritual seperti doa, maupun secara sekunder melalui penyerahan diri kepada Tuhan (*tawakkal*) yang menumbuhkan penerimaan dan ketenangan. Agama juga menyediakan kenyamanan dan kedekatan (*comfort and closeness*), baik melalui dukungan sosial maupun melalui pengalaman spiritual personal yang menumbuhkan perasaan dicintai dan dilindungi oleh Tuhan (Mayanda et al., 2025). Dalam perspektif Islam, mekanisme ini sejalan dengan konsep sabar, *tawakkal* dan *ridha*, yang menekankan keseimbangan antara usaha manusia dan penyerahan hasil kepada Allah. Islam tidak memandang ujian sebagai hukuman semata, melainkan sebagai sarana peningkatan kualitas iman dan ketahanan diri (Rahman et al., 2025), sebagaimana yang telah Allah jelaskan dalam Al-Qur'an bahwa Allah tidak akan menguji hambanya melebihi batas kemampuannya (Khuluq et al., 2024). *Religious coping* tidak mendorong individu untuk bersikap pasif, melainkan membantu individu menata kembali emosi, niat dan orientasi hidup agar tetap mampu menjalankan peran dan bertanggung jawab atas peran yang sedang dijalani.

Secara teoritis, menurut Pargament (1997; 2000), *religious coping* merupakan upaya individu dalam melibatkan aspek religius untuk memahami dan mengatasi situasi stres. Pendekatan religius, individu dapat memaknai konflik sebagai bagian dari proses pembelajaran, ujian, atau bentuk kasih sayang Tuhan yang bertujuan memperkuat ketahanan psikologis (Mayanda et al., 2025). Oleh karena itu, meningkatnya konflik peran ganda dapat mendorong individu untuk lebih intens menggunakan *religious coping* sebagai bentuk penyesuaian diri. Temuan ini didukung oleh studi yang menunjukkan bahwa *religious coping* tidak secara langsung menghilangkan stres atau menyembuhkan gejala trauma, namun terbukti meningkatkan resiliensi individu. (Walker et al., 2021). Artinya, *religious coping* tidak berfungsi sebagai penghapus stresor, melainkan sebagai mekanisme adaptif yang membantu individu menjadi lebih tangguh dalam menghadapi tekanan. Dalam konteks penelitian ini, tingkat *religious coping*

dalam diri mahasiswa santri tahfidz mungkin tinggi, namun hasil tersebut tidak cukup signifikan untuk mengurangi konflik peran ganda.

Temuan ini juga konsisten dengan penelitian Maltby dan Day (2003) yang menyatakan bahwa kontribusi *positive religious coping* terhadap kesejahteraan psikologis terjadi melalui aspek pemaknaan dan penilaian ulang konflik yang melekat dalam *religious coping*. *Religious coping* bekerja pada *level appraisal cognitive*, yaitu mengubah cara individu menilai stress yang timbul akibat konflik peran ganda (Priastuty & Mulyana, 2021). *Religious coping* membantu menurunkan kecemasan melalui proses *cognitive reappraisal* dan meningkatkan keyakinan diri dalam menghadapi situasi sulit (Okafor et al., 2022), dimana ibadah berfungsi sebagai sumber ketenangan, harapan, dan penerimaan diri (Bukhori et al., 2022). Hal ini menegaskan bahwa *religious coping* berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi dan penguatan psikologis, bukan sebagai penghilang masalah secara instan.

Tidak signifikannya pengaruh *religious coping* dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui karakteristik partisipan yang merupakan mahasiswa santri tahfidz yang berada dalam lingkungan religius. Lingkungan pesantren yang didominasi dengan berbagai aktivitas keagamaan menjadikan praktik *religious* seperti berdoa, bersabar, dan bertawakkal sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari (Indriasari & Fathonah, 2025; Izah et al., 2023; Nafissa et al., 2025). Kondisi tersebut membuat *religious coping* telah menjadi pola penyesuaian diri yang umum dimiliki oleh sebagian besar responden dalam menghadapi berbagai permasalahan. Ketika hampir seluruh individu terbiasa menggunakan *religious coping*, variasi tingkat *religious coping* antarindividu menjadi relatif kecil sehingga pengaruhnya terhadap konflik peran ganda tidak terlihat secara signifikan dalam analisis statistik. Dengan demikian, konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz merupakan fenomena yang kompleks dan tidak hanya dipengaruhi oleh *religious coping*, tetapi juga oleh berbagai faktor lain seperti dukungan sosial, kemampuan manajemen

waktu, serta tuntutan akademik dan aktivitas pesantren yang dijalani secara bersamaan.

### **I. Pengaruh *Self-Efficacy* Terhadap Konflik Peran Ganda**

Berdasarkan hasil uji regresi parsial, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,018 ( $p < 0,05$ ) dengan nilai  $t$  hitung sebesar -2,381, di mana nilai  $|t|$  lebih besar dari  $t$  tabel (1,97). Hasil ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* berpengaruh signifikan terhadap konflik peran ganda, sehingga hipotesis minor (*self-efficacy* berpengaruh terhadap konflik peran ganda) diterima. Tanda negatif pada nilai  $t$  menunjukkan hubungan yang berlawanan arah, yaitu semakin tinggi *self-efficacy*, semakin rendah konflik peran ganda yang dialami.

Secara teoritik, *self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1997). Keyakinan ini memengaruhi proses kognitif, motivasional, dan afektif individu, termasuk dalam menilai tuntutan, memilih strategi coping, serta mempertahankan usaha ketika menghadapi tekanan. Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung menilai tuntutan sebagai tantangan yang dapat dikelola, bukan sebagai ancaman.

Dalam konteks mahasiswa santri tahfidz, konflik peran ganda muncul dari tuntutan akademik yang berjalan bersamaan dengan kewajiban menjaga dan menambah hafalan Al-Qur'an. Kondisi ini menciptakan benturan antarperan yang dapat berkembang menjadi kelelahan akademik, prokrastinasi, kecemasan, hingga *burnout*. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tekanan tersebut sering kali berkaitan dengan kesulitan manajemen waktu dan akumulasi tuntutan belajar yang berkepanjangan (Jannah & Yuzarion, 2025; Noor & Pihasnawati, 2023; Permadi, 2025). Dalam situasi seperti ini, *self-efficacy* membantu individu tetap merasa mampu menghadapi dan mengelola tuntutan yang dihadapi.

Mahasiswa santri tahfidz dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih mampu mengatur waktu, menetapkan prioritas antara tugas akademik dan hafalan, serta menyesuaikan target secara realistis tanpa mengorbankan salah satu peran secara ekstrem. Mereka juga lebih konsisten dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan hafalan atau tekanan akademik (Zaini, 2020). *Self-efficacy* juga terbukti berhubungan negatif dengan prokrastinasi akademik dan *academic burnout*, yang merupakan manifestasi dari konflik peran ganda yang tidak terkelola (Jannah & Yuzarion, 2025; Permadi, 2025). Temuan-temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa *self-efficacy* berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu mengelola benturan antarperan secara lebih adaptif.

Meskipun berpengaruh signifikan, kontribusi *self-efficacy* terhadap konflik peran ganda secara parsial relatif kecil, yaitu sebesar 2% ( $R^2 = 0,020$ ). Hal ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* bukan faktor dominan dalam menjelaskan konflik peran ganda. Sebagian besar variasi konflik peran ganda (98%) dipengaruhi oleh faktor lain, seperti beban akademik, tuntutan hafalan, dukungan sosial, manajemen waktu, tekanan institusional, serta karakteristik lingkungan pesantren dan perguruan tinggi. Kecilnya kontribusi ini juga dapat dipahami karena mayoritas partisipan berada pada kategori *self-efficacy* sedang (78,2%), sehingga variasi antarindividu relatif terbatas. Meskipun demikian, signifikansi statistik menunjukkan bahwa perbedaan kecil dalam *self-efficacy* tetap memiliki makna psikologis dalam pengelolaan peran ganda.

Dalam perspektif Islam, *self-efficacy* dipahami sebagai keyakinan kognitif terhadap kemampuan diri yang diperkuat oleh ikhtiar, ketekunan, dan keteguhan spiritual dalam menghadapi kesulitan (Wahdati & Lessy, 2026). Pandangan ini selaras dengan QS. Al-Insyirah : 5-6 yang menegaskan bahwa setiap kesulitan selalu disertai peluang kemudahan (Athiroh et al., 2026), sehingga menumbuhkan keyakinan bahwa tantangan dapat dihadapi melalui usaha dan keteguhan. Dalam konteks mahasiswa

santri tahfidz, keyakinan tersebut membantu individu memandang konflik peran ganda sebagai tantangan yang dapat dikelola, sehingga mendorong ketekunan, pengaturan strategi yang lebih adaptif, dan ketahanan psikologis dalam menjalankan peran akademik dan religius secara bersamaan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* membantu menurunkan konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz. Meskipun kontribusinya secara statistik tidak besar, *self-efficacy* tetap berperan dalam membantu individu menjaga keyakinan diri, ketekunan, dan cara menghadapi tuntutan akademik dan religius secara bersamaan. Oleh karena itu, penguatan *self-efficacy* penting untuk membantu mahasiswa santri tahfidz mengelola peran gandanya dengan lebih baik.

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik beberapa simpulan sebagai berikut:

1. Tingkat konflik peran ganda yang dialami oleh mahasiswa santri tahfidz berada pada kategori tinggi (49,5%) yang menunjukkan bahwa mahasiswa santri tahfidz menghadapi tuntutan peran akademik, religius, dan sosial secara bersamaan.
2. Tingkat *religious coping* yang dimiliki oleh mahasiswa santri tahfidz berada pada kategori tinggi (100%) yang menunjukkan bahwa mahasiswa santri tahfidz menggunakan strategi keagamaan dalam menghadapi tekanan akibat konflik peran ganda.
3. Tingkat *self-efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa santri tahfidz berada pada kategori sedang (78,2%) yang mencerminkan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya dalam mengelola tuntutan peran yang dijalani.
4. Secara parsial, hasil penelitian menunjukkan bahwa *religious coping* tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz. Sedangkan, *self-efficacy* terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz dengan pengaruh sebesar 2%.
5. Secara simultan, *religious coping* dan *self-efficacy* terbukti berpengaruh signifikan terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa santri tahfidz dengan besaran pengaruh sebesar (2,5%). Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama berperan dalam menjelaskan konflik peran ganda yang dialami mahasiswa santri tahfidz.

## B. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menyadari adanya beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil penelitian. Adapun keterbatasan penelitian ini dijelaskan sebagai berikut:

1. Besaran kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen relatif kecil.
2. Distribusi jumlah responden laki-laki dan perempuan tidak seimbang, sehingga lebih merepresentasikan pengalaman mahasiswa santri tahfidz perempuan dibanding laki-laki
3. Penggunaan kuesioner berbasis *online* memiliki keterbatasan terkait perbedaan pemaknaan item dan kecenderungan responden dalam memberikan jawaban yang mendekati netral
4. Durasi responden menempuh pendidikan di pondok pesantren termasuk lama, sehingga kurang adanya variasi tingkat *religious coping*.

