

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF REGULATED LEARNING
TERHADAP EFIKAS MAHASISWA PENGHAFAL AL-QUR'AN DALAM
MENGHADAPI UJIAN SIMA'AN DI PPPTQ AL-HIKMAH TUGU SEMARANG

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Studi Strata Satu Psikologi (S.Psi)



Disusun Oleh : Lum'attut Tohiroh

NIM : 2007016040

JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2024

LEMBAR PENGESAHAN



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

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

LEMBAR PENGESAHAN

Judul : PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF REGULATED LEARNING TERHADAP EFIKASI MAHASISWA PENGHAFAL AL-QUR'AN DALAM MENGHADAPI UJIAN SIMA'AN DI PPPTQ AL-HIKMAH TUGU SEMARANG
Penulis : Lum'attut Tohiroh
NIM : 2007016040
Jurusan : Psikologi

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

Semarang, 20 September 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP. 198605232018012002



Penguji II

Prof. Dr. Baidi Bukhori, M.Si
NIP. 197304271996031001

Penguji III

Khairani Zikrinawati, M.A.
NIP. 199201012019032036

Penguji IV

Nadva Arivani Hasanah N., M.Psi, Psikolog
NIP. 199201172019032019

Pembimbing I

Prof. Dr. Baidi Bukhori, M.Si
NIP. 197304271996031001

Pembimbing II

Lainatul Mudzikiyah, M.Psi, Psikolog
NIP. 198605032016012901

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

Assalamu'alaikum. wr. wb.

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

Judul : PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF REGULATED LEARNING*
TERHADAP EFIKASI DIRI MAHASISWA PENGHAFAL AL-QUR'AN
DALAM MENGHADAPI UJIAN SIMA'AN DI PPQTQ AL-HIKMAH TUGU
SEMARANG

Nama : LUM'ATTUT TOHIROH
NIM : 2007016040
Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah proposal 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. Baidi Bukhori, S.Ag., M. Si
197304271996031001

Semarang, September 2024
Yang bersangkutan

Lum'attu Tohiroh
2007016040

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. 76-433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. wr. wb.

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

Judul : PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF REGULATED LEARNING*
TERHADAP EFIKASI DIRI MAHASISWA PENGHAFAL AL-QUR'AN
DALAM MENGHADAPI UJIAN SIMA'AN DI PPPTQ AL-HIKMAH TUGU
SEMARANG

Nama : LUM'ATTUT TOHIROH

NIM : 2007016040

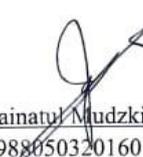
Jurusan : PSIKOLOGI

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

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Semarang, Agustus 2024
Yang bersangkutan


Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi, Psikolog
198805032016012901


Lum'attut Tohiroh
2007016040

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lum'attut Tohiroh

NIM : 2007016040

Menyatakan bahwa skripsi dibawah ini yang berjudul :

“Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self Regulated Learning* Terhadap Efikasi Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an dalam Menghadapi Ujian Sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang”

Secara keseluruhan merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali pada bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 17 September 2024

Lum'attut Tohiroh

KATA PENGANTAR

Puji Syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala Rahmat, karunia dan kasih sayangNya sehingga penulis diberikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini, shalawat serta salam penulis haturkan kepada nabi agung Muhammad SAW yang dinantikan syafaatnya diakhirat kelak.

Skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Self Regulated Learning* Terhadap Efikasi Mahasiswa Penghafal Al-Qur’an Dalam Menghadapi Ujian Sima’an Di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) dalam ilmu psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dalam menyelesaikan laporan skripsi tentunya penulis melewati banyak kendala dan masih memiliki kekurangan, selama proses penulisan skripsi penulis menerima bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati dan penuh hormat penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan baik secara langsung ataupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Khususnya penulis ucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Nizar, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang beserta jajarannya
2. Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag.,M.Si selaku dekan fakultas psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang sekaligus pembimbing I serta dosen wali yang kebersamaan dari awal perkuliahan hingga akhir
3. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A. selaku ketua jurusan psikologi fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
4. Ibu Lainatul Mudzkiyah, M. Psi, Psikolog selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan, waktu dan tenaganya untuk membantu menyelesaikan skripsi
5. Seluruh jajaran dosen beserta staf Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah membekali berbagai ilmu, pengetahuan dan pengalaman kepada penulis.

6. Keluarga tercinta yang memberikan dukungan secara emosional maupun instrumental sehingga penulis dapat berada dititik saat ini
7. Kepada teman bubadibako yaya, yuyun, asti, dan opis yang telah berjuang bersama-sama dan kebersamai selama perkuliahan serta teman psikologi A yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu
8. Kepada teman – teman pondok pesantren Al-Hikmah yang telah berpartisipasi mengisi kuisisioner serta memberikan dukungan.

Penulis menyadari penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna untuk perbaikan penulis yang akan datang. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat untuk berbagai pihak.

MOTTO

Jangan menyerah hanya karena satu bab buruk yang terjadi dalam hidupmu, teruslah melangkah, kisahmu tidak akan berakhir disini

-na jaemin-

So what if all this could just be so easy just like

-mark lee-

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
MOTTO	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II LANDASAN TEORI	11
A. Efikasi Diri	11
1. Pengertian Efikasi Diri	11
2. Aspek – Aspek Efikasi Diri	13
3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri	14
4. Efikasi Diri Dalam Perspektif Islam	17
B. Dukungan Sosial	20
1. Pengertian Dukungan Sosial	20
2. Aspek – Aspek Dukungan Sosial.....	22
3. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam	24
C. Self Regulated Learning	27
1. Pengertian <i>Self Regulated Learning</i>	27
2. Aspek – Aspek Self Regulated Learning	29
3. <i>Self Regulated Learning</i> Dalam Perspektif Islam	32

D. Hubungan Dukungan Sosial dan Self Regulated Learning Dengan Efikasi Diri.....	34
E. Kerangka Berpikir	36
F. Hipotesis.....	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Jenis Penelitian	37
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	37
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	39
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	39
E. Teknik Pengumpulan Data	40
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	44
G. Hasil Uji Coba	46
H. Teknik Analisis Data	50
1. Uji asumsi klasik	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
A. Hasil Penelitian	52
1. Deskripsi Subjek.....	52
2. Kategori Variabel Penelitian.....	52
B. Hasil Uji Asumsi	56
C. Pembahasan	61
BAB V KESIMPULAN	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	77
b. Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	88
a. Uji Normalitas.....	97
c. Uji Multikolinearitas	99
2. Uji Hipotesis	99

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 kriteria penilaian skala.....	41
Tabel 3. 2 Blueprint skala efikasi diri.....	41
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Dukungan Sosial.....	42
Tabel 3. 4 Blueprint Skala self regulated learning.....	44
Tabel 3. 5 Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba	46
Tabel 3. 6 Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	47
Tabel 3. 7 Skala Self Regulated Learning Setelah Uji Coba.....	48
Tabel 3. 8 Reliabilitas efikasi diri.....	48
Tabel 3. 9 Reliabilitas Dukungan Sosial.....	49
Tabel 3. 10 Reliabilitas Self Regulated Learning.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Skema Kerangka Berpikir Pengaruh Dukungan Sosial dan Self Regulated Learning terhadap Efikasi Diri	36
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Data Santri Memenuhi Syarat Mengikuti Sima'an.....	77
Lampiran. 2 Skala uji coba.....	78
Lampiran. 3 Uji Validitas Dan Reliabilitas	83
Lampiran. 4 Skala Setelah Uji Coba	89
Lampiran. 5 Skor Responden	94
Lampiran. 6 Data Deskripsi.....	96
Lampiran. 7 Uji Asumsi Klasik dan Hipotesis	97
Lampiran. 8 Data Responden	100
Lampiran. 9 Riwayat Hidup	101

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF REGULATED LEARNING
TERHADAP EFIKASI MAHASISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN
SIMA'AN DI PPPTQ AL-HIKMAH TUGU SEMARANG**

Lum'attut Tohiroh

Program psikologi

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

ABSTRAK

Efikasi diri merupakan keyakinan yang ada pada diri seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi segala rintangan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Efikasi yang tinggi sangat penting untuk mahasiswa penghafal Al-Qur'an karena akan berdampak pada keberhasilan dalam menyelesaikan tugasnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu, Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan 61 sampel yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Metode analisis data menggunakan uji asumsi klasik dan uji regresi berganda untuk uji hipotesisnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri dengan nilai signifikansi $0,886 > 0,05$ dan terdapat pengaruh yang signifikan dari *self regulated learning* terhadap efikasi diri dengan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$. Pada penelitian ini diperoleh F sebesar 29,346 yang artinya ketiga variabel dalam penelitian ini dinyatakan simultan dan nilai R Square sebesar 0,503 yang artinya bahwa variabel dukungan sosial dan variabel *self regulated learning* memiliki pengaruh secara simultan dengan besaran 50,3% terhadap efikasi diri.

