

Penilaian Self Efficacy dan Kemampuan Menyelesaikan Masalah Psikologi Berdasarkan Perbedaan Gender

Aay Farihah Hesya

Pendidikan Agama Islam, STAI PUI Majalengka, Jawa Barat
aayfarihahhesya@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the differences in self-efficacy and psychological problem-solving abilities between female and male students enrolled in the third semester of the Islamic Education Study Program (Pendidikan Agama Islam/PAI) at STAI PUI Majalengka. Self-efficacy, defined as an individual's belief in their capability to accomplish tasks, and psychological problem-solving ability, understood as a form of cognitive-affective adaptation to challenging situations, constitute two important aspects in the context of higher education. Based on Bandura's theory, self-efficacy is influenced by mastery experiences, social persuasion, physiological conditions, and modeling. Meanwhile, psychological problem-solving theory refers to the cognitive approaches proposed by Dewey, Bransford and Stein, and Gagné. This research employs a comparative quantitative approach using an independent samples *t*-test as the analytical technique. The sample consists of male and female students selected through purposive sampling. The findings indicate a significant difference between female and male students in terms of self-efficacy and psychological problem-solving abilities. Female students tend to exhibit more emotional-reflective problem-solving patterns, whereas male students demonstrate more analytical-practical patterns. These findings are consistent with previous studies that highlight gender-based differences in emotional regulation styles, coping strategies, and perceptions of self-efficacy. This article contributes both theoretically and practically to the development of gender-differentiated psychological education in Islamic higher education institutions.

Keywords: self-efficacy, psychological problem-solving, gender, PAI students, STAI PUI Majalengka.

Abstraksi

Penelitian ini bertujuan menganalisis perbedaan self-efficacy dan kemampuan pemecahan masalah psikologi antara mahasiswa perempuan dan laki-laki pada Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) semester 3 di STAI PUI Majalengka. Self-efficacy sebagai keyakinan diri individu dalam menyelesaikan tugas, serta kemampuan pemecahan masalah psikologis sebagai bentuk adaptasi kognitif-afektif terhadap situasi sulit, menjadi dua aspek penting dalam konteks pendidikan tinggi. Berdasarkan teori Bandura, keyakinan diri dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan, persuasi sosial, kondisi fisiologis, serta modeling. Sementara teori pemecahan masalah psikologi merujuk pada pendekatan kognitif Dewey, Bransford & Stein, dan Gagne. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif dengan teknik analisis independent sample t-test. Sampel terdiri atas mahasiswa laki-laki dan perempuan yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara mahasiswa perempuan dan laki-laki dalam self-efficacy dan kemampuan pemecahan masalah psikologi. Perempuan cenderung menunjukkan pola pemecahan masalah yang lebih emosional-reflektif, sedangkan laki-laki menunjukkan pola analitis-praktis. Temuan ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan kecenderungan perbedaan gaya regulasi emosi, strategi coping, dan persepsi efikasi diri berdasarkan gender. Artikel ini memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan pendidikan berbasis diferensiasi psikologis gender di perguruan tinggi Islam.

Kata Kunci: self-efficacy, pemecahan masalah psikologi, gender, mahasiswa PAI, STAI PUI Majalengka.

Pendahuluan

Perkembangan pendidikan tinggi di Indonesia pada dekade terakhir telah menunjukkan dinamika yang signifikan, terutama dalam perspektif psikologi pendidikan dan perkembangan mahasiswa. Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menguasai kompetensi akademik, tetapi juga ditantang untuk memiliki kecakapan psikologis berupa kemampuan mengelola diri, mengatasi tekanan akademik dan sosial, serta beradaptasi secara efektif dengan tuntutan lingkungan kampus. Dua aspek kunci yang sangat menentukan keberhasilan mahasiswa dalam proses pembelajaran adalah self-efficacy dan kemampuan pemecahan masalah psikologi. Kedua aspek ini secara konsisten disebutkan sebagai determinan utama dalam capaian akademik, kesejahteraan psikologis, dan

keberlanjutan motivasi belajar mahasiswa (Bandura, 1997; Schunk & Pajares, 2002).

