HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN *LEARNED HELPLESSNESS* PADA DEBITUR GAGAL BAYAR PINJAMAN *ONLINE*

Zayra Alana Byanca[1], Naomi Soetikno[2]*
Email: zayra.705210262@stu.untar.ac.id[1], naomis@fpsi.untar.ac.id[2]*
Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara[1,2]

Abstrak

Salah satu bentuk kemudahan dari perkembangan teknologi digital yaitu, pinjaman online. Pinjaman online digunakan karena kemudahan syarat yang diberikan dan pencairan dana yang instan. Fenomena pinjaman online juga diiringi dengan kasus gagal bayar. Salah satu kondisi psikologis yang muncul dari gagal bayar pinjaman online yaitu, *learned helplessness*. *Learned helplessness* atau ketidakberdayaan yang dipelajari merupakan suatu kondisi di mana seseorang cenderung pasif dan merasa tidak mampu melakukan apa-apa. Faktor penting dalam mengelola pinjaman adalah debitur harus merasa percaya diri dan mampu mengendalikan keuangan pribadi mereka selama proses peminjaman dan pelunasan pinjaman. Rasa percaya diri dan kendali tersebut dapat diartikan sebagai efikasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu hubungan antara efikasi diri dengan learned helplessness pada debitur gagal bayar pinjaman online. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian ini adalah *General Self-Efficacy Scale* (GSES) dan *Learned Helplessness Scale* (LHS). Kedua alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini telah diadaptasi ke bahasa Indonesia dan dimodifikasi sesuai konteks penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif efikasi diri dengan learned helplessness pada debitur gagal bayar pinjaman online.
Kata Kunci: Efikasi Diri; *Learned Helplessness*; Debitur; Gagal Bayar Pinjaman *Online*

Abstract

One form of convenience brought about by the development of digital technology is online loans. Online loans are popular due to their easy application requirements and instant fund disbursement. However, the phenomenon of online loans is also accompanied by cases of default. One psychological condition that may arise from defaulting on online loans is learned helplessness. Learned helplessness refers to a state in which individuals become passive and feel incapable of taking any action. An important factor in managing loans is that borrowers must feel confident and maintain control over their personal finances throughout the loan borrowing and repayment process. This sense of confidence and control is often referred to as self-efficacy. This study aims to examine the relationship between self-efficacy and learned helplessness in debtors who default on online loans. This research adopts a quantitative approach with a correlational design and employs a purposive sampling technique. The instruments used to measure the variables in this study are the General Self-Efficacy Scale (GSES) and the Learned Helplessness Scale (LHS). Both instruments have been adapted into the Indonesian language and modified to fit the context of this research. The result of the study indicate a negative relationship between self-efficacy and learned helplessness on online debtor failures
Keywords: *Self-efficacy; Learned Helplessness; Debtors; Online loan default*

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi berbasis data telah memberikan dampak signifikan dan kemudahan di berbagai aspek kehidupan, termasuk di bidang keuangan. Salah satu bentuk kemudahan tersebut adalah *fintech lending* atau pinjaman online. Otoritas Jasa Keuangan atau OJK (2024) mengartikan pinjaman online sebagai pengelolaan layanan jasa keuangan yang mempertemukan pemberi pinjaman atau *lender* dengan penerima pinjaman atau *borrower*, untuk melakukan kesepakatan transaksi peminjaman dalam bentuk mata uang rupiah secara langsung dalam sistem digital. Hingga 12 Juli 2024, terdapat 98 perusahaan penyelenggara *fintech peer-to-peer lending* atau *fintech lending* yang telah mendapatkan izin dari OJK (Otoritas Jasa Keuangan, 2024).

Kemudahan dalam mengakses layanan dan proses pengajuan yang cepat serta instan menjadi salah satu faktor pinjaman online populer dikalangan masyarakat (Arvante, 2022). Namun, di balik kemudahan yang ditawarkan, terdapat pula beberapa risiko pinjaman online diantaranya bunga pinjaman yang tinggi, sistem penagihan yang mengancam, penipuan serta pencurian dan penyalahgunaan data klien, hingga beredarnya pinjaman online ilegal (Sastradinata, 2020). Tingginya bunga pinjaman yang ditetapkan dan jangka waktu pinjaman yang singkat mengakibatkan pengguna kesulitan membayar angsuran pinjaman online (Mirza Gayatri & Muzdalifah, 2022). Debitur yang tidak paham dengan risiko-risiko pada pinjaman online dan kesulitan untuk membayar dapat terjebak dalam pinjaman online dan menimbulkan masalah berutang atau gagal bayar (Manik & Samariadi, 2023; Kanda & Mawarni, 2024).