Kata Kunci : Dukungan Sosial, *Self Regulated Learning*, dan Efikasi

**THE INFLUENCE OF SOCIAL SUPPORT AND SELF REGULATED LEARNING
ON STUDENTS' EFFICACY IN FACING THE SIMA'AN EXAMINATION AT
PPPTQ AL-HIKMAH TUGU SEMARANG**

Lum'attut Tohiroh

Program psikologi

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

ABSTRACT

Self-efficacy is the belief that a person has in his ability to face all obstacles to achieve the desired goals. High self-efficacy is very important for students who memorize the Koran because it will impact their success in completing their assignments. This research aims to is empirically test the influence of social support and self-regulated learning on the self-efficacy of students memorizing the Al-Qur'an in facing the sima'an exam at PPPTQ Al-Hikmah Tugu, Semarang. This research uses a quantitative method, with 61 samples taken using a positive sampling technique. The data analysis method uses the classic assumption test and multiple regression test to test the hypothesis. The research results show that there is no influence of social support on self-efficacy with a significance value of $0.886 > 0.05$ and there is a significant influence of self-regulated learning on self-efficacy with a significance value of $0.00 < 0.05$. In this study, an F was obtained of 29.346, which means that the three variables in this study were stated simultaneously and the R Square value was 0.503, which means that the social support variable and the self-regulated learning variable had a simultaneous influence on 50.3% of self-efficacy.

Keywords: Social Support, Self Regulated Learning, and Efficacy

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Al-Qur'an adalah kitab suci yang menjadi pedoman di dunia maupun di akhirat oleh seluruh umat islam, kitab suci yang diwahyukan oleh nabi Muhammad SAW melalui malaikat Jibril ini merupakan pesan terkait perintah dan larangan dari Allah SWT untuk mengatur segala bentuk kehidupan umatnya. Penurunan Al-Qur'an dilakukan secara berangsur – angsur selama 22 tahun 2 bulan 22 hari, hal ini dijelaskan dalam Q.S Al – Isra ayat 106. Sebagai umat islam wajib bagi kita untuk tetap menjaga Al-Qur'an, baik dengan cara membaca, mempelajari, mengamalkannya, dan menghafalkannya. Menghafal Al – Qur'an merupakan salah satu pendidikan agama yang sekarang banyak diminati oleh masyarakat, hal ini dikarenakan banyak masyarakat yang sudah mulai melek dengan nilai agama dan mengarahkan anaknya untuk menjaga kalamullah yang nantinya bisa menjadi syafaat di akhirat, hal ini tertera dalam hadist nabi yang dikemukakan oleh Imam Ibnu Majah dalam karyanya yang berjudul Sunan Ibnu Majah (Majah, 2007:68) . Selain itu, sekarang menghafal Al-Qur'an memiliki *branding* tersendiri di masyarakat, banyak universitas yang memberikan beasiswa kepada para tahfidz, hal ini terlansir pada *blogspot* Penerimaan Mahasiswa Baru (PMB) dari beberapa universitas yang menyatakan akan membuka penerimaan lewat jalur tahfidz dan mengkategorikan tahfidz sebagai suatu prestasi (UIN Walisongo, 2020). Sehingga tidak sedikit pondok pesantren tahfidz yang dipenuhi oleh mahasiswa, terlansir dalam *blogspot* NU online yang mengatakan bahwa banyak pesantren tahfidz di kota malang yang merupakan salah satu kota pendidikan dengan banyak kampus negeri ataupun swasta (Maknunah, 2022).

Mahasiswa merupakan peserta didik yang belajar di perguruan tinggi dan terdaftar dalam perguruan tinggi tertentu disebutkan dalam peraturan pemerintah RI No.30 tahun 1990. Seorang mahasiswa akan dihadapkan berbagai tantangan akademik, mulai dari tugas kuliah, presentasi, praktikum, penelitian, KKN (Kuliah Kerja Nyata), internship, hingga skripsi. Tantangan akademik tersebut

tidak dapat dianggap remeh, pastinya selama proses tersebut harus mengorbankan waktu, tenaga, pikiran, dan juga mental. Selain program pembelajaran, mahasiswa juga memiliki kegiatan lain yaitu keikutsertaan dalam organisasi baik internal kampus maupun eksternal. Di tengah kesibukan sebagai mahasiswa banyak juga yang merangkap peran lain yaitu menghafalkan Al-Qur'an di pondok pesantren yang notabennya memiliki kegiatan padat juga.

Pondok pesantren merupakan suatu tempat untuk menaungi seseorang yang ingin belajar agama secara mendalam dan dipimpin oleh seseorang yang memiliki pemahaman agama secara luas. Pembelajaran didalam pondok pesantren meliputi kitab kuning, hukum islam, ketauhidan, hingga membaca dan memahami isi Al - Qur'an. Namun ada beberapa pondok pesantren yang khusus memfokuskan untuk menghafalkan Al-Qur'an, yaitu pondok tahfidz. Pengasuh pondok tahfidz harus telah menyelesaikan hafalan Al -Qur'an 30 juz dan memiliki *sanad* hal ini terlansir dalam blogspot NU online, ning Hafshah Al – Ahla yang merupakan putri dari KH Abdullah Kafabihi Mahrus pengasuh pesantren Lirboyo Kediri menjelaskan mengenai pentingnya seorang pengajar Al-Qur'an memiliki rentetan guru yang sampai dengan Rasulullah. Tujuan *sanad* tersebut adalah untuk memastikan bahwa pembacaan Al- Qur'an benar dan sesuai dengan kaidah islam (Izzati, 022).

Menghafalkan Al-Qur'an di pondok pesantren akan memberikan konsistensi dalam menambah hafalan hal ini dikarenakan tiap hari para santri diwajibkan untuk setor tambahan hafalan, hal tersebut memicu semangat penghafal Al-Qur'an untuk menambah hafalannya. Menghafal Al- Qur'an merupakan suatu tugas yang tidak mudah dan juga membutuhkan waktu yang lama, bukan hanya menghafal, melainkan juga memerlukan muroja'ah supaya hafalannya tidak terlupakan. Menghafalkan ayat Al -Qur'an tidak selalu mudah, adakalanya mengalami kesulitan dalam ayat tertentu, merasa capek, bosan, dan tidak fokus. Pada dasarnya penghafal Al- Qur'an juga manusia yang memiliki problematika dalam hidup, tidak bisa dipungkiri bahwa manusia ketika dihadapkan dengan masalah maka tidak bisa melakukan tugasnya dengan baik. Selama proses

menghafal tidak selalu mulus, banyak dari mahasiswa penghafal Al-Qur'an mengalami masalah kesehatan maupun jiwa yang memicu timbulnya stress (Fauziyah, 2020:9).

Setiap orang memiliki kemampuan intelektual (IQ) yang berbeda, sebagian memiliki kemampuan cepat dalam menghafal, sebagian lainnya membutuhkan waktu yang lama. Semakin tinggi kemampuan intelektual (IQ) seseorang maka otak akan semakin cepat memproses informasi, termasuk menghafalkan Al-Qur'an (Mustaqimah, 2018:3). Bagi santri penghafal Al-Qur'an yang memiliki kemampuan intelektual (IQ) rendah waktunya akan tersita banyak hanya untuk menambah hafalan, alhasil hafalan sebelumnya tidak pernah diulang kembali. Menjaga hafalan bukan suatu hal yang mudah, beberapa penghafal Al-Qur'an mengeluhkan ketika mereka menjaga hafalan bagian depan maka bagian belakangnya terlupakan begitupun sebaliknya. Hambatan pada tiap penghafal Al-Qur'an juga berbeda – beda, tergantung dengan kekuatan memori, kecepatan dalam menghafal, pembagian waktu, dan seringnya murojaah.