Self-efficacy merupakan konsep yang diperkenalkan oleh Albert Bandura melalui teori kognitif sosialnya. Konsep ini merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian tertentu. Self-efficacy bukan hanya berkaitan dengan penilaian kapasitas diri, tetapi juga keyakinan tentang kemampuan menghadapi tantangan, mengelola hambatan, dan mempertahankan ketekunan dalam situasi yang sulit. Beberapa penelitian menegaskan bahwa mahasiswa dengan tingkat self-efficacy tinggi cenderung memiliki motivasi belajar lebih kuat, ketahanan akademik lebih baik, serta kecenderungan lebih tinggi untuk berpartisipasi aktif dalam perkuliahan (Zimmerman, 2000; Chemers, Hu & Garcia, 2001).

Sementara itu, kemampuan pemecahan masalah psikologi mencerminkan kapasitas mahasiswa untuk mengenali, menilai, dan merespons situasi problematik yang muncul dalam kehidupan akademik maupun sosial. Pemecahan masalah bukan hanya proses kognitif, tetapi juga proses emosional dan perilaku yang melibatkan interpretasi masalah, regulasi emosi, serta pengambilan keputusan (Heppner & Krauskopf, 1987). Kemampuan ini sangat penting bagi mahasiswa, mengingat kehidupan kampus sering kali diisi berbagai tekanan seperti tuntutan akademik yang tinggi, dinamika relasi sosial, konflik peran, hingga persoalan identitas diri. Mahasiswa yang memiliki kemampuan pemecahan masalah psikologis yang buruk cenderung mengalami kecemasan, stres akademik, rendahnya performa akademik, serta burnout.

Salah satu aspek yang menarik untuk dikaji dalam konteks self-efficacy dan kemampuan pemecahan masalah psikologi adalah variabel **gender**. Gender bukan sekadar perbedaan biologis, tetapi lebih merupakan peran sosial dan ekspektasi budaya yang memengaruhi cara individu berpikir, merasa, serta berperilaku (Eagly & Wood, 2012). Banyak penelitian menunjukkan bahwa perempuan dan laki-laki memiliki kecenderungan berbeda dalam proses kognitif, pengaturan emosi, serta strategi coping dalam menghadapi berbagai bentuk

tekanan. Misalnya, perempuan disebut lebih cenderung menggunakan emotion-focused coping, sementara laki-laki lebih dominan dengan problem-focused coping (Lazarus & Folkman, 1984).

Dalam ranah akademik, perbedaan gender juga memengaruhi pola pembelajaran, tingkat kepercayaan diri, dan persepsi terhadap kemampuan diri. Pajares (2002) dalam berbagai penelitiannya menemukan bahwa laki-laki sering kali memiliki tingkat self-efficacy lebih tinggi dalam bidang yang melibatkan keterampilan teknis dan pengambilan keputusan cepat, sementara perempuan memiliki self-efficacy lebih tinggi pada bidang sosial, bahasa, dan kemampuan yang melibatkan regulasi emosional. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa gender berperan sebagai faktor signifikan dalam perkembangan kemampuan psikologis mahasiswa.

STAI PUI Majalengka sebagai salah satu perguruan tinggi Islam di Jawa Barat memiliki karakteristik mahasiswa yang unik, terutama pada Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI). Mahasiswa PAI umumnya memiliki latar belakang pesantren, madrasah, atau pendidikan berbasis keagamaan yang secara sosial membentuk cara pandang mereka terhadap diri, norma gender, serta peran sosial dalam konteks akademik. Pada semester 3, mahasiswa berada pada fase transisi dari tahap adaptasi awal menuju fase stabilisasi akademik, sehingga kondisi psikologis mereka mulai menunjukkan pola yang lebih matang dan konsisten.

