

**PENGARUH SPIRITUALITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP
RESILIENSI MAHASISWA BARU JALUR UJIAN MANDIRI YANG
WAJIB TINGGAL DI MA'HAD AL-JAMI'AH UIN WALISONGO**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Psikologi (S.Psi)



Oleh:

ELFANY ALIA AGUSTINA

NIM: 1907016077

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

SEMARANG

2023

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Elfany Alia Agustina

NIM : 1907016077

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

“PENGARUH SPIRITUALITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA BARU JALUR UJIAN MANDIRI YANG WAJIB TINGGAL DI MA’HAD AL-JAMI’AH UIN WALISONGO”

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 10 Juni 2023

Pembuat pernyataan,



Elfany Alia Agustina

NIM. 1907016077

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus III Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : PENGARUH SPIRITUALITAS DAN EFikasi DIRI TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA BARU JALUR UJIAN MANDIRI YANG WAJIB TINGGAL DI MA'HAD AL-JAMI'AH UIN WALISONGO
Penulis : Elfany Alia Agustina
NIM : 1907016077
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 19 Juni 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Widiastuti, M.Ag.
NIP: 197503192009012003

Penguji II

Khairani Zikrinawati, M.A
NIP: 199201012019032036



Penguji III

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog
NIP: 198512022019032010

Penguji IV

Nadva Arivani H. N., M.Psi., Psikolog.
NIP: 199201172019032019

Pembimbing I

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si.
NIP: 198002202016012901

Pembimbing II

Khairani Zikrinawati, M.A
NIP: 199201012019032036

PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH SPIRITUALITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP RESILIENSI
MAHASISWA BARU JALUR UJIAN MANDIRI YANG WAJIB TINGGAL DI
MA'HAD AL-JAMI'AH UIN WALISONGO

Nama : Elfany Alia Agustina

NIM : 1907016077

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP.

Semarang, 30 Mei 2023
Yang bersangkutan

Elfany Alia Agustina
NIM. 1907016077



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76413370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH SPIRITUALITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP
RESILIENSI MAHASISWA BARU JALUR UJIAN MANDIRI YANG WAJIB
TINGGAL DI MA'HAD AL-JAMI'AH UIN WALISONGO

Nama : Elfany Alia Agustina
NIM : 1907016077
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Khairani Zikrinawati M.A.
NIP. 199201012019032036

Semarang, 30 Mei 2023
Yang bersangkutan

Elfany Alia Agustina
NIM. 1907016077

KATA PENGANTAR

Segala puji dan rasa syukur yang mendalam penulis panjatkan kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang juga Maha Pemberi Petunjuk bagi hamba-Nya. Alhamdulillah atas segala bantuan dan ridho-Nya, penulis mampu menyelesaikan proses penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Spiritualitas dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi Mahasiswa Baru Jalur Ujian Mandiri yang Wajib Tinggal di Ma’had Al-Jamiah UIN Walisongo” sebagai salah satu syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa telah mendapatkan banyak dukungan, arahan, dan motivasi dari berbagai pihak. Dengan demikian, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada orang-orang yang penulis kasihi dan hormati. Secara khusus saya ucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajaran.
2. Prof. Dr. Syamsul Ma’arif, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajaran.
3. Bapak Dr. Amir Tajrid, M.Ag dan Dr. Ahmad Ismail., M.Ag., M.Hum selaku Kepala Pusat dan pengasuh *Ma’had al-Jami’ah* Walisongo.
4. Ibu Wening Wihartati, S.Psi, M.Si, selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
5. Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing sekaligus memberikan motivasi kepada penulis hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Ibu Khairani Zikrinawati, M.A, selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing sekaligus memberikan motivasi kepada penulis hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

7. Ibu Dewi Khurun Aini S.Pd.I., M.A. selaku dosen wali yang telah membimbing, memotivasi dan mengarahkan penulis sejak melaksanakan perkuliahan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Dosen-dosen beserta staf Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah membagikan ilmu, pengetahuan, dan segala bantuan lainnya.
9. Kedua orang tua penulis yang sangat penulis sayangi, Bapak Ida Bagus Cahyono dan Ibu Lamini yang telah memberikan dukungan materiil maupun moril dan doa, serta Elfinda Amara Dewi selaku adik dari penulis.
10. Sahabat penulis, Delia Rahmayanti, Nilna Munatal, Unas Farcha, Rizqi Arif, Rizqanu Aghdaq, dan Mahda Deby yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
11. Teman-teman KKN Nusantara Bali 2022 dan teman-teman kelas Psikologi-B 2019 yang selalu menjadi semangat dan menemani penulis dalam berproses.
12. Santri-santri dan musyrifah Ma'had Al-Jamiah yang telah membantu proses penelitian penulis.
13. Semua pihak yang telah memberikan kebaikannya untuk membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Sehingga, penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun demi kebaikan bersama, penulis juga berharap semoga skripsi ini mampu membawa manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Semarang, 28 Mei 2023



Elfany Alia Agustina

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak Ida Bagus Cahyono tercinta, sosok ayah yang selalu mengayomi keluarga dan selalu menjadi panutan bagi anak-anaknya. Ibu Lamini tercinta, seorang yang sangat berarti dalam kehidupan penulis, seorang yang memiliki hati yang lapang dalam menerima semua kelebihan dan kekurangan anak perempuannya, sosok ibu yang hebat dan luar biasa. Serta Elfinda Amara Dewi, sosok adik yang sangat penulis sayangi.
2. Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si, selaku pembimbing I sekaligus pembimbing lomba yang pernah penulis ikuti yang selalu memberikan arahan dan bimbingan terbaik sehingga penulis mampu menjuarai perlombaan tersebut dan menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Ibu Khairani Zikrinawati, M.A, selaku pembimbing II yang selalu memberikan semangat dan bimbingan kepada penulis dari awal pengerjaan tugas akhir hingga terselesaikannya tugas akhir ini.
4. Ibu Dewi Khurun Aini S.Pd.I., M.A. selaku dosen wali yang telah membimbing, memotivasi dan mengarahkan penulis sejak melaksanakan perkuliahan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Diri penulis yang telah berjuang dengan tetap sehat dan waras selama menjalankan kegiatan perkuliahan, juga selalu dan semoga terus bersyukur atas setiap proses yang telah dijalani.
6. Sahabat penulis, Delia Rahmayanti, Nilna Munatal, Unas Farcha, Rizqi Arif, Rizqanu Aghdaq, dan Mahda Deby yang selalu ada dan membersamai dalam berbagai kondisi yang penulis alami di tanah perantauan ini.
7. Sahabat penulis yang lain, Dinda Ayu, Widya Putri, Cholifatul Rochmah, Eka Lely, dan Fadlilatuzuhriya yang sudah sejauh ini tetap menjalin persahabatan yang hangat dengan penulis sejak di bangku menengah pertama dan atas.
8. Teman-teman KKN Nusantara Bali 2022 dan teman-teman kelas Psikologi B 2019 yang telah membagikan pengalaman dan kesan yang luar biasa hingga memberikan kenangan manis dalam hidup penulis.

9. Semua pihak yang berarti bagi kehidupan penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Besar harapan penulis bahwa skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak dan skripsi ini dapat menjadi persembahan istimewa bagi orang-orang terdekat penulis.

Semarang, 28 Mei 2023



Elfany Alia Agustina

MOTTO

Jika hidup di dunia hanya sekali, jadikanlah ini sebagai hidup yang berarti yaitu dengan saling menghormati dan jadikanlah ini sebagai hidup yang berharga yaitu dengan menjadi bermanfaat bagi semesta.

-Elfany Alia Agustina-

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRACT	xvi
ABSTRAK	xvii
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	12
E. Keaslian Penelitian	13
BAB II	18
KAJIAN PUSTAKA	18
A. Resiliensi	18
1. Pengertian Resiliensi	18
2. Aspek-Aspek Resiliensi	21
3. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi	23
4. Karakteristik Individu Resilien	31
5. Resiliensi dalam Pandangan Islam	32
B. Spiritualitas	34
1. Pengertian Spiritualitas	34
2. Aspek-Aspek Spiritualitas	36
3. Spiritualitas dalam Pandangan Islam	39

C.	Efikasi Diri	40
1.	Pengertian Efikasi Diri	40
2.	Aspek-Aspek Efikasi Diri	42
3.	Efikasi Diri dalam Pandangan Islam	44
D.	Peran Spiritualitas dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi	46
E.	Hipotesis	51
BAB III		52
METODE PENELITIAN		52
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian	52
B.	Tempat dan Waktu Penelitian	52
C.	Variabel Penelitian	53
D.	Definisi Operasional	53
1.	Resiliensi	53
2.	Spiritualitas	54
3.	Efikasi Diri	54
E.	Populasi, Sampel, dan Teknik <i>Sampling</i>	55
1.	Populasi	55
2.	Sampel	55
3.	Teknik <i>Sampling</i>	56
F.	Teknik Pengumpulan Data	56
G.	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	60
1.	Validitas	60
2.	Reliabilitas	62
H.	Teknik Analisis Data	64
1.	Uji Asumsi	64
2.	Uji Hipotesis	65
BAB IV		67
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		67
A.	Deskripsi Subjek	67
B.	Deskripsi Data	68
1.	Deskripsi Data Resiliensi	68
2.	Deskripsi Data Spiritualitas	69
3.	Deskripsi Data Efikasi Diri	71

C. Hasil Uji Asumsi.....	72
D. Hasil Uji Hipotesis.....	75
E. Pembahasan.....	78
BAB V	89
PENUTUP.....	89
A. Kesimpulan.....	89
B. Saran	89
DAFTAR PUSTAKA.....	91
LAMPIRAN.....	98

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Alternatif Pilihan dan Skor Jawaban Responden.....	57
Tabel 2 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi.....	58
Tabel 3 <i>Blue Print</i> Skala Spiritualitas.....	59
Tabel 4 <i>Blue Print</i> Skala Efikasi Diri.....	59
Tabel 5 Sebaran Skala Resiliensi (Y) Setelah Uji Coba.....	61
Tabel 6 Sebaran Skala Spiritualitas (X1) Setelah Uji Coba.....	61
Tabel 7 Sebaran Skala Efikasi Diri (X2) Setelah Uji Coba.....	62
Tabel 8 Kriteria Koefisien Reliabilitas.....	63
Tabel 9 Hasil Uji Deskriptif Resiliensi.....	68
Tabel 10 Kategorisasi Skor Skala Resiliensi.....	69
Tabel 11 Kategori Skor Resiliensi.....	69
Tabel 12 Hasil Uji Deskriptif Spiritualitas.....	69
Tabel 13 Kategorisasi Skor Skala Spiritualitas.....	70
Tabel 14 Kategori Skor Spiritualitas.....	70
Tabel 15 Hasil Uji Deskriptif Efikasi Diri.....	71
Tabel 16 Kategorisasi Skor Skala Efikasi Diri.....	71
Tabel 17 Kategori Skor Efikasi Diri.....	71
Tabel 18 Hasil Uji Normalitas Resiliensi, Spiritualitas, dan Efikasi Diri.....	72
Tabel 19 Hasil Uji Linearitas.....	73
Tabel 20 Hasil Uji Multikolinearitas.....	74
Tabel 21 Hasil Uji Hipotesis	75
Tabel 22 Hasil Uji Regresi Linier Berganda	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	51
Gambar 2. Persebaran Sampel	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi.....	99
Lampiran 2 <i>Blue Print</i> Skala Spiritualitas	101
Lampiran 3 <i>Blue Print</i> Skala Efikasi Diri	104
Lampiran 4 Uji Coba Skala.....	107
Lampiran 5 Data Uji Coba Skala Resiliensi.....	113
Lampiran 6 Data Uji Coba Skala Spiritualitas.....	114
Lampiran 7 Data Uji Coba Skala Efikasi Diri.....	115
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas Resiliensi.....	116
Lampiran 9 Hasil Uji Validitas Spiritualitas	117
Lampiran 10 Hasil Uji Validitas Efikasi Diri.....	118
Lampiran 11 Uji Reliabilitas Skala Resiliensi.....	119
Lampiran 12 Uji Reliabilitas Skala Spiritualitas.....	119
Lampiran 13 Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri.....	119
Lampiran 14 Skala Penelitian.....	120
Lampiran 15 Hasil Uji Deskriptif Data.....	125
Lampiran 16 Kategorisasi Resiliensi.....	125
Lampiran 17 Kategorisasi Spiritualitas.....	125
Lampiran 18 Kategorisasi Efikasi Diri.....	125
Lampiran 19 Hasil Uji Normalitas.....	126
Lampiran 20 Hasil Uji Linearitas Spiritualitas dengan Resiliensi.....	126
Lampiran 21 Hasil Uji Linearitas Efikasi Diri dengan Resiliensi.....	126
Lampiran 22 Hasil Uji Multikolinearitas	127
Lampiran 23 Hasil Uji Hipotesis	127
Lampiran 24 Bukti Izin Penelitian.....	128
Lampiran 25 Daftar Riwayat Hidup.....	129

ABSTRACT

The process of adjustment for new students in a college environment brings places students in difficult situations that need to be faced with resilience. This research aims to empirically examine the influence of spirituality and self-efficacy on the resilience of new students in the independent entrance examination track who are required to reside in Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo. The sample in this research consisted of 103 students, selected using the *accidental sampling* technique. The hypothesis of this research is that there is an influence of spirituality and self-efficacy on the resilience of new students in the independent entrance examination track who are required to reside in Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo. The measurement tools used in this research were the spirituality scale, self-efficacy scale, and resilience scale. The data analysis method used was multiple linear regression analysis. The results of this research indicate that spirituality has a significant influence on resilience, with a significance value of $0.000 < 0.05$. Furthermore, self-efficacy has a significant influence on resilience, with a significance value of $0.000 < 0.05$. Additionally, spirituality and self-efficacy have a significant influence on resilience, with a significance value of $0.000 < 0.05$, contributing to 42.2% of the variance in resilience. Based on these results, there is a need for synergy between students and related institutions to strive for increased resilience, spirituality and self-efficacy of students through sustainable activities.

Key Words: *spirituality, self-efficacy, and student resilience.*

ABSTRAK

Masa penyesuaian diri mahasiswa baru dalam lingkungan perguruan tinggi membuat mahasiswa berada pada situasi sulit yang perlu dihadapi dengan resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 103 mahasiswa yang diambil dengan teknik *accidental sampling*. Hipotesis penelitian ini yaitu terdapat pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo. Alat ukur penelitian ini yaitu skala spiritualitas, skala efikasi diri, dan skala resiliensi. Metode analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa spiritualitas berpengaruh signifikan terhadap resiliensi dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Lalu, efikasi diri berpengaruh signifikan terhadap resiliensi dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Serta spiritualitas dan efikasi diri berpengaruh signifikan terhadap resiliensi dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan berkontribusi sebesar 42,2%. Berdasarkan hasil tersebut, perlu adanya sinergi antara mahasiswa dan lembaga yang terkait untuk mengusahakan adanya peningkatan resiliensi, spiritualitas dan efikasi diri mahasiswa melalui kegiatan yang berkelanjutan.

Kata kunci: *spiritualitas, efikasi diri, dan resiliensi mahasiswa*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peningkatan kualitas sumber daya manusia saat ini menjadi prioritas bagi negara. Berdasarkan *human development index*, Indonesia berada pada peringkat ke-114 dari 191 negara pada tahun 2021 (United Nations Development Programme, 2022). Berdasarkan hasil pemeringkatan tersebut terlihat bahwa Indonesia masih perlu meningkatkan kualitas sumber daya manusianya. Peningkatan kualitas sumber daya manusia dapat ditempuh melalui pendidikan. Secara umum pendidikan di Indonesia dibagi menjadi empat tahap yaitu pendidikan anak usia dini, dasar, menengah, dan tinggi. Meskipun pemerintah telah mengupayakan kemudahan akses pendidikan, namun kenyataannya jumlah Angka Partisipasi Kasar (APK) perguruan tinggi baru mencapai 31,19% pada tahun 2021 (Badan Pusat Statistik). Angka ini masih terbilang rendah untuk jumlah akses ke pendidikan perguruan tinggi.

Menjawab permasalahan ini perguruan tinggi tidak hanya perlu meningkatkan kapasitas penerimaan mahasiswa saja, namun juga perlu meningkatkan kualitas dari mahasiswa. Universitas Islam Negeri Walisongo dikenal akan keunggulannya dalam membudayakan konsep kesatuan ilmu atau dikenal dengan *unity of science*. Sehingga dalam proses penerimaan mahasiswa baru jalur ujian mandiri selain terdapat tes kompetensi akademik umum juga dilakukan tes bahasa Arab dan wawasan keislaman. Dari

serangkaian tes akademik yang dilakukan, mahasiswa yang memiliki nilai yang memenuhi standar akan diterima di UIN Walisongo Semarang.

Berdasarkan Keputusan Rektor UIN Walisongo nomor 2264/Un.10.0/R.1/KM.02.05/07/2022 mengenai penetapan penempatan mahasiswa yang diterima melalui ujian jalur mandiri tahun akademik 2022/2023 pada Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo Semarang, disebutkan bahwa mahasiswa yang namanya dilampirkan dalam SK tersebut wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah selama satu tahun pertama karena mendapat nilai tes bahasa Arab dan wawasan keislaman yang kurang. Sehingga, bagi mahasiswa yang namanya tercantum dalam Keputusan Rektor tersebut harus mematuhi keputusan tersebut jika ingin tetap melanjutkan pendidikannya di UIN Walisongo Semarang. Selain itu, Keputusan Rektor tersebut juga mengatur jumlah biaya yang harus dibayarkan oleh mahasiswa baru untuk tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo.

Ma'had Al-Jami'ah Walisongo adalah komponen penunjang pendidikan yang memiliki urgensi untuk meningkatkan kualitas lulusan UIN Walisongo Semarang. Proses pembelajaran di Ma'had Al-Jami'ah berfokus pada pengembangan kompetensi di bidang bahasa Inggris dan Arab yang diaplikasikan dalam kehidupan mahasiswa. Selain itu, penciptaan lingkungan dan budaya islami yang diterapkan di Ma'had Al-Jami'ah Walisongo dikemas dengan konsep pesantren memungkinkan santri dapat menerapkan secara langsung nilai-nilai ajaran agama Islam. Melalui program Ma'had ini mahasiswa memiliki kesempatan dalam pembudayaan akhlak islami dan

diharapkan dapat menjadi sarjana muslim yang teladan bagi masyarakat. Keberhasilan program ini juga bergantung pada kemampuan mahasiswa untuk tetap mengembangkan diri dalam situasi sulit.

Mahasiswa baru yang tinggal di Ma'had memiliki tugas yang terhitung lebih banyak dibandingkan mahasiswa yang tinggal di kos maupun di rumah. Mereka dituntut mampu menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan juga melaksanakan kegiatan-kegiatan di Ma'had dengan baik. Tugas-tugas perkuliahan sudah cukup menyita waktu dan tenaga, ditambah sebagai mahasiswa baru mereka diwajibkan untuk bergabung dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Adapun kegiatan-kegiatan di Ma'had Al-Jami'ah Walisongo yaitu sholat jamaah, kegiatan *speech* dan *khitobah*, senam, ro'an (bersih-bersih), mengaji Al-Quran, mengaji kitab-kitab, kegiatan *muhaddatsah* dan *conversation*, dan lain-lain. Kegiatan di Ma'had Al-Jami'ah di rancang agar dapat meningkatkan kualitas mahasiswa agar dapat menjadi lulusan yang profesional dan berakhlak mulia.

Mahasiswa jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had berada pada rentang usia dewasa awal. Menurut Hurlock (1990) masa dewasa awal dimulai pada usia 18-40 tahun. Tugas perkembangan pada masa dewasa awal yaitu berpusat pada harapan dan keinginan masyarakat yang harus dipenuhi oleh seorang individu dalam masa perkembangan tersebut. Hurlock (1990) menyebutkan sepuluh karakteristik utama yang muncul pada masa dewasa awal, yaitu: a) masa peraturan, pada masa ini individu akan mencoba menentukan hal yang sesuai dengan dirinya dan menemukan pola kehidupan

yang sesuai dengan dirinya; b) masa usia produktif, pada masa ini individu mulai menunjukkan usaha untuk menentukan pasangan hidup; c) masa yang bermasalah, pada masa ini individu harus menghadapi proses penyesuaian diri dengan perannya dalam masyarakat; d) masa ketegangan emosi, dewasa awal juga memiliki karakteristik dimana kondisi emosional cenderung mudah berubah dan individu menjadi lebih mudah memberontak; e) masa keterasingan sosial, pada masa dewasa awal individu akan lebih mengenal berbagai konsekuensi sehingga kegiatan sosial mungkin akan terbatas karena tekanan peran barunya; f) masa komitmen, individu akan mulai sadar akan pentingnya suatu komitmen dalam kehidupan; g) masa ketergantungan, individu masih memiliki kecenderungan bergantung dengan orang tua dan organisasi; h) masa perubahan nilai, individu akan mulai menggeser nilai yang dianutnya agar dapat diterima dalam kelompok sosial; i) masa penyesuaian diri, penyesuaian diri ini terjadi akibat adanya perubahan peran dan tanggungjawab yang dimiliki individu; j) masa kreatif, mulai muncul perkembangan pemikiran yang kreatif.

Adanya karakteristik dari tugas masa perkembangan masa dewasa awal membuat kewajiban untuk tinggal di Ma'had ini menjadi tekanan tersendiri bagi mahasiswa baru ujian jalur mandiri. Mahasiswa harus mampu menghadapi tuntutan sebagai mahasiswa dan santri sebagai bentuk mematuhi Keputusan Rektor yang berlaku tersebut sehingga mereka tinggal di Ma'had bukan atas keinginan pribadi. Mahasiswa yang tidak mampu manajemen waktunya dengan baik untuk melakukan kegiatan Ma'had dan menyelesaikan

tugas kuliah tentu akan sangat memungkinkan untuk mengalami stres. Kondisi ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Izah, Aini, dan Bukhori (2023: 237) yang menunjukkan adanya gejala stres yang muncul pada mahasiswa sepanjang awal masuk perkuliahan dan pondok, akibat sulitnya membagi waktu dan tuntutan eksternal lainnya.

Ghamari (2012: 103) juga membuktikan bahwa mahasiswa dapat mengalami tekanan bahkan hingga memunculkan stress akibat dari kegiatan perkuliahan, buruknya manajemen waktu, tekanan keuangan, masalah kesehatan, kualitas kinerja yang kurang, sehingga menyebabkan putus kuliah bahkan hingga menyebabkan bunuh diri. Mahasiswa yang tinggal di Ma'had memiliki sumber stres yang lebih banyak dibanding mahasiswa yang tinggal di kos maupun rumah. Kondisi ini dapat mempengaruhi mahasiswa dalam menjalankan fungsi kesehariannya. Mahasiswa yang mampu memunculkan sikap untuk bertahan dari situasi sulit diartikan bahwa ia adalah seseorang yang resilien atau memiliki resiliensi.