## C. Saran dan Arah Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan yang telah diuraikan, terdapat beberapa saran dan arah penelitian selanjutnya yang dapat dipertimbangkan untuk mengembangkan temuan penelitian ini.

1. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memasukkan faktor eksternal yang secara teoretis relevan dalam menjelaskan konflik peran ganda, seperti dukungan sosial, beban akademik, tuntutan lingkungan pesantren, manajemen waktu, atau stres akademik. Mengingat kontribusi dari *religious coping* dan *self-efficacy* dalam penelitian ini *relative* kecil, dimungkinkan terdapat faktor lain yang diindikasikan memiliki pengaruh yang lebih besar. Selain itu, penelitian selanjutnya dimungkinkan dapat menggunakan metode yang beragam seperti kualitatif atau

*mixed methods* sehingga dapat menggali pengalaman konflik peran ganda secara lebih mendalam.

2. Mahasiswa santri tahfidz diharapkan untuk terus mengembangkan keyakinan diri (*self-efficacy*) dalam mengelola berbagai tuntutan peran. Cara praktis yang dapat digunakan untuk mengembangkan *self-efficacy* yaitu dengan membuat target kecil yang konsisten, belajar dari pengalaman teman, positive self-talk, belajar mengelola stress dan emosi, membuat perencanaan yang realistis atau bisa dengan mengevaluasi diri secara berkala. Penguatan keyakinan diri ini dapat membantu individu dalam mengatur waktu, mengkonsistensikan usaha dalam menghadapi tekanan sehingga konflik peran ganda dapat dikelola dengan baik
3. Lembaga-lembaga terkait (pondok pesantren maupun perguruan tinggi) diharapkan mampu memberikan penguatan atau dukungan yang dapat membantu mahasiswa santri tahfidz dalam menyeimbangkan tuntutan yang terjadi. Dukungan dapat direalisasikan dalam bentuk program pendampingan akademik atau kegiatan-kegiatan yang mendukung mahasiswa santri tahfidz dalam mengurangi konflik seperti pelatihan manajemen waktu, perilaku dan emosi, sehingga mereka dapat menjalankan berbagai peran yang diembannya secara lebih optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Abdullah, R., & Afgani, M. W. (2023). Survey design: Cross sectional dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(1), 31–39.
- Abdullah, M. S. J. (2023). *Dinamika Ahwal pada Santri yang Berpredikat Mahasiswa (di Pondok Pesantren Al-Amin Temulus Mejobo Kudus)*. Institute Agama Islam Negeri Sunan Kudus.
- Abu-Raiya, H., & Sulleiman, R. (2021). Direct and indirect links between religious coping and posttraumatic growth among muslims who lost their children due to traffic accidents. *Journal of Happiness Studies*, 22(5), 2215–2234. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00318-5>
- Adelia, R. (2022). *Aktivitas Dzikir Sebagai Coping Religious Dalam Mengatasi Problem Psikososial Pada Santri Di Pondok Pesantren Roudlotul Mushhafiyah Lampung ....* Uin Raden Intan Lampung.
- Adzim, A. F., Rahman, A., Badayai, A., & Zahrin, S. N. A. (2024). Relationship between religious coping strategies and meaning of life among hufaz student in pondok pesantren at malang. *International Journal of Academic Research in Accounting, Finance & Management Science*, 14(4), 1130–1145. <https://doi.org/10.6007/IJARAFMS/v14-i4/24228>
- Affandi, M., & Mubarak, A. S. (2022). Resiliensi mahasiswa santri tahfidz ditinjau dari kecerdasan spiritual dan religiusitas. *Jurnal Psikologi Islam*, 9(2), 43–56. <https://doi.org/10.47399/jpi.v9i2.204>
- Aflakseir, A., & Coleman, P. G. (2009). The influence of religious coping on the mental health of disabled Iranian war veterans. *Mental Health, Religion and Culture*, 12(2), 175–190. <https://doi.org/10.1080/13674670802428563>
- Aflakseir, A., & Coleman, P. G. (2011). Initial development of the iranian religious coping scale. *Journal of Muslim Mental Health*, VI(1), 44–61.

- Al Akbar, B. M. I. (2023). *Tradisi khataman al-qur'an wetonan di Pondok Tahfidz Nurul Qur'an MAN 1 Kudus*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Amal, M. I., & Ningsih, I. U. (2025). Peran dzikir dalam membantu remaja Muslim mengelola kecemasan. *Journal of Islamic Psychology and Behavioral Sciences*, 3(3), 112–118. <https://doi.org/10.61994/jipbs.v3i3.1098>
- Amani, S. N., & Japar, M. (2024). *Pengaruh religious coping dan self efficacy terhadap stress akademik mahasiswa*. University of Muhammadiyah Surakarta.
- Asna Arinal Haq, N. (2024). *Pengaruh ridha terhadap resiliensi mahasantri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an As-Sa'adah*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Athiroh, R., Husaeni, F. A., Rehan, M. R., Nurlaelasari, A. S., & Hasibuan, N. R. (2026). Integrasi tafsir surah Al-Insyirah: 5-6 dalam pendidikan kesehatan mental siswa untuk mengatasi stres akademik. *Kreatif*, 24, 5–6.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* (Edisi II). Pustaka Pelajar.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016a). *Mahasiswa*. <https://kbbi.kemendikdasmen.go.id/entri/mahasiswa>
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016b). *Santri*. <https://kbbi.kemendikdasmen.go.id/entri/santri>
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016c). *Tahfiz*. <https://kbbi.kemendikdasmen.go.id/entri/tahfiz>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Jumlah Perguruan Tinggi, Tenaga Pendidik dan Mahasiswa (Negeri dan Swasta) di bawah Kementerian Agama Menurut Provinsi 2023*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/ZG5GNFRUZHdiRWN3YIRGSGF6QXdaVXRPTVZSQIFUMdkjMw==/jumlah-perguruan-tinggi-sup-1--sup---dosen--dan-mahasiswa--negeri->

dan-swasta--di-bawah-kementerian-agama-menurut-provinsi--  
2023.html?year=2023

Badan Pusat Statistik. (2025). *Jumlah Perguruan Tinggi, Dosen, dan Mahasiswa (Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Menurut Provinsi 2024*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/Y21kVGRHNXZVMEI3S3pCRlIyMHJRbnB1WkVZemR6MDkjMyMwMDAw/jumlah-perguruan-tinggi-sup-1-sup-dosen-dan-mahasiswa-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-ri-set-teknologi-dan-pendidikan-tinggi-kementerian-pendidikan-dan->

Badriyah, N., & Hapsari, M. T. B. (2024). The relationship between mindfulness and self-efficacy in mahasantri memorizing qur'an with peer support being moderating variable. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 9(1), 52–67. <https://doi.org/10.33367/psi.v9i1.5237>

Bandura, A. (1978). Reflections on self-efficacy. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 1(4), 237–269. [https://doi.org/10.1016/0146-6402\(78\)90012-7](https://doi.org/10.1016/0146-6402(78)90012-7)

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs. [https://books.google.co.id/books?id=PdY9o3l5vpYC&lpg=PA94&ots=uHgXtR1kfR&dq=Bandura%2C+A.\(1986\).+Social+Foundations+of+Thought+and+Action%3A+A+Social+Cognitive+Theory.+Prentice-Hall.&lr&hl=id&pg=PA94#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?id=PdY9o3l5vpYC&lpg=PA94&ots=uHgXtR1kfR&dq=Bandura%2C+A.(1986).+Social+Foundations+of+Thought+and+Action%3A+A+Social+Cognitive+Theory.+Prentice-Hall.&lr&hl=id&pg=PA94#v=onepage&q&f=false)

Bandura, A. (1997). Self-Efficacy. In *Cambridge University Press*. <https://doi.org/10.5860/choice.36-0036>

Bandura, A. (1999). A social cognitive theory of personality. In *Guilford Publication* (2nd ed.). [https://doi.org/10.1016/s0021-9258\(19\)40792-8](https://doi.org/10.1016/s0021-9258(19)40792-8)

Bandura, A., Freeman, W. H., & Lightsey, R. (1997). Self efficacy: The exercise of control. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 10(1), 1–11.

Bukhori, B., Hidayanti, E., & Situmorang, D. D. B. (2022). Religious coping

- strategies for people with HIV/AIDS (PLWHA) Muslims in Indonesia: A qualitative study with a telling-the-stories. *Heliyon*, 8(12), e12208. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e12208>
- Cahyandari, R. (2023). Penguatan efikasi diri melalui self talk sebagai coping religius. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*. <https://journal.uir.ac.id/index.php/alhikmah/article/view/11019>
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Addison Wesley, 2012. [https://books.google.co.id/books/about/Educational\\_Research.html?id=a\\_h7tgAACAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.id/books/about/Educational_Research.html?id=a_h7tgAACAAJ&redir_esc=y)
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Dolcos, F., Hohl, K., Hu, Y., & Dolcos, S. (2021). Religiosity and resilience: Cognitive reappraisal and coping self-efficacy mediate the link between religious coping and well-being. *Journal of Religion and Health*, 60(4), 2892–2905. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01160-y>
- Efendy, M., Pratitis, N., Norhidayah, M. R., & Aini Putri, E. N. (2024). Coping Religius dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Muslim di Indonesia. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(2), 223–241. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i2.5506>
- Fadhlorrohman, M. (2025). *Peran strategi religious coping dalam membina karakter religius melalui kegiatan mujahadah di Islamic Boarding School Mts Negeri 1 Tegal*. [etheses.uingusdur.ac.id](http://etheses.uingusdur.ac.id). <http://etheses.uingusdur.ac.id/12739/>
- Faizah, M., & Arifin, S. (2024). Konsep tawakkal dalam Al-Qur'an dan relevansinya terhadap pendidikan. *Putih: Jurnal Pengetahuan Tentang Ilmu Dan Hikmah*, 8(2), 1–14.
- Faizin, M. F. (2020). Efektivitas pembelajaran tahfidz al- qur ' an melalui habituasi

di Pondok Pesantren Hamalatul Qur ' an Jogoroto Jombang. *Hamalatul Qur ' an : Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Qur ' an*, 1(1), 63–78.