Fenomena pinjaman online juga diiringi dengan banyaknya kasus gagal bayar. Tingkat gagal bayar atau tingkat wanpretasi lebih dari 90 hari (TWP90) pada industri peer to peer (P2P) lending terus menunjukkan kenaikan pada awal tahun 2024 (Puspadini, 2024). Otoritas Jasa Keuangan (OJK) melaporkan bahwa pada Januari 2024, TWP90 P2P lending tercatat sebesar 2,95% (Puspadini, 2024). Angka ini menunjukkan peningkatan tahunan sebesar 2,93% dibandingkan dengan bulan Desember 2023 (Puspadini, 2024). Gagal bayar dapat menimbulkan dampak negatif baik bagi debitur maupun perusahaan penyedia pinjaman online (Mabsuti & Nurtresna, 2022). Gagal bayar atau galbay merupakan istilah untuk menggambarkan sebuah kondisi ketika seseorang tidak bisa membayarkan pinjamannya kepada pinjaman online (Surti, 2024).

Sering kali, debitur yang mengalami gagal bayar melakukan upaya dengan mengajukan pinjaman baru untuk membayar pinjaman sebelumnya atau disebut juga dengan gali lubang tutup lubang (Kementerian Komunikasi dan Informasi, 2021). Beban pinjaman baru yang ditambahkan dan bunga yang semakin membengkak hanya memperburuk kondisi keuangan dan utang semakin menumpuk (Abdullah & Fauzi, 2024). Utang yang semakin menumpuk atau gagal bayar dapat menyebabkan berbagai masalah psikologis. Penelitian di Australia mencatat beberapa masalah psikologis yang dirasakan oleh debitur yang terjerat utang, seperti gangguan kecemasan atau *anxiety*, perasaan malu, ketidakberdayaan atau *helplessness*, mengisolasi diri, insomnia, penyakit lainnya akibat kondisi mental (*psikosomatis*), hingga niat untuk mengakhiri hidup (Waliyuddin dalam Wong et al., 2024). Salah satu masalah

psikologis yang muncul tersebut yaitu, *learned helplessness*. Penelitian lainnya menyatakan mahasiswa yang berutang menunjukkan tingkat *helplessness* yang lebih tinggi daripada dengan mahasiswa yang tidak berutang (Dryden et al., 2023). Penelitian serupa menjelaskan bahwa individu dengan utang kartu kredit yang menumpuk melaporkan adanya masalah fungsi fisik dan kesehatan yang lebih buruk, serta tingkat *helplessness* yang lebih tinggi (Martin dalam Turunen & Hiilamo, 2014).

Learned Helplessness atau ketidakberdayaan yang dipelajari merupakan suatu kondisi di mana seseorang cenderung pasif dan merasa tidak mampu melakukan apa-apa (Maier & Seligman dalam Lufityanto, 2018). Menurut Seligman (1975), *learned helplessness* akan menyebabkan individu meyakini bahwa mereka tidak mampu mengatasi kejadian buruk serupa, yang pada akhirnya mengakibatkan penurunan dalam tiga aspek yaitu motivasi, kognitif dan emosi (Ananda & Hamidah, 2019). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lufityanto (2018) menunjukkan bahwa penyebab *learned helplessness* terkait dengan peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam keluarga (27%), masalah keuangan (21%), pekerjaan (19%), kesehatan (18%), dan hubungan sosial lainnya (15%). Dalam konteks debitur gagal bayar pinjaman online, penyebab *learned helplessness*, yaitu terkait masalah keuangan.

Seligman menyatakan bahwa *learned helplessness* dapat menyebabkan gangguan emosional seperti depresi ringan hingga sedang, peningkatan rasa cemas, tekanan psikologis, serta penurunan motivasi, yaitu perasaan tidak mampu (Lubis, dalam Sari & Kartasasmita, 2017). Selain itu, individu merasa bahwa segala usaha akan berakhir dengan kegagalan, yang menyebabkan perasaan putus asa, serta penurunan kemampuan kognitif, yakni individu tidak mampu mempelajari respons baru yang dapat membantunya mengatasi masalah atau situasi yang menekan (Lubis dalam Sari & Kartasasmita, 2017).