Menurut Smith dkk, (2008: 194) resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk kembali bangkit dari kondisi dan situasi yang penuh tekanan. Menurut Widuri (2012: 149) resiliensi mampu membantu seseorang untuk berhasil menghadapi dan mengatasi situasi yang sukar dan penting untuk meningkatkan dan menjaga kualitas hidupnya. Resiliensi sangat perlu dimiliki sehingga ada ketahanan psikologis yang kuat untuk menyikapi suatu masalah dan mampu memunculkan rasa tenang serta merasakan adanya dukungan dalam masa sulit. Richardson (2002: 311) menyatakan bahwa

resiliensi merupakan suatu proses dinamis dan multidimensi gabungan dengan faktor biologis, psikologis dan spiritual yang mampu mempengaruhi kemampuan individu dalam mengatasi suatu tekanan dan stres.

Keputusan Rektor tersebut juga bertujuan agar mahasiswa dapat meningkatkan kemampuannya terkait penguasaan bahasa Arab dan wawasan keislaman melalui program Ma'had. Namun, keputusan ini juga berdampak pada kemampuan mahasiswa dalam masa penyesuaiannya di lingkungan baru. Kondisi budaya dan lingkungan di perguruan tinggi tentunya sangatlah berbeda dengan tingkatan sebelumnya. Perubahan besar ini umumnya terjadi di tahun pertama. Menurut Gunarsa (2008: 70) perubahan yang dialami individu saat memasuki perguruan tinggi yaitu sifat pendidikan, hubungan sosial yang berbeda-beda, penjurusan dan masalah ekonomi. Mahasiswa baru cenderung akan lebih mendapatkan tekanan karena mereka harus menghadapi berbagai perubahan dan mereka dituntut untuk mampu mengatasinya. Santrock (2006: 26) menyebutkan bahwa memasuki dunia kuliah merupakan perubahan besar bagi seseorang.

Perubahan tatanan kehidupan dalam masa transisi dari lingkungan belajar sekolah menengah atas menuju ke perguruan tinggi memunculkan stress bagi mahasiswa tahun pertama akibat adanya proses penyesuaian diri (Sasmita & Rustika, 2015: 281). Wahyudi dkk (2015: 107) menyebutkan bahwa kendala yang dialami mahasiswa tahun pertama meliputi adanya lingkungan latar budaya yang berbeda dan tempat tinggal baru bagi mahasiswa rantau. Berbeda dengan lingkungan sosial saat berada di bangku

SMA yang berasal dari daerah yang sama, ketika di perguruan tinggi mahasiswa akan berinteraksi dengan berbagai orang dengan latar belakang yang berbeda. Hal ini menuntut mereka untuk dapat beradaptasi dengan perbedaan yang ada. Perbedaan ini dapat berupa gaya hidup, nilai-nilai budaya yang dianut, dan lain sebagainya. Permasalahan tempat tinggal juga tentunya berpengaruh terhadap kemampuan penyesuaian diri mahasiswa baru. Tempat tinggal yang nyaman merupakan bagian dari kebutuhan dasar mahasiswa agar mampu melaksanakan fungsinya dengan baik.

Penelitian ini memfokuskan pada mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang diwajibkan untuk tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo karena peneliti melihat bahwa mahasiswa baru ini menghadapi tantangan lebih besar. Keputusan Rektor nomor 2264/Un.10.0/R.1/KM.02.05/07/2022 juga membuat mahasiswa mau tidak mau harus tinggal selama satu tahun pertama di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo dan mengikuti seluruh kegiatannya. Mahasiswa baru ini ditempatkan di Ma'had Al-Jami'ah karena hasil nilai bahasa Arab dan wawasan keislaman yang kurang membuat mereka mempertanyakan kemampuan dirinya. Keputusan Rektor tersebut tentunya telah melalui proses pengkajian yang matang sehingga keputusan tersebut sudah tidak bisa ditawar oleh mahasiswa baru. Tugas akan penyesuaian diri terhadap kegiatan Ma'had dan perkuliahan memberikan tekanan tersendiri bagi mahasiswa baru dimana mereka memiliki kegiatan yang lebih padat daripada mahasiswa yang tinggal di kos ataupun rumah. Tantangan akan manajemen waktu juga perlu dihadapi oleh mahasiswa baru ini.

Augesti, Lisiswanti, Saputra, dan Nisa (2015: 54) melakukan penelitian terhadap perbedaan tingkat stress antara mahasiswa tingkat awal dan mahasiswa tingkat akhir. Penelitian yang dilakukan terhadap 142 mahasiswa tingkat awal tersebut menunjukkan sebesar 27,5% mahasiswa mengalami stress ringan, 52,9% mengalami stress sedang dan 13,4% mengalami stress berat. Stres pada mahasiswa baru ini muncul akibat adanya ketidakseimbangan antara harapan yang diinginkan dan kenyataan yang terjadi. Penelitian Nur (2015: 2) terhadap mahasiswa Universitas Padjadjaran menunjukkan sebesar 60% mahasiswa merasa belum mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap tuntutan akademik. Adapun hal yang menyebabkan kurang berhasilnya penyesuaian diri ini yaitu karena mahasiswa baru cenderung masih kesulitan dalam menyelesaikan tugas perkuliahan, sulit menjalin hubungan pertemanan, asing dengan sistem pembelajaran baru, dan belum dapat lepas dari ketergantungan dengan orang tua. Menurut Handono dan Bashori (2013: 81) tuntutan akan penyesuaian terhadap lingkungan dapat menimbulkan permasalahan berupa stres pada mahasiswa.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada 6 November 2022 terhadap 15 mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang diwajibkan tinggal di Ma'had Al Jami'ah UIN Walisongo, 73,3% mengaku tidak betah tinggal di Ma'had, 73,3% belum mampu memandang masalah ini sebagai hal positif, 20% merasa gagal beradaptasi dan 60% lainnya merasa ragu telah beradaptasi, 86,7% mengalami kesulitan dalam menyesuaikan kegiatan di Ma'had, 80% mengakui kegiatan Ma'had menambah beban

mereka, 60% kesulitan membagi waktu untuk kegiatan Ma'had dan perkuliahan, 66,7% mengaku pernah mendapatkan respon yang tidak menyenangkan dari sekitar akibat alasan mereka diwajibkan tinggal di Ma'had, 73,3% merasa alasan penetapan keputusan tidaklah adil, 80% merasa tertekan selama tinggal di Ma'had. Jika tidak diwajibkan tinggal di Ma'had, 60% diantaranya memilih tinggal di kos atau kontrakan dan 40% lainnya memilih untuk tinggal di pesantren lain. Untuk biaya yang dibebankan seluruh responden mengaku keberatan dengan jumlah nominal biaya tersebut. Reivich dan Shatte (2002: 12) menyebutkan karakteristik orang yang resilien adalah mampu memahami pikirannya, bersikap realistis, bersifat optimistik dalam menghadapi masalah, dapat menemukan solusi untuk permasalahan, dan mampu mengatasi stres. Berdasarkan hasil studi pendahuluan dari ke 15 responden terlihat terdapat permasalahan pada kemampuan resiliensinya.

Reisnick dkk. (2011: 192) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang berpengaruh dalam peningkatan resiliensi pada diri seseorang yaitu spiritualitas. Spiritualitas dalam diri seseorang berkaitan erat dengan dimensi agama yang terfokus pada suatu hubungan manusia dengan Tuhan dan dimensi eksistensial yang berfokus pada arti dari kehidupan (Agustiawan: 90). Menurut Hartono (2021: 9) spiritualitas pada individu dapat menguatkan kemampuannya untuk menjadi lebih tangguh ketika berhadapan dengan kondisi yang penuh tekanan dan sulit. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Graham, dkk (2001: 3) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat

spiritualitas yang baik akan dapat mengatasi masalah hidupnya dengan lebih baik pula. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fangauf (2014: 147) juga menyebutkan hasil bahwa spiritualitas berkorelasi secara positif dengan resiliensi yang menunjukkan bahwa orang dengan spiritualitas yang baik mungkin akan lebih tangguh dalam menghadapi masalah.

Faktor lain yang peneliti perhitungkan dalam mempengaruhi resiliensi adalah efikasi diri. Menurut Djourova dkk. (2019: 4) efikasi diri dengan resiliensi merupakan sumber daya psikologis yang berbeda namun saling terkait dalam karakteristik pribadi yang tangguh. Menurut Bandura (1997) efikasi diri dapat mempengaruhi resiliensi seseorang sehingga ia menjadi pribadi yang tangguh dan kuat. Sejalan dengan hal tersebut, Rutter (1993) menyatakan bahwa resiliensi akan muncul jika individu yang mengalaminya memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya saat berhadapan dengan berbagai perubahan dalam kehidupannya. Santrock (2008: 244) menjelaskan bahwa efikasi diri yaitu bentuk keyakinan diri seseorang bahwa ia mampu mengendalikan suatu situasi dan mampu memperoleh hasil yang menguntungkan. Menurut Reivich dan Shatte (2002: 20) menyebutkan bahwa efikasi diri dapat memberikan peningkatan dan pengaruh terhadap kemampuan individu dalam resiliensi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Oktaningrum dan Santhoso (2018: 131) menunjukkan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh terhadap peningkatan resiliensi akademik sebesar 48,7%.

Berdasarkan pemaparan masalah yang telah disebutkan di atas, maka peneliti perlu untuk menguji secara empiris mengenai “Pengaruh Spiritualitas Dan Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Mahasiswa Baru Jalur Ujian Mandiri yang Wajib Tinggal di Ma’had Al-Jami’ah UIN Walisongo”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka peneliti mengajukan rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma’had Al-Jami’ah UIN Walisongo?
2. Adakah pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma’had Al-Jami’ah UIN Walisongo?
3. Adakah pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma’had Al-Jami’ah UIN Walisongo?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma’had Al-Jami’ah UIN Walisongo.
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma’had Al-Jami’ah UIN Walisongo.

3. Untuk menguji secara empiris pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teori terhadap perkembangan pengetahuan keilmuan bidang psikologi mengenai spiritualitas, efikasi diri dan resiliensi mahasiswa baru yang tinggal di Ma'had. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat kepada mahasiswa baru, pengurus dan pengelola Ma'had untuk memahami mengenai spiritualitas, efikasi diri dan resiliensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

- 1) Dapat dijadikan sebagai sumber referensi ilmiah dalam mengkaji mengenai spiritualitas, efikasi diri dan resiliensi yang berkaitan dengan bidang keilmuan psikologi.
- 2) Dapat dijadikan rujukan dalam meningkatkan ketahanan dalam menghadapi tantangan di dunia perkuliahan dan mengoptimalkan kemampuan diri.

b. Bagi Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan landasan dalam memahami tekanan yang dihadapi mahasiswa dan digunakan sebagai rujukan untuk mengoptimalkan perkembangan dan kemampuan diri mahasiswa penghuni Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya sebagai bentuk pemahaman terhadap teori yang diaplikasikan dalam kondisi nyata secara valid mengenai pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelusuran yang telah dilakukan peneliti, penelitian mengenai pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo belum pernah ditemukan dan dirasa belum pernah diteliti. Untuk memastikan keaslian dan untuk menghindari penelitian yang berulang maka peneliti memaparkan penelitian terdahulu yang relevan, yaitu:

Pertama, penelitian yang telah dilakukan oleh Reza Sany Hartono (2021) jurusan Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, dengan judul "Hubungan antara Spiritualitas dengan Resiliensi pada Warga Binaan Pemasarakatan di Rutan Kelas IIB Boyolali". Sampel penelitian ini sejumlah 100 orang warga binaan pemasarakatan di Rutan Kelas Iib Boyolali yang

ditentukan dengan teknik *quota Sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ditemukan adanya hubungan signifikan yang bersifat positif antara spiritualitas dengan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di Rutan Kelas IIB Boyolali.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Andra Arivianda Putra (2021) jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta, dengan judul “Spiritualitas dan Hardiness sebagai Prediktor Resiliensi pada Mahasiswa dengan Peran Ganda: Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Memiliki Pekerjaan Sambilan”. Sampel penelitian ini sejumlah 244 mahasiswa tingkat akhir dengan pekerjaan sambilan yang ditentukan dengan teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan resiliensi. Dari hasil analisis regresi linier berganda juga ditemukan adanya efek yang signifikan antara spiritualitas dengan resiliensi.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Diky Permana (2018) Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, dengan judul “Peran Spiritualitas dalam Meningkatkan Resiliensi pada Residen Narkoba”. Subjek dalam penelitian ini melibatkan 5 orang residen narkoba di Pondok Pesantren Inabah XX. Pokok argumentasi dari penelitian ini yaitu berusaha mengetahui seberapa besar peran dari spiritualitas dalam mempengaruhi tingkat resiliensi residen narkoba saat melaksanakan kegiatan rehabilitasi yang berbasis spiritual. Hasil penelitian ini menemukan bahwa residen narkoba dapat

meningkatkan resiliensi saat mengikuti kegiatan rehabilitasi berbasis spiritual.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Yeni Eka Cahyani dan Sari Zakiah Akmal (2017) Fakultas Psikologi Universitas YARSI, dengan judul “Peranan Spiritualitas terhadap Resiliensi pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi”. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 150 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang diperoleh dengan teknik *incidental sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peranan yang signifikan dari spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Aditya Argasoka Priyangga (2022) Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri terhadap Resiliensi Anggota Polri Gugus Tugas Covid-19 Kabupaten Situbondo”. Penelitian ini melibatkan sampel sejumlah 50 orang anggota polri gugus tugas Covid-19 yang ditentukan dengan menggunakan metode *proportional stratified random sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dan positif antara efikasi diri terhadap resiliensi anggota polri gugus tugas Covid-19 Kabupaten Situbondo.

Keenam, penelitian yang dilakukan oleh Wieke Fardiana Yudha Agustin (2021) Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri terhadap Resiliensi Istri Prajurit TNI-AD yang Tinggal di Asrama”. Penelitian ini melibatkan sejumlah 136 orang

istri dari anggota TNI-AD yang tinggal di asrama militer. Sampel ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Hasil dari uji regresi linier sederhana yang dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap resiliensi pada istri dari prajurit TNI-AD yang tinggal di asrama militer.

Ketujuh, penelitian yang dilakukan oleh Ineng Wahyuni (2018) jurusan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri terhadap Resiliensi Diri pada Guru Sekolah Dasar Swasta di Jakarta Timur”. Penelitian ini menggunakan sampel sebesar 150 orang guru sekolah dasar swasta yang berada di daerah Jakarta Timur. Sampel penelitian ini diperoleh dengan teknik *non-probability sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari efikasi diri terhadap resiliensi, dengan artian semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi juga tingkat resiliensi pada guru sekolah dasar swasta di Jakarta Timur.

Dari beberapa penelitian terdahulu yang telah dipaparkan di atas dapat dilihat adanya persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini, yaitu penelitian mengenai variabel spiritualitas dengan resiliensi sebelumnya sudah pernah dilakukan oleh Reza Sany Hartono (2021), Andra Arivianda Putra (2021), Diky Permana (2018), dan Yeni Eka Cahyani dan Sari Zakiah Akmal (2017). Lalu, penelitian mengenai variabel efikasi diri dengan resiliensi sebelumnya telah dilakukan oleh Aditya Argasoka Priyangga (2022), Wieke Fardiana Yudha Agustin (2021), dan Ineng Wahyuni (2018). Sedangkan

penelitian mengenai variabel spiritualitas, efikasi diri dan resiliensi secara bersama belum ditemukan.

Secara umum subjek penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian dari Andra Arivianda Putra (2021) dan Yeni Eka Cahyani dan Sari Zakiah Akmal (2017) yaitu mahasiswa. Namun yang membedakan subjek penelitian ini dengan dua penelitian terdahulu yaitu penelitian ini berfokus pada subjek sebagai mahasiswa baru sedangkan dua penelitian lainnya memiliki subjek mahasiswa tingkat akhir. Selain itu, tempat penelitian ini yaitu Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo juga belum pernah ditemukan pada penelitian yang serupa sebelumnya. Sehingga menurut peneliti, judul penelitian “Pengaruh Spiritualitas dan Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Mahasiswa Baru Jalur Ujian Mandiri Yang Wajib Tinggal Di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo” belum pernah dilakukan sebelumnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte (2002: 4), resiliensi merupakan bentuk kapasitas individu agar tetap berada dalam kondisi yang baik dan mampu mengeluarkan solusi yang produktif saat berhadapan dengan situasi yang sulit ataupun trauma yang dapat menimbulkan stress dalam kehidupannya. Resiliensi berguna untuk membantu seseorang menghadapi berbagai kondisi dalam kehidupan yang penuh dengan tekanan. Resnick dkk. (2011: 10) menyatakan bahwa resiliensi merupakan suatu proses yang dinamis pada diri seseorang ketika beradaptasi pada situasi yang menimbulkan kemalangan. Resiliensi dapat dipandang sebagai proses yang terus berkembang dan memerlukan waktu untuk berkembang seperti usia manusia.

Menurut McCubbin (2001: 2), resiliensi yaitu suatu konstruk psikologi yang disusun untuk mengetahui, mengartikan dan mengukur kapasitas seseorang dalam usaha tetap bertahan dan mencoba berkembang serta mengetahui kemampuan seseorang untuk kembali pulih pada situasi yang penuh tekanan. Wolin dan Wolin (1994: 3) mengartikan resiliensi sebagai kapasitas seseorang untuk kembali bangkit dari keadaan yang sulit dan menahan kesulitan tersebut, serta memperbaiki diri dari keadaan yang merugikan. Seseorang yang

resilien dapat menguasai pikiran untuk mengurangi dampak yang merugikan, menerima keadaan, tetap menjalani kehidupan dengan lebih baik, dan menghentikan siklus masalah (Wolin dan Wolin, 1994: 3).

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Connor dan Davidson (2003: 77) yang menyebutkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk dapat mengatasi, bertahan dan mampu berkembang di kondisi yang penuh kesukaran atau penuh kerumitan. Santrock (2003: 265) mendefinisikan resiliensi sebagai kekuatan seseorang untuk kembali bangkit ketika menemui situasi yang sulit dan penuh tekanan agar tetap memperoleh hasil yang positif. Kondisi lingkungan yang tidak layak atau mempersulit tumbuh kembang seseorang dapat menimbulkan stres jika seseorang tersebut tidak memiliki ketahanan yang baik. Sedangkan menurut Keye dan Pidgeon (2013: 1) menyebutkan bahwa resiliensi sebagai kemampuan untuk pulih dari situasi yang dapat menimbulkan stres dan peristiwa kehidupan yang menantang dengan pengetahuan yang adaptif untuk mengatasi hal yang serupa di masa depan.

McCubbin (2001: 4) juga menambahkan bahwa sebagai sebuah hasil yang dibentuk, resiliensi juga dipengaruhi oleh faktor positif diantaranya kesejahteraan psikologis, efikasi diri, dan *self esteem*. Richardson (2002: 312) menyebutkan bahwa seseorang yang tidak memiliki resiliensi akan merasa terus terganggu dengan masalah dan dorongan kehidupan. Resiliensi menjadi faktor yang berperan besar

dalam membantu seseorang bertahan dalam menyelesaikan masalah dan mempertahankan sikap optimis saat menghadapi lingkungan yang menimbulkan resiko (Pasudewi dan Undarwati, 2014: 93). Resiliensi telah dikenal mampu membantu seseorang mengatasi kesulitan dalam hidupnya, sehingga seseorang yang resilien dapat menghindarkan dampak buruk dari situasi yang merugikan.

Izzaturrohmah dan Khaerani (2018: 124) menyebutkan bahwa seseorang yang resilien mampu menerima pengalaman baru, memiliki emosionalitas yang baik dan mampu memunculkan kondisi emosi yang positif misalnya melalui humor, relaksasi, berpikir optimis dan mengubah persepsi dari sesuatu yang dirasa sulit, menekan, dan tidak menyenangkan menjadi sesuatu yang lebih wajar dan menyenangkan. Kurniawan dan Noviza (2017: 128) menyebutkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk bangkit dari situasi yang buruk dengan adanya kestabilan emosi serta fungsi psikologis maupun fisik. Sehingga konsep resiliensi juga dapat dijadikan indikator kesehatan mental seseorang.

Dari pemaparan teori diatas, peneliti menyimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan dalam diri seseorang sebagai proses yang dinamis untuk menghadapi, bangkit kembali, dan berkembang dari situasi yang sulit serta menghindarkan diri dari dampak yang merugikan saat ini dan di masa depan jika masalah yang sama muncul

dengan solusi yang produktif dan kestabilan emosi, fungsi psikologis dan fisik yang baik.

2. Aspek-Aspek Resiliensi

Menurut Connor dan Davidson (2003: 80) terdapat lima aspek penting dalam resiliensi, yaitu:

1. Kemampuan pribadi, standar yang tinggi dan kegigihan (*reflect the notion of personal competence, high standard and tenacity*) yaitu adanya perasaan dalam diri individu bahwa ia mampu mencapai tujuan yang dikehendaki walaupun sedang dalam kegagalan. Saat dalam kegagalan, individu cenderung mengalami keraguan untuk kembali mencapai tujuan yang diharapkan sehingga individu tersebut perlu memiliki kegigihan dan menetapkan standar yang baik bagi dirinya.
2. Kepercayaan diri, toleransi terhadap efek negatif, kekuatan menghadapi stress (*corresponds to trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress*) yaitu individu tidak tergesa-gesa dalam melakukan maupun menentukan sesuatu. Individu akan berhati-hati dan teliti dalam menyikapi permasalahan. Individu akan tetap mempertahankan fokus pada tujuan meski dalam kondisi yang sulit.
3. Penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan yang baik (*relates to the positive acceptance of change and secure*

relationships) yaitu individu mampu menerima perubahan dari permasalahan yang ada dan menyikapinya secara positif. Saat mengalami permasalahan atau menghadapi situasi yang sulit ia tetap mampu menjalin hubungan yang baik dengan sekitarnya.

4. Pengendalian diri (*was related to control and factor*) yaitu individu mampu mengontrol dirinya dan mencapai tujuannya, juga mampu menerima dukungan dari sekitar yang ditujukan kepada dirinya.
5. Pengaruh spiritual (*spiritual influences*) yaitu individu percaya bahwa ia dapat mengatasi suatu permasalahan dan berjuang dalam kondisi yang sulit karena ia yakin pada Tuhan Yang Maha Esa dan takdir yang ia miliki.

Menurut Wolin dan Wolin (1994: 67) resiliensi terdiri dari beberapa aspek yaitu:

1. *Insight*, berkaitan dengan keadaan dimana individu mampu memahami masalah yang dihadapi dan mencoba belajar dari pengalaman yang terdahulu agar kedepannya lebih baik.
2. *Independence*, kemampuan individu untuk mampu mandiri baik secara fisik maupun emosional dari masalah yang dihadapi.

3. *Relationship*, kemampuan menjalin suatu hubungan yang baik dan berkualitas sehingga dapat saling memberikan dukungan.
4. *Initiative*, kemampuan dan kemauan untuk bertanggung jawab terhadap diri dalam menjalani kehidupan.
5. *Creativity*, kelebihan unik individu untuk menemukan penyelesaian dari masalah yang dihadapi.
6. *Humor*, kemampuan menemukan peluang untuk berbahagia.
7. *Morality*, kemampuan untuk berperilaku sesuai hati nurani dasar manusia.