Mahasiswa yang merangkap tugas sebagai penghafal Al-Qur'an memiliki tantangan yang lebih sulit, mereka harus menghadapi dua tugas sulit secara bersamaan, harus pandai mengelola waktu supaya mampu menyelesaikan tugas kuliah sekaligus menyelesaikan dan menjaga hafalan. Tidak sedikit mahasiswa penghafal Al-Qur'an yang merasa kesulitan dan lelah menghadapi tekanan dari tugas kampus sekaligus tugas di pesantren. Kewajiban mempertahankan nilai IPK (Indeks Prestasi Kumulatif) dan kewajiban menjaga hafalan sangat menguras pikiran mahasiswa penghafal Al-Qur'an, kegiatan – kegiatan yang wajib diikuti di kampus maupun di pesantren tentunya juga sangat menguras tenaga sehingga menyebabkan kelelahan fisik, serta ujian – ujian yang ditetapkan dalam kampus maupun pesantren sudah pasti mempengaruhi kondisi mental. Salah satu solusi untuk mengatasi kesulitan – kesulitan tersebut mahasiswa penghafal Al-Qur'an perlu memiliki keyakinan diri bahwa dirinya mampu menyelesaikan tanggung jawabnya.

PPPTQ Al-Hikmah (Pondok Pesantren Putri Tahfidzul Qur'an Al-Hikmah) adalah pondok pesantren khusus santri putri dengan program tahfidz yang sebagian besar kalangan mahasiswa. Tiap tahunnya di pesantren tersebut mengadakan acara khotmil Qur'an untuk santri – santri yang telah menyelesaikan hafalan 30 juz. Santri yang telah mengkhatamkan hafalan 30 juz disebut dengan “khotimat”. Terdapat persyaratan yang harus dipenuhi oleh para khotimat supaya diperbolehkan mengikuti wisuda khotmil Qur'an yaitu dengan mengikuti ujian sima'an 15 juz secara *bil ghoib*. Sima'an *bil ghoib* adalah kegiatan pembacaan Al-Qur'an tanpa melihat mushaf, ketika ada yang salah maka orang yang menyimak berkewajiban untuk membenarkannya.

Tantangan untuk menghadapi ujian sima'an tersebut memunculkan dinamika terkait bagaimana individu tersebut mampu mengelola tekanan dan tanggung jawab terhadap tugas – tugas yang harus diselesaikan, seperti halnya terdapat santri yang masih belum siap karena terbagi fokus dengan hal – hal lain seperti mengerjakan skripsi, menambah setoran hafalan yang belum selesai 30 juz. Persiapan yang masih kurang menyebabkan para khotimat merasa kurang yakin mampu menghadapi ujian sima'an dengan baik. Keyakinan mampu melakukan sesuatu disebut dengan efikasi diri. Menurut Bandura (1986) efikasi diri adalah kepercayaan diri terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu untuk mencapai kesuksesan. Sedangkan Robins (2003) menyatakan bahwa efikasi diri adalah salah satu faktor yang menjadi pengaruh kinerja seseorang dalam mencapai tujuannya. Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan dan kepercayaan diri terhadap kemampuan diri yang berpengaruh terhadap pengorganisasian dan cara menghadapi tantangan dalam mencapai tujuan, sehingga pentingnya keyakinan akan kemampuan dirinya dalam mengikuti ujian sima'an sangat diperlukan bagi para santri.

Mengetahui pentingnya efikasi diri bagi mahasiswa penghafal Al-Qur'an, maka peneliti mengukur tingkat efikasi diri para khotimat dalam menghadapi ujian sima'an. Berdasarkan hasil pra riset kepada 20 responden melalui *survey* sederhana dengan *google form*, 60% santri mengungkapkan tidak yakin mampu

menyelesaikan sima'an 15 juz dengan baik, 95% santri menyatakan bahwa sima'an 15 juz merupakan suatu tugas yang sulit dan menantang, 90% santri merasa takut serta cemas dalam menghadapi sima'an, dan 55% santri menyatakan bahwa belum mempersiapkan ujian sima'an dengan maksimal. Berdasarkan hasil diatas dapat dilihat bahwasannya terdapat masalah pada efikasi diri para khotimat dalam menghadapi ujian sima'an 15 juz. Permasalahan ini perlu untuk dikaji lebih lanjut, karena seorang mahasiswa yang merangkap banyak tugas sangat butuh memiliki efikasi diri yang baik supaya mampu mengontrol dan mengendalikan setiap insiden – insiden yang terjadi dalam kehidupan mereka (Alfinuha & nuqul, 2017).

Rendahnya keyakinan terhadap kemampuan diri dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satu faktornya adalah dukungan sosial, baik itu dukungan dari keluarga, dukungan teman, dukungan guru, ataupun dukungan dari pasangan (Adityawarman, n.d 2019:18.). Dukungan yang diberikan akan menjadi pendorong utama bagi seseorang untuk melakukan kinerja atau usaha secara maksimal. Dukungan sosial adalah kehadiran orang – orang yang mampu memberikan motivasi, nasihat, dan arahan serta memberikan jalan keluar ketika seseorang sedang menghadapi suatu masalah atau menemukan kendala saat sedang mencapai tujuan Rahadiansyah dan Chusairi (2021:1292). Pada dasarnya manusia tidak akan terlepas dari suatu tekanan dan hambatan, maka dengan adanya dukungan dari orang – orang tedekat akan memberikan rasa diperhatikan, dicintai, dan mendapatkan kasih sayang serta mendorong rasa semangat untuk menghadapi segala tekanan dan hambatan.

Kodratnya manusia tidak bisa hidup tanpa orang lain, setiap individu tentunya membutuhkan orang lain untuk bercerita, berkeluh kesah, dan bersandar. Begitu pula dengan para khotimat yang akan menghadapi ujian sima'an, tentunya membutuhkan tempat untuk berbagi rasa cemas, dan takut gagal yang dirasakan. Peran orang tua dalam mensupport anaknya sangat mempengaruhi rasa semangat anak untuk mampu menyelesaikan tantangan yang dihadapinya dengan baik. Seperti pada penelitian Faza dan Kustanti (2020:258) bahwa dukungan sosial dari

orang tua 10,4% mempengaruhi efikasi diri santri hafidz di pondok pesantren modern alquran dan raudlotul huffadz dalam menghafalkan Al-Qur'an. Selain dukungan orang tua, adapun dukungan yang memiliki peran terbesar bagi santri yaitu dukungan teman sebaya dengan keadaan serupa, hal ini karena mereka merasakan hal yang sama untuk dikeluh kesahkan. Teman sebaya adalah pemberi kasih sayang, simpati, pengertian serta tuntutan moral yang dapat digunakan sebagai eksperimen dan sarana untuk mencapai kemandirian. Selain itu, teman sebaya merupakan seseorang yang mampu memberikan bantuan secara instrumental, informasional, ataupun emosional (Taylor 2012:12).

Adapun faktor yang mampu mempengaruhi efikasi diri secara internal, yaitu *self regulated learning*. *Self regulated learning* merupakan kemampuan diri pada seseorang dalam mengatur cara belajar atau strategi pengontrolan diri yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Seperti yang dikemukakan oleh Nuor (2019:21) bahwa *Self Regulated Learning* merupakan kemampuan seseorang untuk memunculkan dan mengarahkan sendiri pikiran, perasaan, serta perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Mahasiswa penghafal Al-Qur'an sangat perlu memiliki *self regulated learning* supaya mampu mengelola waktunya dengan maksimal dalam mengerjakan tugas maupun menjaga hafalan, harus memiliki strategi yang tepat untuk mencapai target yang diinginkan, baik target hafalan maupun target nilai yang akan dicapai, dan perlu mampu untuk tetap konsisten dengan *planning* yang telah dibuat.

Mahasiswa penghafal Al-Qur'an dengan *self regulated learning* yang baik akan yakin terhadap kemampuannya dan siap menghadapi tantangan kedepannya, seperti halnya ketika para khotimat telah menyiapkan strategi hafalan yang efektif maka individu tersebut akan siap dengan ujian sima'an. Dalam penelitian Ruliyanti dan Laksmiati (2014:5) mengatakan bahwa ketika siswa mengalami kegagalan dan melakukan perbaikan secara menerus maka siswa akan terdorong menemukan strategi yang tepat untuk dirinya, sehingga ketika ia sudah mampu menerapkan *self regulated learning* tersebut maka cenderung efikasi dirinya akan meningkat. Selain itu, dalam penelitian Jagad dan Khoirunnisa (2018:3)

ditemukan bahwa ketika siswa melihat tugas yang banyak serta aktivitas yang padat dapat membuat siswa merasa tidak yakin dapat menyelesaikan tugas-tugasnya tepat waktu. Hal ini dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* memiliki keterkaitan dengan efikasi diri.