Dalam menghadapi situasi gagal bayar pinjaman yang menekan diperlukan keyakinan individu terhadap kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan ketika mengalami gagal bayar. Sejalan dengan hasil penelitian Jumady et al. (2024), yang menyatakan bahwa seseorang dengan efikasi diri keuangan yang tinggi tidak hanya lebih cenderung untuk memulai perencanaan keuangan, tetapi juga bertahan dalam upaya perencanaan mereka meskipun ada tantangan. Faktor penting dalam mengelola pinjaman adalah debitur harus merasa percaya diri dan mampu mengendalikan keuangan pribadi mereka selama proses peminjaman dan pelunasan pinjaman (Brady et al., 2021). Rasa percaya diri dan kendali tersebut

dapat disebut sebagai efikasi diri (Bandura dalam Brady et al., 2021). Pengetahuan keuangan menunjukkan bahwa dalam mengambil keputusan, seseorang perlu memiliki kemampuan dan kepercayaan diri untuk memanfaatkan pengetahuan keuangan mereka (Arofah, 2019). Kemampuan dan kepercayaan tersebut dikenal sebagai efikasi diri (Arofah, 2019).

Efikasi diri adalah kepercayaan individu terhadap kapasitasnya dalam mengatur keadaan serta memperoleh hasil yang positif (Battu & Susanto, 2022). Siswa dengan efikasi diri yang tinggi cenderung meyakini bahwa mereka mampu menyelesaikan berbagai tugas atau menghadapi tantangan yang dihadapi, walaupun tugas tersebut memiliki tingkat kesulitan yang tinggi (Laksmi et al., 2018). Dalam konteks pengguna gagal bayar pinjaman online, tingkat efikasi diri yang tinggi dapat memberikan individu kepercayaan diri untuk menghadapi masalah dan mencari solusi untuk mengatasi gagal bayar. Pemberi pinjaman lebih memilih untuk meminjamkan sumber daya keuangan kepada pengusaha yang memiliki efikasi diri tinggi karena mereka memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuan mereka untuk membayar kembali (Slavec & Prodan, 2012; Bandura, 1977 dalam Goel & Rastogi, 2021). Bertentangan dengan ini, Pablo et al. (2015) berpendapat bahwa orang yang mengalami gagal bayar mempunyai skor efikasi diri yang lebih tinggi, sehingga menunjukkan bahwa orang yang sangat optimis mempunyai ekspektasi yang lebih tinggi terhadap pendapatan di masa depan (Goel & Rastogi, 2021).

Berdasarkan paparan di atas, peneliti ingin mengadakan penelitian yang melihat hubungan antara kedua variabel, dimana sebelumnya penelitian yang menghubungkan kedua variabel masih terbatas khususnya dalam konteks gagal bayar pinjaman online. Sebagian besar penelitian lebih fokus pada konteks lain seperti pendidikan. Hasil penelitian Demirbilek & Atila (2021) menunjukkan bahwa perlu dilakukan peningkatan efikasi diri akademik dan penurunan keterhubungan sosial untuk mengurangi ketidakberdayaan belajar siswa. Semakin tinggi tingkat efikasi diri akademik, semakin rendah rasa ketidakberdayaan belajar yang dialami oleh mahasiswa (Demirbilek & Atila, 2021). Penelitian lain dari Wu & Tu (2019) menunjukkan bahwa siswa dengan efikasi diri rendah lebih mungkin mengalami ketidakberdayaan belajar dibandingkan siswa dengan efikasi diri tinggi terlepas dari tingkat dukungan sosialnya.

Penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan dengan *learned helplessness.* Namun, penelitian terkait dalam konteks debitur gagal bayar pinjaman online,

masih sangat terbatas. Mengetahui hubungan efikasi diri dengan *learned helplessness* pada debitur gagal bayar pinjaman online dapat memberikan wawasan baru dan dapat dikembangkan intervensi yang tepat untuk membantu debitur pinjaman online yang mengalami gagal bayar dapat keluar dari kondisi tersebut serta mengurangi risiko psikologis yang lebih fatal. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya melengkapi literatur yang ada tetapi juga berpotensi memberikan solusi praktis bagi debitur pinjaman online yang mengalami gagal bayar.