Berdasarkan pemaparan terkait aspek resiliensi diatas, maka peneliti memilih aspek-aspek resiliensi dari Wolin dan Wolin untuk digunakan dalam penelitian ini.

3. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Reisnick dkk. (2011: 68) mengungkapkan bahwa terdapat empat faktor utama yang dapat mempengaruhi kemampuan resiliensi pada diri individu, diantaranya:

a. *Self Esteem*

Self esteem merupakan faktor yang berperan dalam perkembangan resiliensi seseorang, faktor ini berkaitan dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya. Dariuszky (2004: 6) menyebutkan bahwa *self esteem*

merupakan penilaian individu kepada dirinya akan kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan kehidupan dan mencapai kebahagiaan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2014: 7) menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi.

b. Dukungan Sosial

Individu sebagai makhluk sosial tentunya tidak dapat dilepaskan dari pengaruh sekitarnya. Dukungan sosial menjadi faktor yang mempengaruhi individu untuk tumbuh menjadi individu yang resilien. Hendrickson, dkk (2018: 4) menyebutkan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam meningkatkan dan mencapai resiliensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nuriyyatiningrum, dkk (2020: 94) menunjukkan dukungan sosial memberikan pengaruh positif terhadap resiliensi *caregiver* pasien yang menderita penyakit ginjal kronis.

c. Spiritualitas

Bukhori (2016: 9) menyebutkan bahwa spiritualitas merujuk pada arti dasar ataupun nilai yang digunakan sebagai landasan hidup dalam membentuk hubungan dengan diri, manusia lain atau masyarakat, alam semesta, dan Tuhan

Spiritualitas merupakan dorongan internal yang dapat menentukan resiliensi pada seseorang (Missasi dan Izzati, 2019: 436). Berdasarkan penelitian dari Jurjewicz (2016: 26) kepada imigran muslim di peroleh hasil dimana spiritualitas dan resiliensi merupakan dua faktor yang saling mempengaruhi satu sama lain. Penelitian lain yang dilakukan oleh Bukhori (2016: 24) terhadap narapidana tindak korupsi juga menunjukkan hasil bahwa spiritualitas memberikan pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi.

d. Emosi Positif

Kondisi emosi individu mengenai permasalahan atau situasi yang menekan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap resiliensi dari orang tersebut. Emosi positif ini dapat menangkal emosi negatif dan dapat dipertahankan dengan regulasi emosi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sukmaningpraja dan Santhoso (2016: 187) pada siswa sekolah yang tinggal di asrama berbasis semi militer menunjukkan hasil bahwa regulasi emosi berperan terhadap resiliensi sebesar 46,6%.

Menurut Reivich dan Shatte (2002: 33), terdapat tujuh keterampilan penting sebagai faktor resiliensi yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pencapaian.

a. Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk mengatur kondisi emosinya atau usaha untuk tetap tenang saat berada dalam kondisi yang menekan maupun sulit. Reivich dan Shatte menjelaskan bahwa individu yang tidak mampu mengatur emosi dengan baik cenderung kesulitan dalam menjalin dan menjaga hubungan dengan orang lain. Hal ini berkaitan dengan bagaimana cara seseorang untuk menghadapi masalah dari dalam dirinya sendiri agar dapat tetap bertahan di kondisi yang menekan. Selain itu, regulasi emosi juga memungkinkan seseorang untuk tetap sukses dalam menjalin hubungan dengan orang lain sehingga kemungkinan individu tersebut mendapatkan dukungan di masa sulit juga menjadi cukup tinggi. Terdapat dua keterampilan yang dapat dikembangkan untuk melakukan regulasi emosi, yaitu fokus (*focusing*) dan tenang (*calming*). Keterampilan ini dapat membantu individu untuk melihat dan menangani masalah dengan lebih baik sehingga dapat meredakan emosi negatif yang mungkin muncul dan mengurangi stres.

b. Kontrol Impuls

Reivich dan Shatte mendefinisikan kontrol impuls sebagai kemampuan seseorang untuk mampu mengendalikan

dorongan, keinginan, kesukaan dan tekanan yang muncul pada dirinya. Seseorang yang memiliki kontrol impuls yang rendah cenderung akan mudah dikuasai oleh impuls dari dirinya. Hal ini membuat seseorang tersebut menjadi berperilaku agresif, mudah marah dan impulsif. Kontrol impuls yang rendah juga membuat seseorang menjadi gagal mengembangkan keterampilan tenang dan fokusnya. Sehingga memungkinkan gagalnya hubungan sosial yang dibentuk dan gagal mengevaluasi masalah yang dihadapi. Untuk melatih kontrol impuls seseorang dapat dilakukan dengan menguji keyakinan diri dan mengevaluasi manfaat dari pemecahan masalah.

c. Optimisme

Optimisme merupakan kondisi dimana seseorang mampu melihat masa depan dengan cemerlang. Seseorang yang resilien akan menjadi individu yang optimis. Optimisme ini dapat membangun perilaku seseorang dalam menjalani kehidupannya. Molinero dkk. (2018: 149) menjelaskan bahwa optimisme sebagai sifat pada individu yang mengacu pada keyakinan bahwa hal baik akan terjadi di masa depan. Adanya optimisme pada diri seseorang akan membuat orang tersebut terdorong untuk dapat menemukan solusi pada permasalahan yang dihadapi dan bertindak untuk mencapai

kondisi yang lebih baik. Optimisme yang menjadi aspek resiliensi seseorang adalah optimisme yang realistis dimana kepercayaan akan masa depan yang cemerlang tersebut juga diiringi dengan usaha untuk mewujudkannya.

d. Analisis Kausal

Analisis kausal merupakan kemampuan individu untuk mengetahui penyebab dari permasalahan yang terjadi di kehidupannya secara tepat. Individu yang gagal mengidentifikasi masalah yang ia hadapi secara akurat cenderung akan melakukan kesalahan sebelumnya. Gaya berpikir *explanatory* memberikan peranan penting dalam konsep resiliensi. Individu yang resilien akan lebih berfokus pada hal-hal dalam kendali mereka sehingga mereka mampu berfokus dan memegang kendali atas pemecahan masalah yang harus dihadapi. Selain itu dengan kemampuan analisis kausal individu mampu mengarahkan hidup, kembali bangkit dan berusaha meraih kesuksesan.

e. Empati

Reivich dan Shatte menyatakan bahwa empati erat kaitannya dengan kemampuan seseorang dalam memahami kondisi emosional dan psikologis orang lain yang tampak dalam tanda-tanda baik berupa verbal maupun non-verbal. Kemampuan ini berkaitan dengan potensi seseorang dalam

membangun hubungan sosial. Individu yang memiliki kemampuan empati yang baik dapat memudahkannya dalam menjalin hubungan sosial. Begitupun sebaliknya saat individu tidak mampu berempati dengan orang lain maka ia akan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial. Reivich dan Shatte menambahkan bahwa individu yang tidak mampu berempati atau empatinya rendah cenderung melakukan hal yang menjadi ciri orang yang tidak resilien yaitu menyamaratakan emosi dan keinginan orang lain. Fatmawati dkk. (2018: 167) menyebutkan bahwa individu yang mampu berempati digambarkan sebagai individu yang humanis, memiliki rasa toleransi yang tinggi dan mampu mengontrol diri dengan baik.

f. Efikasi Diri

Menurut Reivich dan Shatte, efikasi diri merupakan representasi dari sebuah keyakinan bahwa diri individu tersebut mampu memecahkan masalah yang dialami dan meraih kesuksesan. Yusuf (2011: 2623) menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan individu untuk menyelesaikan tugas-tugasnya secara efektif. Efikasi diri juga berarti bahwa seseorang percaya dan yakin bahwa ia mampu mengatasi masalah yang ia hadapi. Individu yang memiliki efikasi diri yang baik akan memiliki komitmen dan tidak

mudah menyerah dalam menghadapi masalah atau situasi yang menekan.

g. Pencapaian

Hall dan Pearson (2007: 12) menyatakan bahwa pencapaian merupakan kemampuan seseorang untuk mengambil peluang baru dalam hidupnya. Resiliensi tidak hanya sekedar kemampuan untuk mengatasi kemalangan namun juga kemampuan individu untuk meraih aspek positif dari masalahnya. Tidak banyak individu yang mampu mencapai pencapaian saat dalam masa sulit karena mereka diajarkan untuk menghindari resiko sejak dini. Individu yang tidak memiliki keberanian dalam mengusahakan pencapaian akan terhambat dalam mengoptimalkan kemampuan diri mereka.

Menurut McCubbin (2001: 9) terdapat faktor yang dapat mendukung pembentukan resiliensi yang disebut dengan faktor protektif. Faktor protektif ini dikategorikan dalam dua bentuk, yaitu:

a. *Internal protective factor*

Internal protective factor adalah faktor protektif yang mampu membantu individu mencapai resiliensi, faktor ini berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Faktor ini terbentuk dari efikasi diri, harga diri (*self esteem*), regulasi emosi, optimisme, dan kemampuan mengatasi masalah.

b. *External protective factor*

External protective factor adalah faktor yang mendorong individu untuk mencapai resiliensi, faktor ini berasal dari luar diri individu. Faktor ini dapat berasal dari dukungan keluarga dan lingkungan sekitar individu.

4. Karakteristik Individu Resilien

Reivich dan Shatte (2002: 16) memaparkan beberapa karakteristik yang umumnya dimiliki oleh orang yang resilien, diantaranya:

a. *Overcoming*

Karakteristik individu yang resilien membuat ia dapat menganalisa dan mengatur cara pandangnya terhadap masalah menjadi lebih positif serta individu tersebut mampu mengontrol kehidupannya dengan baik. Adanya karakter ini membuat mereka tetap produktif, termotivasi dan bahagia meski dalam situasi yang menekan.

b. *Steering Through*

Ketika berhadapan dengan masalah ataupun situasi yang menekan dan sulit, individu yang resilien tetap yakin dalam menghadapi hal tersebut tanpa merasa terbebani. Individu tersebut dapat mengendalikan dirinya saat menghadapi kesulitan.

c. *Bouncing Back*

Individu yang resilien juga aktif melakukan sesuatu atau mencari solusi untuk mengatasi masalahnya. Hal ini dapat terjadi karena individu yang resilien cenderung merasa mampu mengontrol setiap hal di hidupnya.

d. *Reaching Out*

Resiliensi dalam diri membantu individu lebih memahami diri dan kehidupannya, sehingga individu mampu memperkirakan risiko yang mungkin dihadapi dan membantu individu untuk menemukan suatu makna serta mengerti tujuan dalam hidup mereka.

5. Resiliensi dalam Pandangan Islam

Menurut Wahidah (2018: 107) resiliensi diartikan sebagai kemampuan insani yang dimiliki oleh individu, kelompok atau masyarakat yang berusaha menghilangkan dampak merugikan dari suatu kondisi yang tidak menyenangkan atau sebagai suatu usaha untuk mengubah kondisi yang sulit menjadi suatu yang wajar untuk dihadapi. Resiliensi sebagai kemampuan untuk mengubah kondisi yang sulit menjadi wajar untuk dihadapi ini sesuai dengan Firman Allah SWT dalam QS. Ar-Ra'd ayat 11:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia. (Kementerian Agama RI)

Menurut Tafsir Wajiz Kementerian Agama, ayat tersebut menerangkan bahwa setiap manusia selalu diawasi dan dijaga oleh malaikat-malaikat. Ayat tersebut juga menerangkan bahwa Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, jika mereka tidak mengubahnya sendiri dengan mengubah keadaan diri mereka termasuk pemikiran dan sikap mental mereka. Jika suatu keburukan terjadi maka hanya Allah lah tempat berlindung.

Resiliensi juga berkaitan dengan optimistik, dimana seseorang memiliki keyakinan akan masa depan yang cemerlang dan keyakinan ini diiringi juga dengan usaha untuk mewujudkannya. Sifat ini sejalan dengan QS. Al-Insyirah ayat 1-8:

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۗ^١ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ۚ^٢ الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۗ^٣ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۚ^٤ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۗ^٥ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۗ^٦ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۗ^٧ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ۗ^٨

Bukankah Kami telah melapangkan dadamu (Nabi Muhammad)? Dan kami telah meringankan beban (tugas-tugas kenabian) darimu. Yang memberatkan punggungmu. Dan meninggikan (derajat)-mu (dengan selalu) menyebut-nyebut (nama)-mu?. Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebajikan) teruslah bekerja keras (untuk kebajikan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu berharaplah!. (Kementerian Agama RI)

Menurut terjemah tafsir Al-Maraghi, ayat diatas menerangkan bahwa Allah tidak akan mengabaikan hamba-Nya dan memberikan

pertolongan, salah satunya dengan meringankan beban dari hamba-Nya lalu, Allah juga mengangkat derajat dan meninggikan martabat Rasulullah. Setelah menjelaskan sebagian nikmat-nikmat-Nya setelah mengalami kesulitan maka Allah menjelaskan bahwa hal tersebut adalah *sunnatullah* dimana setelah kesulitan ada kemudahan. Kalimat tersebut diulang sebanyak dua kali agar hati hamba-Nya mantap dan yakin.

B. Spiritualitas

1. Pengertian Spiritualitas

Meezenbroek dkk., (2012: 338) memberikan arti bahwa spiritualitas merupakan perjuangan individu dalam mencari makna dari suatu kehidupan sehingga muncul rasa keterhubungan dengan esensi kehidupan termasuk didalamnya keterhubungan dengan diri sendiri, orang lain atau alam dan keterhubungan dengan suatu entitas yang disebut Tuhan dan didalamnya mengandung nilai-nilai agama. Saifuddin (2019: 247) juga menyebutkan bahwa spiritualitas berisi nilai hidup untuk meningkatkan kesinambungan diri sendiri, orang lain, alam juga dengan Tuhan untuk mencapai kebermaknaan kehidupan yang mengarah pada penyelesaian persoalan hidup. Spiritualitas dapat membantu seseorang untuk mampu menjalin hubungan sosial dengan sekitarnya juga memaknai berbagai hal yang terjadi dalam kehidupannya.

Menurut Elkins dkk. (1988: 10), spiritualitas adalah cara yang ditempuh seseorang untuk mencapai suatu kesadaran transenden dengan memperhatikan nilai-nilai dan aturan mengenai hubungan dengan diri, orang lain, kehidupan, alam dan Tuhan. Spiritualitas menjadi jalan yang diupayakan individu agar dapat merasakan suatu keterhubungan dengan berbagai hal di kehidupannya termasuk keterhubungan dengan Tuhan. Smith dkk (2012: 2) menjelaskan bahwa spiritualitas dapat dipahami sebagai perasaan, pikiran, dan perilaku seseorang dalam usaha pencarian keterhubungan dengan zat yang suci. Sedangkan menurut Rosito (2010: 37) spiritualitas mencakup upaya pencarian, lalu menemukan dan memelihara suatu hal yang dirasa bermakna dalam kehidupan. Spiritualitas yang matang dapat membantu seseorang agar dapat menempatkan dirinya sesuai dengan situasi dan melakukan hal-hal yang sesuai dengan harapan, juga mampu menemukan hal baru (Aman, 2013: 25)

Piedmont (2001: 7) juga memberikan arti spiritualitas sebagai rangkaian dari suatu karakteristik motivasional (*motivational trait*), adanya kekuatan afektif atau emosional yang tidak spesifik yang mampu memberikan dorongan, mampu mengarahkan, dan memilih suatu perilaku. Menurut Putra (2021: 129) disebutkan bahwa individu yang menganggap spiritualitas itu sebagai hal yang penting bagi hidupnya, maka ia akan memiliki kemampuan yang lebih besar untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Hasan (2006: 294) menjelaskan

bahwa spiritualitas adalah kesadaran terhadap diri dan kesadaran mengenai asal, tujuan, dan nasib. Spiritualitas menjadi hal yang penting bagi manusia karena menurut perspektif Piedmont manusia sangat menyadari kefanaan dirinya sendiri (Piedmont, 1999: 988).

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai spiritualitas yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa spiritualitas adalah upaya individu berupa rangkaian karakteristik motivasional untuk memaknai kehidupan dan mencapai kesadaran agar terhubung dengan diri, sesama, alam, esensi kehidupan, dan Tuhan serta menjadi sebuah kekuatan emosional untuk mendorong dan mengarahkan individu dalam menentukan perilakunya melalui nilai-nilai agama.

2. Aspek-Aspek Spiritualitas

Menurut Piedmont (2001: 7) terdapat tiga aspek-aspek spiritualitas, diantaranya:

a. Pengalaman ibadah

Munculnya perasaan bahagia dan gembira setelah melaksanakan ibadah atau saat menyadari diri telah menjalin keterhubungan dengan realitas transenden. Piedmont (1999: 989) menjelaskan bahwa pengalaman ibadah merupakan penggambaran dari suatu perasaan bahagia atas hasil pertemuan diri dengan realitas transenden.

b. Universalitas

Adanya keyakinan tentang kesatuan dirinya dengan kehidupan alam semesta (*nature of life*). Piedmont (1999: 989) menjelaskan bahwa universalitas merupakan penggambaran dari keyakinan atas kesatuan kehidupan dengan alam.

c. Keterkaitan

Adanya keyakinan bahwa sebagai individu merupakan bagian dari realitas manusia yang lebih luas yang melewati batas generasi dan kelompok tertentu. Piedmont (1999: 989) menjelaskan bahwa keterkaitan merupakan penggambaran dari keyakinan mengenai kontribusi manusia dalam kehidupan ini yaitu untuk mencapai keharmonisan.

Elkins, dkk (1988: 10) juga memaparkan sembilan aspek utama dari spiritualitas, diantaranya:

- a. Dimensi transendental, yaitu keyakinan dalam diri individu yang lebih dalam dari apa yang bisa ia lihat dan rasakan. Hal ini dapat dikaitkan atau pun tidak dengan kepercayaan terhadap Tuhan, serta adanya keyakinan bahwa keinginan diri ditentukan oleh hubungan yang harmonis dengan dimensi ini.
- b. Makna dan tujuan hidup, yaitu tujuan hidup seseorang yang muncul dari proses pembelajaran akan pencarian makna dalam hidup secara berkelanjutan.

- c. Misi dalam hidup, yaitu adanya rasa bertanggung jawab atas kewajiban dalam diri yang merupakan bagian dari eksistensi dirinya.
- d. Kesucian dalam hidup, yaitu keyakinan akan seluruh kehidupan dan segala hal yang ada pada dirinya adalah hal yang suci.
- e. Nilai-nilai kebendaan, yaitu kesadaran akan kebahagiaan dan kepuasan hidup bukan berasal dari nilai kebendaan namun berasal dari nilai spiritual.
- f. Altruisme, yaitu keyakinan akan keadilan bagi seluruh orang dan menyadari bahwa setiap orang memerlukan interaksi dengan orang lain.
- g. Idealisme, yaitu sikap menghormati akan potensi positif yang dimiliki oleh seseorang dalam semua aspek kehidupan seseorang.
- h. Kesadaran akan berempati yang tinggi, yaitu kesadaran yang tinggi untuk turut mengambil makna dari penderitaan, rasa sakit, serta kematian, juga mengartikan bahwa hidup itu bernilai.
- i. Manfaat spiritualitas, yaitu kesadaran bahwa nilai-nilai spiritualitas dapat diwujudkan dalam hubungan dengan diri, orang lain, dan alam.

Berdasarkan pemaparan terkait aspek spiritualitas diatas, maka peneliti memilih aspek-aspek spiritualitas dari Piedmont untuk digunakan dalam penelitian ini.

3. Spiritualitas dalam Pandangan Islam

Seperti yang telah dijelaskan pada teori-teori di atas, spiritualitas memiliki kaitan yang erat dengan nilai-nilai agama. Sebagaimana spiritualitas itu sendiri diartikan sebagai dorongan dari diri untuk memenuhi kebutuhan dasar transenden dan mendekatkan diri dengan Zat Yang Maha Tinggi (Wahyuningsih, 2009: 118). Dalam pandangan Islam, seorang hamba perlu untuk bertaqwa dan mendekatkan diri ke Allah agar dapat menjalani kehidupan dengan baik dan tidak merugi. Hal ini sesuai dengan QS. Al-Ma'idah ayat 35:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah, carilah wasilah (dalam untuk mendekatkan diri) kepada-Nya, dan berjihadlah (berjuanglah) di jalan-Nya agar kamu beruntung. (Kementerian Agama RI)

Menurut Tafsir Wajiz Kementerian Agama, ayat diatas menerangkan perintah untuk bertakwa dan berbuat baik. Perintah bertaqwa ini dijelaskan sebagai bentuk melaksanakan ibadah dan melaksanakan perintah Allah juga perintah mencari jalan untuk mendekatkan diri dengan berbuat baik dan membantu orang yang membutuhkan. Perintah tersebut dimaksudkan agar manusia lebih beruntung baik di dunia dan di akhirat.

Dimensi spiritualitas tidak hanya berkaitan dengan diri sendiri dan Tuhan saja, namun juga keterhubungan seseorang dengan sesamanya. Individu dengan spiritualitas yang baik mampu menunjukkan empatinya kepada sesama. Keterhubungan individu dengan sesama juga sejalan dengan QS. Al-Hujurat ayat 10:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah kedua saudaramu (yang bertikai) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu dirahmati (Kementerian Agama RI)

Menurut terjemahan tafsir Al-Maraghi, ayat diatas menerangkan bahwa perdamaian itu wajib dijaga bagi dua kelompok juga wajib bagi dua orang. Lalu, Allah memerintahkan orang mukmin agar merendahkan diri di hadapan-Nya agar memperoleh rahmat.

C. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Bandura (2006: 307) menyatakan bahwa efikasi diri adalah keyakinan dalam diri seseorang mengenai kemampuan dirinya untuk menghasilkan suatu pencapaian tertentu. Priyanga (2022: 7) menambahkan bahwa keyakinan pada kemampuan diri tersebut meliputi kemampuan beradaptasi, kepercayaan diri, kecerdasan, kemampuan kognitif, dan kemampuan dalam mengatasi stres. Santrock (2011: 236) mengartikan efikasi diri sebagai keyakinan diri seseorang akan kemampuannya menguasai sebuah situasi dan menghasilkan keuntungan. Efikasi diri mampu memberikan dorongan terhadap diri

dalam bertindak dan mengarahkan bagaimana individu dalam memandang suatu permasalahan.

Baron dan Byrne (2004: 183) menyebutkan bahwa efikasi diri adalah evaluasi seseorang mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas, mencapai sebuah tujuan atau mengatasi hambatan. Menurut Feist dan Feist (2010: 213) individu yang memiliki efikasi diri yang rendah kemudian berada pada lingkungan responsif maka individu tersebut mungkin akan mengalami depresi saat melihat orang lain mampu mengerjakan tugas yang ia rasa sulit. Alwisol (2009: 287) menjelaskan efikasi diri sebagai persepsi individu terhadap dirinya mengenai seberapa baik dirinya dapat melakukan fungsi dalam keadaan tertentu, efikasi diri juga berkaitan dengan kepercayaan bahwa diri mampu melakukan tindakan sesuai harapan.