Tiap individu memiliki tingkat efikasi diri yang berbeda, tentunya perbedaan tingkat tersebut dipengaruhi oleh banyak faktor. Meninjau dari pemaparan dan fakta – fakta diatas, penulis ingin mengkaji lebih dalam dengan melakukan penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an. Efikasi diri inilah yang akan dikaji lebih lanjut, untuk mengetahui apakah efikasi diri yang tinggi disebabkan oleh dukungan sosial yang tinggi dan *self regulated learning* yang tepat. Penelitian ini ingin menguji apakah dukungan sosial dan *self regulated learning* memiliki pengaruh terhadap efikasi mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang. Dengan demikian penulis mengangkat penelitian yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self Regulated Learning* Terhadap Efikasi Diri Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an dalam Menghadapi Ujian Sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan ulasan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang dibahas adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang
2. Apakah terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang
3. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an Di PPPTQ Al- Hikmah Tugu Semarang

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al- Hikmah Tugu Semarang
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al- Hikmah Tugu Semarang
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an Di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi terkait ranah ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan mampu memberikan tambahan wawasan terkait dukungan sosial, self regulated learning serta efikasi diri

2. Manfaat Praktis

a. Bagi pesantren

Temuan penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran terkait efikasi diri santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qurr'an Al - Hikmah dalam menghadapi ujian sima'an sehingga pengasuh atau lembaga pendidikan mampu menyusun pembelajaran yang efektif untuk membantu meningkatkan efikasi diri pada anak didiknya. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan dorongan terhadap pesantren untuk membentuk lingkungan yang suportif dan saling mendukung antar santri

b. Bagi subjek

Hasil penelitian ini diharapkan mampu dijadikan saran bagi santri untuk memahami faktor – faktor yang mempengaruhi keyakinan diri mereka dalam menghadapi ujian sima'an dan menerapkan strategi yang tepat untuk program hafalannya. Selain itu, penelitian ini juga memberikan gambaran kepada

subjek terkait pentingnya dukungan dari keluarga, teman, ataupun lingkungannya sehingga mereka dapat lebih proaktif mencari ataupun memanfaatkan dukungan sosial yang ada.

c. Bagi keluarga, teman, guru dan orang terdekat

Adanya penelitian ini diharapkan orang tua, keluarga, teman, guru, dan orang terdekat akan menyadari pentingnya dukungan yang mereka berikan untuk keberhasilan mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an. selain itu penelitian ini diharapkan orang - orang disekitar bisa membantu mengatur strategi yang tepat untuk meningkatkan efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an

E. Keaslian Penelitian

Penelitian sebelumnya terkait efikasi diri telah banyak dilakukan, maka penulis akan menjelaskan terkait hubungan antara masalah yang diteliti dengan masalah yang telah diteliti sebelumnya. Hal ini guna untuk mencegah adanya penelitian berulang.

Pertama, penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Orang tua Dengan *Self Regulated Learning* Serta Implikasinya Terhadap Bimbingan Dan Konseling” yang ditulis oleh Ade Chita Putri Harahap, Neviyarni S, dan Daharnis dengan hasil penelitian nilai R sebesar 0,536 yang menunjukkan koefisien regresi ganda antara self efficacy dan dukungan sosial orang tua dengan self regulated learning dengan taraf signifikansi 0,000 yang artinya terdapat hubungan positif antar ketiga variabel. Hasil nilai R Square (R²) sebesar 0,287 yang artinya 28,7% *self regulated learning* memiliki variasi dari efikasi diri dan dukungan orang tua. Ini artinya, *self regulated learning* tidak hanya dipengaruhi oleh salah satu variabel saja melainkan kedua variabel secara bersamaan.

Kedua, dalam jurnal yang berjudul “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa” yang ditulis oleh Imam Hanapi dan Ivan Muhammad Agung menunjukkan hasil bahwa uji hasil linearitas diperoleh signifikansi $0,000 < 0,05$ yang artinya kedua variabel tersebut

bersifat linear. Sedangkan koefisien determinasi diperoleh bahwa nilai R^2 sebesar 0,289 yang artinya kedua variabel tersebut memiliki hubungan sebesar 28,9% dan 71,1% ditentukan oleh variabel yang lainnya.

Ketiga, “Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan *Self Regulated Learning* Pada Siswa Kelas VIII” yang ditulis oleh Nobelina Adicondro & Alfi Purnamasari dengan hasil bahwa Efikasi diri dan dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan efektif terhadap *self regulated learning* atau koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,700 artinya yaitu terdapat 70% pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial keluarga terhadap *self regulated learning*. Hal ini berarti terdapat 30% variabel lain selain efikasi diri dan dukungan sosial keluarga yang mempengaruhi *self regulated learning* selain efikasi diri dan dukungan sosial keluarga.

Keempat, dalam jurnal yang berjudul “Hubungan Antara Self Efikasi dengan *Self Regulated Learning* Pada Siswa SMPN X” yang ditulis oleh Harum Kembang Mustika Jagad dan Riza Noviana Khoirunnisa menunjukkan hasil nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Nilai koefisien korelasi pada dua variabel tersebut sebesar 0,773 yang artinya variabel di atas memiliki hubungan yang sangat kuat dan bersifat positif.

Berdasarkan keempat penelitian di atas memang terdapat dua jurnal yang telah menggabungkan ketiga variabel, namun belum terdapat penelitian yang menjadikan efikasi diri sebagai variabel terikat. Padahal sesuai pemaparan masalah di atas, yang bermasalah pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an adalah efikasi dirinya. Selain itu, dari keempat penelitian sebelumnya memiliki subjek yang berbeda dengan tujuan subjek yang akan dituju oleh peneliti. maka secara eksplisit belum ada penelitian yang menjelaskan pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Efikasi diri adalah teori kognitif sosial yang dicetuskan oleh ahli psikologi asal Kanada bernama Albert Bandura. Bandura dan Watts (1996:3) menyatakan bahwa self efficacy merupakan kemampuan individu yang diyakini akan menghasilkan hasil yang diinginkan dengan melakukan tindakan yang dibutuhkan, hal tersebut akan mempengaruhi fungsi psikologis dan perilaku kinerja terhadap pilihan aktivitas, upaya yang dilakukan, dan ketekunan terhadap aktivitas yang telah dipilih.

Efikasi diri merupakan pemahaman seseorang terhadap kemampuan dirinya, seperti pendapat Bandura dan Watts (1996:4) yang mengatakan bahwa efikasi diri adalah persepsi terhadap kemampuan diri, kompetensi, serta kelemahan diri dalam menyelesaikan dan menghadapi masalah. Individu perlu memiliki kemampuan berpikir bahwa dirinya mampu menghadapi tantangan dalam setiap proses menuju pencapaian yang diharapkan, seperti yang diungkapkan oleh Hasfi (2018 : 19) bahwa efikasi diri merupakan suatu keyakinan individu mengenai kemampuannya memotivasi diri, kemampuan kognitif, dan tindakan yang dibutuhkan dalam memenuhi tuntutan.

Menurut Utama dan Syaiful (2020 : 425) efikasi diri adalah suatu penilaian yang diberikan pada diri sendiri dan rasa yakin terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menuntaskan tugas sesuai dengan tujuan yang akan dicapai. Menurut Suidani (2019 : 13) selain keyakinan terhadap keahlian dalam menyelesaikan tugas untuk mencapai tujuan, efikasi diri juga diartikan sebagai kemampuan mengatasi hambatan dalam segala situasi untuk mencapai hasil yang diharapkan. berpengaruh terhadap tindakan yang dipilih oleh individu, seperti seberapa besar usaha yang dilakukan dan seberapa lama individu tersebut bertahan dengan segala kesulitan yang harus di hadapi (Lianto, 2019:57).

Sedangkan menurut Dwinanda et al., (2022 : 120) efikasi diri menggambarkan kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengendalikan motivasi,

tindakan, dan lingkungan sosialnya. Evaluasi diri kognitif ini berpengaruh terhadap segala jenis pengalaman individu, hal ini mencakup tujuan yang diharapkan dan usaha serta pengorbanan yang dikerahkan supaya tujuannya berhasil dan mampu mencapai tingkat kinerja tertentu. efikasi diri berguna sebagai motivasi individu untuk memberikan penilaian terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mempersiapkan solusi ketika menghadapi masalah (Adni et al., 2018:958).

Eryani (2020 : 4) berpendapat bahwa efikasi diri merupakan rasa percaya diri seseorang pada kegigihannya dalam mengatasi permasalahan yang beragam. Tiap individu memiliki tingkat efikasi diri yang berbeda – beda berdasarkan tingkat keyakinan dan kemampuannya. Seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi akan menilai dirinya mampu dan kompeten untuk memenuhi tuntutan dan sanggup menyelesaikan tanggung jawab dalam situasi, kondisi, hingga masalah apapun yang terjadi. Sebaliknya, ketika seseorang menilai dirinya masih kurang mampu ataupun kurang kompeten menandakan efikasi diri seseorang tersebut rendah.

Seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung menyukai kegiatan yang menantang, meskipun terjadi hal yang tidak menyenangkan mereka akan tetap berusaha dan bertahan. Perilaku tersebut tertanam dalam pikirannya dan tercermin pada respon emosionalnya. Seperti yang dikatakan oleh Sunaryo (2017 : 41) bahwa ketika seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi terhadap sesuatu maka hal tersebut akan mampu mendorong seseorang untuk besungguh – sungguh dalam mencari solusi dan memecahkan masalah.

Seseorang yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menghindari tugas yang dirasa sulit dan tidak mampu diselesaikan, hal ini akan menyebabkan tingkat usaha orang tersebut berkurang. Individu yang efikasinya rendah cenderung tidak percaya dengan kemampuannya dan mudah menyerah (Yulikhah et al., 2019:67). Sedangkan seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi akan berusaha mampu diandalkan untuk mengatasi rintangan dan menyelesaikan pekerjaan. Efikasi diri sangat penting dimiliki individu supaya mereka bisa lebih termotivasi untuk mencapai tujuannya (Asandimitra & Kautsar, 2019 : 1115).

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai pengertian efikasi diri diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan yang ada pada diri seseorang

terhadap kemampuannya menghadapi segala rintangan untuk mencapai tujuan yang diinginkan, efikasi diri yang tinggi sangat penting karena akan berdampak pada keberhasilan seseorang.

2. Aspek – Aspek Efikasi Diri

Bandura dan Watts (1996:20-26) menyatakan bahwa efikasi diri terdiri dari 3 aspek

1. Level / Magnitude (tingkatan)

Aspek ini mengukur kemampuan individu berdasarkan derajat atau tingkat kesulitan terhadap tugas yang akan dihadapi. Ketika dihadapkan dengan tugas yang dikategorikan berdasarkan tingkat kesulitannya, kemampuan tiap orang akan berbeda, beberapa individu mungkin terbatas pada tugas yang mudah, beberapa individu lainnya mungkin cukup pada tugas yang sedang, dan beberapa individu yang lainnya mampu menyelesaikan tugas pada tingkat sulit. Aspek ini terlibat dalam keputusan seseorang untuk memilih tindakan yang dirasa mampu dilakukan dan menghindari tindakan yang melebihi batas kemampuannya.

2. Strength (kekuatan)

Aspek ini terkait dengan penilaian terhadap kemampuan seseorang. Aspek ini mengukur tingkat kemantapan seseorang terhadap keyakinan mengenai kemampuannya. Oleh karena itu stabilitas terhadap keyakinannya akan menentukan keuletan dan ketahanan seseorang dalam berjuang. Aspek ini mengacu pada efikasi diri individu saat menghadapi tuntutan tugas dan permasalahan.

3. Generality (umum)

Aspek ini mengacu terhadap keyakinan individu mampu melakukan berbagai perilaku, perasaan yakin mampu melakukan tindakan dalam situasi tertentu saja atau percaya yakin mampu melakukan tindakan dalam berbagai kondisi dengan situasi yang beragam.

Sedangkan menurut Rahayu (2019:20-21) efikasi diri terdiri dari tiga aspek

1. Outcome Expectancy (Hasil tindakan atau kemungkinan)

suatu pemikiran bahwa tindakan ataupun perilaku pasti akan menimbulkan hasil tertentu, meyakini bahwa suatu tindakan yang maksimal pasti akan memberikan hasil yang maksimal juga. Hal ini dapat dikatakan sebagai bentuk ekspektasi terhadap efektivitas tindakan tertentu akan memberikan hasil tertentu atau ekspektasi terhadap kemungkinan yang muncul dikarenakan dampak dari suatu tindakan tertentu.

2. *Efficacy Expectancy* (Tindakan Diri)

Suatu bentuk keyakinan bahwa individu akan berhasil jika telah melakukan tindakan sesuai dengan hasil yang diinginkan. Pemahaman diri terhadap kesadaran mengenai perilaku yang seharusnya dilakukan. Hal ini dapat dikatakan sebagai suatu keputusan terhadap tindakan yang akan dilakukan seseorang dengan melihat kemampuannya menghadapi situasi tertentu.

3. *Outcome value* (Nilai)

Nilai diartikan sebagai bentuk konsekuensi terhadap suatu perilaku yang dilakukan seseorang. Nilai penting dari efek perilaku seseorang adalah ketika individu mampu beradaptasi maka akan terhindar dari reaksi psikologis, sedangkan ketika gagal beradaptasi maka dalam dirinya akan mengalami reaksi psikologis.

Berdasarkan dua pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek – aspek dalam efikasi diri terdiri dari *level* (tingkat), *strength* (kekuatan), dan *general* (umum), *outcome expectancy* (hasil tindakan), *efficacy expectancy* (tindakan diri), dan *outcome value* (nilai). Namun, peneliti hanya akan menggunakan salah satu dari pendapat diatas, yaitu pendapat Bandura yang terdiri dari aspek *level*, *strength*, dan *general*.

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Bandura (1997:39-41) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri pada diri individu antara lain:

1. Budaya

Budaya merupakan suatu keseluruhan kompleks dalam diri manusia mencakup pengetahuan, keyakinan, seni, moral, ilmu, adat atau kebiasaan, dan keterampilan lain sebagai anggota masyarakat tertentu. Berdasarkan pengertian tersebut dapat

dinyatakan bahwa budaya mampu mempengaruhi efikasi diri karena didalam budaya terdapat komponen seperti : nilai (*values*), keyakinan (*beliefs*), dan *self regulatory process* yang menjadi tolak ukur seseorang dalam menilai efikasi diri

2. Gender

Menurut *World Health Organization* (WHO) gender merupakan karakteristik perempuan dan laki – laki meliputi norma, peran, serta hubungan yang dibangun secara sosial antara kelompok laki – laki dan perempuan. Peran gender salah satunya adalah sebagai harapan sosial yang menjadi ketentuan mengenai pola pikir, tindakan, dan perasaan yang seharusnya dimiliki oleh perempuan. Perbedaan gender mampu mempengaruhi efikasi diri, seperti dalam penelitian Bandura yang menyatakan bahwa efikasi diri perempuan lebih tinggi dibandingkan laki – laki, hal ini dikarenakan perempuan sering memiliki peran ganda seperti peran menjadi ibu rumah tangga sekaligus wanita karir.

3. Sifat dari tugas yang dihadapi

Tugas adalah kegiatan melakukan pekerjaan tertentu untuk mencapai tujuan tertentu. tugas yang dihadapi seseorang memiliki derajat kesulitan yang berbeda – beda, sehingga sifat dari suatu tugas akan mempengaruhi efikasi diri seseorang, individu yang dihadapkan dengan tugas sulit akan merasa kesulitan dan tidak yakin mampu menyelesaikannya, sedangkan individu yang dihadapkan dengan tugas mudah akan memiliki efikasi diri yang tinggi.

4. Intensif eksternal

Bandura mengatakan bahwa insentif merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri seseorang, terutama *competent continges incentive* yaitu suatu insentif ataupun reward dari orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang dalam mempelajari atau melaksanakan tugas tertentu

5. Status atau peran individu dalam lingkungan

Status dalam KBBI diartikan sebagai kedudukan atau keadaan seseorang dalam berinteraksi dengan masyarakat di sekitarnya. Individu dengan status yang lebih tinggi akan memperoleh tingkat kendali yang lebih tinggi. Sedangkan individu dengan status yang lebih rendah akan mempunyai kontrol yang lebih rendah sehingga kurang memiliki efikasi diri.

6. Informasi tentang kemampuan diri

Ketika individu memperoleh informasi positif tentang dirinya maka cenderung akan lebih memiliki efikasi diri yang tinggi, sebaliknya ketika individu mendapatkan informasi negatif tentang dirinya maka efikasi diri akan rendah.

Faktor - faktor yang mempengaruhi efikasi diri menurut (Efendi, 2013:65)

1. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan informasi dari orang lain yang membuat individu merasa dihargai, dicintai, dihormati, diperhatikan dan mendapatkan kepedulian serta mempunyai peran dalam suatu hubungan tersebut dan bersifat umpan balik.

2. Motivasi

Motivasi merupakan sejumlah proses yang menimbulkan sikap antusias dan kegigihan untuk melaksanakan tugas – tugas tertentu yang didapatkan secara internal maupun eksternal (Winardi, 2016:02).