- Fatimah, M., Junanah, & Husain, A. M. (2023). Religious coping among working Muslim women in Yogyakarta, Indonesia. *Millah: Journal of Religious Studies*, 22(2), 495–524. <https://doi.org/10.20885/millah.vol22.iss2.art8>
- Field, A. (2018). Discovering statistics using IBM SPSS Statistics. In *SAGE Publication limited* (Vol. 50, Issue 04). <https://doi.org/10.5860/choice.50-2114>
- Firdausi, F., & Hidayah, A. (2018). Kecerdasan intrapersonal dan pengaruhnya terhadap keberhasilan santri mahasiswa dalam menghafal alquran. *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu Al-Quran Dan Hadis*, 19(1), 43–63. <https://doi.org/10.14421/qh.2018.1901-03>
- Fitriawati, D. (2020). *Konflik peran ganda pada mahasiswa yang telah menikah ditinjau dari kecerdasan adversitas (adversitas quotient)*. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Ghozali, I. (2018a). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2018b). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25* (9 Ed). Universitas Diponegoro. [https://openlibrary.org/books/OL38628194M/Aplikasi\\_Analisis\\_Multivariate](https://openlibrary.org/books/OL38628194M/Aplikasi_Analisis_Multivariate)
- Giordano, A. L., Prosek, E. A., Loseu, S., Bevely, C. M., Stamman, J., Molina, C. E., Callahan, M. M., & Calzada, R. M. (2016). Self-efficacy among adults in substance abuse treatment: The role of religious coping. *Journal of Addictions and Offender Counseling*, 37(1), 35–48. <https://doi.org/10.1002/jaoc.12014>
- Greenhaus, J., & Beutell, N. J. (1985). Source of conflict between work and family roles. *Academy of Management*, 10(December), 76–88. <https://doi.org/10.2307/258214>

- Gujarati, D. N., & Porter, D. C. (2009). *Basic econometric* (Fifth).
- Habibi, M. A., & Amna, Z. (2023). Hubungan antara Religious Coping dengan Caregiver Burden pada Pengasuh Utama Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). *Jurnal Psikologi Islam*. <http://www.jpi.api-himpsi.org/index.php/jpi/article/view/304>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8 th ed.).
- Handayani, Y., Indrawari, K., & Apriadi, M. (2021). Persepsi mahasiswa tentang program tahfidz qur'an sebagai syarat komprehensif dan munaqasyah. *FOKUS: Jurnal Kajian Keislaman Dan Kemasyarakatan*, 6(1), 93. <https://doi.org/10.29240/jf.v6i1.2615>
- Hermawan, R. A. (2025). Kematangan beragama ditinjau dari kematangan emosional. *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies*, 8(3), 1943–1950. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v8i3.1609.Religious>
- Hidayatussyarifah, D., Firdaus, H., Nursaida, N., Kiram, S., & Zurur, I. (2024). Peran spiritualitas dalam pendidikan untuk mengatasi tekanan akademik bagi mahasiswa. *Istifkar: Media Informasi Pendidikan*, 4(2), 158–173.
- Humaidah, A., Amalia, N. W., Mahmudin, Latifa, R., & Saloom, G. (2024). Peran religious coping terhadap kesehatan mental: Systematic literature review. *NATHIQIYYAH: Jurnal Psikologi Islam*, 7(2), 110–117. <https://doi.org/https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v7i1.1023>
- Ihsani, H., & Utami, S. E. (2022). The role of religiosity and self-efficacy towards a quarter-life crisis in Muslim college students. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 3(1), 31–37.
- Ikrimah, C. R. (2023). *Coping of stress dalam mengatasi konflik peran ganda pada santri baru di pondok pesantren Al Munawwir Komplek Q Krapyak Yogyakarta*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

- Indriasari, F. N., & Fathonah, S. (2025). The influence of mindfulness and religious coping on the well-being of adolescents in an Islamic boarding school in Indonesia: A cross-sectional study. In *Journal of Healthcare Administration* (pp. 57–67). belitungraya.org. <https://www.belitungraya.org/BRP/index.php/joha/article/view/3886>
- Izah, N., Aini, D. K., & Bukhori, B. (2023). Stress dan strategi coping pada mahasiswa yang bertempat tinggal di pondok pesantren. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology*, 3(1), 231–242.
- Jannah, R., & Yuzarion, Y. (2025). The influence of peer social support , self-adjustment , and self- efficacy in procrastination among tahfidz qur ' an boarding school students. *Proceedings of International Conference on Religion , Social and Humanities*, 4, 62–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.31958/proceedingsoficresh.v4i.82>
- Juniarly, A., & Hadjam, M. N. R. (2012). Peran koping religius dan kesejahteraan subjektif terhadap stres pada anggota bintanga Polisi di Polres Kebumen. *Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 17(1), 5–16. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol17.iss1.art1>
- Kahn, R. L., Wolfe, D. M., Quinn, R. P., Snoek, J. D., & Rosenthal, R. A. (1964). Conflict and ambiguity studies in organizational roles and individual stress. *International Journal of Stress Management*, 1(4), 309–322.
- Khairunnas, Maurissa, A., & Mayasari, P. (2025). Time management and self efficacy on compilation of mini thesis for nursing students Faculty of Nursing Universitas Syiah Kuala Kata Kun. *Banda Nursing Journal*, 2(1), 12. <http://journal.ac.id/bnj>
- Khuluq, A. A., Nasrulloh, N., & Al Farabi, M. R. F. (2024). Keseimbangan antara ujian dan kemampuan manusia: Telaah tafsir surat Al-Baqarah ayat 286 dalam tafsir Al-Mishbah. *Journal of International Multidisciplinary Research*, 2(11), 16–25. <https://doi.org/10.62504/jimr954>

- Kurniawati, E., & Rindrayani, S. R. (2025). Pendekatan kuantitatif dengan penelitian survei: Studi kasus dan implikasinya. *Sosial: Jurnal Ilmiah Pendidikan IPS*, 3(1), 65–69. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/sosial.v3i1.596>
- Magfirah, A. (2022). *Islamic religious coping: Solusi kesehatan mental dalam melewati masa pandemi*. 155–163.
- Maheswara, R. (2025). *Jumlah Santri di Indonesia pada 2025/2026*. Dataloka. <https://dataloka.id/humaniora/5003/jumlah-santri-di-indonesia-pada-2025-2026>
- Maltby, J., & Day, L. (2003). Religious orientation, religious coping and appraisals of stress: Assessing primary appraisal factors in the relationship between religiosity and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 34(7), 1209–1224. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00110-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00110-1)
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori sumber dayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101–107.
- Mawaddah, L. B. (2025). *Pengaruh Self-Efficacy terhadap Burnout Menghafal pada Mahasiswa Tahfidz dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial sebagai Moderator*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Mayanda, C., Viutami, D. C., Insyira, M., Salsabilla, N. N., Widya, A., & Kamilah, R. . N. R. (2025). Efektifitas kegiatan pengajian terhadap peningkatan coping religius pada individu yang mengalami stres kehidupan. *Proceeding Conference on Da'wah and Communication Studies*, 4, 870–878. <https://doi.org/10.61994/cdcs.v4i.360>
- Munawaroh, U. (2018). *Hubungan antara tawadhu dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri*. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Nafissa, S., Damayanti, N., Nubli, M. A., Hasanah, R. A. F. N., Pratama, E., & Martabaya, H. F. (2025). Religious coping dan spiritualitas santriwati dalam

- tradisi Maulid Simthud Duror di Pondok Pesantren Putri Az Zahra. *Proceeding Conference on Da'wah and Communication Studies*, 4, 202–213.
- Nikmah, F. M. (2021). *Implementasi program tahfidz alquran di MAN 1 Kudus*. Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Noor, H. N., & Pihasniwati, P. (2023). Gambaran efikasi diri mahasiswa santri penghafal Al-Qur'an. *Jurnal Psikologi Integratif*, 11(2), 188. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v11i1.2774>
- Okafor, C. N., Bautista, K. J., Asare, M., & Opara, I. (2022). Coping in the time of COVID-19: Buffering stressors with coping strategies. *Journal of Loss and Trauma*, 27(1), 83–91. <https://doi.org/10.1080/15325024.2021.1914987>
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guildford Press.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519–543. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200004\)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1)
- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), 710. <https://doi.org/10.2307/1388152>
- Permadi, D. A. (2025). Efikasi diri dan academic burnout santri. *PSYCOMEDIA : Jurnal Psikologi*, 4(2), 86–92. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2025.v4i2.86-92>
- Pinatih, I. G. A. W. S., & Nopiyani, P. E. (2024). Pengaruh manajemen waktu , beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres akademik pada mahasiswa kuliah sambil bekerja (studi kasus pada mahasiswa reguler sore stie satya dharma). *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(1), 4519–4532.
- Priastuty, B. A. D., & Mulyana, O. P. (2021). Hubungan antara konflik peran ganda

dengan stres kerja pada tenaga kesehatan wanita di puskesmas. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(32), 94–104.

Purwandari, E., Dumpratiwi, A. N., Daliman, D., Faruq, F., Hastuti, F. D., & Rachmawati, D. E. (2022). Training on religious coping strategies for educators in the face of the Covid-19 pandemic. *Community Empowerment*, 7(8), 1286–1293. <https://doi.org/10.31603/ce.5537>

Putri, U. H. (2022). *Hubungan kepribadian big five dengan coping religius pada pengemudi ojek online di kota pekanbaru*. UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Qudsiya, M. (2021). *Pengaruh kepribadian model bigfive terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa dengan peran ganda sebagai santri di pondok pesantren al-adzkiya' nurus shofa (anshofa) malang*. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Rachmawati, S., Hidayat, D. R., & Badrujaman, A. (2021). Self-efficacy : Literatur review. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Malang*, 90–99.

Radisti, M., Suyanti, S., & Albadri, A. (2023). Religiusitas dan konsep diri akademik dengan stres akademik mahasiswa santri. *PSYCOMEDIA : Jurnal Psikologi*, 2(2), 102–111. <https://doi.org/10.35316/psycocomedia.2023.v2i2.102-111>

Rafferty, K. A., Billig, A. K., & Mosack, K. E. (2015). Spirituality, religion, and health: The role of communication, appraisals, and coping for individuals living with chronic illness. *Journal of Religion and Health*, 54(5), 1870–1885. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9965-5>

Rahmad, & Hadi, S. (2024). Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap target hafalan al quran pada program tahfidz di perguruan tinggi tsam. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(1), 1115–1132. <https://doi.org/10.58230/27454312.483>

Rahman, P. N., Rachmawati, A. J., Afrizal, F. R., Haikal, M., & Firdaus, D. (2025).

- Membaca musibah dengan perspektif tauhid: Antara ujian, takdir dan keteguhan iman. *Tashdiq: Jurnal Kajian Agama Dan Dakwah*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/doi.org/10.3783/tashdiqv2i9.2461>
- Rahmayati, T. E. (2020). Konflik peran ganda pada wanita karier. *Juripol: Jurnal Institusi Politeknik Ganesha Medan*, 3(1), 152–165.
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020). Academic self-efficacy and resilience on undergraduate students. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 175–187. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9718>
- Saputra, M. V. D., & Affandi, G. R. (2024). Efikasi Diri Lebih Efektif Mengurangi Stres Akademik Dibandingkan Dukungan Sosial. *Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 13. <https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v1i1.56>
- Scholz, U., Doña, B. G., Sud, S., & Schwarzer, R. (2002). Is general self-efficacy a universal construct? : Psychometric findings from 25 countries. *European Journal of Psychological Assessment*, 18(3), 242–251. <https://doi.org/10.1027//1015-5759.18.3.242>
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2005). *Theories of Personality*. Thomson Wadsworth.
- Schwarzer, R. (2024). Stress, resilience, and coping resources in the context of war, terror, and migration. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 57(March), 101393. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2024.101393>
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). *Generalized self-efficacy scale*. January.
- Sihombing, L. M. (2020). Pendidikan dan karakter mahasiswa di perguruan tinggi. *Jurnal Christian Humaniora*, 4(1), 104–112. <http://e-journal.iakntarutung.ac.id/index.php/humaniora>
- Sotudeh, T., Hasanpoor-Azghady, S. B., & Amiri-Farahani, L. (2022). Relationship between religious coping, pain severity, and childbirth self-efficacy in Iranian Primipara Women. *Obstetrics and Gynecology International*, 2022.