Kreitner dan Kinicki (2003: 169) menjelaskan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai peluang yang ia miliki untuk berhasil menyelesaikan suatu tugas. Patton (1998: 160) menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan suatu keyakinan terhadap diri dengan harapan dan optimisme agar tidak putus asa dalam memecahkan masalah. Ormrod (2008: 20) memaparkan efikasi diri sebagai suatu cara seseorang dalam menilai dirinya terkait kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan yang ingin ia capai. Menurut Rustika (2016: 20) seseorang yang sering mengalami kegagalan namun tetap berusaha

untuk bangkit dan mencoba kembali meraih keberhasilan maka efikasi diri orang tersebut akan meningkat.

Keberhasilan dalam kehidupan individu juga akan membangun efikasi dalam dirinya. Efikasi diri dapat berpengaruh besar terhadap kehidupan seseorang seperti berpengaruh terhadap tingkat motivasi dan ketekunan dalam menyelesaikan masalah dan kemunduran, ketahanan terhadap kesulitan, dan pemikiran analitis (Bandura dkk, 1996: 1206). Penilaian yang diberikan seseorang kepada dirinya sendiri ini dapat berupa penilaian yang baik atau buruk dan benar atau salah.

Berdasarkan teori-teori yang telah dipaparkan di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa efikasi diri adalah keyakinan dan penilaian seseorang mengenai kemampuan dirinya dalam mengerjakan suatu hal yang bertujuan untuk mengatasi hambatan dan mencapai keberhasilan.

2. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Lauster (2005) menyebutkan bahwa terdapat lima aspek dalam efikasi diri, diantaranya:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri, yaitu sikap positif yang memunculkan rasa pemahaman seseorang tentang dirinya bahwa ia benar-benar mengetahui apa yang harus ia lakukan.
- b. Optimis, yaitu sikap positif dimana seseorang selalu memiliki pandangan yang baik mengenai masa depan dan dalam

menghadapi segala hal yang berkaitan dengan diri, harapan dan kemampuannya.

- c. Objektif, yaitu orang yang memiliki kepercayaan akan dirinya mengenai cara pandang terhadap masalah yang sesuai dengan kebenaran sebagaimana mestinya, bukan hanya kebenaran menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan seseorang untuk menerima segala sesuatu akibat dari apa yang telah ia pilih dan lakukan sebagai sebuah konsekuensi.
- e. Rasional dan realistis, yaitu kemampuan dalam menganalisa suatu keadaan, masalah atau kejadian berdasarkan akal sehat sehingga dapat diterima dan sesuai dengan kenyataan yang ada.

Bandura (1997: 42) memaparkan bahwa terdapat tiga aspek dalam efikasi diri, diantaranya:

a. *Magnitude*

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas tersebut untuk dilakukan. Ketika seseorang dihadapkan pada suatu tugas yang tersusun berdasarkan tingkat kesulitannya maka tingkat efikasi diri akan terbatas pada beban tugas-tugas tersebut. Hal ini dikarenakan individu akan lebih memilih untuk melakukan tugas yang dirasa mampu untuk

diselesaikan dan menghindari tugas diluar batas kemampuannya.

b. *Generality*

Aspek ini berkaitan dengan luas bidang tugas atau tingkah laku. Pengalaman yang terjadi secara berangsur dapat membentuk penguasaan terhadap pengharapan pada bidang tugas atau tingkah laku yang khusus dan lainnya membangun secara umum.

c. *Strength*

Aspek ketiga ini berhubungan dengan tingkat ketahanan atau kemantapan terhadap kepercayaan dirinya. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan tetap berusaha untuk mencapai keberhasilan meskipun kadang ada pengalaman yang memperlemah keyakinannya.

Penelitian ini akan menggunakan aspek efikasi diri dari Lauster untuk digunakan dalam penyusunan skala efikasi diri.

3. Efikasi Diri dalam Pandangan Islam

Menurut Permana dkk., (2016: 55) efikasi diri dijelaskan sebagai keyakinan seseorang untuk mampu mencapai tujuan, melaksanakan tugas, atau mengatasi sebuah permasalahan. Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan seseorang untuk menyelesaikan sebuah permasalahan, semakin besar keyakinannya akan kemampuan menyelesaikan masalah maka efikasi dalam diri orang tersebut juga

akan meningkat. Dalam Islam, keyakinan akan kemampuan menyelesaikan masalah telah dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.” (Kementerian Agama RI)

Menurut terjemahan tafsir Al-Maraghi, ayat diatas menerangkan bahwa kesempurnaan ketaatan kepada Allah yang telah menciptakan manusia dengan bentuk yang paling baik dengan membekalkan fitrah yang sehat dan akhlak yang sempurna. Lalu, Allah membersihkan jiwa dan mensucikannya dari najis dan kotoran, sehingga manusia bisa mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

Avif dkk., (2019) melakukan penelitian mengenai efek QS. Ali Imran ayat 139 terhadap efikasi diri siswa SMA dan didapatkan hasil bahwa QS. Ali Imran ayat 139 berpengaruh positif terhadap efikasi diri siswa. QS. Ali Imran ayat 139 ini juga berkaitan dengan peningkatan keyakinan seseorang akan kemampuan dirinya. QS. Ali Imran ayat 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin. (Kementerian Agama RI)

Menurut Tafsir Tahlili Kementerian Agama, ayat diatas menerangkan bahwa hendaknya kaum muslimin tidak bersifat lemah dan jangan bersedih hati sekalipun mengalami penderitaan yang berat karena kalah atau menang dalam suatu hal sudah menjadi ketentuan Allah. Hal tersebut hendaknya dijadikan pelajaran, karena kemenangan yang sesungguhnya yaitu ketika memiliki mental dan semangat yang tinggi.

D. Peran Spiritualitas dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi

Mahasiswa baru yang memulai kehidupan di perguruan tinggi akan merasakan perubahan dalam kehidupannya karena mereka akan menghadapi tantangan baru, tanggungjawab yang lebih besar dari sebelumnya, dan tuntutan untuk menjadi lebih mandiri dalam memutuskan sesuatu hal (Crede dan Niehorster, 2012: 137). Menurut Hidayat dan Fourianalistyawati (2017: 2) mahasiswa tahun pertama cenderung mengalami stress akibat adaptasi cara belajar dan kesulitan manajemen waktu. Sasmita dan Rustika (2015: 281) juga menyebutkan bahwa stress yang dialami mahasiswa baru berkaitan dengan penyesuaian diri sebab adanya perubahan tatanan kehidupan dari masa SMA ke perguruan tinggi. Mahasiswa baru yang diwajibkan untuk

tinggal di Ma'had Al-Jami'ah tentunya merasakan tantangan selayaknya sebagaimana seorang mahasiswa baru.

Namun, mahasiswa baru ini akan memiliki tantangan yang lebih berat dimana mereka memiliki kegiatan yang lebih banyak dari mahasiswa baru biasa. Mahasiswa baru ini harus mengikuti kegiatan di Ma'had dan perkuliahan. Mereka juga harus mampu memanajemen waktu sebaik mungkin, memilih kegiatan mana yang harus dijadikan prioritas, dan melaksanakan dua tanggung jawab yaitu sebagai mahasiswa dan santri secara bersamaan. Selain itu, keluarnya Keputusan Rektor nomor 2264/Un.10.0/R.1/KM.02.05/07/2022 membuat mahasiswa baru ini tidak memiliki pilihan lain selain menaati keputusan tersebut untuk tinggal di Ma'had tanpa pertimbangan pribadi. Dalam keputusan Rektor tersebut juga disebutkan alasan mereka wajib tinggal di Ma'had yaitu karena nilai ujian Bahasa Arab dan Wawasan Keislamannya yang rendah, hal ini membuat mereka mempertanyakan kemampuan dirinya. Banyaknya tekanan ini beresiko membuat mereka mengalami stres dan mempengaruhi kondisi emosionalnya.

Mahasiswa baru yang wajib tinggal di Ma'had ini sangat membutuhkan kemampuan resiliensi dalam dirinya. Hal ini karena resiliensi mampu membantu individu menghadapi masalah dan dapat membantu individu untuk meningkatkan kualitas hidupnya (Widuri, 2012: 149). Saat mahasiswa baru mengalami berbagai tekanan dan mereka tidak mampu menghadapinya atau bahkan membuat mereka justru terpuruk hal ini mengindikasikan adanya

permasalahan dalam resiliensi diri mereka. Sebaliknya saat mereka mampu melihat tantangan tersebut sebagai kesempatan mereka untuk berkembang, mencapai keberhasilan, membuat mereka meyakini kemampuan dirinya, dan berhasil melakukan penyesuaian diri yang baik serta pengontrolan emosi yang baik maka hal ini bisa dikatakan bahwa mahasiswa baru yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah ini memiliki resiliensi yang baik.

Resiliensi dapat dibentuk, ditingkatkan atau diturunkan dengan beberapa faktor yang mempengaruhinya, salah satunya yaitu spiritualitas. Elkins dkk. (1988: 10) menerangkan bahwa spiritualitas adalah usaha yang ditempuh seseorang agar mencapai suatu kesadaran transenden terhadap nilai-nilai atau aturan tertentu yang berkaitan dengan hubungan dengan diri, orang lain, kehidupan, alam dan Tuhan. Menurut Graham, dkk., (2001: 3) orang dengan spiritualitas yang baik akan lebih baik dalam mengatasi permasalahannya. Fangauf (2014: 147) juga menyebutkan hasil bahwa spiritualitas berkorelasi secara positif dengan resiliensi yang menunjukkan bahwa orang dengan spiritualitas yang baik seseorang akan lebih tangguh dalam menghadapi masalah. Sehingga, mahasiswa baru yang mampu memahami dirinya, mampu memaknai kehidupan, menyadari bahwa dirinya terikat melalui hubungan dengan sesama, mampu menunjukkan rasa empati, memahami dirinya sebagai bagian dari alam, mengalami kebermaknaan saat menjalankan ibadah dan memiliki kesadaran bahwa dirinya memiliki keterhubungan dengan Tuhan akan membantu mahasiswa tersebut saat menghadapi tantangan dari penyesuaian diri di dunia perkuliahan. Melalui hal

tersebut maka akan membuat mahasiswa baru yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah menjadi lebih resilien.

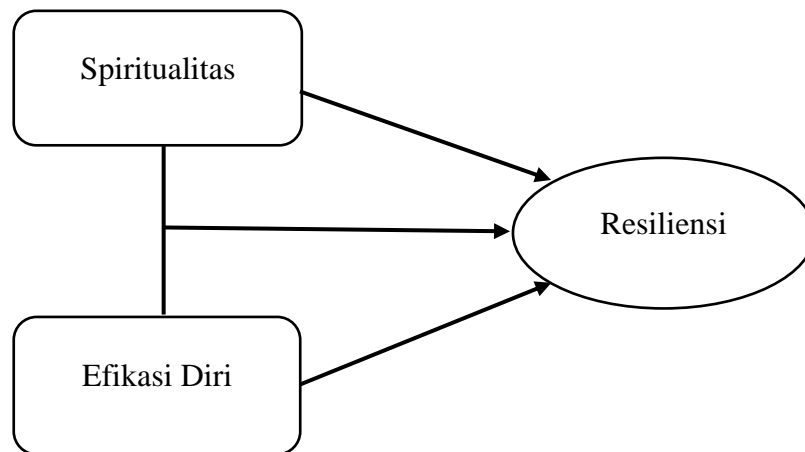
Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartono (2021) dimana terdapat hubungan positif yang signifikan antara spiritualitas dengan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di Rutan Kelas IIB Boyolali. Penelitian lain yang dilakukan oleh Putra (2021) kepada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sambil juga menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki hubungan yang signifikan terhadap resiliensi. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Permana (2018) menghasilkan temuan bahwa residen narkoba mampu meningkatkan resiliensinya melalui kegiatan rehabilitasi berbasis spiritual. Penelitian terkait spiritualitas juga dilakukan oleh Cahyani dan Akmal (2017) yang menunjukkan hasil adanya peranan yang signifikan dari spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas seseorang maka semakin tinggi pula resiliensinya.

Selain spiritualitas, peneliti mempertimbangkan faktor efikasi diri yang juga berpengaruh bagi resiliensi seseorang. Efikasi diri merupakan keyakinan diri seseorang akan kemampuannya menguasai sebuah situasi dan menghasilkan keuntungan (Santrock, 2011: 236). Menurut Feist dan Feist (2010: 213) individu yang memiliki keyakinan bahwa mereka mampu melakukan sesuatu yang berpotensi untuk mengubah kejadian di lingkungannya, akan lebih mungkin untuk melakukan tindakan dalam mencapai kesuksesan dibanding manusia yang memiliki efikasi diri yang

rendah. Sehingga, saat mahasiswa baru yang tinggal di Ma'had memiliki keyakinan pada kemampuannya untuk mampu melewati berbagai tantangan penyesuaian diri dan memiliki keyakinan untuk mencapai keberhasilan di dunia perkuliahan maka mereka akan merasa tekanan yang dihadapi menjadi lebih ringan untuk dihadapi. Hal ini akan membuat mahasiswa baru tetap mampu mengembangkan potensi dirinya dan menghindari kerugian dari situasi yang menekan dan sulit.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Priyanga (2022) dengan hasil penelitian yang menunjukkan terdapat pengaruh positif dan signifikan antara efikasi diri terhadap resiliensi anggota Polri gugus tugas Covid-19 Kabupaten Situbondo. Selanjutnya penelitian lain juga dilakukan oleh Agustin (2021) yang menunjukkan hasil adanya pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap resiliensi. Penelitian lainnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2018) dengan hasil terdapat pengaruh signifikan antara efikasi diri terhadap resiliensi pada guru sekolah dasar swasta di Jakarta Timur. Berdasarkan penelitian mengenai efikasi diri dan resiliensi dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi efikasi diri seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi orang tersebut.

Berdasarkan pemaparan definisi dan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai spiritualitas, efikasi diri, dan resiliensi, maka dapat disimpulkan bahwa spiritualitas dapat mempengaruhi resiliensi dan efikasi diri juga memberikan peran dalam mempengaruhi resiliensi pada diri seseorang.



Gambar 1. Kerangka Berpikir

E. Hipotesis

1. Terdapat pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo.
2. Terdapat pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo.
3. Terdapat pengaruh antara spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif adalah penelitian dengan sifat inferensial atau artinya pengambilan kesimpulan didasarkan pada hasil pengujian hipotesis melalui teknik statistika, dengan menggunakan data empirik dari hasil pengumpulan data melalui pengukuran (Djaali, 2020: 3). Penelitian kuantitatif dapat menghasilkan hasil yang dapat dianggap sebagai suatu teori yang memiliki sifat nomotetik, universal, dan dapat digeneralisir, kemudian dapat digunakan untuk memberikan penjelasan, gambaran dan meramalkan kasus lainnya (Rahman, 2016: 78). Penelitian ini menggunakan pendekatan kausal komparatif. Menurut Sugiyono (2014: 50) pendekatan kausal komparatif yaitu pendekatan untuk melihat hubungan variabel yang bersifat sebab dan akibat, kemudian dicari seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependennya.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Ma'had Al-Jami'ah Kampus 2 UIN Walisongo Semarang pada 21 Mei 2023. Alasan pemilihan tempat penelitian di Ma'had Al-Jami'ah karena berdasarkan pra riset yang telah dilakukan tampak adanya permasalahan pada resiliensi mahasiswa baru yang diwajibkan tinggal di Ma'had Al-Jami'ah. Tempat ini juga dipilih karena memiliki akses yang mudah dijangkau oleh peneliti.

C. Variabel Penelitian

Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel Terikat

Y : Resiliensi

2. Variabel Bebas

X1 : Spiritualitas

X2 : Efikasi Diri

D. Definisi Operasional

1. Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan dalam diri seseorang sebagai proses yang dinamis untuk menghadapi, bangkit kembali, dan berkembang dari situasi yang sulit serta menghindarkan diri dari dampak yang merugikan saat ini dan di masa depan jika masalah yang sama muncul dengan solusi yang produktif dan kestabilan emosi, fungsi psikologis dan fisik yang baik. Variabel resiliensi dalam penelitian ini akan diukur dengan skala resiliensi yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek resiliensi dari Wolin dan Wolin (1994: 67) yaitu *insight, independence, relationship, initiative, creativity, humor, dan morality*. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek dalam skala ini, maka dapat diartikan bahwa subjek memiliki tingkat resiliensi yang semakin tinggi pula. Begitupun sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan oleh subjek dalam skala ini, maka dapat diartikan bahwa tingkat resiliensi subjek juga semakin rendah.

2. Spiritualitas

Spiritualitas adalah upaya individu berupa rangkaian karakteristik motivasional untuk memaknai kehidupan dan mencapai kesadaran agar terhubung dengan diri, sesama, alam, esensi kehidupan, dan Tuhan serta menjadi sebuah kekuatan emosional untuk mendorong dan mengarahkan individu dalam menentukan perilakunya melalui nilai-nilai agama. Variabel spiritualitas dalam penelitian ini akan diukur dengan skala spiritualitas yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek spiritualitas dari Piedmont (2001: 7) yang meliputi pengalaman ibadah, universalitas, dan keterkaitan. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek dalam skala ini, maka semakin tinggi pula tingkat spiritualitas yang dimiliki subjek tersebut. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan oleh subjek dalam skala ini, maka semakin rendah pula tingkat spiritualitas yang dimiliki subjek tersebut.

3. Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan dan penilaian seseorang mengenai kemampuan dirinya dalam mengerjakan suatu hal yang bertujuan untuk mengatasi hambatan dan mencapai keberhasilan. Variabel efikasi diri dalam penelitian ini akan diukur dengan skala efikasi yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek efikasi dari Lauster (2005) yang terdiri dari keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggungjawab, dan rasional dan realistis. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek dalam skala ini, maka semakin tinggi pula tingkat efikasi diri yang

dimiliki subjek tersebut. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan oleh subjek dalam skala ini, maka semakin rendah pula tingkat efikasi diri yang dimiliki subjek tersebut.

E. Populasi, Sampel, dan Teknik *Sampling*

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari jumlah subjek penelitian. Populasi penelitian adalah kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2017: 109). Kelompok subjek yang akan dijadikan populasi dalam penelitian harus memiliki beberapa karakteristik atau ciri yang membedakannya dengan kelompok subjek lain. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang diwajibkan untuk tinggal di Ma'had Al-Jami'ah Walisongo berdasarkan Keputusan Rektor nomor 2264/Un.10.0/R.1/KM.02.05/07/2022 sejumlah 331 orang.

2. Sampel

Sampel diartikan sebagai bagian dari jumlah dan karakteristik populasi (Sugiyono, 2007: 62). Sampel yang baik adalah sampel yang mampu merepresentatifkan populasinya dengan artian ciri atau karakteristik pada sampel mampu mewakili ciri dari populasinya. Penentuan sampel menjadi sangat penting karena analisis dilakukan pada data sampel sedangkan kesimpulannya akan diberlakukan pada populasinya (Azwar, 2017: 112). Beberapa ahli riset menyarankan mengambil sampel sebesar 10% dari total populasi sebagai aturan kasar,

namun beberapa ahli mengatakan sampel yang berjumlah 100 itu sudah cukup (Azwar, 2017: 129). Arikunto (2010: 112) mengatakan apabila subjek kurang dari 100, maka lebih baik diambil semua sebagai sampel, sedangkan apabila jumlah subjeknya besar, maka subjek dapat diambil sebesar 10% - 15% atau 20% - 25% atau lebih. Berdasarkan pendapat diatas, peneliti menetapkan jumlah sampel sebesar 31% dari jumlah populasi yaitu sebanyak 103 mahasiswa.

3. Teknik *Sampling*

Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan *nonprobability sampling* dan teknik untuk menentukan sampel penelitian yang digunakan yaitu *accidental sampling*. Menurut Sugiyono (2016: 85) *nonprobability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dimana setiap anggota populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel, sedangkan *accidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, dimana siapa saja yang ditemui peneliti dan kebetulan cocok sebagai sumber data akan dijadikan sampel penelitian.

F. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan kuesioner melalui penyebaran skala psikologi yang disusun dalam bentuk cetak kepada subjek penelitian. Skala yang digunakan dalam penelitian ini disusun oleh penulis berdasarkan aspek-aspek variabel penelitian yang telah ditentukan. Skala akan disajikan dengan jenis skala empat pilihan jawaban. Skala dengan

empat pilihan jawaban ini di pilih dengan mempertimbangkan kelemahan dari skala *Likert*.

Umumnya skala *Likert* memiliki lima pilihan jawaban, namun untuk menghilangkan kelemahan dari skala tersebut atas adanya jawaban tengah yang membuat subjek cenderung memilih jawaban tengah (*central tendency effect*) maka pilihan jawaban tengah dihilangkan (Hadi, 1991: 19). Skala penelitian ini tersusun dari butir-butir pernyataan yang terpadu sehingga dapat membentuk nilai yang merepresentasikan perilaku, dan sikap dari subjek penelitian. Penyusunan skala penelitian ini berdasarkan aspek-aspek variabel penelitian yang telah ditentukan sebelumnya. Aspek dari variabel ini kemudian dijabarkan menjadi beberapa indikator lalu disusun menjadi butir pernyataan sikap (*attitude statements*). Umumnya skala sikap terdiri dari 25 sampai 30 pernyataan sikap yang tersusun menjadi dua kelompok yaitu pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*) (Azwar, 2017: 137). Adapun kategori pilihan respons dalam skala penelitian ini yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan pemberian skor sebagai berikut:

Tabel 1 Alternatif Pilihan dan Skor Jawaban Responden

<i>Favorable</i>	Skor	<i>Unfavorable</i>	Skor
Sangat Sesuai (SS)	4	Sangat Sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

Pengukuran variabel dalam penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu:

1. Skala Resiliensi

Skala resiliensi ini disusun berdasarkan aspek-aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Wolin dan Wolin (1994) yang terdiri dari *insight*, *independence*, *relationship*, *initiative*, *creativity*, *humor*, dan *morality*. Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat resiliensi dari subjek penelitian. Berikut *blue print* skala resiliensi yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 2 *Blue Print* Skala Resiliensi

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	<i>Insight</i>	1, 2	15, 16	4
2.	<i>Independence</i>	3, 4	17, 18	4
3.	<i>Relationship</i>	5, 6	19, 20	4
4.	<i>Initiative</i>	7, 8	21, 22	4
5.	<i>Creativity</i>	9, 10	23, 24	4
6.	<i>Humor</i>	11, 12	25, 26	4
7.	<i>Morality</i>	13, 14	27, 28	4
Total		14	14	28

2. Skala Spiritualitas

Skala spiritualitas ini disusun berdasarkan aspek-aspek spiritualitas yang dikemukakan oleh Piedmont (2001) yang meliputi pengalaman ibadah, universalitas dan keterkaitan. Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat spiritualitas yang dimiliki subjek. Berikut *blue print* skala spiritualitas yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 3 *Blue Print* Skala Spiritualitas

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Pengalaman ibadah	1, 2, 13, 19, 25	7, 8, 16, 22, 28	10
2.	Universalitas	3, 4, 14, 20, 26	9, 10, 17, 23, 29	10
3.	Keterkaitan	5, 6, 15, 21, 27	11, 12, 18, 24, 30	10
Total		15	15	30

3. Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri ini disusun berdasarkan aspek-aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh Lauster (2005) yang terdiri dari keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggungjawab, dan rasional dan realistis. Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat efikasi diri dari subjek penelitian. Berikut *blue print* skala efikasi diri yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 4 *Blue Print* Skala Efikasi Diri

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Keyakinan akan kemampuan diri	1, 2, 21	11, 12, 26	6
2.	Optimis	3, 4, 22	13, 14, 27	6
3.	Objektif	5, 6, 23	15, 16, 28	6
4.	Bertanggungjawab	7, 8, 24	17, 18, 29	6
5.	Rasional dan Realistis	9, 10, 25	19, 20, 30	6
Total		15	15	30

G. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas dapat diartikan sebagai taraf kemampuan instrumen psikologis mengukur variabel yang hendak diukur (Saifuddin, 2020: 5). Instrumen penelitian dapat dikatakan memiliki validitas yang baik apabila instrumen tersebut mampu mengukur apa yang hendak diukur. Sebelum dilakukan uji validitas, terlebih dahulu instrumen yang telah dibuat dikonsultasikan dan dinilai oleh ahli. Instrumen dalam penelitian ini akan dikonsultasikan dengan dosen pembimbing untuk melihat kelayakan butir aitem.