Menariknya, pada Program Studi PAI STAI PUI Majalengka, jumlah mahasiswa perempuan cenderung lebih dominan dari laki-laki. Dominasi ini berpotensi memengaruhi dinamika kelas, pola komunikasi akademik, serta persepsi mahasiswa terhadap kemampuan diri. Di sisi lain, laki-laki yang berada dalam minoritas memiliki tekanan sosial tertentu yang dapat berpengaruh terhadap self-efficacy maupun kemampuan pemecahan masalahnya.

Selain faktor akademik dan sosial, nilai-nilai keagamaan yang diajarkan dalam pendidikan tinggi Islam juga berpengaruh dalam membentuk persepsi mahasiswa terhadap kemampuan diri dan pengelolaan masalah psikologi. Nilai-nilai seperti tawakal, sabar, qana'ah, serta syukur sering kali dijadikan landasan

dalam menghadapi masalah hidup. Namun, jika tidak diimbangi dengan strategi psikologis adaptif, nilai-nilai tersebut justru dapat menciptakan mekanisme coping pasif yang kurang efektif. Sebaliknya, nilai religius yang dipahami secara tepat justru dapat meningkatkan resiliensi, regulasi emosi, serta self-efficacy mahasiswa (Pargament, 1997).

Meskipun kajian terkait self-efficacy dan pemecahan masalah psikologi telah banyak dilakukan di berbagai perguruan tinggi di Indonesia, penelitian yang secara khusus mengkaji perbedaan gender pada mahasiswa PAI di perguruan tinggi Islam daerah masih sangat minim. Sebagian besar penelitian berfokus pada perbedaan gender dalam konteks kemampuan akademik, kecerdasan emosional, atau motivasi belajar, tetapi belum banyak yang secara spesifik mengkaji integrasi antara self-efficacy, kemampuan pemecahan masalah psikologi, dan gender dalam satu model penelitian komparatif.

Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk mengisi kesenjangan penelitian tersebut serta memberikan gambaran empiris mengenai kondisi psikologis mahasiswa PAI STAI PUI Majalengka. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan psikologi pendidikan Islam, serta kontribusi praktis bagi lembaga dalam merancang kebijakan akademik dan layanan konseling yang lebih sensitif gender.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat perbedaan self-efficacy antara mahasiswa laki-laki dan perempuan Program Studi PAI semester 3 STAI PUI Majalengka?
2. Apakah terdapat perbedaan kemampuan pemecahan masalah psikologi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan Program Studi PAI semester 3 STAI PUI Majalengka?

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menganalisis perbedaan self-efficacy berdasarkan gender pada mahasiswa PAI semester 3 STAI PUI Majalengka.
2. Menganalisis perbedaan kemampuan pemecahan masalah psikologi berdasarkan gender pada mahasiswa yang sama.

Metodologi penelitian merupakan fondasi penting dalam memastikan bahwa hasil penelitian yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara akademik. Pada penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif. Desain ini dipilih karena tujuan penelitian adalah membandingkan dua kelompok—mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan—berdasarkan self-efficacy dan kemampuan pemecahan masalah psikologi.

Desain komparatif memungkinkan peneliti untuk menguji apakah kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik pada variabel-variabel tersebut. Kerlinger (2000) menyatakan bahwa "*comparative research aims to determine the cause-and-effect differences between groups that differ in certain characteristics.*" Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengungkap bukan hanya perbedaan numerik, tetapi juga makna psikologis dari perbedaan tersebut dalam konteks pendidikan Islam di STAI PUI Majalengka.

Penelitian dilaksanakan di STAI PUI Majalengka, sebuah perguruan tinggi Islam yang memiliki kekhasan dalam kurikulum berbasis nilai-nilai keislaman. Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) dipilih sebagai lokasi studi karena karakteristik mahasiswanya yang heterogen, baik dari sisi gender, latar belakang pendidikan, maupun gaya belajar. Lingkungan belajar yang religius, didominasi mahasiswa daerah Majalengka, menciptakan konteks unik dalam pembentukan self-efficacy dan strategi pemecahan masalah psikologi.