<https://doi.org/10.1155/2022/2338683>

- Sugandi, F. M. (2024). *Pengaruh positive religious coping dan negative religious coping terhadap kesehatan mental pada santri*. *digilib.uinsgd.ac.id*. <https://digilib.uinsgd.ac.id/88248/>
- Syahid, M. R., & Alif, M. (2026). The construction of the concept of self-efficacy in the Qur ' an : A thematic interpretation and grounded theory approach. *Al-Muhafidz: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 6(1), 1–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.57163/7zsdx07>
- Tanjung, E. F., & Isnaini, P. (2023). Penerapan metode wahdah pada program tahfidz qur'an di Rumah Tahfidz Al-Ihsan Desa Sordang Bolon. *Educate : Journal Of Education and Learning*, 2(2), 98–111.
- Taufikurohman, M., & Latipah, E. (2024). The impact of religiosity on the psychological well-being of female quran memorizers at Pondok Pesantren Muntasyirul Ulum. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alqalb/article/view/8890>
- Wahdati, D., & Lessy, Z. (2026). Konsep self efficacy dalam perspektif Al-Qur'an dan hadis serta implikasinya terhadap pembentukan karakter peserta didik. *MIDA: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 9(1), 74–87.
- Wajdi, F., Fauzia, S., & Hakam, A. (2020). Evaluasi program tahfidz melalui media sosial di Yayasan Indonesia Berkah. *Jurnal Online Studi Al-Qur An*, 16(1), 69–88. <https://doi.org/10.21009/jsq.016.1.05>
- Walker, H. E., Wamser-Nanney, R., & Howell, K. H. (2021). Relationships between childhood interpersonal trauma, religious coping, post-traumatic stress symptoms, and resilience. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(13–14), 1–19. <https://doi.org/10.1177/0886260521991883>
- Wardani, F. D., Dewi, D. K., Jannah, M., & Khoirunnisa, R. N. (2025). Adaptation and validation of general self-efficacy scale for higher education. *IJORER: International of Recent Educational Research*, 6(2), 333–346.

<https://doi.org/https://doi.org/10.46245/ijorer.v6i2.780>

Wilkinson, P. J., & Coleman, P. G. (2010). Strong beliefs and coping in old age: A case-based comparison of atheism and religious faith. *Ageing and Society*, 30(2), 337–361. <https://doi.org/10.1017/S0144686X09990353>

Yang, S. H., Tsan, Y. T., Hsu, W. T., Liu, C. F., Ho, W. C., Wu, L. F., Lin, C. F., & Chu, W. M. (2024). Association between self-efficacy, spiritual well-being and the willingness to provide spiritual care among nursing staff in Taiwan: a cross-sectional study. *BMC Nursing*, 23(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-01978-x>

Zainab, S., & Yoza, K. N. (2024). The effect of self-regulation on academic stress among tahfidz student at MA Ulumul Qur'an Pagar Air. *Alacrity : Journal Of Education*, 4(3), 190–202.

Zaini, M. (2020). Pengaruh efikasi diri dan dukungan guru tahfidz terhadap motivasi menghafal al-quran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 529. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i3.5381>

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Blueprint Skala Konflik Peran Ganda

Aspek	Indikator	Pernyataan
<i>Time-based conflict</i>	Kesulitan mengalokasikan waktu secara proporsional	Saya menunda pekerjaan di salah satu peran karena mengerjakan pekerjaan lainnya (F)
		Saya tetap mampu menyesuaikan jadwal kegiatan, ketika tuntutan dari kedua peran meningkat (UF)
	Gangguan waktu sosial dan pribadi	Waktu untuk beristirahat menjadi terbatas karena padatnya tuntutan dari kedua peran yang saya jalani (F)
		Waktu saya untuk bersosialisasi terganggu karena tekanan dari berbagai tuntutan peran (F)
		Meskipun sibuk dengan berbagai peran, saya masih dapat meluangkan waktu untuk kebutuhan pribadi (UF)
<i>Strain based conflict</i>	Ketegangan emosional atau fisik dari satu peran menurunkan kemampuan menjalankan peran lain	Tuntutan fisik dari salah satu peran membuat saya kekurangan energi untuk memenuhi tanggung jawab peran lainnya.(F)
		Saya merasa kelelahan secara emosional setelah menjalankan satu peran sehingga sulit menjalankan peran lainnya.(F)
		Saya mampu memulihkan energi dengan baik sehingga kemampuan tetap stabil. (UF)
	Beban mental atau psikologis dari satu peran mengganggu fokus dan konsentrasi dan kinerja lainnya	Tekanan mental dari salah satu peran membuat saya sulit mempertahankan fokus ketika beralih ke peran lain (F)
<i>Behavior-based conflict</i>	Ketidaksesuaian cara menyelesaikan masalah antara dua peran	Perbedaan cara menangani situasi di dua peran membuat saya sering mengalami kebingungan ketika harus berpindah peran (F)
		Saya memiliki kemampuan untuk menyesuaikan pendekatan penyelesaian

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Pernyataan</b>
		masalah sesuai kebutuhan masing-masing peran (UF)
	Perbedaan tuntutan perilaku antar dua peran	Saya merasa tuntutan perilaku dalam satu peran bertentangan dengan harapan perilaku dalam peran lainnya. (F)
		Tuntutan perilaku dari kedua peran membuat saya sulit mempertahankan konsistensi sikap sehari-hari. (F)

## Lampiran 2 Blueprint Skala Religious Coping

Aspek	Indikator	Pernyataan
<i>Religious practice</i>	Fokus melakukan aktivitas spiritual dan meyakini manfaatnya bagi kehidupan	Alquran memberikan petunjuk dan kenyamanan di hati
		Saya senang bersholawat kepada nabi untuk memperlancar urusan
		Ketika stress dengan kondisi belajar yang menurun, saya menenangkan diri dengan mengingat Tuhan
		Sebelum memulai hari, saya selalu berdoa kepada Tuhan
		Saya berharap dengan berdoa, Tuhan akan menyelesaikan setiap permasalahan
<i>Benevolent Reappraisal</i>	Melakukan penilaian ulang secara positif terhadap permasalahan yang terjadi	Apapun yang terjadi merupakan takdir dari Tuhan
		Saya mencoba bertahan dengan kondisi sulit yang terjadi
		Saya merasa sedang diuji oleh Tuhan dengan melihat kondisi yang terjadi
		Saat mengingat tentang berbagai kesulitan yang saya alami justru semakin mendekatkan diri kepada Tuhan
		Setiap kesulitan, saya rasakan sebagai penghapus dosa-dosa
		Dengan berbagai tekanan yang saya rasakan, semakin memperkuat iman
<i>Active religious coping</i>	Menyerahkan kendali secara aktif kepada Tuhan dalam menghadapi setiap kondisi	Saya mencoba menyelesaikan permasalahan semampu mungkin dan meminta agar Tuhan menyelesaikan sisanya
		Saya telah berusaha memperbaiki kondisi yang ada, biarlah Tuhan yang menentukan hasilnya
		Saya telah melakukan yang terbaik dan menyerahkan hasil kepada Tuhan
		Saat merasa sedih, saya akan mengadu kepada Tuhan

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Pernyataan</b>
<i>Negative feeling toward God</i>	Memiliki perasaan negative kepada Tuhan atas permasalahan yang dihadapi	Saya kecewa dengan takdir Tuhan
<i>Passive religious coping</i>	Bergantung dan menunggu bantuan Tuhan dalam menghadapi permasalahan yang terjadi	Saya berharap Tuhan akan menolong tanpa harus berbuat banyak
		Saya yakin Tuhan akan menangani semua kesulitan tanpa harus berbuat banyak

### Lampiran 3 Blueprint Skala Self-Efficacy

Nomor Item	Pernyataan
2.	Jika rencana saya terhalang situasi tertentu, maka akan mencari cara lain untuk tetap mencapai tujuan
3.	Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan dan mencapai tujuan
4.	Saya yakin mampu mengatasi kejadian yang tidak terduga, secara efisien
5.	Berkat kecerdikan, saya tahu bagaimana menangani situasi yang tidak terduga
6.	Saya dapat menyelesaikan sebagian besar masalah jika melakukan upaya yang diperlukan
7.	Saya dapat tetap tenang ketika menghadapi kesulitan karena mampu menemukan beberapa solusi
8.	Saat menghadapi masalah, saya bisa menemukan beberapa alternatif solusi
9.	Saya mampu menemukan sebuah tindakan, meskipun dalam kondisi terjepit
10.	Apapun yang terjadi, saya biasanya mampu mengatasinya

## Lampiran 4 Instrumen Penelitian

### Kuesioner Untuk Mahasiswa Santri Tahfidz

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Perkenalkan, saya Nida Azka Akmalia dan Khazana Fiyal Idelbarahma, mahasiswa Program Studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Saat ini saya sedang melaksanakan penelitian skripsi yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mengenai kondisi psikologis mahasiswa santri tahfidz dalam menjalankan peran akademik sebagai mahasiswa di kampus dan peran menjadi santri tahfidz secara bersamaan. Penelitian ini berfokus pada beberapa aspek psikologis dan sosial yang berkaitan dengan interaksi sosial, keyakinan terhadap kemampuan diri, dinamika peran, serta cara individu menyikapi dan memaknai kehidupan berdasarkan nilai-nilai keagamaan.

Saya mengundang Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan kriteria sebagai berikut:

1. Mahasiswa aktif,
2. Berstatus sebagai santri tahfidz.

Partisipasi Saudara/i sangat berarti bagi kelancaran dan kualitas penelitian ini. Atas waktu dan kesediaan Saudara/i, saya mengucapkan terima kasih.

**\* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi**

Partisipasi dalam penelitian ini bersifat sukarela. Seluruh jawaban yang diberikan bersifat anonim, dijaga kerahasiannya, dan hanya digunakan untuk kepentingan akademik. Waktu pengisian kuesioner diperkirakan sekitar 15-20 menit. Apakah Anda bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini?

Ya, Saya bersedia

Alamat Domisili

Jawaban Anda

Tinggal di Pondok Pesantren/Lembaga Tahfidz? \*

Ya

Tidak

Mengikuti Kegiatan Tahfidz? \*

Ya

Tidak

Lama Mengikuti Kegiatan Tahfidz \*

Jawaban Anda

Dimana Anda Berkuliah \*

PTN (Perguruan Tinggi Negeri)

PTS (Perguruan Tinggi Swasta)

PTKIN (Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri)

PTKIS (Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta)

### Kuesioner Untuk Mahasiswa Santri Tahfidz

**\* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi**

#### Identitas diri

Data diri dibawah ini silakan disesuaikan dengan diri Anda. Seluruh jawaban bersifat anonim, rahasia, dan hanya digunakan sebagai kebutuhan akademik dalam penelitian ini. Terimakasih atas partisipasi Anda.