Instrumen yang telah melalui penilaian ahli (*expert judgement*) selanjutnya diuji coba kepada sampel dan untuk melihat daya beda item maka akan dilakukan analisis untuk melihat hasil *corrected item-total correlation*. Uji coba dilakukan terhadap sampel yang berjumlah 30 orang. Analisis ini dilakukan dengan mengkorelasikan per butir aitem dengan jumlah keseluruhan skor aitem (skor total). Menurut Sugiyono (2017: 177), jika diperoleh koefisien korelasi $\geq 0,3$ maka dinyatakan valid, namun jika diperoleh koefisien korelasi $< 0,3$ maka dinyatakan tidak valid.

a. Skala Resiliensi

Setelah dilakukan uji coba dan skala resiliensi ini diolah dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 25*, diperoleh hasil bahwa terdapat 5 aitem yang bernilai koefisien $< 0,3$ yaitu pada nomor 3,

11, 13, 14, dan 16 sehingga aitem tersebut dinyatakan tidak valid. Sedangkan 23 aitem lainnya bernilai koefisien $\geq 0,3$ sehingga aitem tersebut dapat dinyatakan valid.

Tabel 5 Sebaran Skala Resiliensi (Y) Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	<i>Insight</i>	1, 2	15	3
2.	<i>Independence</i>	4	17, 18	3
3.	<i>Relationship</i>	5, 6	19, 20	4
4.	<i>Initiative</i>	7, 8	21, 22	4
5.	<i>Creativity</i>	9, 10	23, 24	4
6.	<i>Humor</i>	12	25, 26	3
7.	<i>Morality</i>	-	27, 28	2
Total		10	13	23

b. Skala Spiritualitas

Setelah dilakukan uji coba dan skala spiritualitas ini diolah dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 25*, diperoleh hasil bahwa terdapat 6 aitem yang bernilai koefisien $< 0,3$ yaitu pada nomor 9, 22, 23, 24, 28 dan 29 sehingga aitem tersebut dinyatakan tidak valid. Sedangkan 24 aitem lainnya bernilai koefisien $\geq 0,3$ sehingga aitem tersebut dapat dinyatakan valid.

Tabel 6 Sebaran Skala Spiritualitas (X1) Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Pengalaman ibadah	1, 2, 13, 19, 25	7, 8, 16	8
2.	Universalitas	3, 4, 14, 20, 26	10, 17	7
3.	Keterkaitan	5, 6, 15, 21, 27	11, 12, 18, 30	9
Total		15	9	24

c. Skala Efikasi Diri

Setelah dilakukan uji coba dan skala efikasi diri ini diolah dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 25*, diperoleh hasil bahwa terdapat 5 aitem yang bernilai koefisien $< 0,3$ yaitu pada nomor 2, 10, 23, 25 dan 28 sehingga aitem tersebut dinyatakan tidak valid. Sedangkan 25 aitem lainnya bernilai koefisien $\geq 0,3$ sehingga aitem tersebut dapat dinyatakan valid.

Tabel 7 Sebaran Skala Efikasi Diri (X2) Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Keyakinan akan kemampuan diri	1, 21	11, 12, 26	5
2.	Optimis	3, 4, 22	13, 14, 27	6
3.	Objektif	5, 6	15, 16	4
4.	Bertanggungjawab	7, 8, 24	17, 18, 29	6
5.	Rasional dan Realistis	9	19, 20, 30	4
Total		11	14	25

2. Reliabilitas

Reliabilitas digunakan untuk melihat sejauh mana hasil yang diperoleh dari pengukuran instrumen dengan objek yang sama akan tetap menghasilkan data yang sama pula. Saifuddin (2020: 5) menerangkan bahwa reliabilitas merupakan daya konsistensi instrumen psikologi. Uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan uji *internal consistency*.

Uji reliabilitas ini akan dilakukan dengan mengujicobakan instrumen satu kali saja, lalu data yang diperoleh berupa aitem yang valid

dilakukan analisis menggunakan teknik *alpha cronbach*. Sugiyono (2012: 220) menyatakan bahwa sebuah instrumen dapat dikatakan reliabel jika koefisien reliabilitasnya $\geq 0,6$. Nilai koefisien dari *alpha* berada di kisaran 0 (tanpa reliabilitas) sampai dengan 1 (reliabilitas sempurna) dengan kriteria:

Tabel 8 Kriteria Koefisien Reliabilitas

Skor	Klasifikasi
$\geq 0,9$	Sangat bagus
0,8 – 0,89	Bagus
0,7 – 0,79	Cukup bagus
0,6 – 7,0	Kurang bagus
$\leq 0,6$	Tidak bagus

Setelah dilakukan uji coba dan aitem gugur dalam skala dihilangkan, maka diperoleh hasil bahwa aitem valid pada skala resiliensi memiliki nilai *alpha cronbach's* sebesar 0,913 yang berarti skala resiliensi ini dapat dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas yang sangat bagus. Lalu, seluruh aitem valid pada skala spiritualitas juga dihitung tingkat reliabilitasnya dan menunjukkan nilai *alpha cronbach's* sebesar 0,863 yang berarti skala spiritualitas ini dapat dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas yang bagus. Kemudian, seluruh aitem valid pada skala efikasi diri juga dihitung tingkat reliabilitasnya dan menunjukkan nilai *alpha cronbach's* sebesar 0,852 yang berarti skala efikasi diri ini dapat dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas yang bagus.

H. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi

Santoso (2017: 364) menjelaskan dalam peramalan dari model regresi yang baik harus memiliki kesalahan peramalan yang kecil dengan dilakukan uji asumsi. Uji asumsi yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan uji normalitas, uji linearitas, dan uji multikolinearitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan guna mengetahui kenormalan atau ketidaknormalan distribusi data baik data variabel bebas maupun variabel terikat. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Menurut Santoso (2012: 393), distribusi data yang normal menunjukkan angka probabilitas $> 0,05$ sedangkan distribusi data yang tidak normal menunjukkan angka probabilitas $< 0,05$.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat dalam penelitian. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan *Test for Linearity* dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Menurut Widhiarso (2010: 5), jika diperoleh nilai signifikansi *linearity* $< 0,05$ dan nilai signifikansi dari *deviation from linearity* $> 0,05$ maka hubungan variabel bebas dan terikat dianggap linier.

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat suatu korelasi antar variabel independen (bebas) dalam model regresi. Multikolinearitas dalam penelitian dapat meningkatkan korelasi antar variabel independen yang dapat mempengaruhi hubungan variabel bebas dengan variabel terikat sehingga hubungannya menjadi terganggu. Uji multikolinearitas dalam penelitian ini menggunakan *variance inflation factor* (VIF) dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Menurut Gujarati (2012: 432), nilai batasan dalam multikolinearitas yaitu apabila nilai $VIF < 10$ maka dapat diartikan bahwa tidak ada multikolinearitas antar variabel bebas.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji analisis regresi linier berganda dimana data yang diperoleh akan diolah dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Analisis regresi linear berganda dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara dua atau lebih variabel bebas dengan satu variabel terikat (Priyatno, 2013: 40). Menurut Azwar (2005: 8) apabila hasil nilai signifikansi sebesar $\leq 0,05$ maka hipotesis dapat diterima secara signifikan. Model persamaan regresi linier berganda yaitu sebagai berikut:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$$

Y = Resiliensi

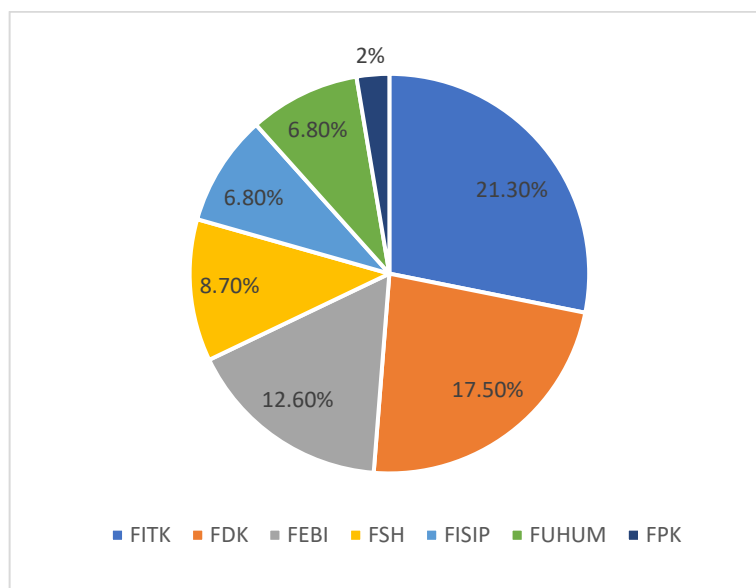
α = Konstanta
 β_1, β_2 = Koefisien Regresi
 X_1 = Spiritualitas
 X_2 = Efikasi Diri

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek

Subjek penelitian ini merupakan mahasiswa UIN Walisongo Semarang Angkatan tahun 2022 yang diwajibkan tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo dan tercatat menjadi mahasiswa aktif. Subjek merupakan mahasiswa UIN Walisongo yang masuk melalui jalur ujian mandiri dengan jumlah populasi 331 subjek dan diambil sebagai sampel sebanyak 103 subjek yang berasal dari 8 fakultas yaitu Fakultas Sains dan Teknologi (FST), Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI), Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK), Fakultas Syariah dan Hukum (FSH), Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK), Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK), Fakultas Ilmu Sosial dan Politik (FISIP), dan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (FUHUM).



Gambar 2. Persebaran Sampel

Adapun presentase persebaran subjek paling tinggi yaitu pada Fakultas Sains dan Teknologi (FST) yaitu sebesar 24,3%, lalu pada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) sebesar 21,3%, pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) sebesar 17,5%, pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI) sebesar 12,6%, pada Fakultas Syariah dan Hukum (FSH) sebesar 8,7%, pada Fakultas Ilmu Sosial dan Politik (FISIP), dan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (FUHUM) memiliki presentase yang sama yaitu sebesar 6,8%, dan presentase persebaran subjek paling rendah yaitu pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK) sebesar 2%.

B. Deskripsi Data

Deskripsi data penelitian ini berasal dari variabel resiliensi, spiritualitas, dan efikasi diri. Data dari proses penelitian kemudian diolah menggunakan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Deskripsi data berikut akan dijelaskan melalui hasil nilai minimum, nilai maksimum, nilai *mean*, dan nilai *standart deviation*. Deskripsi data ini berguna untuk memberikan gambaran mengenai resiliensi, spiritualitas, dan efikasi diri mahasiswa jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo Semarang.

1. Deskripsi Data Resiliensi

Tabel 9 Hasil Uji Deskriptif Resiliensi

Variabel	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	103	52	84	66,38	6,607

Pada tabel hasil uji deskriptif variabel resiliensi di atas dapat diketahui bahwa nilai minimum data yaitu sebesar 52, nilai maksimum data yaitu sebesar 84, nilai rata-rata data yaitu sebesar 66,38, dan nilai standar deviasi data yaitu sebesar 6,607. Adapun skor dari variabel resiliensi dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

Tabel 10 Kategorisasi Skor Skala Resiliensi

Kategorisasi	Rumus Interval	Skor Skala
Rendah	$X < (M - 1 SD)$	$X < 59,773$
Sedang	$(M - 1 SD) \leq X < (M + 1 SD)$	$59,773 \leq X < 72,987$
Tinggi	$(M + 1 SD) \leq X$	$72,987 \leq X$

Tabel 11 Kategori Skor Resiliensi

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Rendah	19	18.4	18.4	18.4
	Sedang	67	65.0	65.0	83.5
	Tinggi	17	16.5	16.5	100.0
	Total	103	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel kategori skor resiliensi di atas menunjukkan bahwa sebesar 18,4% dari sampel penelitian yaitu 19 mahasiswa ujian jalur mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo memiliki tingkat resiliensi yang rendah, sebanyak 65% atau sejumlah 67 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi sedang, dan sebanyak 16,6% atau sejumlah 17 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi yang tinggi.

2. Deskripsi Data Spiritualitas

Tabel 12 Hasil Uji Deskriptif Spiritualitas

Variabel	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Spiritualitas	103	55	96	78,81	7,307

Pada tabel hasil uji deskriptif variabel spiritualitas di atas dapat diketahui bahwa nilai minimum data yaitu sebesar 55, nilai maksimum data yaitu sebesar 96, nilai rata-rata data yaitu sebesar 78,81, dan nilai standar deviasi data yaitu sebesar 7,307. Adapun skor variabel spiritualitas dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

Tabel 13 Kategorisasi Skor Skala Spiritualitas

Katagorisasi	Rumus Interval	Skor Skala
Rendah	$X < (M - 1 SD)$	$X < 71,503$
Sedang	$(M - 1 SD) \leq X < (M + 1 SD)$	$71,503 \leq X < 86,117$
Tinggi	$(M + 1 SD) \leq X$	$86,117 \leq X$

Tabel 14 Kategori Skor Spiritualitas

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Rendah	14	13,6	13,6	13,6
	Sedang	76	73,8	73,8	87,4
	Tinggi	13	12,6	12,6	100,0
	Total	103	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel kategori skor spiritualitas di atas menunjukkan bahwa sebesar 13,6% dari sampel penelitian yaitu sebanyak 14 mahasiswa ujian jalur mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo memiliki tingkat spiritualitas yang rendah, sebanyak 73,8% atau sejumlah 76 mahasiswa memiliki tingkat spiritualitas sedang, dan sebanyak 12,6% atau sejumlah 13 mahasiswa memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi.

3. Deskripsi Data Efikasi Diri

Tabel 15 Hasil Uji Deskriptif Efikasi Diri

Variabel	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Efikasi Diri	103	58	91	73,90	7,509

Pada tabel hasil uji deskriptif variabel efikasi diri di atas dapat diketahui bahwa nilai minimum data yaitu sebesar 58, nilai maksimum data yaitu sebesar 91, nilai rata-rata data yaitu sebesar 73,90, dan nilai standar deviasi data yaitu sebesar 7,509. Adapun skor variabel efikasi diri dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

Tabel 16 Kategorisasi Skor Skala Efikasi Diri

Kategorisasi	Rumus Interval	Skor Skala
Rendah	$X < (M - 1 SD)$	$X < 66,391$
Sedang	$(M - 1 SD) \leq X < (M + 1 SD)$	$66,391 \leq X < 81,409$
Tinggi	$(M + 1 SD) \leq X$	$81,409 \leq X$

Tabel 17 Kategori Skor Efikasi Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	15	14,6	14,6	14,6
	Sedang	74	71,8	71,8	86,4
	Tinggi	14	13,6	13,6	100,0
	Total	103	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel kategori skor efikasi diri di atas menunjukkan bahwa sebesar 14,6% dari sampel penelitian yaitu sebanyak 15 mahasiswa ujian jalur mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo memiliki tingkat efikasi diri yang rendah, sebanyak 71,8% atau sejumlah 74 mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri

sedang, dan sebanyak 13,6% atau sejumlah 14 mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi.

C. Hasil Uji Asumsi

1. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Menurut Santoso (2012: 393), distribusi data yang normal menunjukkan angka probabilitas $> 0,05$ sedangkan distribusi data yang tidak normal menunjukkan angka probabilitas $< 0,05$.

Tabel 18
Hasil Uji Normalitas Resiliensi, Spiritualitas, dan Efikasi Diri

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>		
		<i>Unstandardized Residual</i>
N		103
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std. Deviation</i>	4.97483205
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.057
	<i>Positive</i>	.057
	<i>Negative</i>	-.053
<i>Test Statistic</i>		.057
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.200^{c,d}

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

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa data-data yang terdapat dalam skala resiliensi, spiritualitas, dan efikasi diri dalam penelitian ini memiliki nilai signifikansi sebesar 0,200. Nilai tersebut

lebih besar dari 0,05 atau $0,200 > 0,05$ sehingga data dalam penelitian ini memiliki distribusi yang normal.

2. Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian ini dilakukan dengan *Test for Linearity* dengan menggunakan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics* 25. Menurut Widhiarso (2010: 5), jika diperoleh nilai signifikansi *linearity* $< 0,05$ dan nilai signifikansi dari *deviation from linearity* $> 0,05$ maka hubungan variabel bebas dan terikat dianggap linier.

Tabel 19 Hasil Uji Linearitas

No.	Variabel	<i>Test for Linearity</i>	<i>Deviation from Linearity</i>	Keterangan
1.	Spiritualitas dengan Resiliensi	0,000	0,253	Linier
2.	Efikasi Diri dengan Resiliensi	0,000	0,180	Linier

Pada tabel hasil uji linearitas nomor 1 yaitu uji linearitas variabel spiritualitas dengan resiliensi diperoleh nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,000 yang mana angka tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) dan nilai signifikansi dari *deviation from linearity* sebesar 0,253 yang mana angka tersebut lebih besar dari 0,05 atau $0,253 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa antara variabel spiritualitas dengan variabel resiliensi memiliki hubungan yang linier.

Selanjutnya pada tabel hasil uji linearitas nomor 2 yaitu uji linearitas variabel efikasi diri dengan resiliensi diperoleh nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,000 yang mana angka tersebut lebih kecil

dari 0,05 atau $0,000 < 0,05$ dan nilai signifikansi dari *deviation from linearity* sebesar 0,180 yang mana angka tersebut lebih besar dari 0,05 atau $0,180 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa antara variabel efikasi diri dengan variabel resiliensi memiliki hubungan yang linier.

3. Hasil Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dalam penelitian ini menggunakan *variance inflation factor* (VIF) dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Menurut Gujarati (2012: 432), nilai batasan dalam multikolinearitas yaitu apabila nilai $VIF < 10$ maka dapat diartikan bahwa tidak ada multikolinearitas antar variabel bebas.

Tabel 20 Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	12.618	6.286		2.007	.047		
	Spiritualitas	.294	.073	.325	4.054	.000	.880	1.136
	Efikasi Diri	.414	.071	.470	5.858	.000	.880	1.136

a. Dependent Variable: Resiliensi

Berdasarkan tabel hasil uji multikolinearitas di atas nilai VIF yang diperoleh yaitu sebesar 1,136 yang mana angka tersebut lebih kecil dari 10 atau $1,136 < 10$ maka hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat multikolinearitas antar variabel bebas dalam penelitian ini.

D. Hasil Uji Hipotesis

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda. Analisis regresi linear berganda dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara dua atau lebih variabel bebas dengan satu variabel terikat (Priyatno, 2013: 40). Analisis regresi linier berganda ini akan diolah menggunakan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Adapun hasil analisis data pada penelitian ini yaitu:

Tabel 21 Hasil Uji Hipotesis

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	12.618	6,286		2,007	0,047
	Spiritualitas	0,294	0,073	0,325	4,054	0,000
	Efikasi Diri	0,414	0,071	0,470	5,858	0,000
<i>Dependent Variable: Resiliensi</i>						

Berdasarkan tabel uji hipotesis di atas dapat diketahui bahwa pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi memiliki nilai t hitung 4,054 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 1,984 (t tabel) atau $4,054 > 1,984$ dan memiliki nilai signifikansi $0,000 < 0,01$. Sehingga hal ini menandakan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo dapat diterima.

Selanjutnya berdasarkan tabel uji hipotesis di atas juga diketahui bahwa pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi memiliki nilai t hitung 5,858 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 1,984 (t tabel) atau $5,858 > 1,984$

dan nilai signifikansi $0,000 < 0,01$. Sehingga hal ini menandakan bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo dapat diterima.

Berdasarkan tabel uji koefisien regresi parsial di atas juga dapat diketahui bahwa model persamaan regresi linier berganda pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$$

$$Y = 12,618 + 0,294 X_1 + 0,414 X_2$$

Y = Resiliensi
 α = Konstanta
 β_1, β_2 = Koefisien Regresi
 X_1 = Spiritualitas
 X_2 = Efikasi Diri

Model persamaan regresi diatas dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

1. $\alpha = 12,618$

Nilai konstanta pada persamaan regresi diatas yaitu sebesar 12,618 yang berarti variabel resiliensi hanya akan bernilai 12,618 jika tidak mendapatkan kontribusi dari variabel spiritualitas dan efikasi diri.

2. $\beta_1 = 0,294$

Nilai koefisien regresi diatas sebesar 0,294 atau 29,4% yang berarti jika variabel spiritualitas menunjukkan peningkatan sebesar satu satuan, maka variabel resiliensi akan mengalami

kenaikan sebesar 0,294 atau 29,4%. Nilai koefisien regresi tersebut juga bernilai positif sehingga jika variabel spiritualitas meningkat maka variabel resiliensi juga mengalami peningkatan.

3. $\beta_2 = 0,414$

Nilai koefisien regresi diatas sebesar 0,414 atau 41,4% yang berarti jika variabel efikasi diri menunjukkan peningkatan sebesar satu satuan, maka variabel resiliensi akan mengalami kenaikan sebesar 0,414 atau 41,4%. Nilai koefisien regresi tersebut juga bernilai positif sehingga jika variabel efikasi diri meningkat maka variabel resiliensi juga mengalami peningkatan.

Tabel 22 Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Model Summary^b				
<i>Model</i>	R	R Square	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	.658 ^a	.433	.422	5.024

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Spiritualitas

b. Dependent Variable: Resiliensi

ANOVA^a						
<i>Model</i>		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	F	<i>Sig.</i>
1	<i>Regression</i>	1927.840	2	963.920	38.184	0,000 ^b
	<i>Residual</i>	2524.393	100	25.244		
	Total	4452.233	102			

a. *Dependent Variable:* Resiliensi

b. *Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Spiritualitas*

Berdasarkan tabel uji regresi linier berganda diketahui bahwa spiritualitas dan efikasi diri memberikan pengaruh yang

simultan terhadap resiliensi dengan nilai F hitung $38,184 > 3,09$ (F tabel) dan memiliki nilai signifikansi $0,000 < 0,01$. Sehingga hal ini menandakan bahwa hipotesis ketiga dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo dapat diterima.