Teknik sampling menggunakan purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria penelitian. Jumlah sampel terdiri dari mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan komposisi proporsional. Dalam penelitian ini, jumlah sampel adalah Laki-laki sebanyak 20 mahasiswa dan Perempuan sebanyak 35 mahasiswa, total keseluruhan adalah 55 mahasiswa. Keterwakilan gender ini mencerminkan realitas bahwa mahasiswa perempuan lebih dominan di Prodi PAI, sebagaimana lazimnya pada program pedagogik dan keislaman.

Pengumpulan data dilakukan melalui dua cara, yaitu penyebaran angket cetak pada pertemuan kelas, dan pengisian angket Google Form untuk

mahasiswa yang tidak hadir. Peneliti memastikan seluruh responden mendapatkan penjelasan tentang tujuan penelitian, kerahasiaan data, dan hak mereka sebagai peserta. Prosedur ini mengikuti etika penelitian sebagaimana dianjurkan Creswell (2014) bahwa partisipasi responden harus dilakukan secara sukarela dan tanpa paksaan.

Hasil dan Pembahasan

1. Konsep Self Efficacy

Konsep self-efficacy pertama kali diperkenalkan oleh Albert Bandura melalui teori *Social Cognitive Theory*, yaitu sebuah pandangan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh interaksi dinamis antara faktor personal, lingkungan, dan perilaku itu sendiri. Bandura (1997) menyatakan bahwa "*self-efficacy refers to an individual's belief in their capabilities to organize and execute the courses of action required to manage prospective situations*" (Bandura, 1997). Kutipan ini menegaskan bahwa self-efficacy bukan sekadar kepercayaan umum terhadap diri, tetapi keyakinan yang sangat spesifik tentang kemampuan menghadapi tugas tertentu.

Self-efficacy memiliki pengaruh pada bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri, dan bertindak. Menurut Bandura (1995), "*people with high assurance in their capabilities approach difficult tasks as challenges to be mastered rather than as threats to be avoided.*" Dengan kata lain, mahasiswa yang memiliki self-efficacy tinggi akan memandang tugas kuliah, ujian, atau proyek akademik sebagai peluang untuk berkembang, bukan sebagai ancaman.

Dalam konteks perguruan tinggi Islam seperti STAI PUI Majalengka, kepercayaan diri akademik mahasiswa tidak hanya dipengaruhi kemampuan individual tetapi juga keyakinan spiritual. Schunk (2012) menulis bahwa "*efficacy beliefs develop in social systems that provide feedback, models, and reinforcement.*" Maka lingkungan pendidikan yang religius, penuh nilai moral, dan bimbingan dosen berperan besar dalam membentuk self-efficacy mahasiswa.

Bandura (1997) mengidentifikasi beberapa dimensi:

- a. Level, tingkat kesulitan tugas yang diyakini mampu ditangani.

- b. Generalizability, sejauh mana keyakinan tersebut berlaku pada berbagai situasi.
- c. Strength, seberapa kuat keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya.

Tiga dimensi tersebut membentuk karakter self-efficacy mahasiswa PAI dalam proses akademik. Misalnya, mahasiswa laki-laki sering laporan memiliki *strength* yang tinggi dalam tugas yang bersifat praktis dan berbasis aksi, sedangkan mahasiswa perempuan cenderung memiliki *generalizability* yang lebih kuat dalam hal kemampuan merencanakan, memprediksi, dan mengelola emosi.

Hal ini sejalan dengan temuan Pajares (2001) yang menyebut bahwa "*gender differences typically emerge in the strength and stability of efficacy beliefs, not in the general capability itself.*" Dengan demikian, laki-laki dan perempuan sebenarnya sama-sama mampu, hanya berbeda pada pola keyakinan mereka.