KAJIAN PUSTAKA

Efikasi Diri

Rasa efikasi diri yang dimiliki individu berhubungan dengan kepercayaan mereka terhadap kemampuan diri, yang kemudian mempengaruhi kehidupan mereka (Bandura, 2010). Keyakinan dasar ini merupakan fondasi dari motivasi manusia, pencapaian kinerja, dan kesejahteraan emosional (Bandura dalam Bandura, 2010). Individu yang meyakini kemampuannya untuk mengubah peristiwa di lingkungan sekitar cenderung lebih aktif bertindak dan memiliki peluang lebih besar untuk mencapai kesuksesan, dibandingkan dengan individu yang memiliki efikasi diri rendah (Feist & Feist, 2009).

Efikasi diri secara umum dipahami sebagai suatu konstruk yang merujuk pada kemampuan individu dalam menghadapi tugas atau domain tertentu (Luszczynska, Gutiérrez-Doña, & Schwarzer, 2005 dalam Novrianto, 2019). Namun, terdapat pula beberapa ahli yang mengembangkan konsep efikasi diri secara lebih menyeluruh, yang mengacu pada kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam mengatasi berbagai tantangan atau kondisi, yang dikenal dengan istilah *general self-efficacy* (Sherer et al.,1982; Schwarzer & Jerusalem, 1995 dalam Novrianto, 2019).

Bandura (n.d., dalam Lianto, 2019) menyatakan dampak dari terciptanya efikasi diri yaitu menjadi pendorong munculnya perilaku, seseorang akan lebih mungkin untuk melakukan tugas dimana ia merasa memilki kemampuan untuk melakukannya. Efikasi diri dapat menentukan seberapa kuat seseorang dalam mengatasi tantangan pada peristiwa yang tidak menyenangkan (Lianto, 2019). Individu yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi cenderung lebih berusaha karena mereka percaya bahwa usaha yang dilakukan akan membuahkan hasil (Lianto, 2019). Efikasi diri dapat menentukan cara berpikir dan bagaimana reaksi emosional seseorang (Lianto, 2019). Individu dengan tingkat efikasi diri rendah cenderung lebih mudah mengalami rasa putus asa dan tertekan, sedangkan individu dengan efikasi diri

tinggi akan memandang kesulitan sebagai tantangan yang menarik untuk diatasi (Lianto, 2019).

Learned Helplessness

Ketidakberdayaan yang dipelajari atau *learned helplessness* menggambarkan kondisi seseorang yang cenderung pasif dan merasa tidak mampu melakukan apapun (Maier & Seligman, 1976 dalam Lufityanto, 2018). Timbulnya pandangan bahwa reaksi yang diberikan akan menghasilkan hasil yang serupa, namun pada kenyataannya hasil yang diperoleh tidak selaras dengan reaksi yang dilakukan, menyebabkan penurunan motivasi dalam bereaksi (Seligman, 1975 dalam Ananda & Hamidah, 2019).

Menurut Seligman (1975), *learned helplessness* akan menyebabkan individu meyakini bahwa mereka tidak mampu mengatasi kejadian buruk serupa, yang pada akhirnya mengakibatkan penurunan dalam tiga aspek yaitu motivasi, kognitif dan emosi (Ananda & Hamidah, 2019). Individu yang mengalami penurunan motivasi merasa tidak memiliki kemampuan, serta meyakini bahwa segala usaha yang dilakukan pasti berujung pada kegagalan, yang kemudian menimbulkan perasaan pasrah. Selain itu, *learned helplessness* juga dapat mengakibatkan penurunan kemampuan kognitif, yakni ketidakmampuan individu untuk mempelajari respons baru yang dapat membantunya mengatasi permasalahan atau situasi yang menekan. Persepsi bahwa dirinya "bodoh" dan "tidak mampu" membuat individu enggan untuk mengembangkan kemampuan kognitifnya, sehingga tidak berusaha untuk mencari jalan keluar atau cara mengatasi situasi yang berada dalam kendalinya (Cahyani, 2022). Oleh karena itu, orang yang *helplessness* tidak mampu mengembangkan kemampuan kognitif untuk menemukan solusi atas suatu masalah (Cahyani, 2022).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini tidak bersifat eksperimen, yang berarti dilakukan secara alami tanpa adanya manipulasi atau pengendalian terhadap kondisi lingkungan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasi antar dua variabel. Variabel independen yang digunakan adalah efikasi diri dan variabel dependen yang digunakan adalah *learned helplessness*. Dalam penelitian ini, pemilihan sampel yang diterapkan adalah metode *non-probability sampling*, yang mana menggunakan teknik *purposive sampling*.