Berdasarkan tabel uji regresi linier berganda di atas, pengaruh spiritualitas dan efikasi diri secara simultan terhadap resiliensi memiliki nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,422. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa spiritualitas dan efikasi diri secara simultan memberikan pengaruh terhadap resiliensi mahasiswa yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah sebesar 42,2%, sedangkan 57,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain di luar dari penelitian ini.

E. Pembahasan

Penelitian ini mengajukan tiga hipotesis terkait masalah yang diteliti. **Uji hipotesis pertama** dari penelitian ini menunjukkan hasil bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo dapat diterima. Selain itu pada variabel penelitian spiritualitas ini ditemukan nilai koefisien regresi sebesar 0,294 atau memiliki pengaruh sebesar 29,4%. Hasil ini menunjukkan adanya pengaruh yang bersifat positif, artinya jika semakin tinggi tingkat

spiritualitas yang dimiliki maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya. Sebaliknya, jika tingkat spiritualitas rendah maka tingkat resiliensi yang dimiliki juga rendah.

Spiritualitas dapat menjadi faktor yang berpengaruh dalam resiliensi seseorang karena aspek-aspek dalam variabel spiritualitas mampu membantu meningkatkan resiliensi seseorang. Seperti aspek pengalaman ibadah dimana seseorang akan merasakan ketenangan dan rasa bahagia saat terhubung dengan realitas transenden aspek ini dapat memberikan pengaruh akan rasa tenang ketika menghadapi situasi yang sulit hingga seseorang mampu memikirkan langkah terbaik untuk menyelesaikan masalah. Aspek universalitas dan keterkaitan juga berperan bagi seseorang dalam meningkatkan resiliensinya, sebagai makhluk sosial dan makhluk yang berdampingan dengan alam kedua aspek itu mampu mendukung seseorang menjadi resilien.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hal yang dikemukakan oleh Fangauf (2014: 147) bahwa spiritualitas berkorelasi secara positif dengan resiliensi yang menunjukkan bahwa orang dengan spiritualitas yang baik akan lebih tangguh dalam menghadapi masalah. Mahasiswa baru yang mampu memahami dirinya, mampu memaknai kehidupan, menyadari bahwa dirinya terikat melalui hubungan dengan sesama, mampu menunjukkan rasa empati, memahami dirinya sebagai bagian dari alam, mengalami kebermaknaan saat menjalankan ibadah dan memiliki kesadaran bahwa dirinya memiliki keterhubungan dengan Tuhan akan membantu

mahasiswa tersebut saat menghadapi tantangan dari penyesuaian diri di dunia perkuliahan. Hal tersebut akan membuat mahasiswa baru yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah menjadi lebih resilien.

Penelitian ini memperkuat hasil penelitian terdahulu seperti yang telah dilakukan oleh Hartono (2021) dengan judul “Hubungan Antara Spiritualitas dengan Resiliensi Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Di Rutan Kelas IIB Boyolali”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh yaitu sebesar $0,000 < 0,01$ sehingga hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara spiritualitas dengan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di Rutan Kelas IIB Boyolali. Sehingga, semakin tinggi spiritualitas warga binaan maka semakin tinggi pula resiliensinya, begitupun sebaliknya.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Putra (2021) dengan judul “Spiritualitas dan Hardiness Sebagai Prediktor Resiliensi Pada Mahasiswa dengan Peran Ganda: Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Memiliki Pekerjaan Sambilan” juga menunjukkan hasil taraf signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Dari hasil tersebut ditemukan adanya efek yang signifikan antara spiritualitas dengan resiliensi. Sehingga, mahasiswa tingkat akhir yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi maka tingkat resiliensi yang dimiliki juga akan tinggi, sebaliknya jika tingkat spiritualitas mahasiswa tingkat akhir rendah maka tingkat resiliensinya juga rendah.

Penelitian selanjutnya juga dilakukan oleh Permana (2018) dengan judul “Peran Spiritualitas Dalam Meningkatkan Resiliensi Pada Residen

Narkoba” menunjukkan hasil bahwa residen narkoba dapat meningkatkan resiliensinya saat mengikuti kegiatan rehabilitasi berbasis spiritual. Lalu, penelitian yang dilakukan oleh Cahyani dan Akmal (2017) dengan judul “Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi” juga menunjukkan adanya peranan yang signifikan dari spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Berdasarkan teori yang mendukung dan penelitian-penelitian terdahulu yang relevan, spiritualitas terbukti secara empiris dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi seseorang. Seseorang yang memiliki taraf spiritualitas yang baik akan sangat mungkin untuk seseorang tersebut mampu menghadapi bahkan berkembang pada situasi yang sulit dan penuh tekanan juga sukses dalam kehidupannya.

Selanjutnya **uji hipotesis kedua** dari penelitian ini menunjukkan hasil bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma’had Al-Jamiah UIN Walisongo dapat diterima. Selain itu pada variabel penelitian efikasi diri ini ditemukan nilai koefisien regresi sebesar 0,414 atau memiliki pengaruh sebesar 41,4%. Hasil ini menunjukkan adanya pengaruh yang bersifat positif, artinya jika semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya. Sebaliknya, jika tingkat efikasi diri rendah maka tingkat resiliensi yang dimiliki juga rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki tingkat pengaruh lebih besar dibanding variabel spiritualitas. Hal ini dapat terjadi karena adanya aspek keyakinan akan kemampuan diri dan optimis dalam variabel efikasi diri yang berpengaruh positif terhadap resiliensi seseorang. Kemampuan berfikir secara objektif, realistis dan rasional juga mempengaruhi seseorang dalam memahami dan mengambil tindakan dalam situasi menekan. Adanya aspek bertanggungjawab dalam diri seseorang juga mampu membuat seseorang tersebut mengerti apa-apa saja dampak dari keputusan yang akan diambilnya, sehingga diri menjadi lebih siap saat menerima suatu konsekuensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hal yang dikemukakan oleh Feist dan Feist (2010: 213) individu yang memiliki keyakinan bahwa mereka mampu melakukan sesuatu yang berpotensi untuk mengubah kejadian di lingkungannya, akan lebih mungkin untuk melakukan tindakan dalam mencapai kesuksesan dibanding manusia yang memiliki efikasi diri yang rendah. Efikasi diri merupakan keyakinan diri seseorang akan kemampuannya menguasai sebuah situasi dan menghasilkan keuntungan (Santrock, 2011: 236). Sehingga, saat mahasiswa baru yang tinggal di Ma'had memiliki keyakinan pada kemampuannya untuk mampu melewati berbagai tantangan penyesuaian diri dan memiliki keyakinan untuk mencapai keberhasilan di dunia perkuliahan maka mereka akan merasa tekanan yang dihadapi menjadi lebih ringan untuk dihadapi. Hal ini akan

membuat mahasiswa baru tetap mampu mengembangkan potensi dirinya dan menghindari kerugian dari situasi yang menekan dan sulit.

Penelitian ini memperkuat hasil penelitian terdahulu seperti yang telah dilakukan oleh Priyangga (2022) dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Anggota Polri Gugus Tugas Covid-19 Kabupaten Situbondo”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh yaitu sebesar $0,000 < 0,05$ dari hasil tersebut ditemukan adanya pengaruh yang signifikan dan positif antara efikasi diri terhadap resiliensi anggota Polri gugus tugas Covid-19 Kabupaten Situbondo. Sehingga, anggota Polri yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi maka tingkat resiliensi yang dimiliki juga akan tinggi, sebaliknya jika tingkat efikasi diri anggota Polri rendah maka tingkat resiliensinya juga rendah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Agustin (2021) dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Istri Prajurit TNI-AD Yang Tinggal di Asrama”. Hasil dari uji regresi linier sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap resiliensi pada istri dari prajurit TNI-AD yang tinggal di asrama militer. Sehingga, semakin tinggi efikasi diri istri prajurit TNI-AD maka semakin tinggi pula resiliensinya, begitupun sebaliknya.

Penelitian selanjutnya juga dilakukan oleh Wahyuni (2018) dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Diri pada Guru Sekolah Dasar Swasta di Jakarta Timur”. Dari hasil uji hipotesis diperoleh nilai

signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari efikasi diri terhadap resiliensi, dengan artian semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi juga tingkat resiliensi pada guru sekolah dasar swasta di Jakarta Timur.

Berdasarkan teori yang mendukung dan penelitian-penelitian terdahulu yang relevan, efikasi diri terbukti secara empiris dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi seseorang. Seseorang yang memiliki taraf efikasi diri yang baik akan sangat memungkinkan untuk mengembangkan pribadi yang resilien sehingga mampu menghadapi berbagai tantangan.

Selanjutnya, **uji hipotesis ketiga** menunjukkan hasil bahwa hipotesis ketiga dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo dapat diterima. Pengaruh spiritualitas dan efikasi diri secara simultan terhadap resiliensi memiliki nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,422. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa spiritualitas dan efikasi diri secara simultan memberikan pengaruh terhadap resiliensi mahasiswa yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah sebesar 42,2%, sedangkan 57,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain di luar dari penelitian ini. Pengaruh kedua variabel bebas ini bersifat positif terhadap variabel terikat yang berarti semakin tinggi spiritualitas dan efikasi diri pada mahasiswa baru yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo maka semakin tinggi pula resiliensinya, begitupun sebaliknya.

Menurut Hartono (2021: 9) spiritualitas pada individu mampu mendukung kemampuannya untuk menjadi lebih tangguh saat menghadapi situasi yang penuh tekanan dan sulit. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Graham, dkk (2001: 3) menunjukkan bahwa individu yang memiliki spiritualitas yang baik akan dapat mengatasi masalah hidupnya dengan lebih baik pula. Selain itu, menurut Bandura (1997) efikasi diri dapat mempengaruhi resiliensi seseorang sehingga ia menjadi pribadi yang tangguh dan kuat. Sejalan dengan hal tersebut, Rutter (1993) menyatakan bahwa resiliensi akan muncul jika individu yang mengalaminya memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai perubahan dalam kehidupannya. Sehingga, mahasiswa baru yang memiliki spiritualitas dan efikasi diri yang baik akan mampu bertumbuh menjadi pribadi yang kuat dan tangguh dalam menghadapi situasi yang menekan.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian ini mengenai pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi dapat disimpulkan bahwa spiritualitas dan efikasi diri telah terbukti secara empiris memiliki pengaruh yang positif terhadap resiliensi seseorang. Jika seseorang memiliki spiritualitas dan efikasi diri yang tinggi maka seseorang tersebut akan sangat memungkinkan memiliki tingkat resiliensi yang tinggi pula.

Sebagai upaya dalam peningkatan mutu mahasiswa, UIN Walisongo Semarang mengeluarkan kebijakan mengenai penempatan mahasiswa baru jalur ujian mandiri untuk dapat tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo selama satu tahun pertama. Kebijakan ini bertujuan agar

mahasiswa dapat meningkatkan kemampuannya terkait penguasaan bahasa Arab dan wawasan keislaman melalui program Ma'had. Namun, keputusan ini juga berdampak pada kemampuan mahasiswa dalam masa penyesuaiannya di lingkungan baru. Kondisi budaya dan lingkungan di perguruan tinggi tentunya sangatlah berbeda dengan tingkatan sebelumnya. Menurut Gunarsa (2008: 70) perubahan yang dialami individu saat memasuki perguruan tinggi yaitu sifat pendidikan, perbedaan hubungan sosial, pemilihan jurusan dan masalah ekonomi.

Selain itu, mahasiswa jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had berada pada masa dewasa awal. Menurut Hurlock (1990) masa dewasa awal dimulai pada usia 18-40 tahun. Tugas perkembangan masa dewasa awal yaitu berpusat pada harapan dan keinginan masyarakat yang harus dipenuhi oleh seorang individu dalam masa perkembangan tersebut. Mahasiswa baru ini harus mampu menghadapi tuntutan sebagai mahasiswa dan santri sebagai bentuk mematuhi kebijakan tersebut sehingga mereka tinggal di Ma'had bukan atas keinginan pribadi. Perubahan tatanan kehidupan dalam masa peralihan dari lingkungan belajar SMA menuju ke perguruan tinggi juga memunculkan stress bagi mahasiswa tahun pertama akibat adanya proses penyesuaian diri (Sasmita & Rustika, 2015: 281).

Situasi yang cukup menyulitkan mahasiswa baru yang tinggal di Ma'had salah satunya yaitu memiliki tugas yang terhitung lebih banyak dibandingkan mahasiswa yang tinggal di kos maupun di rumah. Mereka dituntut mampu menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan juga melaksanakan

kegiatan-kegiatan di Ma'had dengan baik. Tugas-tugas perkuliahan sudah cukup menyita waktu dan tenaga, ditambah sebagai mahasiswa baru mereka diwajibkan untuk bergabung dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Tuntutan penyesuaian diri dan manajemen waktu juga memberikan sumbangsih terhadap tekanan yang dirasakan oleh mahasiswa baru ini. Jika, dalam menjalankan proses perkuliahannya mahasiswa baru ini tidak mampu mengelola tekanan dan gagal melakukan penyesauain diri yang baik maka mahasiswa tersebut akan mengalami permasalahan pada resiliensi dirinya.

Mahasiswa baru yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah memiliki tingkat resiliensi yang terbagi menjadi tiga tingkatan yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Perbedaan tingkatan resiliensi ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu spiritualitas dan efikasi diri. Sehingga, adanya tingkat spiritualitas yang tinggi juga ditambah dengan adanya efikasi diri yang tinggi pula dalam diri mahasiswa dapat membantu mahasiswa tersebut untuk menjadi tangguh dalam situasi sulit dan mampu menyelesaikan tugas-tugas dunia perkuliahan maupun tugas perkembangan yang dimiliki sebagai mahasiswa. Berdasarkan hal ini, maka dapat disimpulkan bahwa spiritualitas dan efikasi diri memiliki peran yang penting terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo.

Penelitian ini telah dilakukan dan disusun berdasarkan prosedur ilmiah yang berlaku, namun penelitian ini tidak terlepas dari beberapa keterbatasan. Salah satu keterbatasan dalam penelitian mengenai resiliensi

mahasiswa yang berperan sebagai mahasiswa dan santri ini hanya berfokus pada subjek yang berjenis kelamin perempuan saja, sehingga hasil penelitian ini hanya mewakili populasi yang berjenis kelamin perempuan. Kelemahan lain dari penelitian ini yaitu, saat pengambilan data terkonfirmasi bahwa sebagian jumlah populasi yang dijelaskan di awal sudah tidak tergabung menjadi populasi, karena subjek pindah atau meninggalkan Mahad.

Hal ini menyebabkan peneliti tidak dapat mengetahui gambaran resiliensi subjek yang telah pindah tersebut. Selain itu, dari hasil penelitian ditemukan bahwa spiritualitas dan efikasi diri secara bersama memberikan pengaruh terhadap resiliensi sebesar 42,2%, sedangkan 57,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain seperti *self esteem*, dukungan sosial, regulasi emosi, kontrol impuls, optimism, empati, dan pencapaian. Sehingga peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel lain yang mungkin memberikan pengaruh besar terhadap resiliensi seseorang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diajukan dan uji hipotesis yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan yaitu:

1. Ada pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo. Pengaruh ini bersifat positif yang artinya semakin tinggi spiritualitas yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimilikinya, begitupun sebaliknya.
2. Ada pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo. Pengaruh ini bersifat positif yang artinya semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimilikinya, begitupun sebaliknya.
3. Ada pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa baru jalur ujian mandiri yang wajib tinggal di Ma'had Al-Jami'ah UIN Walisongo. Pengaruh ini juga bersifat positif yang artinya semakin tinggi spiritualitas dan efikasi diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimilikinya, begitupun sebaliknya.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran-saran kepada pihak yang terkait yaitu sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian atau pihak yang memiliki karakteristik yang sama dengan subjek penelitian, agar lebih memperhatikan dan meningkatkan spiritualitas diri serta mengupayakan peningkatan efikasi diri, juga memperhatikan langkah-langkah yang perlu diambil saat menghadapi situasi sulit.
2. Bagi Ma'had Al-Jamiah UIN Walisongo, hendaknya dapat lebih memperhatikan dan terus berupaya meningkatkan tingkat spiritualitas dan efikasi diri mahasiswa melalui kegiatan-kegiatan yang berkelanjutan, sehingga diharapkan mahasiswa dapat mengembangkan kemampuan dirinya dengan lebih optimal. Selain itu, pihak Ma'had Al-Jamiah juga dirasa perlu memberikan tambahan wawasan kepada mahasiswa terkait spiritualitas, efikasi diri dan resiliensi.
3. Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat lebih meluaskan jangkauan penelitian terkait pengaruh spiritualitas dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa yang memiliki tugas sebagai mahasiswa dan santri. Selain itu, perlu juga dipertimbangkan adanya penelitian kepada subjek yang berjenis kelamin laki-laki dan dapat ditambahkan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang berpengaruh pada resiliensi seperti faktor dari luar individu misalnya dukungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiawan, M. N. (2017). Spiritualisme dalam islam. *Jurnal Ilmiah Hukum dan Keadilan*, 4(2), 88-106. <https://ejurnal.stih-painan.ac.id/index.php/jihk/article/view/110>
- Agustin, W. F. Y. (2021). *Pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi istri prajurit tni-ad yang tinggal di asrama* [Universitas Muhammadiyah Malang].
- Al-Maraghi, A. M. (1992). *Terjemah tafsir al-maraghi*. Penerbit Toha Putra Semarang
- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*, Edisi Revisi. PT. UMM Press.
- Aman. S. (2013). *Tren spiritualitas milenium ketiga*. Ruhama.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Augesti, G., Lisiswanti, R., Saputra, O., & Nisa, K. (2015). Differences in stress level between first year and last year medical students in medical faculty of lampung university. *J Majority*, 4(4), 50-56. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/578>
- Avif, Y., Febrina, I., Ragil, D., Ayu, R., Putri, P., Oktavia, P., Nursita, D., Ayu, G., Hanif, E., Putri, R., Fatchul, A., Yuwono, S., & Dwi, P. (2019). Efek dari qs ali Imran: 139 terhadap self-efficacy siswa sekolah menengah atas. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(1), 73-92.
- Azwar, S. (2005). Signifikan atau sangat signifikan. *Buletin Psikologi*, 13(1), 38-44.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Dasar-dasar psikometrika (ii)*. Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Worth Publishers
- Bandura, A. (2006). Toward a psychology of human agency. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164–180. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00011.x>
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (1996). Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning. *Child Development*, 67(3), 1206-1222. <https://doi.org/10.2307/1131888>
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2004). *Psikologi sosial (jilid i edisi kesepuluh)*. (alih bahasa: Dra. Ratna Djuwita). Erlangga.
- Bukhori, B. (2016). *Pengaruh spiritualitas dan dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi narapidana tindak pidana korupsi di lembaga pemasyarakatan klas I semarang* [Universitas Islam Negeri Walisongo].

- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1), 32-41. <http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822>
- Connor, K., & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The connor-davidson resilience scale (cd-risc). *Journal of Depression and Anxiety*, 18, 76-82. https://doi.org/10.1002_da.10113
- Crede, M. & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133-165. <http://dx.doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- Dariuszky, G. (2004). *Membangun harga diri*. CV. Pionir Jaya.
- Djaali. (2020). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Bumi Aksara
- Djourova, N. P., Rodriguez, M. I., Tordera, S. N., & Abate, G. (2020). Self-efficacy and resilience: Mediating mechanisms in the relationship between the transformational leadership dimensions and well-being. *Journal of Leadership and Organizational Studies*, 27(3), 256-270, <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1548051819849002>
- Elkins, D. N., Hedstrom, J., Hughes, L. L., Leaf, J. A., & Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality: Definition, description, and measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, 28(5), 18. <https://doi.org/10.1177/0022167888284002>
- Fangauf, S. V. (2014). Spirituality and resilience: New insights into their relation with life satisfaction and depression. *Maastricht Student Journal of Psychology and Neuroscience*, 3(1), 135-150. <https://www.sustainabilityletters.net/MSJPN/article/view/61>
- Fatmawati, F., Nurviani, R., & Ilham, R. (2018). Efektivitas pelatihan empati dalam mengurangi konflik perkawinan pada pasangan suami istri yang berada pada tahun awal pernikahan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 165-176. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2954>
- Feist, J. & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian*. Salemba Humanika.
- Ghamari, M. (2012). Family function and depression, anxiety, and somatization among college students. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 2(5), 101-105.
- Graham, S., Furr, S., Flowers, C., & Burke, M. T. (2001). Religion and spirituality in coping with stress. *Counseling and Values*, 46(1), 2-13. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/j.2161-007X.2001.tb00202.x>
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi anak: Psikologi perkembangan anak dan remaja*. PT BPK Gunung Mulia.

- Hadi, S. (1991). *Analisis butir untuk instrumen angket, tes, dan skala nilai*. Fp Ugm.
- Hall, D., & Pearson, J. (2007). Critical abilities related to the development of resilience. *Interaction*, 11-13. <https://www.researchgate.net/publication/237636924>
- Handono, O. T. & Bashori, K. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres lingkungan pada santri baru. *Empathy; Jurnal Fakultas Psikologi*, 1(2), 79-89. <http://journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/view/3005/1744>
- Hartono, R. S. (2021). *Hubungan antara spiritualitas dengan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di rutan kelas iib boyolali* [Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Hasan, A. W. (2006). *Sq nabi, aplikasi strategi dan model kecerdasan spiritualitas (sq) rasullullah dimasa kini*. Bangun Tapan.
- Hendrickson, Z. M., Kim, J., Tol, W. A., Shrestha, A., Kafle, H. M., Luitel, N. P., Thapa, L., & Surkan, P. J. (2018). Resilience among nepali widows after the death of a spouse: “That was my past and now I have to see my present”. *Qualitative Health Research*, 28(3), 466–478. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/1049732317739265>
- Hidayat, O. & Fourianalistyawati, E. (2017). Peranan mindfulness terhadap stress akademik pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Psikogenesis*, 5(1). <https://doi.org/10.24854/jps.v5i1.494>
- Hurlock, E.B. (1990). *Psikologi perkembangan. suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Izzaturrohman., & Khaerani, N. M. (2018). Peningkatan resiliensi perempuan korban pelecehan seksual melalui pelatihan regulasi emosi. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 117-140. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2527>
- Izzah, N., Aini, D. K., & Bukhori, B. (2023). Stres dan strategi coping pada mahasiswa yang bertempat tinggal di pondok pesantren. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 3(1), 231-242.
- Jurjewicz, H. (2016). How spirituality leads to resilience a case study of immigrants. *European Journal of Science and Theology*, 12(4), 17-25.
- Kemenag. (2023). *Qur'an kemenag*.
- Keye, M. D. & Pidgeon, A. M. (2013). An investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Journal of Social Sciences*, 1(6), 1-4. <http://dx.doi.org/10.4236/jss.2013.16001>
- Kreitner, R. & Kinicki, A. (2003). *Organizational behavior (terjemahan) buku 1, edisi kelima*. Salemba Empat.