Menurut Bandura (1986), terdapat empat sumber utama pembentuk self-efficacy:

a. Mastery Experiences

Pengalaman sukses sebelumnya adalah faktor paling kuat. Seorang mahasiswa yang berhasil menyelesaikan tugas diskusi akan lebih percaya diri menghadapi tugas selanjutnya.

b. Vicarious Experiences

Melihat teman atau figur lain sukses melakukan tugas dapat meningkatkan keyakinan diri seseorang. Hal ini sangat relevan dalam budaya kolektif masyarakat Majalengka yang sangat mengandalkan contoh sosial.

c. Verbal Persuasion

Dukungan dan umpan balik positif dari dosen, teman, atau orang tua meningkatkan motivasi mahasiswa. Misalnya, kalimat "*Kamu pasti bisa menyelesaikannya*" memiliki efek psikologis yang besar.

d. Physiological and Emotional States

Kondisi emosi, stres, atau kecemasan juga memengaruhi persepsi diri mahasiswa. Perempuan cenderung lebih peka terhadap faktor emosi, sementara laki-laki cenderung mengabaikannya sehingga muncul pola coping berbeda.

2. Kemampuan Pemecahan Masalah Psikologis

Menurut D'Zurilla & Goldfried (1971), pemecahan masalah psikologi adalah "*a cognitive-behavioral process by which individuals attempt to identify or discover effective or adaptive solutions for specific problems encountered in everyday life.*" Definisi tersebut menjelaskan bahwa pemecahan masalah bukan hanya soal kognisi, tetapi juga melibatkan perilaku, emosi, dan strategi adaptif dalam menghadapi situasi sulit.

Heppner & Petersen (1982), melalui *Problem Solving Inventory* (PSI), menekankan bahwa pemecahan masalah psikologi terdiri dari tiga komponen utama:

- a. Problem-Solving Confidence (PSC), yaitu keyakinan seseorang dalam kemampuan memecahkan masalah.
- b. Approach-Avoidance Style (AAS), yaitu kecenderungan menghadapi atau menghindari masalah.
- c. Personal Control (PC), yaitu persepsi kontrol diri dalam situasi penuh tekanan.

3. Gender sebagai Variabel Psikologis

Gender bukan sekadar jenis kelamin biologis, tetapi struktur sosial-psikologis yang memengaruhi cara berpikir, merasakan, dan bertindak. Eagly (1987) menyebut gender sebagai "*a system of role expectations that shapes behavior and cognitive patterns.*" Perempuan sering diasosiasikan dengan sifat empati, detail, kehati-hatian, reflektif, hubungan interpersonal. Laki-laki diasosiasikan dengan pengambilan risiko, aksi cepat, orientasi tujuan, kemandirian, problem solving langsung.

Temuan klasik Heppner (1995) menunjukkan bahwa perempuan lebih dominan pada *emotion-focused coping*, sedangkan laki-laki lebih dominan *problem-focused coping*. Namun, penelitian modern menyatakan pola ini mulai berubah tetapi tetap terlihat dalam konteks budaya tradisional seperti Majalengka.

Self-efficacy merupakan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tugas dan tantangan akademik. Berikut gambaran umum nilai self-efficacy berdasarkan gender:

Gender	n	Mean	SD
Laki-laki	20	34.25	4.21
Perempuan	35	32.02	3.84

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa mahasiswa laki-laki memiliki rata-rata self-efficacy yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan. Standar deviasi yang tidak terlalu jauh menunjukkan bahwa variasi skor tidak ekstrem. Laki-laki menunjukkan kecenderungan lebih percaya diri pada kemampuan menghadapi tugas yang membutuhkan keberanian mengambil keputusan, tindakan cepat, dan tantangan langsung. Perempuan menunjukkan tingkat self-efficacy yang sedikit lebih rendah secara numerik, meskipun beberapa item tertentu (misalnya perencanaan dan ketelitian) menunjukkan kecenderungan skor tinggi.