3. Tersedianya sarana prasarana

Sarana prasarana merupakan alat ataupun fasilitas yang dibutuhkan sebagai pendukung suatu tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. tersedianya sarana prasarana akan membuat individu merasa mudah dalam menyelesaikan suatu aktivitas tertentu sehingga mempengaruhi keyakinan diri.

4. Kesehatan fisik

Kesehatan fisik merupakan kondisi badan yang penuh dengan energi dan mampu melakukan aktivitas secara baik serta produktif. Individu dengan tubuh yang bugar akan memiliki semangat juang yang tinggi sehingga merasa yakin terhadap kemampuannya.

5. Kompetensi

Menurut Wibowo (2017:271) kompetensi merupakan kemampuan seseorang dalam melaksanakan tugas dan tuntutan dengan landasan keterampilan serta pengetahuan yang di dorong oleh sikap kerja yang tepat dengan harapan dari pihak yang menuntut.

6. Niat

Niat merupakan keinginan atau kemauan yang dibersamai dengan tindakan serta perilaku, hal ini penting untuk mewujudkan tujuan seseorang. Individu yang sudah memiliki niat tertentu maka individu tersebut cenderung memiliki keyakinan yang kuat bahwa dirinya mampu mencapai keinginannya.

7. Disiplin dan tanggung jawab

Disiplin merupakan perilaku patuh dan tertib terhadap peraturan – peraturan yang telah ditetapkan. Sedangkan, tanggung jawab merupakan keharusan melakukan sesuatu yang sudah menjadi tugasnya (Yaumi 2014:114).

8. Rasa syukur kepada Tuhan

Rasa syukur atau sering disebut dengan istilah *gratitude* merupakan suatu bentuk emosi positif ketika mengungkapkan kebahagiaan dan rasa terima kasih atas berbagai kebaikan yang telah diterima (Prabowo, 2017).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan dari pendapat Bandura dan Efendi mengenai faktor – faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri seseorang diantaranya : budaya, gender, sifat dari tugas yang dihadapi, intensif eksternal, Status atau peran individu dalam lingkungan, Informasi tentang kemampuan diri, dukunagn sosial, motivasi, tersedia sarana prasarana, kesehatan fisik, kompetensi, niat, disiplin dan tanggung jawab, serta rasa syukur pada Tuhan.

4. Efikasi Diri Dalam Perspektif Islam

Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan dalam diri seseorang terhadap kemampuannya mengatasi segala tantangan yang menghambatnya untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Definisi efikasi diri tersebut di dalam Al-Qur'an dikaitkan dengan konsep keimanan. Keimanan terhadap Allah SWT akan membantu individu merasa mampu melakukan segala hal karena yakin bahwa Allah akan selalu menolong dan memberikan jalan ketika dihadapkan dengan kesulitan.

Keyakinan diri dalam individu di dorong dengan motivasi untuk berjuang lebih keras dalam mencapai suatu hal yang diinginkan, dalam ayat – ayat Al - Qur'an Allah SWT sering memerintahkan hambanya untuk selalu memiliki sifat teguh, yakin dan

tidak lemah ataupun putus asa dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi rintangan. Allah berfirman dalam Q.S 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 بِأَنفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia (Q.S Ar-ra'd :11). Dalam ayat tersebut Allah SWT menjelaskan bahwa tiap muslim harus memiliki usaha untuk mencapai tujuannya, karena Allah SWT tidak akan memberikan keberhasilan pada seseorang tanpa adanya usaha dari individu tersebut.

Dijelaskan dalam tafsir Al-Misbah yang ditulis oleh Shihab (2002 : 565) bahwa pada surah Ar-ra'ad ayat 11 menjelaskan tentang tanggung jawab manusia terkait takdirnya, hal ini dikarenakan kehendak Allah terhadap umat-Nya tergantung dengan sikap manusia itu sendiri. pada penafsiran ini diartikan bahwa manusia diberi anugerah suatu penghormatan yang besar berupa perubahan yang tidak akan terjadi sebelum manusia melangkah terlebih dahulu, hal ini menunjukkan bahwa sikap dan perbuatan manusia menjadi penentu utama atau syarat sebelum perbuatan atau kehendak Allah terhadap manusia. Dalam tafsiran tersebut menggambarkan perlu memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri untuk melakukan perubahan, dalam hal tersebut selaras dengan efikasi diri yang memiliki aspek strength (kekuatan). Individu yang memiliki keuletan atau ketekunan dalam melakukan perubahan pada dirinya tentunya memiliki keyakinan pada kemampuan dirinya bahwa ia mampu melakukan perubahan yang diharapkan

Allah SWT juga memerintahkan umatnya untuk selalu bertawakkal kepadaNya ketika dihadapkan dengan sesuatu yang sulit seperti dalam firmanNya Q.S Al-Anfal ayat 12

إِذْ يُوجَى رَبُّكَ إِلَى الْمَلَأَةِ أَنِّي مَعَكُمْ فَثَبَّتُوا الَّذِينَ ءَامَنُوا ۖ سَأَلْتَنِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا أَلرُّغْبَ فَآضِرُّبُوا فَوْقَ الْأَعْنَاقِ وَآضِرُّبُوا مِنْهُم كُلَّ بَنَانٍ

(Ingatlah), ketika Tuhanmu mewahyukan kepada para malaikat, “Sesungguhnya Aku bersama kamu, maka teguhkanlah (pendirian) orang-orang yang telah beriman.” Kelak akan Aku berikan rasa ketakutan ke dalam hati orang-orang kafir, maka pukullah di atas leher mereka dan pukullah tiap-tiap ujung jari mereka. Ayat tersebut diturunkan ketika para pasukan islam akan melakukan perang badar, Allah SWT memerintahkan kepada umatnya untuk tetap teguh dan berani karena Allah akan selalu bersama umatnya.

Tafsiran Q.S Al-Anfal ayat 12 menurut Shihab (2002:395) dalam bukunya tafsir Al-Misbah menjelaskan bahwa pada penggalan ayat yang mengartikan “sesungguhnya Aku bersama kamu” memiliki makna sebagai kata penentram hati Firman Allah tersebut menunjukkan bahwa Allah mengetahui kondisi umat-Nya dan mendukungnya, maka sebagai umat-Nya hendaklah yakin terhadap keberhasilan yang akan tercapai, karena siapapun yang ditemani oleh Allah pasti akan memperoleh kemenangan. Pada ayat tersebut menggambarkan dukungan Allah dan keberhasilan yang telah Allah janjikan memberikan penguatan pada keyakinan diri individu untuk menghadapi tantangan - tantangan dalam ketenangan tanpa rasa ragu, sesuai dengan teori efikasi diri yang dipengaruhi oleh dukungan.

Dalam tafsiran diatas memiliki keterkaitan dengan efikasi diri yang terdapat aspek level (tingkatan) didalamnya, individu dianjurkan untuk memiliki keteguhan, pantang menyerah dan yakin pada kemampuan diri bahwa ia mampu meghadapi segala tantangan sulit dalam kehidupan. Seseorang yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan sulit artinya memiliki efikasi diri yang tinggi juga.

Dari kedua ayat tersebut dapat kita simpulkan bahwa manusia memiliki kemampuan untuk melakukan perubahan terhadap kehidupannya, maka manusia harus menentukan sikap dan perilaku yang tepat supaya mendapatkan hasil yang sesuai dengan harapannya. Sebagai manusia kita tidak perlu takut dengan kegagalan, tetap gigih dalam berjuang dan berpikir positif akan berhasil karena Allah akan selalu menemani proses umat-Nya. Ketika kita ingin tujuannya berhasil, maka usaha yang dilakukan juga harus maksimal, hal ini dikarenakan Allah akan merubah keadaan seseorang sesuai dengan usahanya, Jadi, berusahalah dan yakinlah bahwa kalian pasti

bisa dan mampu mencapai tujuan yang diharapkan, keyakinan terhadap kemampuan diri tersebut sering disebut efikasi diri dalam bidang psikologi.

B. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Sarafino dan Smith (1976:81) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan adanya bentuk dukungan dari perorangan ataupun kelompok yang membuat seseorang merasa nyaman, dipedulikan, dibantu sehingga lebih semangat dalam mencapai tujuannya. Adanya dukungan sosial membuat individu merasa memiliki seseorang ataupun sekelompok orang yang akan membantunya ketika membutuhkan bantuan (Meilina & Pratisti, 2023:10) seperti yang dikatakan oleh Rahadiansyah & Chusairi (2021:1292) bahwa dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan atau bantuan yang diberikan oleh orang lain baik dalam konsep individu ataupun kelompok sehingga memunculkan rasa didukung, dicintai, berkompeten, memiliki nilai, dan merasa bisa menghadapi rintangan saat melakukan sesuatu.