Name atau Inisial \*

Jawaban Anda

Usia (Contoh: 20) \*

Jawaban Anda

Jenis kelamin \*

Laki-Laki

Perempuan

Fakultas dan Jurusan \*

Jawaban Anda

Semester saat ini \*

1

2

3

4

5

6

7

8

Yang lain: \_\_\_\_\_

[Kembali](#) [Berikutnya](#) [Kosongkan formulir](#)

Anda pernah mengirim kuesioner ini melalui Google Formulir.

Formulir ini dibuat dalam Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. [Hubungi pemilik formulir](#)

Apakah formulir ini tampak mencurigakan? [Laporkan](#)

Google Formulir

## Kuesioner Untuk Mahasiswa Santri Tahfidz

\* Menunjukkan pernyataan yang wajib diisi

### Skala Konflik Peran Ganda

Silakan Anda mengisi pernyataan di bawah ini yang sesuai dengan diri Anda

<p>1. Saya menunda pekerjaan di salah satu peran karena mengerjakan pekerjaan lainnya *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>	<p>3. Saya dapat menentukan prioritas waktu dengan jelas sehingga kebutuhan peran tetap terpenuhi *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>
<p>2. Waktu yang saya miliki terbatas untuk memenuhi tuntutan dari kedua peran secara bersamaan *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>	<p>4. Saya tetap mampu menyesuaikan jadwal kegiatan, ketika tuntutan dari kedua peran meningkat *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>
<p>6. Waktu saya untuk bersosialisasi terganggu karena tekanan dari berbagai tuntutan peran *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>	<p>5. Waktu untuk beristirahat menjadi terbatas karena padatnya tuntutan dari kedua peran yang saya jalani *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>
<p>7. Meskipun sibuk dengan berbagai peran, saya masih dapat meluangkan waktu untuk kebutuhan pribadi *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>	<p>9. Tuntutan fisik dari salah satu peran membuat saya kekurangan energi untuk memenuhi tanggung jawab peran lainnya. *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>
<p>8. Saya masih bisa membagi waktu dengan baik untuk memenuhi tuntutan dari kedua peran *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>	<p>10. Saya merasa kelelahan secara emosional setelah menjalankan satu peran sehingga sulit menjalankan peran lainnya. *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>
<p>11. Saya masih bisa membagi waktu dengan baik untuk memenuhi tuntutan dari kedua peran *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>	<p>11. Saya dapat menjaga kondisi emosi untuk tetap stabil meskipun menghadapi tuntutan yang berat dari beberapa peran *</p> <p> <input type="radio"/> Sangat Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju         </p>



<p>2. Alquran memberikan petunjuk dan kenyamanan di hati *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>	<p>5. Saya mencoba menyelesaikan permasalahan semampu mungkin dan meminta agar Tuhan menyelesaikan sisanya *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>
<p>3. Saya sadar bahwa hanya sebagian doa akan dikabulkan oleh Tuhan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>	<p>6. Saya mencoba bertahan dengan kondisi sulit yang terjadi *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>
<p>4. Saya berharap Tuhan akan menolong tanpa harus berbuat banyak *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>	<p>7. Saya senang bersholewat kepada nabi untuk memperlancar urusan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>
<p>8. Saya merasa telah dilupakan Tuhan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>	<p>14. Sebelum memulai hari, saya selalu berdo'a kepada Tuhan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>
<p>9. Saya merasa kesulitan yang ada merupakan takdir dan tidak mencoba mengubahnya *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>	<p>15. Saya telah melakukan yang terbaik dan menyerahkan hasil kepada Tuhan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>
<p>10. Saya telah berusaha memperbaiki kondisi yang ada, bierlah Tuhan yang menentukan hasilnya *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>	<p>16. Saat mengingat tentang berbagai kesulitan yang saya alami justru semakin mendekatkan diri kepada Tuhan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p>

17. Saya berharap dengan berdoa, Tuhan akan menyelesaikan setiap permasalahan \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

18. Setiap kesulitan, saya rasakan sebagai penghapus dosa-dosa \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

19. Saya yakin Tuhan akan menengani semua kesulitan tanpa harus berbuat banyak \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

20. Saat merasa sedih, saya akan mengadu kepada Tuhan \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

21. Saya kesal karena Tuhan membiarkan kondisi buruk ini terjadi \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

22. Dengan berbagai tekanan yang saya rasakan, semakin memperkuat iman \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

Kembali    Berikutnya    Kosongkan for muflr

Anda berhak menstimulasi kembali Google Form ini

**The General Self-Efficacy Scale**

Silakan isi pernyataan dibawah ini sesuai diri Anda

---

1. Saya dapat menyelesaikan semua masalah, jika mau berusaha keras \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

2. Jika rencana saya terhalang situasi tertentu, maka akan mencari cara lain untuk tetap mencapai tujuan \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

3. Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan dan mencapai tujuan \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

4. Saya yakin mampu mengatasi kejadian yang tidak terduga, secara efisien \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

5. Berkat kecerdikan, saya tahu bagaimana menengani situasi yang tidak terduga \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

---

6. Saya dapat menyelesaikan sebagian besar masalah jika melakukan upaya yang diperlukan \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

7. Saya dapat tetap tenang ketika menghadapi kesulitan karena mampu menemukan beberapa solusi \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

8. Saat menghadapi masalah, saya bisa menemukan beberapa alternatif solusi \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

9. Saya mampu menemukan sebuah tindakan, meskipun dalam kondisi terjepit \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

10. Apapun yang terjadi, saya biasanya mampu mengatasinya \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

[Kembali](#) [Berikutnya](#) [Kosongkan for muflr](#)

## Kuesioner Untuk Mahasiswa Santri Tahfidz

Terimakasih atas waktu dan bantuannya. Partisipasi Anda sangat berarti bagi kelancaran penelitian ini.

[Kembali](#)

[Kirim](#)

[Kosongkan for muflr](#)

**Lampiran 5 Penilaian Expert Judgement**

**LEMBAR EXPERT JUDGMENT MODIFIKASI ALAT UKUR  
KONFLIK PERAN GANDA, IRANIAN RELIGIOUS COPING SCALE,  
DAN THE GENERAL SELF EFFICACY SCALE**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
TAHUN 2025**

## PENGANTAR

Bapak/Ibu perkenalkan, Saya Nida Azkia Akmala mahasiswa program studi Psikologi semester 7 UIN Maulana Malik Ibrahim. Saat ini saya sedang melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Religious Coping* dan *Self-Efficacy* Terhadap Konflik Peran Ganda Pada Mahasiswa Santri Tahfidz”. Saya membutuhkan bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian terhadap aitem – aitem dalam alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini.

Penilaian akan dilakukan pada alat ukur berikut:

1. Skala Konflik Peran Ganda
2. Skala An Iranian Religious Coping
3. Skala The General Self-Efficacy

Penilaian dilakukan dengan cara memberikan nilai 1 – 5 pada kolom penilaian. Penilaian didasarkan pada tata bahasa dan kesesuaian/relevansi butir aitem dengan konstruk psikologis yang hendak diukur. Instrumen ini akan diberikan kepada partisipan dengan kriteria :

1. Mahasiswa aktif
2. Mahasiswa yang tinggal di pondok pesantren atau sedang mengikuti program tahfidz

Adapun kriteria penilaian dari instrumen ini meliputi:

Nilai 1: Sangat Tidak Relevan

Nilai 2: Tidak Relevan

Nilai 3: Netral

Nilai 4: Relevan

Nilai 5: Sangat Relevan

**PERSETUJUAN *PROFESSIONAL JUDGEMENT***

Hal : Permohonan Validasi Instrumen Penelitian

Lampiran : 1 Bandel

Yth. Bapak/Ibu .....

Di tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Sehubungan dengan rencana penelitian dalam rangka penyelesaian tugas akhir/skripsi, dengan ini saya :

Nama Lengkap	: Nida Azkia Akmala
NIM	: 220401110220
Program Studi/Fakultas	: Psikologi/Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim
Dosen Pembimbing	: Ali Syahidin Mubarak, M.Si
Judul Penelitian	: Pengaruh <i>Religious Coping</i> dan <i>Self-Efficacy</i> Terhadap Konflik Peran Ganda Pada Mahasiswa Santri Tahfidz
Instrumen yang akan divalidasi	: 1. Skala Konflik Peran Ganda 2. Skala Religious Coping 3. Skala The General Self-Efficacy

Memohon dengan hormat kesediaan Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian yang akan saya gunakan dalam penelitian saya. Sebagai bahan pertimbangan bersama ini saya lampirkan **Teori, Kisi-kisi instrumen, dan Instrumen penelitian** sesuai format yang akan digunakan dalam proses pengambilan data.

Demikian permohonan yang dapat saya sampaikan, atas bantuan dan perhatian serta mendahului perkenannya, saya ucapkan banyak terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Malang, 05 Desember 2025

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized letter 'N' followed by a vertical line and a small flourish at the bottom.

Nida Azkia Akmala

NIM. 220401110220

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RATER**

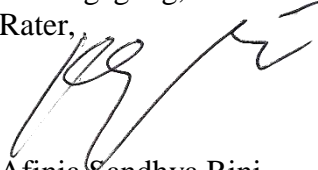
Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Afinia Sandhya Rini  
Pekerjaan : Dosen Psikologi Islam UIN Satu  
NIP/NIDN : 198905202023212058

Menyatakan bersedia menjadi rater untuk skala Konflik Peran Ganda, The Iranian Religious Coping dan The General Self-Efficacy yang akan digunakan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Pengaruh *Religious Coping* dan *Self-Efficacy* Terhadap Konflik Peran Ganda Pada Mahasiswa Santri Tahfidz” yang disusun oleh :

Nama : Nida Azkia Akmala  
NIM : 220401110220

Tulungagung, 5 Januari 2026  
Rater,



Afinia Sandhya Rini

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RATER**

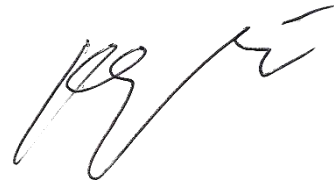
Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Nuzulun Ni'mah  
Pekerjaan : Dosen Psikologi Islam UIN Satu  
NIP/NIDN : -

Menyatakan bersedia menjadi rater untuk skala Konflik Peran Ganda, The Iranian Religious Coping dan The General Self-Efficacy yang akan digunakan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Pengaruh *Religious Coping* dan *Self-Efficacy* Terhadap Konflik Peran Ganda Pada Mahasiswa Santri Tahfidz” yang disusun oleh :

Nama : Nida Azkia Akmala  
NIM : 220401110220

Tulungagung, 5 Januari 2026  
Rater,



Nuzulun Ni'mah

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RATER**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