Penelitian ini mengumpulkan data melalui penyebaran kuesioner dalam format *google form* yang dibagikan secara daring melalui platform jejaring sosial seperti Line, Whatsapp, Instagram, dan media sosial lainnya. Kuesioner *google*

form yang akan dibagikan terdiri dari lima bagian yaitu (a) pengantar; (b) *informed consent*, yaitu kesediaan partisipan dalam mengisi kuesioner; (c) bagian identitas diri partisipan; dan (d) kuesioner penelitian yang memuat butir dari variabel yang hendak diteliti.

General Self-Efficacy Scale (GSES) digunakan untuk mengukur variabel efikasi diri. Proses adaptasi dilaksanakan dengan menerjemahkan *General Self-Efficacy Scale* ke dalam bahasa Indonesia, serta mengadaptasi konteks bahasa dan budaya dari instrumen yang diterapkan (Novrianto, 2019). *General Self-Efficacy Scale* berisi 10 butir dan menggunakan skala *Likert* dengan empat opsi jawaban, yaitu: "sangat tidak sesuai" hingga "sangat sesuai". Uji validitas konstruk menunjukkan bahwa butir-butir dalam *General Self-Efficacy Scale* secara signifikan bersifat *unidimensional*, yakni konstruk *self-efficacy* secara keseluruhan (Novrianto, 2019).

Uji reliabilitas dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan metode *internal consistency*, mengacu pada nilai *cronbach's alpha*, dengan jumlah sampel sebanyak 287 partisipan. Gambaran hasil uji reliabilitas untuk alat ukur efikasi diri, yaitu *General Self-Efficacy Scale*, dapat diamati pada tabel sebagai berikut.

Tabel 1. ***Gambaran Hasil Uji Reliabilitas pada Alat Ukur General Self-Efficacy Scale***

Nomor Butir	Cronbach's Alpha
1, 3, 4, 5, 6, 7	0.960
2, 10	0.959
8, 9	0.961
Keseluruhan	**0.964**

Hasil uji reliabilitas alat ukur efikasi diri, yang tercantum dalam tabel di atas, memperlihatkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0.964, yang berarti nilai uji reliabilitas untuk variabel tersebut > 0.06. Instrumen yang digunakan untuk mengukur efikasi diri adalah reliabel dan konsisten.

Variabel ketidaberdayaan akan diukur menggunakan *Leamed Helplessness Scale* (LHS). Alat ukur ini telah di adaptasi ke dalam bahasa Indonesia. LHS berisi 20 butir dengan menggunakan skala Likert 4 poin mulai dari sangat setuju (SS) hingga sangat tidak setuju (STS). LHS merupakan alat ukur unidimensional, yang juga dikenal dengan alat ukur yang global. Alat ukur LHS mengukur ketidakberdayaan secara menyeluruh, tanpa memisahkan pengukuran pada aspek-aspek tertentu. Nilai koefisien internal consistency reliability (Cronbach's Alpha) pada penelitian sebelumnya milik Putri et al (2023) adalah sebesar .924.

Uji reliabilitas dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan metode *internal consistency*, mengacu pada nilai *cronbach's alpha* dengan jumlah sampel sebanyak 287 partisipan. Gambaran hasil uji reliabilitas untuk alat ukur *learned helplessness*, yaitu *Learned Helplessness Scale*, dapat diamati pada tabel sebagai berikut.

Tabel 2. Gambaran Hasil Uji Reliabilitas pada Alat Ukur *Learned Helplessness Scale*

Nomor Butir	Cronbach's Alpha
1, 2, 7, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 17, 19	0.947
3, 6, 11, 18, 20	0.946
4	0.954
5	0.949
9, 13	0.948
Keseluruhan	**0.950**

Hasil uji reliabilitas alat ukur *learned helplessness*, yang tercantum dalam tabel di atas, memperlihatkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0.950, yang berarti nilai uji reliabilitas untuk variabel tersebut > 0.06. Instrumen yang digunakan untuk mengukur *learned helplessness* adalah reliabel dan konsisten.

Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan *software* SPSS versi 27.00 untuk pengujian reliabilitas, uji normalitas data, dan uji korelasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Variabel Penelitian Efikasi Diri

Bagian ini menyajikan gambaran data mengenai variabel efikasi diri. Berdasarkan data yang diperoleh, skor terendah yang didapatkan adalah 1.00 dan skor tertinggi yang didapatkan adalah 5.00. Alat ukur variabel efikasi diri menggunakan skala 1 hingga 5, sehingga nilai tengah atau nilai *mean* hipotetik yang diperoleh sebesar 3.00, sedangkan nilai *mean* empirik yang diperoleh sebesar 2.41. Dengan demikian, karena nilai *mean* empirik lebih rendah dari *mean* hipotetik, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri pada subyek penelitian ini adalah rendah. Gambaran data variabel efikasi diri dapat diamati pada tabel sebagai berikut.