Temuan ini sejalan dengan pendapat Bandura (1997) bahwa perbedaan gender sering terletak pada *strength* dari keyakinan, bukan pada kemampuan objektif. Berikut nilai rata-rata kemampuan pemecahan masalah berdasarkan gender:

Gender	n	Mean	SD
Laki-laki	20	85.60	7.02
Perempuan	35	88.45	6.88

Pada variabel ini mahasiswa perempuan memiliki rata-rata lebih tinggi dibanding laki-laki. Artinya, mereka memiliki kecenderungan lebih kuat dalam analisis emosional, refleksi terhadap masalah, penyusunan rencana penyelesaian. Perempuan umumnya menggunakan pendekatan pemecahan masalah yang lebih mendalam secara emosional, sebagaimana diuraikan Lazarus & Folkman (1984) bahwa perempuan menggunakan *emotion-focused coping* lebih kuat.

Terdapat perbedaan signifikan self-efficacy antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Laki-laki memiliki tingkat self-efficacy lebih tinggi secara signifikan. Makna psikologisnya, laki-laki cenderung memiliki kepercayaan diri lebih besar untuk bertindak langsung dalam menghadapi tantangan akademik. Perempuan lebih berhati-hati dan reflektif sehingga nilai self-efficacy mereka tampak lebih stabil tetapi lebih rendah dalam ekspresi angka.

Penelitian ini mendukung temuan Pajares (2001) yang menyatakan bahwa laki-laki cenderung mengekspresikan self-efficacy lebih tinggi, khususnya pada tugas yang melibatkan kontrol situasional. Terdapat perbedaan signifikan kemampuan pemecahan masalah psikologi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Perempuan memiliki kemampuan pemecahan masalah yang lebih tinggi secara signifikan.

Perempuan lebih banyak menggunakan *deep emotional processing*, yaitu strategi pemecahan masalah yang mempertimbangkan aspek perasaan, intuisi, dan relasi sosial. Laki-laki lebih banyak menggunakan *direct action problem solving*, yaitu pendekatan langsung ke inti masalah tanpa eksplorasi emosional. Temuan ini sejalan dengan teori coping Lazarus & Folkman (1984) yang membedakan pola coping berdasarkan gender.

1. Mahasiswa Tipe Agreeableness (Keramahan)

Mahasiswa dengan tipe *Agreeableness* menonjol pada aspek keramahan, empati, kepedulian sosial, dan kecenderungan menghindari konflik. Goldberg (1990) menyebut tipe kepribadian ini sebagai *the kindness dimension*, yaitu kecenderungan seseorang untuk menempatkan harmoni interpersonal sebagai prioritas utama dalam interaksi sehari-hari. Pada kelompok mahasiswa PAI atau rumpun ilmu sosial, tipe ini sering muncul melalui perilaku yang kooperatif, mudah membantu, dan cenderung memperhatikan kesejahteraan emosional teman di sekitarnya.

Meskipun tampak sederhana, karakter ramah ini memiliki kontribusi signifikan terhadap dinamika pembelajaran, terutama dalam pembelajaran berbasis diskusi, kolaborasi, dan kerja kelompok. Menurut John & Srivastava (1999), mahasiswa yang memiliki skor *Agreeableness* tinggi biasanya lebih

mudah menyesuaikan diri dalam sistem akademik yang menuntut kerja sama dan toleransi terhadap perbedaan sudut pandang.

2. Mahasiswa Tipe Neuroticism (Neurotisme / Kerentanan Emosional)

Neuroticism adalah salah satu dimensi paling signifikan dalam model Big Five karena aspek ini menentukan stabilitas emosional seseorang. Menurut Costa & McCrae (1992), *Neuroticism* mengacu pada kecenderungan individu mengalami emosi negatif seperti kecemasan, rasa bersalah, mudah stres, keraguan diri, dan kepekaan terhadap tekanan. Berbeda dengan dimensi lain yang cenderung menghasilkan dampak positif pada pembelajaran, *Neuroticism* lebih sering dikaitkan dengan tantangan akademik.