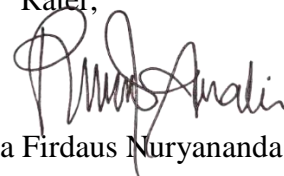
Nama : Tirta Firdaus Nuryananda  
Pekerjaan : Dosen Psikologi Unesa  
NIP/NIDN : 199108142024061001

Menyatakan bersedia menjadi rater untuk skala Konflik Peran Ganda, The Iranian Religious Coping dan The General Self-Efficacy yang akan digunakan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Pengaruh *Religious Coping* dan *Self-Efficacy* Terhadap Konflik Peran Ganda Pada Mahasiswa Santri Tahfidz” yang disusun oleh :

Nama : Nida Azkia Akmala  
NIM : 220401110220

Surabaya, 5 Januari 2026

Rater,



Tirta Firdaus Nuryananda

### SKALA KONFLIK PERAN GANDA

<b>Variabel</b>	Konflik Peran Ganda (Greenhaus & Beutell, 1985)
<b>Definisi Konseptual</b>	Sebuah bentuk konflik antarperan di mana tekanan peran dari domain pekerjaan dan keluarga saling bertentangan dalam hal tertentu. Artinya, partisipasi dalam peran pekerjaan (keluarga) menjadi lebih sulit karena partisipasi dalam peran keluarga (pekerjaan).
<b>Aspek</b>	<i>Time-based conflict, strain-based conflict, behavior-based conflict</i>
<b>Definisi Operasional</b>	Perilaku atau sikap yang menunjukkan tingkat ketidaksesuaian tuntutan peran perkuliahan dan kegiatan tahfidz, yang diukur melalui tiga aspek, yaitu; kesulitan membagi waktu antara peran satu dengan peran yang lain, tekanan emosional atau fisik dari satu peran yang mengganggu peran lainnya, ketidaksesuaian pola perilaku yang dituntut dalam peran satu dengan peran lainnya.
<b>Referensi</b>	Greenhaus. J. H., Beutell. N. J., (1985) Sources of Conflict between work and family roles, The Academy of Management Review, 10 (1) 76-88 <a href="http://www.jstor.org/stable/258214?origin=JSTOR-pdf">http://www.jstor.org/stable/258214?origin=JSTOR-pdf</a>

Skala ini akan diberikan kepada Mahasiswa Santri Tahfidz

NO	Aspek	Indikator	Item		Bobot	Jumlah soal
			Favorable	Unfavorable		
1.	<i>Time based conflict</i>	Kesulitan mengalokasikan waktu secara proporsional	1, 2	3, 4		4

NO	Aspek	Indikator	Item		Bobot	Jumlah soal
			Favorable	Unfavorable		
		Gangguan waktu sosial dan pribadi	5, 6	7, 8		4
2.	<i>Strain based conflict</i>	Ketegangan emosional atau fisik dari satu peran menurunkan kemampuan menjalankan peran lain	9, 10	11, 12		4
		Beban mental atau psikologis dari satu peran mengganggu fokus dan konsentrasi dan kinerja lainnya.	13, 14	15, 16		4
3.	<i>Behavior based conflict</i>	Ketidaksesuaian cara menyelesaikan masalah antara dua peran	17, 18	19, 20		4
		Perbedaan tuntutan perilaku antar dua peran	21, 22	23, 24		4

**PENILAIAN BUTIR AITEM**

**Skala Konflik Peran Ganda**

Skala ini akan diberikan kepada Mahasiswa Santri Tahfidz

<b>NO</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Aitem</b>	<b>Aitem</b>	<b>Rater 1 Skor(1-5)</b>	<b>Rater 2 Skor (1-5)</b>	<b>Rater 3 Skor (1-5)</b>
<b>1.</b>	<i>Time based conflict</i>	Kesulitan mengalokasikan waktu secara proporsional	1.	Saya menunda pekerjaan di salah satu peran karena mengerjakan pekerjaan lainnya. (F)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			2	Waktu yang saya miliki terbatas untuk memenuhi tuntutan dari kedua peran secara bersamaan. (F)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			3	Saya dapat menentukan prioritas waktu dengan jelas sehingga kebutuhan peran tetap terpenuhi.(UF)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			4	Saya tetap mampu menyesuaikan jadwal kegiatan, ketika tuntutan dari kedua peran meningkat. (UF)	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

<b>NO</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Aitem</b>	<b>Aitem</b>	<b>Rater 1 Skor(1-5)</b>	<b>Rater 2 Skor (1-5)</b>	<b>Rater 3 Skor (1-5)</b>
		Gangguan waktu sosial dan pribadi	5	Waktu untuk beristirahat menjadi terbatas karena padatnya tuntutan dari kedua peran yang saya jalani. (F)	5	5	5
			6	Waktu saya untuk bersosialisasi terganggu karena tekanan dari berbagai tuntutan peran. (F)	5	5	5
			7	Meskipun sibuk dengan berbagai peran, saya masih dapat meluangkan waktu untuk kebutuhan pribadi. (UF)	4	4	4
			8	Saya masih bisa membagi waktu dengan baik untuk memenuhi tuntutan dari kedua peran. (UF)	4	4	4
<b>2.</b>	<i>Strain based conflict</i>	Ketegangan emosional atau fisik dari satu peran menurunkan kemampuan menjalankan peran lain	9	Tuntutan fisik dari salah satu peran membuat saya kekurangan energi untuk memenuhi tanggung jawab peran lainnya. (F)	5	5	5
			10	Saya merasa kelelahan secara emosional setelah menjalankan satu peran sehingga sulit menjalankan peran lainnya. (F)	5	5	5

<b>NO</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Aitem</b>	<b>Aitem</b>	<b>Rater 1 Skor(1-5)</b>	<b>Rater 2 Skor (1-5)</b>	<b>Rater 3 Skor (1-5)</b>
			11	Saya dapat menjaga kondisi emosi untuk tetap stabil meskipun menghadapi tuntutan yang berat dari beberapa peran. (UF)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			12	Saya mampu memulihkan energi dengan baik sehingga kemampuan tetap stabil. (UF)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
		Beban mental atau psikologis dari satu peran mengganggu konsentrasi dan kinerja pada peran lainnya.	13	Pikiran tentang kewajiban saya di satu peran sering mengganggu konsentrasi ketika menjalankan peran lainnya. (F)	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
			14	Tekanan mental dari salah satu peran membuat saya sulit mempertahankan fokus ketika beralih ke peran lain. (F)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			15	Saya dapat memisahkan beban pikiran dari satu peran dan tetap fokus pada peran lainnya. (UF)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			16	Saya mampu mempertahankan fungsi dan performa dengan baik meskipun memikul tuntutan mental dari beberapa peran. (UF)	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

<b>NO</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Aitem</b>	<b>Aitem</b>	<b>Rater 1 Skor(1-5)</b>	<b>Rater 2 Skor (1-5)</b>	<b>Rater 3 Skor (1-5)</b>
<b>3.</b>	<i>Behavior based conflict</i>	Ketidaksesuaian cara menyelesaikan masalah antara dua peran	17	Cara menyelesaikan masalah di satu peran kurang efektif ketika diterapkan dalam peran lainnya. (F)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			18	Perbedaan cara menangani situasi di dua peran membuat saya sering mengalami kebingungan ketika harus berpindah peran. (F)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			19	Saya memiliki kemampuan untuk menyesuaikan pendekatan penyelesaian masalah sesuai kebutuhan masing-masing peran. (UF)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			20	Saya dapat beralih dari satu pola penyelesaian masalah ke pola yang berbeda tanpa mengalami hambatan berarti. (UF)	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
			Perbedaan tuntutan perilaku antar dua peran	21	Saya merasa tuntutan perilaku dalam satu peran bertentangan dengan harapan perilaku dalam peran lainnya. (F)	<b>5</b>	<b>5</b>

<b>NO</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Aitem</b>	<b>Aitem</b>	<b>Rater 1 Skor(1-5)</b>	<b>Rater 2 Skor (1-5)</b>	<b>Rater 3 Skor (1-5)</b>
			22	Tuntutan perilaku dari kedua peran membuat saya sulit mempertahankan konsistensi sikap sehari-hari. (F)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
			23	Saya dapat menyesuaikan gaya perilaku dengan mudah ketika berpindah dari satu peran ke peran lain. (UF)	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
			24	Saya mampu menjalankan berbagai pola perilaku yang dibutuhkan oleh masing-masing peran tanpa merasa tertekan. (UF)	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>

**PENILAIAN BUTIR AITEM**  
**Skala An Iranian Religious Coping**

Skala ini akan diberikan kepada Mahasiswa Santri Tahfidz

NO	Item Asli (Aflakseir dan Coleman, 2011)	Item Adaptasi (Putri, 2022)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor(1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
1.	<i>Saw my situation as God's will</i>	Berapapun rezeki yang saya dapatkan adalah takdir dari Tuhan	Apapun yang terjadi merupakan takdir dari Tuhan	5	5	5
2.	<i>Sought comfort and guidance by reading the Qur'an</i>	Membaca alquran dapat memberi kenyamanan bagi saya meski sedang stress	Alquran memberikan petunjuk dan kenyamanan di hati	5	5	5
3.	<i>Realized that God cannot answer all of my prayers</i>	Saya sadar tidak semua doa saya akan dikabulkan oleh Tuhan	Saya sadar bahwa hanya sebagian doa akan dikabulkan oleh Tuhan	5	5	5
4.	<i>Didn't do much, just expected God to solve my problems for me</i>	Saya berharap tuhan akan menolong tanpa saya harus berbuat banyak	Saya berharap Tuhan akan menolong tanpa harus berbuat banyak	5	5	5

NO	Item Asli (Aflakseir dan Coleman, 2011)	Item Adaptasi (Putri, 2022)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor(1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
5.	<i>Did everything I could, then asked God to sort out it Himself</i>	Saya mencoba menyelesaikan permasalahan semampu saya dan meminta agar tuhan menyelesaikan sisanya	Saya mencoba menyelesaikan permasalahan semampu mungkin dan meminta agar Tuhan menyelesaikan sisanya	4	4	4
6.	<i>Sought patience because God is with those who patiently persevere</i>	Saya mencoba bertahan dan tidak menyerah dengan kondisi sulit yang saya alami	Saya mencoba bertahan dengan kondisi sulit yang terjadi	4	4	4
7.	<i>Appealed to Prophet and Imams</i>	Saya senang bersholawat kepada nabi untuk menghilangkan stress	Saya senang bersholawat kepada nabi untuk memperlancar urusan	5	5	5
8.	<i>Felt God had forgotten me (Wondered if God really cares)</i>	Saya merasa tuhan telah melupakan saya	Saya merasa telah dilupakan Tuhan	5	5	5