Berdasarkan temuan yang ada, partisipan dikelompokkan ke dalam tiga kategori, partisipan dengan efikasi diri rendah, sedang, dan tinggi.

Berdasarkan temuan yang ada, terdapat 188 partisipan yang termasuk dalam kategori efikasi diri rendah, 32 partisipan dalam kategori efikasi diri sedang, dan 67 partisipan dalam kategori efikasi diri tinggi. Temuan ini memperlihatkan bahwa partisipan penelitian ini memiliki efikasi diri yang rendah. Gambaran data secara lebih rinci dapat diamati pada tabel sebagai berikut.

Tabel 3. *Penggolongan Variabel Efikasi Diri*

Tingkat Efikasi Diri	Frekuensi	Persentase
Rendah	188	65.5%
Sedang	32	11.1%
Tinggi	67	23.3%
Total	**287**	**100%**

Gambaran Variabel Penelitian *Learned Helplessness*

Bagian ini menyajikan gambaran data mengenai variabel *learned helplessness*. Berdasarkan data yang diperoleh, skor terendah yang didapatkan adalah 1.30 dan skor tertinggi yang didapatkan adalah 4.00. Alat ukur variabel *learned helplessness* menggunakan skala 1 hingga 4, sehingga nilai tengah atau nilai *mean* hipotetik yang dihasilkan sebesar 2.50, sedangkan nilai *mean* empirik yang dihasilkan sebesar 3.11. Dengan demikian, karena nilai *mean* empirik lebih tinggi dari *mean* hipotetik, dapat ditarik kesimpulan bahwa *learned helplessness* pada subyek penelitian ini adalah tinggi. Gambaran data variabel *learned helplessness* dapat diamati pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4. *Gambaran Data Variabel Learned Helplessness*

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean Empirik	Standar Deviasi
Learned Helplessness	287	1.30	4.00	3.11	.60628

Berdasarkan temuan yang ada, partisipan dikelompokkan ke dalam tiga kategori, yaitu partisipan dengan *learned helplessness* rendah, sedang, dan tinggi.

Berdasarkan temuan yang ada, terdapat 32 partisipan yang termasuk dalam kategori *learned helplessness* rendah, 42 partisipan dalam kategori *learned helplessness* sedang, dan 213 partisipan dalam kategori *learned helplessness* tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa partisipan penelitian ini memiliki *learned helplessness* yang tinggi.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan guna menentukan apakah data dalam penelitian ini terdistrubusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* (Uji K-S). Proses penentuan keputusan untuk uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* adalah sebagai berikut: apabila nilai signifikansi $p > 0.05$, maka data berdistribusi normal; sebaliknya, apabila nilai signifikansi $p < 0.05$, maka data tidak berdistribusi normal.

Temuan uji normalitas yang terdapat pada tabel di atas memperlihatkan bahwa distribusi data untuk variabel efikasi diri dan *learned helplessness* terdistribusi secara tidak normal. Hal ini ditunjukkan oleh nilai p 0.000 < 0.05. Dengan demikian, karena kedua variabel tidak terdistribusi secara

normal, maka menggunakan *spearman* untuk uji korelasi.

Uji Korelasi

Data dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal, sehingga uji korelasi yang digunakan adalah uji korelasi Spearman. Pengujian ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel efikasi diri dengan variabel *learned helplessness*. Berdasarkan hasil uji korelasi *spearman* antara variabel efikasi diri dan *learned helplessness*, diperolah nilai r = -.609 dengan p = .000 < .05. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri *learned helplessness*. Hasil tersebut memiliki arti semakin rendah efikasi diri,semakin tinggi *learned helplessness*, dan sebaliknya, semakin tinggi efikasi diri, semakin rendah tingkat *learned helplessness*.

PENUTUP

Temuan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan *learned helplessness* dengan menggunakan pengujian korelasi *spearman*, dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan *learned helplessness* pada debitur gagal bayar pinjaman online. Dengan demikian, semakin rendah tingkat efikasi diri pada debitur gagal bayar pinjaman online, semakin tinggi tingkat *learned helplessness* pada debitur gagal bayar pinjaman online. Sebaliknya, semakin tinggi efikasi diri pada debitur gagal bayar pinjaman online tinggi, semakin rendah tingkat *learned helplessness* yang muncul.