- Kurniawan, Y., & Noviza, N. (2017). Peningkatan resiliensi pada penyintas kekerasan terhadap perempuan berbasis terapi kelompok pendukung. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 125-142. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.1968>
- Lauster, P. (2005). *Tes kepribadian (terjemahan: D.H. Gulo)*. Bumi Aksara.
- Ma'had Al-Jami'ah. (2014). *Selayang pandang ma'had al-jami'ah walisongo*. Mahad.Walisongo.Ac.Id. https://mahad.walisongo.ac.id/?page_id=16
- McCubbin, L. (2001). Challenges to the definition of resilience. *Journal of American Psychological Association*, 1-19. https://www.researchgate.net/publication/234629052_Challenges_to_the_Definition_of_Resilience
- Meezenbroek, E. de J., Garssen, B., Berg, M. van den, Tuytel, G., Dierendonck, D. van, Visser, A., & Schaufeli, W. B. (2012). Measuring spirituality as a universal human experience: development of the spiritual attitude and involvement list (sail). *Journal of Psychosocial Oncology*, 30(2), 141-167. <https://doi.org/10.1007/s10943-010-9376-1>
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi. *Prosiding seminar nasional magister psikologi universitas ahmad dahlan, 2019*, 433-441. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3455>
- Moliner, R. G., Zayas, A., Ruíz-González, P., & Guil, R. (2018). Optimism and resilience among university students. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista Infad de Psicología*, 1(1), 147-153. <http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v1.1179>
- Nur, A. R. (2015). *Hubungan antara kemandirian dengan penyesuaian diri dalam lingkungan kampus pada mahasiswa [Universitas Padjajaran]*.
- Nuriyyatiningrum, N. A. H., Siswadi, A. G. P., Djunaidi, A., & Akorede, Q. M. (2020). Psychoeducational support group to the resilience of caregivers of chronic kidney disease patients undergoing hemodialysis. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 89. <http://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.3572>
- Oktaningrum, A. & Santhoso, F. H. (2018). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada siswa sma berasrama di magelang. *Gadjah Mada Journal of Psychology (Gamajop)*, 4(2), 127-134. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46359>
- Ormrod, J. E. (2008). *Psikologi pendidikan*. Erlangga
- Pasudewi, C. Y. & Undarwati, A. (2014). Resiliensi pada remaja binaan bapas ditinjau dari coping stress. *Intuisi: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 92-97. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v6i2.13318>
- Patton, P. (1998). *Eq kecerdasan emosional. jalan menuju kebahagiaan dan kesejahteraan*. Mitra Media.

- Permana, D. (2018). Peran spiritualitas dalam meningkatkan resiliensi pada residen narkoba. *Syifa Al-Qulub*, 2(2), 21–32. <https://doi.org/10.15575/saq.v2i2.2972>
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas ix di mts al hikmah brebes. *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(2), 51-68. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Piedmont, R. L. (2001). Spiritual transcendence and the scientific studi of spirituality. *Journal of Rehabilitation*, 67(1), 4-14.
- Piedmont, R. L. (1999). Does spirituality represent the sixth factor of personality? spiritual transcendence and the five-factor model. *Journal of Personality*, 67, 985-1014. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00080>
- Priyangga, A. A. (2022). *Pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi anggota polri gugus tugas covid-19 kabupaten situbondo* [Universitas Muhammadiyah Malang].
- Putra, A. A. (2021). Spiritualitas dan hardiness sebagai predictor resiliensi pada mahasiswa dengan peran ganda: studi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambilan. *Acta Psychologia*, 3(2), 127-137. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Rahman, A. A. (2016). *Metode penelitian psikologi*. PT Remaja.
- Resnick, B., Gwyther, L. P., & Roberto, K. A. (2011). *Resilience in aging: Concepts, research, and outcomes*. Springer.
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life's Invetible Obstacles*. Broadway Book.
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
- Rosito, A. C. (2010). Spiritualitas dalam perspektif psikologi positif. *Jurnal Visi*, 18(1), 29-42.
- Rustika, I. M. (2016). Efikasi diri: tinjauan teori albert studi, program fakultas, psikologi universitas, kedokteran. *Buletin Psikologi*, 20(1-2), 18-25.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 316-331.
- Saifuddin, A. (2019). *Psikologi agama: Implementasi psikologi untuk memahami perilaku beragama*. Prenadamedia Group.
- Santoso, S. (2009). *Panduan lengkap menguasai statistik dengan spss 17*. PT. Elex Media Komputindo.
- Santoso, S. (2014). *Statistik multivariat edisi revisi*. PT Elex Media Komputindo.

- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja. Edisi Keenam*. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2006). *Life span development: Perkembangan masa hidup*. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2008). *Psikologi pendidikan*. Prenada Media Group.
- Santrock, J. W. (2011). *Masa perkembangan anak*. Erlangga.
- Sasmita, I. A. G. H. D. & Rustika, I. M. (2015). Peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280-289. <https://doi.org/10.24843/JPU.2015.v02.i02.p16>
- Seligman, M. (2018). Perma and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13, 333-335. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018>
- Smith, B. W., Ortiz, J. A., Wiggins, K. T., Bernard, J. F., & Dalen, J. (2012). Spirituality, resilience, and positive emotions. *Oxford Handbooks Online*. 1-35. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199729920.013.0028>
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan r&d*. CV. Alfabeta.
- Sukmaningpraja, A. & Santhoso, F. H. (2016). Peran regulasi emosi terhadap resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis semi militer. *Gajah Mada Journal of Psychology (Gamajop)*, 2(3), 184-191. <https://doi.org/10.22146/gamajop.36944>
- United Nations Development Programme. (2022). *Human development index (HDI)*. <https://hdr.undp.org/data-center/human-development-index#/indicies/HDI>
- Wahidah, E. Y. (2018). Resiliensi perspektif al quran. *Jurnal Islam Nusantara*, 2(1), 105-120. <https://doi.org/10.33852/jurnal.in.v2i1.73>
- Wahyudi, R., Bebasari, E., & Nazriati, E. (2015). Gambaran tingkat stres pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas riau tahun pertama. *Jik; Jurnal Ilmu Kedokteran*, 9(2), 107-113. <https://doi.org/10.26891/JIK.v9i2.2015.107-113>
- Wahyuni, I. (2018). *Pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi diri pada guru sekolah dasar swasta di Jakarta timur* [Universitas Negeri Jakarta].
- Wahyuningsih, H. (2009). Validitas konstruk alat ukur spirituality orientation inventori (soi). *Jurnal Psikologi*, 36(2), 116-129. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7890>

- Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Humanitas (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 9(2), 1-10. <http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/341/231>
- Winarsunu, T. (2015). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. UMM Press.
- Wolin, S., & Wolin, S. J. (1994). *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Villard Books.
- Yusuf, M. (2011). The impact of self-efficacy, achievement motivation, and self-regulated learning strategies on students' academic achievement. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 15, 2623-2626.

LAMPIRAN

Lampiran 1 *Blue Print* Skala Resiliensi

NO.	ASPEK	INDIKATOR	FAVORABLE	UNFAVORABLE
1.	<i>Insight</i>	Mampu memahami masalah	1. Saya memahami masalah yang saya hadapi.	15. Saya kebingungan dengan masalah yang saya hadapi
		Mengambil pembelajaran dari masa lalu	2. Saya mengambil hikmah dari masalah yang saya hadapi	16. Masalah tidak memberikan pembelajaran apapun.
2.	<i>Independence</i>	Ketergantungan dengan orang lain	3. Saya mampu menyelesaikan permasalahan tanpa bergantung pada orang lain.	17. Saya bergantung pada orang lain saat berhadapan dengan masalah
		Pengambilan keputusan	4. Saya yakin akan keputusan yang saya ambil dalam setiap masalah.	18. Saya ragu-ragu dalam mengambil sebuah keputusan
3.	<i>Relationship</i>	Hubungan yang baik dengan sekitar	5. Saya mudah menjalin pertemanan dengan orang sekitar	19. Saya sulit menjalin pertemanan dengan orang sekitar.
		Saling memberi dukungan	6. Keluarga dan teman-teman selalu memberikan dukungan kepada saya begitupun sebaliknya.	20. Saya tidak mendapatkan dukungan dari siapapun.
4.	<i>Initiative</i>	Keinginan bertanggungjawab dalam hidup	7. Hidup merupakan tanggungjawab bagi saya.	21. Saya menjalani hidup dengan seadanya tanpa banyak pertimbangan.
			8. Saya memahami setiap konsekuensi dari tindakan yang saya lakukan.	22. Saya bertindak dengan cepat tanpa mempertimbangkan dampaknya.

5.	<i>Creativity</i>	Memunculkan solusi untuk masalah	9. Saya mampu menemukan solusi yang tepat untuk masalah saya.	23. Solusi yang saya temukan sering tidak tepat.
			10. Masalah saya selalu dapat diatasi dengan solusi yang saya ambil.	24. Masalah saya sering gagal teratasi dengan solusi yang saya ambil.
6.	<i>Humor</i>	Menciptakan kebahagiaan	11. Saat di situasi sulit saya tetap mampu menemukan peluang untuk bahagia.	25. Saat di situasi sulit saya merasa sangat sedih dan terpuruk.
			12. Saya tidak membiarkan diri saya berlarut dalam kesedihan dan berusaha mencari kebahagiaan.	26. Saya sulit bangkit dari kesedihan saat menghadapi masalah.
7.	<i>Morality</i>	Berperilaku sesuai hati nurani	13. Saya melakukan sesuatu dengan mengikuti hati nurani.	27. Saya melakukan sesuatu secara spontan sesuai dengan kondisi emosi.
			14. Saya mempertimbangkan nilai kebenaran dalam tindakan saya.	28. Saya bertindak untuk kesenangan pribadi.
Jumlah			14	14
Total			28	

Lampiran 2 *Blue Print* Skala Spiritualitas

NO.	ASPEK	INDIKATOR	FAVORABLE	UNFAVORABLE
1.	Pengalaman ibadah	Muncul rasa tenang dan bahagia setelah beribadah	1. Saya merasa tenang setelah melaksanakan kewajiban ibadah.	7. Saya tidak merasakan apapun setelah beribadah.
			2. Setelah berdoa saya merasa perasaan saya menjadi sangat positif.	8. Saya jarang berdoa karena berdoa tidak memberikan dampak pada saya.
			13. Saya merasa bahagia dalam menjalankan segala kewajiban beribadah.	16. Saya menjalankan ibadah hanya untuk menggugurkan kewajiban.
		Muncul rasa keterhubungan dengan Sang Pencipta	19. Saya meyakini bahwa hidup akan lebih baik jika ada hubungan yang harmonis dengan Sang Pencipta.	22. Saya meyakini kondisi kehidupan saya hanya bergantung pada tindakan saya sendiri.
			25. Saya meyakini bahwa keinginan saya dapat tercapai lebih mudah dengan bantuan Tuhan.	28. Saya meyakini segala pencapaian saya merupakan hasil usaha pribadi tanpa campur tangan hal lain.
2.	Universalitas	Keyakinan diri memiliki kesatuan dengan alam	3. Saya meyakini bahwa diri saya ini merupakan bagian dari alam.	9. Saya meyakini diri saya merupakan suatu hal yang berbeda dari alam.

			4. Jika saya membuat kerusakan pada alam sekitar maka itu juga berdampak pada diri saya.	10. Kerusakan alam tidak akan berdampak pada diri saya.
			14. Saya percaya hubungan diri dengan alam harus berjalan dengan harmonis	17. Saya jarang memikirkan dampak tindakan saya terhadap alam sekitar.
		Kesadaran untuk menjaga alam sekitar	20. Saya merasa memiliki tanggungjawab untuk menjaga alam sekitar.	23. Saya kerap lalai dalam menjaga alam sekitar.
			26. Saya berusaha menjaga alam sekitar sebaik mungkin.	29. Saya membiarkan seseorang melakukan tindakan yang dapat merusak alam.
3.	Keterkaitan	Keyakinan akan keterkaitan antar manusia	5. Saya meyakini bahwa setiap orang memiliki keterkaitan satu sama lainnya.	11. Saya tidak yakin bahwa manusia saling memiliki keterkaitan.
			6. Saya meyakini setiap orang perlu untuk berinteraksi dengan orang lain.	12. Saya merasa setiap orang dapat hidup tanpa berinteraksi dengan sesamanya.

			15. Saya meyakini dalam berinteraksi setiap orang harus bersikap adil	18. Saya merasa dalam beberapa waktu tidak perlu bersikap adil.
		Memahami potensi setiap orang	21. Saya meyakini bahwa setiap orang mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik.	24. Saya meyakini beberapa orang terlihat tidak mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik.
			27. Saya meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan yang harus dihargai.	30. Saya merasa kekurangan dalam diri seseorang merupakan hal yang buruk.
Jumlah			15	15
Total			30	

Lampiran 3 *Blue Print* Efikasi Diri

NO.	ASPEK	INDIKATOR	FAVORABLE	UNFAVORABLE
1.	Keyakinan akan kemampuan diri	Mengenal dan menerima kelebihan dan kekurangan diri	1. Saya yakin bahwa saya telah mengenal diri saya dengan baik.	11. Saya merasa kurang mengenal diri saya.
			2. Saya mampu mengembangkan kelebihan saya untuk menyelesaikan masalah.	12. Saya belum mengenali kelebihan diri saya sehingga sulit menyelesaikan masalah.
			21. Saya menerima kekurangan saya dan dapat menempatkannya dengan sesuai sehingga tidak merugikan saya.	26. Saya membenci kekurangan saya dan saya sering merasa dirugikan dengan adanya kekurangan tersebut.
2.	Optimis	Pandangan yang baik tentang diri, masa depan dan segala hal	3. Saya meyakini bahwa saya mampu mencapai cita-cita saya.	13. Saya ragu akan keberhasilan saya mencapai cita-cita
			4. Saya yakin masa depan akan lebih baik dari hari ini	14. Saya merasa esok tidak akan jauh lebih baik dari hari ini
			22. Saya yakin kemampuan yang saya miliki bisa membawa saya pada kesuksesan.	27. Saya merasa kemampuan saya tidak berguna di masa depan.

3.	Objektif	Memandang masalah sesuai dengan kebenaran.	5. Usaha saya dapat berhasil jika saya melakukannya dengan sungguh-sungguh.	15. Usaha saya dapat berhasil hanya jika saya memiliki keberuntungan.
			6. Saya memahami permasalahan sesuai dengan data-data yang ada.	16. Saya memahami permasalahan hanya dengan menggunakan intuisi saja.
			23. Saat pilihan saya dianggap salah oleh orang lain saya akan mencoba menelaah ulang permasalahan tersebut.	28. Saya mengabaikan masukan orang lain sekalipun itu adalah kebenaran.
4.	Bertanggung-jawab	Menerima setiap konsekuensi	7. Saya memahami dan siap menerima konsekuensi dari hal yang saya lakukan.	17. Saya tidak mau menerima hal yang membuat saya dalam masalah sekalipun itu konsekuensi dari perilaku saya.
			8. Saya akan melakukan segala hal jika itu merupakan kewajiban saya.	18. Saya lalai dalam melakukan kewajiban saya.
			24. Saya tidak akan menghindari dari hal yang menjadi tanggungjawab saya.	29. Saya akan mencoba menghindari tanggungjawab yang menyulitkan saya.

5.	Rasional dan Realistis	Menganalisa sesuatu dengan akal sehat dan sesuai realita	9. Saya percaya semua yang terjadi merupakan bagian dari pola sebab-akibat.	19. Saya merasa semua yang terjadi merupakan bagian dari pola yang abstrak dan tidak tertebak.
			10. Saya mencoba memahami masalah sesuai dengan akal sehat.	20. Saya menepikan pemahaman akal sehat dalam memahami masalah.
			25. Saya yakin setiap kejadian pasti dapat dijelaskan secara rasional.	30. Saya merasa banyak kejadian tidak dapat dijelaskan dengan nalar.
Jumlah			15	15
Total			30	

Lampiran 4 Uji Coba Skala

SKALA UJI COBA

Identitas Responden

Nama (Boleh Inisial) :

Jurusan :

Fakultas :

Petunjuk Pengerjaan

Anda akan membaca sejumlah pernyataan mengenai perilaku yang muncul pada diri Anda. Anda di minta untuk memberikan tanggapan terhadap pernyataan tersebut dengan memilih salah satu jawaban yang di sediakan. Sebelum memberikan jawaban hendaknya Anda membaca setiap pernyataan dengan seksama. Berikut petunjuk pengerjaannya:

1. Tuliskan identitas Anda pada bagian yang ditentukan.
2. Pastikan seluruh pernyataan terjawab dan tidak ada yang terlewat.
3. Berilah tanda centang (√) pada salah satu pilihan jawaban yang anda pilih, perhatikan keterangan berikut:
SS = Sangat Sesuai
S = Sesuai
TS = Tidak Sesuai
STS = Sangat Tidak Sesuai
4. Jawaban dan identitas Anda akan di rahasiakan dalam penelitian ini. Sehingga, kejujuran dan kesungguhan Anda dalam mengerjakan sangat di harapkan.

“SELAMAT MENGERJAKAN”

Semarang, 19 Februari 2023

Elfany Alia Agustina

SKALA RESILIENSI

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya memahami masalah yang saya hadapi.				
2.	Saya mengambil hikmah dari masalah yang saya hadapi				
3.	Saya mampu menyelesaikan permasalahan tanpa bergantung pada orang lain.				
4.	Saya yakin akan keputusan yang saya ambil dalam setiap masalah.				
5.	Saya mudah menjalin pertemanan dengan orang sekitar				
6.	Keluarga dan teman-teman selalu memberikan dukungan kepada saya begitupun sebaliknya.				
7.	Hidup merupakan tanggungjawab bagi saya.				
8.	Saya memahami setiap konsekuensi dari tindakan yang saya lakukan.				
9.	Saya mampu menemukan solusi yang tepat untuk masalah saya.				
10.	Masalah saya selalu dapat diatasi dengan solusi yang saya ambil.				
11.	Saat di situasi sulit saya tetap mampu menemukan peluang untuk bahagia.				
12.	Saya tidak membiarkan diri saya berlarut dalam kesedihan dan berusaha mencari kebahagiaan.				
13.	Saya melakukan sesuatu dengan mengikuti hati nurani.				
14.	Saya mempertimbangkan nilai kebenaran dalam tindakan saya.				
15.	Saya kebingungan dengan masalah yang saya hadapi				
16.	Masalah tidak memberikan pembelajaran apapun.				
17.	Saya bergantung pada orang lain saat berhadapan dengan masalah				
18.	Saya ragu-ragu dalam mengambil sebuah keputusan				
19.	Saya sulit menjalin pertemanan dengan orang sekitar.				
20.	Saya tidak mendapatkan dukungan dari siapapun.				
21.	Saya menjalani hidup dengan seadanya tanpa banyak pertimbangan.				
22.	Saya bertindak dengan cepat tanpa mempertimbangkan dampaknya.				

23.	Solusi yang saya temukan sering tidak tepat.				
24.	Masalah saya sering gagal teratasi dengan solusi yang saya ambil.				
25.	Saat di situasi sulit saya merasa sangat sedih dan terpuruk.				
26.	Saya sulit bangkit dari kesedihan saat menghadapi masalah				
27.	Saya melakukan sesuatu secara spontan sesuai dengan kondisi emosi.				
28.	Saya bertindak untuk kesenangan pribadi.				

SKALA SPIRITUALITAS

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa tenang setelah melaksanakan kewajiban ibadah.				
2.	Setelah berdoa saya merasa perasaan saya menjadi sangat positif.				
3.	Saya meyakini bahwa diri saya ini merupakan bagian dari alam.				
4.	Jika saya membuat kerusakan pada alam sekitar maka itu juga berdampak pada diri saya.				
5.	Saya meyakini bahwa setiap orang memiliki keterkaitan satu sama lainnya.				
6.	Saya meyakini setiap orang perlu untuk berinteraksi dengan orang lain.				
7.	Saya tidak merasakan apapun setelah beribadah.				
8.	Saya jarang berdoa karena berdoa tidak memberikan dampak pada saya.				
9.	Saya meyakini diri saya merupakan suatu hal yang berbeda dari alam.				
10.	Kerusakan alam tidak akan berdampak pada diri saya.				
11.	Saya tidak yakin bahwa manusia saling memiliki keterkaitan.				
12.	Saya merasa setiap orang dapat hidup tanpa berinteraksi dengan sesamanya.				
13.	Saya merasa bahagia dalam menjalankan segala kewajiban beribadah.				
14.	Saya percaya hubungan diri dengan alam harus berjalan dengan harmonis.				
15.	Saya meyakini dalam berinteraksi setiap orang harus bersikap adil				

16.	Saya menjalankan ibadah hanya untuk menggugurkan kewajiban.				
17.	Saya jarang memikirkan dampak tindakan saya terhadap alam sekitar.				
18.	Saya merasa dalam beberapa waktu tidak perlu bersikap adil.				
19.	Saya meyakini bahwa hidup akan lebih baik jika ada hubungan yang harmonis dengan Sang Pencipta.				
20.	Saya merasa memiliki tanggungjawab untuk menjaga alam sekitar.				
21.	Saya meyakini bahwa setiap orang mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik.				
22.	Saya meyakini kondisi kehidupan saya hanya bergantung pada tindakan saya sendiri.				
23.	Saya kerap lalai dalam menjaga alam sekitar.				
24.	Saya meyakini beberapa orang terlihat tidak mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik.				
25.	Saya meyakini bahwa keinginan saya dapat tercapai lebih mudah dengan bantuan Tuhan.				
26.	Saya berusaha menjaga alam sekitar sebaik mungkin.				
27.	Saya meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan yang harus dihargai.				
28.	Saya meyakini segala pencapaian saya merupakan hasil usaha pribadi tanpa campur tangan hal lain.				
29.	Saya membiarkan seseorang melakukan tindakan yang dapat merusak alam.				
30.	Saya merasa kekurangan dalam diri seseorang merupakan hal yang buruk.				