NO	Item Asli (Aflakseir dan Coleman, 2011)	Item Adaptasi (Putri, 2022)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor(1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
9.	<i>Was destined to have this situation, so I didn't try to change it</i>	Saya merasa kesulitan yang saya alami merupakan takdir dan saya tidak mencoba mengubahnya	Saya merasa kesulitan yang ada merupakan takdir dan tidak mencoba mengubahnya	5	5	5
10.	<i>Turned the situation over to God after doing all that I could</i>	Saya telah berusaha memperbaiki kondisi saya, biarlah tuhan yang menentukan hasilnya	Saya telah berusaha memperbaiki kondisi yang ada, biarlah Tuhan yang menentukan hasilnya	5	5	5
11.	<i>Sought tranquillity by remembrance of God.</i>	Ketika stress dengan kondisi pendapatan yang menurun, saya menenangkan diri dengan mengingat tuhan	Ketika stress dengan kondisi belajar yang menurun, saya menenangkan diri dengan mengingat Tuhan	5	5	5
12.	<i>I was disappointed with God's grace and mercy</i>	Saya kecewa tuhan tidak mencukupi rezeki untuk saya	Saya kecewa dengan takdir Tuhan	5	5	5

NO	Item Asli (Aflakseir dan Coleman, 2011)	Item Adaptasi (Putri, 2022)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor(1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
13.	<i>Viewed my situation as a trial from God</i>	Dengan menurunnya pendapatan, saya merasa tuhan sedang menguji saya	Saya merasa sedang diuji oleh Tuhan dengan melihat kondisi yang terjadi	4	4	4
14.	<i>Read certain prayers</i>	Sebelum berangkat bekerja, saya berdoa kepada tuhan agar diberikan rezeki	Sebelum memulai hari, saya selalu berdoa kepada Tuhan	5	5	5
15.	<i>Did what I could and turned the restover to God</i>	Saya akan terus berusaha mencari nafkah dan berapapun rezeki yang didapat saya serahkan kepada tuhan	Saya telah melakukan yang terbaik dan menyerahkan hasil kepada Tuhan	5	5	5
16.	<i>Thought suffering may bring me closer to God</i>	Setiap kali saya mengingat tentang berbagai penderitaan yang saya alami, justru	Saat mengingat tentang berbagai kesulitan yang saya alami justru semakin	5	5	5

NO	Item Asli (Aflakseir dan Coleman, 2011)	Item Adaptasi (Putri, 2022)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor(1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
		semakin mendekati diri saya pada tuhan	mendekatkan diri kepada Tuhan			
17.	<i>Sought help with prayer.</i>	Saya berharap dengan sholat tuhan akan menyelesaikan permasalahan saya	Saya berharap dengan berdoa, Tuhan akan menyelesaikan setiap permasalahan	4	4	4
18.	<i>My suffering was purification of my sins</i>	Setiap kesulitan yang saya rasakan sebagai penghapus dosa-dosa saya	Setiap kesulitan, saya rasakan sebagai penghapus dosa-dosa	5	5	5
19.	<i>Didn't try to do much; just assumed God would handle it</i>	Saya yakin tuhan akan menangani semua kesulitan, tanpa saya harus berbuat banyak	Saya yakin Tuhan akan menangani semua kesulitan tanpa harus berbuat banyak	4	4	4
20.	<i>Attended pilgrimage when I felt upset</i>	Jika kondisi memungkinkan, saya akan pergi umroh untuk	Saat merasa sedih, saya akan mengadu kepada Tuhan	5	5	5

NO	Item Asli (Aflakseir dan Coleman, 2011)	Item Adaptasi (Putri, 2022)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor(1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
		melepaskan semua keluh kesah saya				
21.	<i>I expressed anger at God for letting this problem happened</i>	Saya kesal karena tuhan membiarkan kondisi ini terjadi pada saya	Saya kesal karena Tuhan membiarkan kondisi buruk ini terjadi	5	5	5
22.	<i>Suffering and difficulties strengthened my faith</i>	Berbagai tekanan yang saya rasakan justru semakin memperkuat iman saya	Dengan berbagai tekanan yang saya rasakan, semakin memperkuat iman	5	5	5

**PENILAIAN BUTIR AITEM**  
**The General Self-Efficacy Scale**

Skala ini akan diberikan kepada Mahasiswa Santri Tahfidz

NO	Item Asli (Schwarzer dan Jerusalem, 1995)	Item Adaptasi (Wardani et al, 2025)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor (1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
1.	<i>I can always manage to solve difficult problems if I try hard enough.</i>	Saya dapat menyelesaikan semua masalah, jika mau berusaha keras	Saya dapat menyelesaikan semua masalah, jika mau berusaha keras	5	5	5
2.	<i>If someone opposes me, I can find the means and ways to get what I want.</i>	Jika keinginan saya terhalang oleh orang lain, maka saya akan mencari cara lain agar bisa tetap mencapai keinginan tersebut	Jika rencana saya terhalang situasi tertentu, maka akan mencari cara lain untuk tetap mencapai tujuan	4	4	4
3.	<i>It is easy for me to stick to my aims and accomplish my goals.</i>	Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan saya dan mencapai tujuan saya	Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan dan mencapai tujuan	5	5	5
4.	<i>I am confident that I could deal efficiently with unexpected events.</i>	Saya yakin bahwa saya mampu mengatasi kejadian yang tidak terduga, secara efisien	Saya yakin mampu mengatasi kejadian yang tidak terduga, secara efisien	5	5	5

NO	Item Asli (Schwarzer dan Jerusalem, 1995)	Item Adaptasi (Wardani et al, 2025)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor (1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
5.	<i>Thanks to my resourcefulness, I know how to handle unforeseen situations.</i>	Berkat kecerdikan saya, saya tahu bagaimana menangani situasi yang tidak terduga	Berkat kecerdikan, saya tahu bagaimana menangani situasi yang tidak terduga	5	5	5
6.	<i>I can solve most problems if I invest the necessary effort.</i>	Saya dapat menyelesaikan sebagian besar masalah jika saya melakukan upaya yang diperlukan	Saya dapat menyelesaikan sebagian besar masalah jika melakukan upaya yang diperlukan	5	5	5
7.	<i>I can remain calm when facing difficulties because I can rely on my coping abilities.</i>	Saya dapat tetap tenang ketika menghadapi kesulitan karena saya mampu menemukan beberapa solusi	Saya dapat tetap tenang ketika menghadapi kesulitan karena mampu menemukan beberapa solusi	4	4	4
8.	<i>When I am confronted with a problem, I find several solutions</i>	Saat menghadapi masalah, saya bisa menemukan beberapa alternatif solusi	Saat menghadapi masalah, saya bisa menemukan beberapa alternatif solusi	4	4	4
9.	<i>If I am in trouble, I usually think of a solution.</i>	Saya mampu menemukan sebuah tindakan, meskipun dalam kondisi terjepit	Saya mampu menemukan sebuah tindakan, meskipun dalam kondisi terjepit	4	4	4

NO	Item Asli (Schwarzer dan Jerusalem, 1995)	Item Adaptasi (Wardani et al, 2025)	Item Modifikasi	Rater 1 Skor (1-5)	Rater 2 Skor (1-5)	Rater 3 Skor (1-5)
10.	<i>I can handle whatever comes my way.</i>	Apapun yang terjadi, saya biasanya mampu mengatasinya	Apapun yang terjadi, saya biasanya mampu mengatasinya	5	5	5

## Lampiran 6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

### Uji Validitas Isi dengan Koefisien Aiken's V Konflik Peran Ganda

Hasil Uji Validitas Skala Konflik Peran Ganda dengan Aiken V																							
Penilai	Aitem 01		Aitem 02		Aitem 03		Aitem 04		Aitem 05		Aitem 06		Aitem 07		Aitem 08		Aitem 09		Aitem 10				
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S			
A	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	4	3	4	3	5	4	5	4			
B	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	4	3	4	3	5	4	5	4			
C	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	4	3	4	3	5	4	5	4			
ΣS	12		12		12		9		12		12		9		9		12		12				
V	1		1		1		0,75		1		1		0,75		0,75		1		1				

Penilai	Aitem 11		Aitem 12		Aitem 13		Aitem 14		Aitem 15		Aitem 16		Aitem 17		Aitem 18		Aitem 19		Aitem 20	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
A	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	4	3
B	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	4	3
C	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	4	3
ΣS	12		12		9		12		12		9		12		12		12		9	
V	1		1		0,75		1		1		0,75		1		1		1		0,75	

Penilai	Aitem 21		Aitem 22		Aitem 23		Aitem 24	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
A	5	4	5	4	4	3	5	4
B	5	4	5	4	4	3	5	4
C	5	4	5	4	4	3	5	4
ΣS	12		12		9		12	
V	1		1		0,75		1	

SKOR= nilai yang diberikan rater  
 S= nilai rater-1  
 ΣS=jumlah S  
 $V = \text{Sigma } S / [n(C-1)]$   
 $V = (\text{jumlah skor } S) / (3(5-1))$   
 $V = \text{jumlah } S / 12$   
 $S = R - \text{lo} = \text{jumlah penilai } \text{lo} = \text{angka penilaian terendah } \text{e} = \text{angka penilaian tertinggi } \text{R} = \text{angka yang diberikan penilai}$

Penilai A: Afnia Sandhya Rini  
 Penilai B: Nuzulun Ni'mah  
 Penilai C: Tirta Firdaus Nuryananda

### Uji Validitas Isi dengan Koefisien Aiken's V Religious Coping

Hasil Uji Validitas Skala Religious Coping dengan Aiken V																							
Penilai	Aitem 01		Aitem 02		Aitem 03		Aitem 04		Aitem 05		Aitem 06		Aitem 07		Aitem 08		Aitem 09		Aitem 10				
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S			
A	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4			
B	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4			
C	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4			
ΣS	12		12		12		12		9		9		12		12		12		12				
V	1		1		1		1		0,75		0,75		1		1		1		1				

Penilai	Aitem 11		Aitem 12		Aitem 13		Aitem 14		Aitem 15		Aitem 16		Aitem 17		Aitem 18		Aitem 19		Aitem 20	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
A	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	4	3	5	4
B	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	4	3	5	4
C	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	4	3	5	4
ΣS	12		12		9		12		12		12		9		12		9		12	
V	1		1		0,75		1		1		1		0,75		1		0,75		1	

Penilai	Aitem 21		Aitem 22	
	Skor	S	Skor	S
A	5	4	5	4
B	5	4	5	4
C	5	4	5	4
ΣS	12		12	
V	1		1	

SKOR= nilai yang diberikan rater  
 S= nilai rater-1  
 ΣS=jumlah S  
 $V = \text{Sigma } S / [n(C-1)]$   
 $V = (\text{jumlah skor } S) / (3(5-1))$   
 $V = \text{jumlah } S / 12$   
 $S = R - \text{lo} = \text{jumlah penilai } \text{lo} = \text{angka penilaian terendah } \text{e} = \text{angka penilaian tertinggi } \text{R} = \text{angka yang diberikan penilai}$

Penilai A: Afnia Sandhya Rini  
 Penilai B: Nuzulun Ni'mah  
 Penilai C: Tirta Firdaus Nuryananda