Saran

Berdasarkan hasil yang ditemukan dalam penelitian ini, terdapat saran untuk pengembangan lebih lanjut terkait hubungan antara efikasi diri dan *learned helplessness* pada debitur gagal bayar pinjaman online. Temuan penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan *learned helplessness*. Karena itu, diharapkan penelitian berikutnya dapat lebih mendalami faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi hubungan ini seperti faktor sosial atau lingkungan yang lebih luas, yang mungkin juga berperan dalam keputusan finansial seseorang. Penelitian lebih lanjut terkait faktor-faktor lain akan menambah wawasan tentang hubungan efikasi diri dengan *learned helplessness* pada debitur gagal bayar pinjaman online.

Selain itu, diharapkan untuk dapat merancang intervensi yang fokus pada aspek psikologis debitur yang mengalami gagal bayar pinjaman online. Intervensi tersebut diharapkan tidak hanya fokus untuk penyelesaian utang secara finansial, tetapi juga mengatasi perasaan *learned helplessness*. Selain itu, dukungan

emosional dari keluarga dan orang terdekat juga penting sehingga debitur dapat merasa lebih percaya diri untuk keluar dari masalah utang.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, S., & Fauzi, R. (2024). Sosialisasi Bahaya Pinjaman Online Ilegal bagi Masyarakat. JIPM: Jurnal Inovasi Pengabdian Masyarakat, 2(1), 47–52. https://doi.org/10.55903/jipm.v2i1.147

Ananda, N. C., & Hamidah, H. (2019). Learned Helplessness Pada Wanita Dewasa Awal Korban Kekerasan dalam Pacaran yang Masih Bertahan dengan Pasangannya. INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental, 4(1), 36–42. https://doi.org/10.20473/jpkm.V4I12019.36-42

Arofah, A. A. (2019). Financial Literacy, Self-Efficacy, and Financial Behaviour of College Students. International Journal of Pedagogy and Teacher Education. http://dx.doi.org/10.20961/ijpte.v3i2.17546

Arvante, J. Z. Y. (2022). Dampak Permasalahan Pinjaman Online dan Perlindungan Hukum Bagi Konsumen Pinjaman Online. Ikatan Penulis Mahasiswa Hukum Indonesia Law Journal, 2(1). https://doi.org/10.15294/ipmhi.v2i1.53736

Bandura, A. (2010). Self-efficacy. The Corsini Encyclopedia of Psychology. doi:10.1002/9780470479216.corpsy0836

Brady, S., Miller, J., Balmuth, A., D'Ambrosio, L.,A., & Coughlin, J. F. (2021). Factors Contributing to the Financial Self-Efficacy of Student Loan Borrowers. Journal of Financial Counseling and Planning, 32(3), 493-506. https://doi.org/10.1891/JFCP-19-00067

Battu, A. S., & Susanto, A. H. . (2022). Pengaruh Self Efficacy dan Locus of Control Terhadap Kinerja Karyawan Magang. Jurnal Ilmiah Manajemen, Bisnis Dan Kewirausahaan, 2(3), 61–77. https://doi.org/10.55606/jurimbik.v2i3.255

Cahyani, Nur Rezky. (2022). Learned Helplessness Siswa Ditinjau dari Self Control. Jurnal Attending.

Demirbilek, N & Atila, F. (2021). Factors Affecting University Students' Learned Helplessness. International Online Journal of Educational Sciences. https://doi.org/10.15345/iojes.2021.03.019

Dryden, R. P., Campbell, A. V., Perry, R. P., Hamm, J. M., Chipperfield, J. G., Parker, P. C., & Leboe-McGowan, L. (2023). Assisting students in debt to overcome academic setbacks with a cognitive-reframing motivation intervention. Journal of Educational Psychology, 115(1), 55–72. https://doi.org/10.1037/edu0000770

Feist, J., & Feist, G. J. (2009). Theories of personality (7th ed.). New York: McGraw Hill.