SKALA EFIKASI DIRI

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin bahwa saya telah mengenal diri saya dengan baik.				
2.	Saya mampu mengembangkan kelebihan saya untuk menyelesaikan masalah.				
3.	Saya meyakini bahwa saya mampu mencapai cita-cita saya.				
4.	Saya yakin masa depan akan lebih baik dari hari ini				

5.	Usaha saya dapat berhasil jika saya melakukannya dengan sungguh-sungguh.				
6.	Saya memahami permasalahan sesuai dengan data-data yang ada.				
7.	Saya memahami dan siap menerima konsekuensi dari hal yang saya lakukan.				
8.	Saya akan melakukan segala hal jika itu merupakan kewajiban saya.				
9.	Saya percaya semua yang terjadi merupakan bagian dari pola sebab-akibat.				
10.	Saya mencoba memahami masalah sesuai dengan akal sehat.				
11.	Saya merasa kurang menengal diri saya.				
12.	Saya belum mengenali kelebihan diri saya sehingga sulit menyelesaikan masalah.				
13.	Saya ragu akan keberhasilan saya mencapai cita-cita				
14.	Saya merasa esok tidak akan jauh lebih baik dari hari ini				
15.	Usaha saya dapat berhasil hanya jika saya memiliki keberuntungan.				
16.	Saya memahami permasalahan hanya dengan menggunakan intuisi saja.				
17.	Saya tidak mau menerima hal yang membuat saya dalam masalah sekalipun itu konsekuensi dari perilaku saya.				
18.	Saya lalai dalam melakukan kewajiban saya.				
19.	Saya merasa semua yang terjadi merupakan bagian dari pola yang abstrak dan tidak tertebak.				
20.	Saya menepikan pemahaman akal sehat dalam memahami masalah.				
21.	Saya menerima kekurangan saya dan dapat menempatkannya dengan sesuai sehingga tidak merugikan saya.				
22.	Saya yakin kemampuan yang saya miliki bisa membawa saya pada kesuksesan.				
23.	Saat pilihan saya dianggap salah oleh orang lain saya akan mencoba menelaah ulang permasalahan tersebut.				
24.	Saya tidak akan menghindari dari hal yang menjadi tanggungjawab saya.				
25.	Saya yakin setiap kejadian pasti dapat dijelakan secara rasional.				

26.	Saya membenci kekurangan saya dan saya sering merasa dirugikan dengan adanya kekurangan tersebut.				
27.	Saya merasa kemampuan saya tidak berguna di masa depan.				
28.	Saya mengabaikan masukan orang lain sekalipun itu adalah kebenaran.				
29.	Saya akan mencoba menghindari tanggungjawab yang menyulitkan saya.				
30.	Saya merasa banyak kejadian tidak dapat dijelaskan dengan nalar.				

Lampiran 5 Data Uji Coba Skala Resiliensi

No	Inisial	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17	R18	R19	R20	R21	R22	R23	R24	R25	R26	R27	R28	Total
1	FQ	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	2	4	3	2	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	87
2	UMF	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	1	3	84
3	NL	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	97
4	FQ	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	93
5	NF	3	4	4	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	78
6	AF	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	88
7	L	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	82
8	BA	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	79
9	TF	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	74
10	MK	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	86
11	AN	3	4	3	3	3	4	4	3	2	2	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	85
12	BA	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	1	4	3	2	2	4	3	3	3	3	1	2	2	3	79
13	US	3	3	2	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
14	S	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	76
15	MI	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	95
16	AN	3	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	84
17	AY	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	99
18	DA	3	3	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	2	3	1	3	1	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	65
19	NL	3	4	2	3	4	4	4	3	2	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	93
20	AR	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	1	3	2	2	1	3	2	3	3	3	1	2	1	3	68
21	DF	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	3	3	2	2	2	4	2	3	93
22	RF	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83
23	MM	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	90
24	DA	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	101
25	QA	3	4	3	2	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	1	4	2	2	1	4	3	3	3	2	1	3	3	2	72
26	NR	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	1	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	68
27	LK	3	4	2	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	82
28	ND	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	81
29	TT	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83
30	D	3	4	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	4	3	1	4	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	73

Lampiran 6 Data Uji Coba Skala Spiritualitas

No	Inisial	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	S23	S24	S25	S26	S27	S28	S29	S30	Total
1	FQ	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	2	4	2	4	4	3	3	98
2	UMF	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	1	2	1	4	2	4	3	2	3	98
3	NL	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	1	3	2	4	4	4	3	4	4	107
4	FQ	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	1	2	4	4	4	4	3	3	105
5	NF	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	4	3	4	3	3	3	92
6	AF	4	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	2	4	4	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	96
7	L	4	4	2	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	4	3	4	3	3	3	94
8	BA	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	1	2	2	4	4	4	3	3	2	99
9	TF	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	3	4	4	101
10	MK	4	4	2	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	3	4	4	106
11	AN	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	3	4	4	104
12	BA	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	2	3	3	4	3	2	4	105
13	US	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	87
14	S	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	1	2	2	4	3	4	2	3	3	100
15	MI	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	2	4	3	4	1	3	3	98
16	AN	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2	2	3	4	2	4	2	3	3	102
17	AY	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	2	4	3	4	3	2	4	109
18	DA	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	2	2	4	4	4	2	4	3	106
19	NL	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	102
20	AR	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	2	3	4	3	3	4	3	3	2	2	2	4	4	4	3	3	3	97
21	DF	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	97
22	RF	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	97
23	MM	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	2	3	3	97
24	DA	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	1	4	4	114
25	QA	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	2	4	3	3	2	3	3	97
26	NR	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	2	4	3	4	3	101
27	LK	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	98
28	ND	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	2	2	4	3	3	2	2	2	4	3	4	3	3	4	96
29	TT	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	88
30	D	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	2	2	4	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	4	99

Lampiran 7 Data Uji Coba Skala Efikasi Diri

No	Inisial	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	E9	E10	E11	E12	E13	E14	E15	E16	E17	E18	E19	E20	E21	E22	E23	E24	E25	E26	E27	E28	E29	E30	Total	
1	FQ	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	92	
2	UMF	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	3	2	2	3	3	4	4	3	2	4	4	4	2	2	96	
3	NL	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	107	
4	FQ	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	2	90	
5	NF	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	88	
6	AF	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	2	95	
7	L	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	1	3	3	3	2	86	
8	BA	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	84	
9	TF	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	89	
10	MK	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	98	
11	AN	2	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	98	
12	BA	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	1	2	1	2	2	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	1	86	
13	US	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	83	
14	S	2	2	3	4	4	3	3	4	2	3	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	82	
15	MI	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	3	96	
16	AN	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	99
17	AY	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	108
18	DA	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	4	4	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	82
19	NL	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	95	
20	AR	2	2	2	2	3	2	3	2	4	4	2	2	1	1	1	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73
21	DF	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	88	
22	RF	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90
23	MM	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	92	
24	DA	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	2	2	1	1	1	1	3	1	1	3	4	4	4	4	1	3	1	2	1	80	
25	QA	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	84	
26	NR	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	1	1	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	76	
27	LK	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	1	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	1	3	3	92	
28	ND	3	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	90	
29	TT	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	84	
30	D	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	2	4	4	2	2	4	2	2	4	3	4	4	3	3	2	4	2	3	2	93	

Lampiran 8 Hasil Uji Validitas Resiliensi

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	163.10	345.610	.355	.739
item_2	162.73	342.685	.406	.737
item_3	163.53	349.085	.119	.742
item_4	163.53	340.120	.622	.735
item_5	163.33	336.161	.632	.732
item_6	162.87	340.395	.422	.736
item_7	162.70	340.148	.613	.735
item_8	163.13	338.602	.470	.734
item_9	163.43	340.737	.462	.736
item_10	163.57	342.392	.416	.737
item_11	163.23	346.116	.287	.740
item_12	162.97	342.171	.392	.737
item_13	163.47	348.326	.117	.742
item_14	163.17	346.213	.252	.740
item_15	164.40	335.559	.567	.732
item_16	162.93	345.444	.222	.740
item_17	163.37	328.102	.878	.724
item_18	163.80	331.062	.701	.728
item_19	163.70	325.941	.707	.724
item_20	162.90	334.921	.601	.731
item_21	163.57	342.047	.390	.737
item_22	163.33	335.540	.724	.731
item_23	163.53	341.568	.471	.736
item_24	163.50	340.052	.569	.735
item_25	163.97	327.137	.731	.724
item_26	163.30	335.459	.694	.731
item_27	163.63	337.895	.472	.734
item_28	163.47	341.775	.444	.736
Total	83.17	87.868	1.000	.901

Lampiran 9 Hasil Uji Validitas Skala Spiritualitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	195.47	132.120	.346	.707
item_2	195.50	130.672	.481	.704
item_3	196.10	130.576	.315	.705
item_4	195.97	129.344	.485	.701
item_5	196.03	129.413	.505	.701
item_6	195.57	130.392	.449	.703
item_7	195.70	129.941	.430	.702
item_8	195.53	129.499	.575	.701
item_9	196.13	131.085	.253	.706
item_10	195.90	129.403	.465	.701
item_11	195.80	128.441	.547	.699
item_12	195.77	129.289	.416	.701
item_13	195.73	129.168	.492	.701
item_14	195.90	129.610	.391	.702
item_15	195.83	128.351	.554	.698
item_16	196.30	129.114	.506	.700
item_17	196.27	128.616	.456	.700
item_18	196.50	128.466	.416	.700
item_19	195.43	131.357	.506	.705
item_20	195.83	129.178	.480	.701
item_21	195.90	130.231	.391	.703
item_22	197.03	134.930	-.031	.718
item_23	197.03	135.620	-.071	.717
item_24	197.23	135.909	-.103	.717
item_25	195.43	132.461	.347	.708
item_26	196.17	129.661	.333	.703
item_27	195.43	131.357	.506	.705
item_28	196.60	138.455	-.242	.725
item_29	196.17	131.109	.260	.706
item_30	196.07	129.099	.475	.701
Total	99.67	33.747	1.000	.783

Lampiran 10 Hasil Uji Validitas Skala Efikasi Diri

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	177.03	251.137	.345	.717
item_2	176.83	254.351	.231	.720
item_3	176.20	246.510	.597	.711
item_4	176.17	247.799	.590	.712
item_5	176.00	252.276	.434	.717
item_6	176.63	253.137	.301	.719
item_7	176.50	250.466	.439	.716
item_8	176.50	249.638	.486	.715
item_9	176.43	250.116	.395	.716
item_10	176.37	263.068	-.260	.731
item_11	177.37	245.964	.450	.712
item_12	177.20	245.959	.532	.711
item_13	176.80	241.269	.618	.705
item_14	176.63	245.964	.410	.712
item_15	177.43	248.530	.436	.714
item_16	176.90	251.334	.337	.717
item_17	176.90	251.679	.354	.717
item_18	177.13	249.085	.397	.715
item_19	177.20	247.476	.409	.713
item_20	176.87	246.189	.460	.712
item_21	176.67	253.471	.350	.719
item_22	176.23	251.771	.412	.717
item_23	176.50	256.259	.163	.722
item_24	176.57	252.047	.439	.717
item_25	176.70	256.700	.111	.723
item_26	176.87	245.430	.464	.711
item_27	176.27	249.995	.526	.715
item_28	176.97	255.757	.103	.723
item_29	176.87	251.361	.317	.717
item_30	177.40	249.972	.396	.716
Total	89.87	64.671	1.000	.829

Lampiran 11 Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.913	23

Lampiran 12 Hasil Uji Reliabilitas Skala Spiritualitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.863	24

Lampiran 13 Hasil Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.852	25

Lampiran 14 Skala Penelitian

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

Identitas Responden

Nama :
Jurusan :
Fakultas :

Petunjuk Pengerjaan

Anda akan membaca sejumlah pernyataan mengenai perilaku yang muncul pada diri Anda. Anda diminta untuk memberikan tanggapan terhadap pernyataan-pernyataan tersebut dengan memilih salah satu jawaban yang disediakan. Tidak ada jawaban benar atau salah dalam skala ini, maka Anda diharapkan untuk memberikan jawaban sebenar-benarnya sesuai dengan kondisi diri Anda. Sebelum memberikan jawaban hendaknya Anda membaca setiap pernyataan dengan seksama. Berikut petunjuk pengerjaannya:

1. Tuliskan identitas Anda pada bagian yang ditentukan.
2. Pastikan seluruh pernyataan terjawab dan tidak ada yang terlewat.
3. Berilah tanda centang (✓) pada salah satu jawaban yang Anda pilih, dengan keterangan:
SS = Sangat Sesuai
S = Sesuai
TS = Tidak Sesuai
STS = Sangat Tidak Sesuai
4. Seluruh jawaban dan identitas Anda akan dijamin kerahasiaannya dalam penelitian ini.
5. Jika terdapat pertanyaan atau informasi lebih lanjut dapat menghubungi peneliti pada email: elfanyalia11@gmail.com

“SELAMAT MENGERJAKAN”

Peneliti

Elfany Alia Agustina

BAGIAN 1

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya memahami masalah yang saya hadapi.				
2.	Saya mengambil hikmah dari masalah yang saya hadapi				
3.	Saya yakin akan keputusan yang saya ambil dalam setiap masalah.				
4.	Saya mudah menjalin pertemanan dengan orang sekitar				
5.	Keluarga dan teman-teman selalu memberikan dukungan kepada saya begitupun sebaliknya.				
6.	Hidup merupakan tanggungjawab bagi saya.				
7.	Saya memahami setiap konsekuensi dari tindakan yang saya lakukan.				
8.	Saya mampu menemukan solusi yang tepat untuk masalah saya.				
9.	Masalah saya selalu dapat diatasi dengan solusi yang saya ambil.				
10.	Saya tidak membiarkan diri saya berlarut dalam kesedihan dan berusaha mencari kebahagiaan.				
11.	Saya kebingungan dengan masalah yang saya hadapi				
12.	Saya bergantung pada orang lain saat berhadapan dengan masalah				
13.	Saya ragu-ragu dalam mengambil sebuah keputusan				
14.	Saya sulit menjalin pertemanan dengan orang sekitar.				
15.	Saya tidak mendapatkan dukungan dari siapapun.				
16.	Saya menjalani hidup dengan seadanya tanpa banyak pertimbangan.				
17.	Saya bertindak dengan cepat tanpa mempertimbangkan dampaknya.				
18.	Solusi yang saya temukan sering tidak tepat.				
19.	Masalah saya sering gagal teratasi dengan solusi yang saya ambil.				
20.	Saat di situasi sulit saya merasa sangat sedih dan terpuruk.				
21.	Saya sulit bangkit dari kesedihan saat menghadapi masalah				
22.	Saya melakukan sesuatu secara spontan sesuai dengan kondisi emosi.				
23.	Saya bertindak untuk kesenangan pribadi.				

BAGIAN 2

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa tenang setelah melaksanakan kewajiban ibadah.				
2.	Setelah berdoa saya merasa perasaan saya menjadi sangat positif.				
3.	Saya meyakini bahwa diri saya ini merupakan bagian dari alam.				
4.	Jika saya membuat kerusakan pada alam sekitar maka itu juga berdampak pada diri saya.				
5.	Saya meyakini bahwa setiap orang memiliki keterkaitan satu sama lainnya.				
6.	Saya meyakini setiap orang perlu untuk berinteraksi dengan orang lain.				
7.	Saya tidak merasakan apapun setelah beribadah.				
8.	Saya jarang berdoa karena berdoa tidak memberikan dampak pada saya.				
9.	Kerusakan alam tidak akan berdampak pada diri saya.				
10.	Saya tidak yakin bahwa manusia saling memiliki keterkaitan.				
11.	Saya merasa setiap orang dapat hidup tanpa berinteraksi dengan sesamanya.				
12.	Saya merasa bahagia dalam menjalankan segala kewajiban beribadah.				
13.	Saya percaya hubungan diri dengan alam harus berjalan dengan harmonis.				
14.	Saya meyakini dalam berinteraksi setiap orang harus bersikap adil				
15.	Saya menjalankan ibadah hanya untuk menggugurkan kewajiban.				
16.	Saya jarang memikirkan dampak tindakan saya terhadap alam sekitar.				
17.	Saya merasa dalam beberapa waktu tidak perlu bersikap adil.				
18.	Saya meyakini bahwa hidup akan lebih baik jika ada hubungan yang harmonis dengan Sang Pencipta.				
19.	Saya merasa memiliki tanggungjawab untuk menjaga alam sekitar.				
20.	Saya meyakini bahwa setiap orang mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik.				

21.	Saya meyakini bahwa keinginan saya dapat tercapai lebih mudah dengan bantuan Tuhan.				
22.	Saya berusaha menjaga alam sekitar sebaik mungkin.				
23.	Saya meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan yang harus dihargai.				
24.	Saya merasa kekurangan dalam diri seseorang merupakan hal yang buruk.				

BAGIAN 3

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin bahwa saya telah mengenal diri saya dengan baik.				
2.	Saya meyakini bahwa saya mampu mencapai cita-cita saya.				
3.	Saya yakin masa depan akan lebih baik dari hari ini				
4.	Usaha saya dapat berhasil jika saya melakukannya dengan sungguh-sungguh.				
5.	Saya memahami permasalahan sesuai dengan data-data yang ada.				
6.	Saya memahami dan siap menerima konsekuensi dari hal yang saya lakukan.				
7.	Saya akan melakukan segala hal jika itu merupakan kewajiban saya.				
8.	Saya percaya semua yang terjadi merupakan bagian dari pola sebab-akibat.				
9.	Saya merasa kurang menengal diri saya.				
10.	Saya belum mengenali kelebihan diri saya sehingga sulit menyelesaikan masalah.				
11.	Saya ragu akan keberhasilan saya mencapai cita-cita				
12.	Saya merasa esok tidak akan jauh lebih baik dari hari ini				
13.	Usaha saya dapat berhasil hanya jika saya memiliki keberuntungan.				
14.	Saya memahami permasalahan hanya dengan menggunakan intuisi saja.				
15.	Saya tidak mau menerima hal yang membuat saya dalam masalah sekalipun itu konsekuensi dari perilaku saya.				
16.	Saya lalai dalam melakukan kewajiban saya.				

17.	Saya merasa semua yang terjadi merupakan bagian dari pola yang abstrak dan tidak tertebak.				
18.	Saya menepikan pemahaman akal sehat dalam memahami masalah.				
19.	Saya menerima kekurangan saya dan dapat menempatkannya dengan sesuai sehingga tidak merugikan saya.				
20.	Saya yakin kemampuan yang saya miliki bisa membawa saya pada kesuksesan.				
21.	Saya tidak akan menghindar dari hal yang menjadi tanggungjawab saya.				
22.	Saya membenci kekurangan saya dan saya sering merasa dirugikan dengan adanya kekurangan tersebut.				
23.	Saya merasa kemampuan saya tidak berguna di masa depan.				
24.	Saya akan mencoba menghindari tanggungjawab yang menyulitkan saya.				
25.	Saya merasa banyak kejadian tidak dapat dijelaskan dengan nalar.				

Lampiran 15 Hasil Uji Deskriptif Data

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	103	52	84	66.38	6.607
Spiritualitas	103	55	96	78.81	7.307
Efikasi Diri	103	58	91	73.90	7.509
Valid N (listwise)	103				

Lampiran 16 Kategorisasi Resiliensi

Resiliensi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	19	18.4	18.4	18.4
	Sedang	67	65.0	65.0	83.5
	Tinggi	17	16.5	16.5	100.0
	Total	103	100.0	100.0	

Lampiran 17 Kategorisasi Spiritualitas

Spiritualitas					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	14	13.6	13.6	13.6
	Sedang	76	73.8	73.8	87.4
	Tinggi	13	12.6	12.6	100.0
	Total	103	100.0	100.0	

Lampiran 18 Kategorisasi Efikasi Diri

EfikasiDiri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	15	14.6	14.6	14.6
	Sedang	74	71.8	71.8	86.4
	Tinggi	14	13.6	13.6	100.0
	Total	103	100.0	100.0	

Lampiran 19 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		103
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.97483205
Most Extreme Differences	Absolute	.057
	Positive	.057
	Negative	-.053
Test Statistic		.057
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Lampiran 20 Hasil Uji Linearitas Spiritualitas dengan Resiliensi

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi * Spiritualitas	Between Groups	(Combined)	2173.134	30	72.438	2.288	.002
		Linearity	1061.669	1	1061.669	33.540	.000
		Deviation from Linearity	1111.466	29	38.326	1.211	.253
	Within Groups		2279.099	72	31.654		
	Total		4452.233	102			

Lampiran 21 Hasil Uji Linearitas Efikasi Diri dengan Resiliensi

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi * Efikasi Diri	Between Groups	(Combined)	2495.583	29	86.055	3.211	.000
		Linearity	1512.988	1	1512.988	56.448	.000
		Deviation from Linearity	982.595	28	35.093	1.309	.180
	Within Groups		1956.650	73	26.803		
	Total		4452.233	102			

Lampiran 22 Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a			
Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	(Constant)		
	Spiritualitas	.880	1.136
	Efikasi Diri	.880	1.136

a. Dependent Variable: Resiliensi

Lampiran 23 Hasil Uji Hipotesis

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.658 ^a	.433	.422	5.024

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Spiritualitas
b. Dependent Variable: Resiliensi

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1927.840	2	963.920	38.184	.000 ^b
	Residual	2524.393	100	25.244		
	Total	4452.233	102			

a. Dependent Variable: Resiliensi
b. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Spiritualitas

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	12.618	6.286		2.007	.047
	Spiritualitas	.294	.073	.325	4.054	.000
	Efikasi Diri	.414	.071	.470	5.858	.000

a. Dependent Variable: Resiliensi

Lampiran 24 Bukti Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

MAHAD AL JAMIAH WALISONGO

Jl. Prof. Dr. Hamba Kas. I Kampus II Ngaliyan Semarang 50185

Nomor : 194/Un.10.0/P4/DA.04.10/04/2023

11 April 2023

Perihal : Balasan Permohonan Izin Penelitian

Kepada
Elfany Alia Agustina (1907016077)
di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,
Yang bertanda tangan dibawah ini:
Nama : Dr. H. Amir Tajrid, M.Ag.
Jabatan : Kepala Pusat Mahad al-Jamiah Walisongo Semarang

Merujuk pada surat dengan nomor: 1232/Un.10.7/D1/KM.00.02/04/2023 perihal permohonan izin penelitian, menerangkan bahwa:

Nama : Elfany Alia Agustina
NIM : 1907016077
Program studi : S1 – Psikologi

Telah kami setuju untuk melakukan penelitian pada lembaga kami sebagai syarat penyusunan skripsi dengan judul:

"Pengaruh Spiritualitas Dan Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Mahasiswa Baru Jalur Ujian Mandiri Yang Wajib Tinggal Di Mahad al-Jamiah UIN Walisongo."

Demikian surat ini kami sampaikan, harap dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Kepala Pusat Mahad al-Jami'ah,

Tajrid

Lampiran 25 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Elfany Alia Agustina
Tempat, Tanggal Lahir : Tanjung Jabung Timur, 11 Agustus 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : RT/RW 01/04, Ds. Sukajadi, Kec. Sungai Rotan,
Kab. Muara Enim, Sumatera Selatan.
Email : elfanyalia11@gmail.com
No. HP : 082245823684
Nama Ayah : Ida Bagus Cahyono
Nama Ibu : Lamini
Riwayat Pendidikan
1. SD/MI : SDN 3 SELOREJO
2. SMP/MTs : SMP NEGERI 4 NGANJUK Tahun 2013
3. SMA/MA/SMK : SMA NEGERI 1 NGANJUK Tahun 2016
Prestasi
1. Juara II Konsep Terbaik Psy-Proposal KIMPSI-II (2021)
2. Juara I Cipta Puisi Psikestival 3.0 (2020)
3. Juara I Musikalisasi Puisi Psikestival 2.0 (2019)
4. Juara I Orsenik Cabor Bahtsul Kutub (2019)
Demikian riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 28 Mei 2023



Elfany Alia Agustina