### Uji Validitas Isi dengan Koefisien Aiken's V Self-Efficacy

Hasil Uji Validitas Skala Self Efficacy dengan Aiken V																							
Penilai	Aitem 01		Aitem 02		Aitem 03		Aitem 04		Aitem 05		Aitem 06		Aitem 07		Aitem 08		Aitem 09		Aitem 10				
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S			
A	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	4	3	4	3	5	4			
B	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	4	3	4	3	5	4			
C	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	4	3	4	3	5	4			
ΣS	12		9		12		12		12		12		9		9		9		12				
V	1		0,75		1		1		1		1		0,75		0,75		0,75		1				

SKOR= nilai yang diberikan rater  
 S= nilai rater-1  
 ΣS=jumlah S  
 $V = \text{Sigma } S / [n(C-1)]$   
 $V = (\text{jumlah skor } S) / (3(5-1))$   
 $V = \text{jumlah } S / 12$   
 $S = R - \text{lo} = \text{jumlah penilai } \text{lo} = \text{angka penilaian terendah } \text{e} = \text{angka penilaian tertinggi } \text{R} = \text{angka yang diberikan penilai}$

Penilai A: Afnia Sandhya Rini  
 Penilai B: Nuzulun Ni'mah  
 Penilai C: Tirta Firdaus Nuryananda

## Uji Reliabilitas Konflik Peran Ganda Tahap Pertama

TAHAP 1				
Reliability				
Cronbach's Alpha	N of Items			
0,722	24			
Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KPG001	54,7000	25,459	0,368	0,705
KPG002	54,5667	27,771	0,092	0,726
KPG003	55,3667	26,447	0,254	0,715
KPG004	55,1333	25,982	0,268	0,714
KPG005	54,2000	26,166	0,324	0,709
KPG006	54,9333	26,340	0,267	0,714
KPG007	55,5667	28,944	-0,103	0,741
KPG008	55,4333	25,564	0,395	0,703
KPG009	54,7667	26,116	0,334	0,708
KPG010	54,6000	23,972	0,569	0,685
KPG011	55,1667	28,557	-0,042	0,736
KPG012	55,3000	27,183	0,299	0,713
KPG013	54,4333	28,116	0,039	0,729
KPG014	54,5667	26,806	0,303	0,712
KPG015	55,2000	27,959	0,080	0,725
KPG016	55,3000	27,941	0,067	0,727
KPG017	54,5333	26,189	0,266	0,714
KPG018	54,5667	24,668	0,576	0,688
KPG019	55,4000	26,938	0,415	0,708
KPG020	55,0333	27,137	0,219	0,717
KPG021	54,7333	25,375	0,414	0,701
KPG022	54,6667	24,299	0,600	0,685
KPG023	55,3667	27,689	0,139	0,722
KPG024	55,1333	27,361	0,207	0,718

TAHAP 2				
Reliability				
Cronbach's Alpha	N of Items			
0,780	15			
Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KPG001	34,4667	19,982	0,313	0,775
KPG003	35,1333	20,947	0,182	0,785
KPG004	34,9000	19,955	0,290	0,778
KPG005	33,9667	19,826	0,408	0,766
KPG006	34,7000	19,872	0,362	0,770
KPG008	35,2000	20,441	0,272	0,777
KPG009	34,5333	19,775	0,420	0,765
KPG010	34,3667	17,826	0,662	0,740
KPG012	35,0667	20,961	0,363	0,771
KPG014	34,3333	20,713	0,336	0,772
KPG017	34,3000	20,424	0,244	0,781
KPG018	34,3333	19,195	0,532	0,755
KPG019	35,1667	20,764	0,484	0,766
KPG021	34,5000	19,293	0,465	0,761
KPG022	34,4333	18,737	0,583	0,750

TAHAP 2				
Reliability				
Cronbach's Alpha	N of Items			
0,780	15			
Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KPG001	34,4667	19,982	0,313	0,775
KPG003	35,1333	20,947	0,182	0,785
KPG004	34,9000	19,955	0,290	0,778
KPG005	33,9667	19,826	0,408	0,766
KPG006	34,7000	19,872	0,362	0,770
KPG008	35,2000	20,441	0,272	0,777
KPG009	34,5333	19,775	0,420	0,765
KPG010	34,3667	17,826	0,662	0,740
KPG012	35,0667	20,961	0,363	0,771
KPG014	34,3333	20,713	0,336	0,772
KPG017	34,3000	20,424	0,244	0,781
KPG018	34,3333	19,195	0,532	0,755
KPG019	35,1667	20,764	0,484	0,766
KPG021	34,5000	19,293	0,465	0,761
KPG022	34,4333	18,737	0,583	0,750

## Uji Reliabilitas Religious Coping Tahap Pertama

TAHAP 1					TAHAP 2				
<b>Reliability</b>					<b>Reliability</b>				
Cronbach's Alpha	N of Items				Cronbach's Alpha	N of Items			
0,847	22				0,896	18			
<b>Item-Total Statistics</b>					<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted		Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
RC001	67,4333	47,909	0,471	0,839	RC001	55,8333	38,282	0,473	0,892
RC002	67,2000	49,407	0,443	0,841	RC002	55,6000	39,490	0,473	0,892
RC003	68,4333	47,909	0,204	0,859	RC004	56,7667	37,771	0,344	0,902
RC004	68,3667	46,930	0,380	0,844	RC005	56,0333	36,999	0,624	0,887
RC005	67,6333	46,585	0,607	0,833	RC006	56,0333	37,689	0,669	0,887
RC006	67,6333	47,620	0,610	0,835	RC007	55,8333	37,730	0,701	0,886
RC007	67,4333	47,426	0,674	0,834	RC010	55,9333	37,720	0,719	0,886
RC008	67,3333	50,437	0,126	0,854	RC011	55,9667	37,413	0,786	0,884
RC009	68,7667	50,392	0,067	0,863	RC012	55,8667	38,947	0,385	0,895
RC010	67,5333	47,292	0,710	0,833	RC013	56,4000	39,490	0,307	0,898
RC011	67,5667	47,151	0,746	0,832	RC014	55,9667	38,033	0,587	0,889
RC012	67,4667	48,395	0,414	0,841	RC015	55,8667	37,361	0,766	0,884
RC013	68,0000	49,172	0,315	0,845	RC016	55,8333	38,213	0,620	0,888
RC014	67,5667	47,909	0,544	0,837	RC017	55,9333	38,271	0,624	0,888
RC015	67,4667	47,085	0,728	0,832	RC018	56,1667	37,868	0,569	0,889
RC016	67,4333	47,702	0,633	0,835	RC019	56,7667	37,426	0,377	0,900
RC017	67,5333	48,326	0,553	0,837	RC020	55,9000	38,231	0,543	0,890
RC018	67,7667	47,357	0,577	0,835	RC022	55,9667	37,482	0,672	0,886
RC019	68,3667	46,723	0,398	0,843					
RC020	67,5000	47,914	0,530	0,837					
RC021	67,6000	51,490	0,032	0,857					
RC022	67,5667	47,082	0,658	0,833					

## Uji Reliabilitas Self Efficacy Tahap Pertama

TAHAP 1					TAHAP 2				
<b>Reliability</b>					<b>Reliability</b>				
Cronbach's Alpha	N of Items				Cronbach's Alpha	N of Items			
0,833	10				0,842	9			
<b>Item-Total Statistics</b>					<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted		Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
SE001	27,7333	12,685	0,246	0,842	SE002	24,3333	10,851	0,483	0,833
SE002	27,7667	11,840	0,559	0,815	SE003	24,8333	9,799	0,534	0,830
SE003	28,2667	10,754	0,588	0,811	SE004	24,6000	10,731	0,510	0,831
SE004	28,0333	11,895	0,529	0,817	SE005	24,6000	11,007	0,517	0,831
SE005	28,0333	12,171	0,543	0,818	SE006	24,6667	9,885	0,594	0,822
SE006	28,1000	11,128	0,579	0,811	SE007	24,8667	9,292	0,705	0,808
SE007	28,3000	10,562	0,673	0,800	SE008	24,6667	10,023	0,499	0,834
SE008	28,1000	11,541	0,423	0,829	SE009	24,7000	9,666	0,691	0,811
SE009	28,1333	10,809	0,697	0,799	SE010	24,6000	10,731	0,510	0,831
SE010	28,0333	12,171	0,445	0,824					

## Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi Klasik

### Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		285
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.28770049
Most Extreme Differences	Absolute	.046
	Positive	.043
	Negative	-.046
Test Statistic		.046
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

- a. Test distribution is Normal.  
 b. Calculated from data.  
 c. Lilliefors Significance Correction.  
 d. This is a lower bound of the true significance.

### Uji Linearitas

### Religious Coping

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Konflik Peran Ganda + Religious Coping	Between Groups	(Combined)	568.427	28	20.301	1.075	.369
		Linearity	5.465	1	5.465	.289	.591
		Deviaton from Linearity	562.962	27	20.850	1.104	.335
	Within Groups	4834.752	256	18.886			
Total			5403.179	284			

### Self-Efficacy

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Konflik Peran Ganda + Self-Efficacy	Between Groups	(Combined)	393.044	16	24.565	1.314	.188
		Linearity	87.737	1	87.737	4.803	.031
		Deviaton from Linearity	305.306	15	20.354	1.089	.367
	Within Groups	5010.135	268	18.695			
Total			5403.179	284			

### Uji Autokorelasi

#### Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.184 <sup>a</sup>	.034	.027	4.30288	1.965

- a. Predictors: (Constant), Religious Coping, Self-Efficacy  
 b. Dependent Variable: Konflik Peran Ganda

## Uji Multikolinearitas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	32.516	2.613		12.444	.000		
	Self-Efficacy	-.268	.087	-.224	-3.088	.002	.654	1.530
	Religious Coping	.121	.054	.163	2.257	.025	.654	1.530

a. Dependent Variable: Konflik Peran Ganda

## Uji Heteroskedastisitas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2.317	1.507		1.538	.125
	Religious Coping	-.013	.031	-.031	-.417	.677
	Self-Efficacy	.069	.050	.101	1.380	.169

a. Dependent Variable: Abs\_RES

## Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis

### Uji F

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	159.099	2	79.549	3.546	.030 <sup>b</sup>
	Residual	6325.729	282	22.432		
	Total	6484.828	284			

a. Dependent Variable: Konflik Peran Ganda

b. Predictors: (Constant), Self-Efficacy, Religious Coping

### Uji t

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	38.213	2.922		13.077	.000
	Religious Coping	-.021	.049	-.025	-.426	.671

a. Dependent Variable: Konflik Peran Ganda

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	42.111	2.175		19.363	.000
	Self-Efficacy	-.184	.077	-.140	-2.381	.018

a. Dependent Variable: Konflik Peran Ganda

### Koefisien Determinasi Simultan

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.157 <sup>a</sup>	.025	.018	4.736

a. Predictors: (Constant), Self-Efficacy, Religious Coping

### Koefisien Determinasi Religious Coping ( Parsial)

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.025 <sup>a</sup>	.001	-.003	4.785

a. Predictors: (Constant), Religious Coping

### Koefisien Determinasi Self-Efficacy ( Parsial)

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.140 <sup>a</sup>	.020	.016	4.740

a. Predictors: (Constant), Self-Efficacy