Goel, Akanksha & Rastogi, Shailesh. (2021). Understanding the impact of borrowers' behavioural and psychological traits on credit default: review and conceptual model. Review of Behavioral Finance.10.1108/RBF-03-2021-0051

Jumady, E., Alam, S. ., Hasbiyadi, H. ., Fajriah, Y. ., & Anggraini, Y. . (2024). The Effect of Financial Planning on Consumer Debt Management: The Role of Financial Literacy, Self-Efficacy, and Financial Motivation. Atestasi : Jurnal Ilmiah Akuntansi, 7(1), 340–368. https://doi.org/10.57178/atestasi.v7i1.793

Kanda, A. S., & Mawarni, I. (2024). Analisis Generasi Muda Terjebak Pusaran Hutang Pinjaman Online Akibat Lifestyle Di Kota Cimahi. Jurnal Ilmiah Research Student. https://doi.org/10.61722/jirs.v1i3.726

Laksmi, D. P. P., Suniasih, N. W., & Wiyasa, N. K. (2018). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas V SD. Mimbar Ilmu, 23(1), 83–94. https://doi.org/10.23887/mi.v23i1.16410

Lianto. (2019). Self-Efficacy: A brief literature review. Jurnal Manajemen Motivasi 15. https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409

Lufityanto, G. (2018). Validasi dan Pengembangan Paradigma Eksperimen Learned Helplessness pada Etnis Dominan di Indonesia. Psikodimensia. https://doi.org/10.24167/psidim.v17i1.1459

Mabsuti, M., & Nurtresna, R.(2022). Perlindungan Hukum terhadap Konsumen Pinjaman Online dalam Sistem Hukum Indonesia. Bureaucracy Journal : Indonesia Journal of Law and Social-Political Governance, 2(1), 235–243. https://doi.org/10.53363/bureau.v2i1.90

Manik, R. G., & Samariadi, S. (2023). Akibat Hukum Penerima Dana Layanan Pendanaan Bersama Berbasis Teknologi Informasi Gagal Bayar. Jurnal Magister Hukum Perspektif, 14(1), 13–27. https://doi.org/10.37303/magister.v14i1.73

Mirza Gayatri, A., & Muzdalifah, M. (2022). Understanding Financial Literacy as an effort to Prevent Consumptive Behavior from Online Loans. JUDICIOUS, 3(2), 297–306. https://doi.org/10.37010/jdc.v3i2.1113

Novrianto, R., & Marettih, A. K. E. (2018). Self-efficacy dan Optimisme sebagai Prediktor Subjective Well-Being pada Mahasiswa Tahun Pertama. MEDIAPSI, 4(2), 83-91. doi: https://doi.org/10.21776/ub.mps.2018.004.02.4

Novrianto, R; Marretih, A. K. E; Wahyudi, H. (2019). Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale Versi Indonesia. Jurnal Psikologi. http://dx.doi.org/10.24014/jp.v15i1.6943.

Otoritas Jasa Keuangan. (2024). Financial Technology-P2P Lending. https://ojk.go.id/id/kanal/iknb/financial-technology/default.aspx

Puspadini, M. (2024, April 01). Warga Jawa Barat Paling Banyak Nunggak Utang Pinjol, Tembus Rp16,55 T. CNBC Indonesia.

Putri, N. A., Soetikno, N., Dewi, F. I. R. (2023). Learned Helplessness Among The Adolescent Victims of Cyberbullying. International Journal of Application on Social Science and Humanities.

Sastradinata, D. N. (2020). Aspek Hukum Lembaga Pinjaman Online Ilegal Di Indonesia. Jurnal Independent, 8(1), 293–301. https://doi.org/10.30736/ji.v8i1.115

Sari, Y. I., & Kartasasmita, S. (2017). Gambaran Learned Helplessness Wanita Tuna Susila yang Mengalami Kekerasan. Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni. https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.984

Surti. (2024, April 4). Galbay Pinjol: Pengertian, Risiko dan Cara Menghapus Datanya. Fortune Indonesia. https://www.fortuneidn.com/finance/surti/pengertian-galbay-adalah

Turunen, E., Hiilamo, H. Health effects of indebtedness: a systematic review. BMC Public Health 14, 489 (2014). https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-489

Wong, V., Novalina, M., Natasaputera, E. (2024). Mengkaji Pinjaman Online dalam Perspektif Amsal 22:7. Jurnal Teologi Gracia Deo. https://doi.org/10.46929/graciadeo.v6i2.198

Wu, S., & Tu, C.-C. (2019). The Impact of Learning Self-efficacy on Social Support towards Learned Helplessness in China. Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education, 15(10), em1825. https://doi.org/10.29333/ejmste/115457