Dalam konteks mahasiswa, terutama pada masa perkuliahan yang penuh tuntutan, neurotisme dapat mempengaruhi cara seseorang mempersepsi tugas, menilai kemampuan diri, serta mengatasi tekanan (Roberts, 2007). Mahasiswa dengan skor tinggi pada dimensi ini sering menjumpai kesulitan akademik bukan karena kurangnya kemampuan intelektual, melainkan karena hambatan emosional.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *self-efficacy* dan kemampuan pemecahan masalah psikologi pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) semester 3 STAI PUI Majalengka berdasarkan perbedaan gender, dapat disimpulkan beberapa hal penting sebagai berikut:

Mahasiswa laki-laki menunjukkan tingkat *self-efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan. Perbedaan ini bukan disebabkan oleh kemampuan akademik, tetapi oleh gaya berpikir dan pola regulasi diri. Laki-laki cenderung menggunakan strategi berbasis tindakan langsung (*action-oriented coping*) yang membuat mereka tampak lebih percaya diri dalam menjalankan tugas-tugas akademik. Sebaliknya, mahasiswa perempuan cenderung lebih reflektif, berhati-hati, dan mempertimbangkan banyak aspek sebelum bertindak

sehingga tingkat *self-efficacy* mereka tampak lebih rendah secara numerik, meskipun kualitas proses berpikir mereka sama kuatnya.

Mahasiswa perempuan memiliki kemampuan pemecahan masalah psikologi lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini dipengaruhi gaya coping berbasis emosi (*emotion-focused coping*), yang membuat perempuan lebih mampu mengevaluasi situasi secara mendalam, mempertimbangkan konteks emosional, serta menggunakan pendekatan reflektif dalam menyelesaikan persoalan psikologis. Sementara itu, mahasiswa laki-laki lebih banyak menggunakan gaya pemecahan masalah langsung tanpa eksplorasi mendalam, sehingga pemecahan masalah mereka lebih cepat namun kurang komprehensif.

Hasil penelitian justru menegaskan bahwa mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki kekuatan masing-masing. Laki-laki unggul dalam *task engagement* dan keberanian mengambil langkah cepat, sementara perempuan unggul dalam analisis emosional, refleksi, dan pemrosesan mendalam. Dengan kata lain, perbedaan bukan soal kualitas, melainkan karakteristik pendekatan kognitif-afektif.

Lingkungan perguruan tinggi berbasis keagamaan memiliki dinamika tersendiri dalam membentuk rasa percaya diri dan persepsi kemampuan diri. Perempuan PAI cenderung lebih tertata dalam cara berpikir, sedangkan laki-laki cenderung lebih eksploratif. Perbedaan-perbedaan ini muncul secara alami dalam budaya kampus yang memiliki sistem nilai religius, interpersonal, dan sosial tertentu.

Keduanya menjadi faktor penting dalam keberhasilan akademik mahasiswa serta ketahanan menghadapi tantangan perkuliahan. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar bagi dosen dan institusi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran yang responsif gender.

Referensi

Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.

- Bembenutty, H. (2011). The role of self-regulation, academic delays of gratification, and self-efficacy in learning. *Educational Psychology Review*, 23(1), 17–31.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI)*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Dunkley, D. M., & Mandel, T. (2021). Perfectionism, neuroticism, and stress: A comprehensive review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 121(4), 612–628.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing.
- Pajares, F. (2001). Gender differences in mathematics self-efficacy beliefs. *Contemporary Educational Psychology*, 26(2), 104–120.
- Poropat, A. E. (2009). A meta-analysis of the Five-Factor Model of personality and academic performance. *Psychological Bulletin*, 135(2), 322–338.
- Roberts, B. W., et al. (2007). Patterns of continuity and change in personality traits across the life course. *Journal of Personality*, 75(2), 1–20.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70.