Adanya dukungan sosial membentuk persepsi individu bahwa terdapat komunitas, jejaring sosial, maupun mitra kerahasiaan yang mampu membantu menyelesaikan masalahnya (Rif'ati et al., 2018:3). Selain itu, Dukungan sosial diartikan oleh (Widiantoro et al., 2019:6) sebagai suatu informasi yang didapatkan dari orang lain bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, dihargai dan dianggap sebagai bagian dari kelompok tertentu. Menurut Rif'ati et al., (2018:2) orang yang menerima dukungan sosial akan merasa tenang, nyaman, mendapatkan perhatian, dicintai sehingga menimbulkan rasa percaya diri dan kompeten.

Menurut Faqih (2020:17) dukungan sosial merupakan bantuan dari lingkungan sosial yang diberikan kepada individu dengan tujuan untuk memberikan keringanan, dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh seluruh manusia dalam menjalankan kehidupan, hal ini karena manusia tidak pernah lepas dari bantuan dan berhubungan dengan manusia lain. manusia merupakan makhluk yang tidak mampu bertahan sendirian dan saling bergantung satu sama lain (Rif'ati et al., 2018:3). Adanya dukungan sosial akan memunculkan persepsi mengenai tersedianya sumber dukungan dari lingkungannya (Rahama & Izzati, 2021:96).

Menurut Ayu dan Muhid (2022:234) terdapat tiga sumber dukungan sosial yaitu keluarga, teman, dan kelompok tertentu. Menurut Cahya et al., (2019:38) dukungan sosial keluarga merupakan dukungan yang dapat diperoleh dari keluarga, dukungan ini sangat dibutuhkan oleh tiap anggota dalam suatu keluarga karena keluarga adalah orang terdekat yang paling memahami kebutuhan anggotanya. Dukungan sosial teman sebaya merupakan sumber dukungan dari teman seumuran yang berbentuk emosional, instrumental, dan informasional (Akerina & Wibowo, 2022:5)

Menurut Dwiyantri dan Ediati, (2020:261) dukungan sosial dapat berupa informasi, bantuan nyata, merasa dekat dengan orang lain, memiliki kemampuan yang diakui, dan merasa dirinya dibutuhkan oleh orang lain. Dukungan sosial dapat diperlihatkan dengan berbagai cara diantaranya memberikan dukungan, ucapan baik yang memihak, penghargaan, kata-kata positif, dorongan, perhatian, dan segala macam bantuan dalam bentuk psikis maupun fisik. Sehingga dapat diartikan bahwa dukungan sosial merupakan sesuatu yang diberikan untuk menciptakan kenyamanan fisik dan psikologis seseorang. adanya dukungan sosial mampu menurunkan stress dan meningkatkan kesejahteraan kualitas hidup seseorang (Riany & Ihsana, 2021:59).

Dukungan sosial merupakan suatu hal bermanfaat yang diperoleh dari orang yang dipercayainya, sehingga mereka mengetahui ada orang lain yang peduli, menghargai, dan menyayangnya Cahya et al., (2019:38). Dukungan sosial merupakan sesuatu yang penting dan berharga bagi seseorang ketika sedang mengalami masalah, hal ini karena mereka membutuhkan orang terdekat yang bisa dipercaya untuk membantu menghadapi masalah tersebut (Lestari & Wulandari, 2021:95). dukungan sosial yang diterima oleh seseorang mampu memberikan dorongan, kepedulian, bantuan, serta perhatian yang membuat seseorang berpandangan positif terhadap dirinya sendiri dan kegiatannya, dukungan sangat berpengaruh jika diberikan oleh orang – orang yang penting dalam hidup seseorang (Rahama & Izzati, 2021:97). dukungan sosial mampu untuk meningkatkan rasa percaya diri, mencegah pesimisme dan perasaan tidak berarti (Widiantoro et al., 2019:6)

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan adanya hubungan dekat baik dengan individu ataupun kelompok

yang mampu memberikan dukungan secara fisik ataupun psikologis berupa kenyamanan, motivasi, arahan, penilaian positif dan informasi sehingga individu merasa dirinya dicintai, dipedulikan, dan yakin akan dibantu ketika sedang mengalami kesulitan dalam suatu permasalahan. Dukungan sosial dari orang terdekat seperti keluarga dan teman mampu memberikan kesejahteraan hidup bagi seseorang.

2. Aspek – Aspek Dukungan Sosial

Sarafino dan Smith (1976:81-82) mengatakan bahwa terdapat 4 aspek dukungan sosial

1. Dukungan emosional

Dukungan yang berupa bentuk kepedulian, rasa empati, perhatian dan antusias mendengarkan serta memberikan semangat, karena tiap individu membutuhkan hal – hal tersebut dalam menjalani kehidupan.

2. Dukungan penghargaan

Dukungan yang memberikan penghargaan atau memperlihatkan ekspresi setuju dengan pernyataan dan memberikan nilai positif terhadap ide serta performa individu dalam pekerjaan, prestasi, ataupun perilaku di peranan sosial.

3. Dukungan instrumental (*Tangible or instrumental support*)

Dukungan yang bersifat nyata berupa bantuan materi, finansial, tindakan atau hal-hal yang dibutuhkan oleh individu tersebut, misalnya pinjaman uang, transportasi atau meluangkan waktu untuk membantu menyelesaikan tugas.

4. Dukungan informasi (*Informational support*)

Dukungan dengan memberikan informasi yang berguna untuk menyelesaikan persoalan seseorang, dapat berupa nasihat, arahan, ataupun informasi yang dibutuhkan oleh individu.

5. Dukungan jejaring sosial (*Companionship support*)

Dukungan yang berupa pemberian perasaan bahwa individu tersebut adalah bagian dari suatu kelompok dan mereka memiliki tujuan yang sama, hal tersebut membuat individu merasa memiliki seseorang untuk menghabiskan waktu bersama.

Menurut Weiss (1974) dalam Cutrona dan Russell (1987:5) terdapat 4 aspek dukungan sosial diantaranya:

1. *Attachment* (kelekatan)
Pemberian perasaan dekat kepada seseorang secara emosional dan pemberian rasa aman sehingga menimbulkan kenyamanan.
2. *Social integration* (integrasi sosial)
Pemberian perasaan memiliki dalam suatu kelompok sehingga merasa mampu melakukan sesuatu secara bersama – sama.
3. *Opportunity for nurturance* (kesempatan turut mengasuh)
Suatu perasaan dimiliki oleh seseorang sehingga merasa dirinya dibutuhkan oleh orang lain dan mampu membantu meringankan beban ataupun tekanan.
4. *Reassurance of worth* (adanya sebuah pengakuan)
Pemberian penghargaan, apresiasi, dan pengakuan mengenai kompetensi, kemampuan ataupun keahlian yang dimiliki
5. *A sense of reliable alliance* (terdapat orang lain yang dapat diandalkan) Perasaan memiliki seseorang yang dapat diandalkan dan bersedia membantu ketika sedang menghadapi situasi sulit.
6. *The obtaining of guidance* (nasihat atau bimbingan)
Tersedianya bimbingan ataupun nasihat dari orang lain ketika dihadapkan dengan permasalahan, sehingga dapat menemukan solusi untuk permasalahan tersebut.

Dalam uraian di atas dapat disimpulkan dari pendapat Sarafino dan Smith terdapat aspek – aspek dukungan sosial diantaranya dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan jejaring sosial. Sedangkan menurut pendapat Weiss dukungan sosial terdiri dari 6 aspek diantaranya : *attachment, social intregation, Opportunity for nurturance, Reassurance of worth, A sense of reliable alliance, dan The obtaining of guidance.* Dari kedua pendapat tersebut peneliti memilih untuk menggunakan pendapat yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith.

3. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam

Salah satu ayat yang terkait dengan dukungan sosial adalah Q.S Ad- dhuha ayat 6–8 yang berisi jaminan bahwa Allah tidak akan meninggalkan hambanya, memberikan karunia-Nya, melindungi, dan memberikan petunjuk serta mencukupi kebutuhan hambanya. Berikut artinya :

Q.S Ad-duha Ayat 6 :

*Bukankah dia mendapatimu sebagai seorang yatim lalu dia
melindungimu?* أَلَمْ يَجِدْكَ يَتِيمًا فَآوَىٰ

Q.S Ad-duha Ayat 7 :

*Dan Dia mendapatimu sebagai seorang yang bingung, lalu
Dia memberikan petunjuk* وَوَجَدَكَ ضَالًّا فَهَدَىٰ

Q.S Ad-duha Ayat 8 :

*Dan dia mendapatimu sebagai seorang yang kekurangan
lalu dia memberikan kecukupan* وَوَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَىٰ

Shihab (2002:334) menafsirkan dalam bukunya tafsir Al- Mishbah bahwa pada ayat 6 terdapat kata *يتيم* memiliki makna tersendiri, ayat tersebut bagaikan menyatakan bahwa Allah menemui Rosulullah dalam keadaan tersendiri, lalu Allah kirimkan kakeknya untuk mengurusnya, kemudian Allah kirimkan pamannya setelah kakeknya meninggal. Hingga Allah menghimpun manusia yang berada disekelilingnya untuk berkumpul dan bersandar kepadanya. Kemudian kata ‘awa’ diartikan sebagai kembali kerumah atau tempat tinggal, yang mengandung makna bahwa seseorang akan merasa terlindungi dan aman ketika kembali kerumahnya. Kata tersebut dipahami bahwa Allah akan memberikan perlindungan yang menciptakan rasa aman dan perasaan tentram, perlindungan yang diberikan bisa murni dari Allah secara langsung maupun melalui makhluknya sesama manusia.

Dari cerita baginda nabi yang yatim piatu kemudian dilindungi oleh Allah melalui orang-orang di sekitarnya, memberikan gambaran bahwa manusia dapat mengandalkan orang-orang disekitarnya yang memberikan dukungan untuk

menghadapi tiap kesulitan. Rumah atau tempat tinggal diartikan sebagai tempat paling aman dan membuat seseorang merasa terlindungi, hal ini menggambarkan bahwa dukungan sosial dari orang – orang yang terdapat di dalam rumah atau tempat tinggal tersebut mampu memberikan rasa aman dan perlindungan bagi seseorang.

Penafsiran Shihab (2002:336) pada ayat 7 terdapat kata ضال yang memiliki arti kehilangan jalan atau bingung tidak mengetahui arah. Ketika Rasulullah melihat kaumnya menyembah berhala, beliau merasa yakin bahwa hal tersebut adalah sebuah kesesatan. Namun, Rasulullah merasa bingung dan hingga akhirnya Allah turunkan Al-Qur'an kepadanya untuk memberikan informasi sebagai petunjuk dari kebingungannya.

Terjemahan pada ayat tersebut menceritakan tentang Allah yang akan memberikan petunjuk kepada Rasulullah saat beliau kebingungan, dapat digambarkan bahwa dukungan yang Allah berikan bersifat informatif yang mampu membimbing atau mengarahkan seseorang ke jalan yang benar. kata "dalla" diartikan sebagai kata kebingungan atau kehilangan arah, hal ini menggambarkan bahwa manusia membutuhkan dukungan informatif untuk mendapatkan saran atau nasihat dari orang sekitarnya.

Pada ayat 8 terdapat kata اغنى yang artinya kekayaan, kekayaan yang dimaksud dalam tafsir ini adalah kekayaan materi yang Allah berikan kepada Rasulullah, ketika masa kecil Rasulullah terpenuhi secara materi melalui Abu Thalib, kemudian saat dewasa melalui istrinya Sayyidah Khadijah r.a, setelah istrinya wafat dan kondisi perekonomiannya menurun sebab hijrah Allah mencukupi ekonomi Rasulullah melalui penduduk Madinah atau disebut kaum Al-Anshar serta dari hasil rampasan perang (Shihab, 2002:339).

Terjemahan terkait cerita kebutuhan materi Rasulullah yang pasti akan di penuhi oleh Allah menggambarkan terkait dukungan instrumental yang dapat ditemukan dari berbagai jaringan sosial seseorang. Kata "aghna" memiliki arti kekayaan, hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berbentuk emosional saja tetapi juga dalam bentuk materi yang dibutuhkan oleh seseorang

Dalam Q.S al – insyiroh, Allah SWT memberikan dukungan dalam bentuk kata–kata positif bahwa akan ada kemudahan setelah melalui hal yang sulit. Selain itu,

Allah memberikan saran kepada umatnya untuk menyelesaikan urusannya satu per satu.

Q.S Al-Insyiroh Ayat 5 :

Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Q.S Al-Insyiroh Ayat 7 :

Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

Q.S Al-Insyiroh ayat 5 ditafsirkan oleh Shihab (2002:362) bahwa seberapa berat kesulitan yang dihadapi pasti akan ada kemudahan. Firman Allah tersebut merupakan bentuk dukungan dari Allah kepada umat Nya untuk menemukan segi positif dari kesulitan yang dihadapi. Kemudian ayat 7 ditafsirkan oleh Shihab (2002:370) bahwa ketika kita selesai mengerjakan sesuatu dan merasa luang maka tetaplah bekerja dengan sungguh – sungguh hingga merasa lelah. Setelah merasa lelah dan kesulitan mintalah bantuan kepada Allah untuk menghadapi kesulitan dalam berbagai aktivitas yang dilakukan.

Dari pemaparan ayat dan tafsir diatas dapat disimpulkan bahwa Allah telah memberikan segala bentuk dukungan kepada umat-Nya dalam bentuk secara langsung ataupun melalui orang lain, Allah memberikan perlindungan kepada umat-Nya supaya umat-Nya merasa aman, Allah memberikan rezeki untuk umat-Nya supaya terpenuhi segala kebutuhannya, Allah memberikan informasi berupa petunjuk supaya umat-Nya tidak mengalami kebingungan, dan Allah memberikan kata – kata positif untuk memberikan semangat kepada hamba-Nya. Tafsiran tersebut dengan aspek – aspek yang terkandung dalam dukungan sosial

C. Self Regulated Learning

1. Pengertian *Self Regulated Learning*

Menurut Zimmerman (2002:65) *Self regulated learning* adalah bentuk proses tindakan seseorang untuk selalu mengawasi, memfokuskan, dan mengelola serta mengendalikan pemikirannya untuk searah dengan tujuan yang ditetapkan. Wolters (1998:4) mengatakan bahwa *self regulated learning* merupakan kekuatan yang dimiliki individu untuk mengorganisasi pengalaman belajarnya secara maksimal dan efektif menggunakan berbagai metode supaya mendapatkan hasil belajar yang memuaskan. Sedangkan Menurut Setiawan (2022:17) *self regulated learning* merupakan proses ketika individu secara sistematis mengatur sendiri pembelajarannya, berupaya memantau, menyesuaikan, dan mengendalikan tujuan melalui kognisi, motivasi, dan perilakunya. *Self regulated learning* diartikan oleh Nuor (2019:21) sebagai tindakan yang secara aktif untuk mempertahankan pemikiran, perasaan, dan perilaku yang berorientasi terhadap pencapaian yang akan dituju,

Bandura (1991:250-251) mengatakan bahwa untuk memiliki kemampuan dalam mengatur dan mengendalikan diri maka individu tersebut perlu membangun langkah-langkah dengan tiga proses diantaranya pengamatan diri, menilai diri sendiri, dan melakukan tindakan. Didukung oleh pernyataan dari Grahani (2019:3) bahwa *self regulated learning* merupakan strategi yang biasanya dibutuhkan oleh individu dalam kegiatan belajar maupun mengajar dengan memonitor dirinya untuk mengerjakan tugasnya dan selalu mempersiapkan upaya yang akan dilakukan dengan menentukan langkah-langkah terperinci untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Seseorang yang memiliki *self regulated learning* akan memahami kelebihan dan kelemahan dirinya, hal tersebut membantu mereka untuk menentukan strategi memonitor diri yang tepat sehingga bisa mendapatkan hasil yang maksimal (Grahani, 2019:4). *Self regulated learning* membantu individu untuk memahami strategi pembelajaran yang efektif dan memahami cara serta waktu yang tepat dalam penggunaannya

Menurut Rosia (2021:18) *self regulated learning* merupakan proses metakognitif dalam mengatur perencanaan, memantau, dan melakukan evaluasi terhadap strategi

belajar yang sudah dilakukan. Proses ini dilandasi dengan dasar keyakinan (*self efficacy belief*) serta komitmen untuk mencapai tujuan pembelajaran baik pengetahuan maupun keterampilan. *Self regulated learning* juga diartikan oleh Rizka Dwiputri (2023:12) sebagai kemampuan dalam mengendalikan aktivitas belajar, menentukan tujuan, mengelola sumber daya manusia dan benda serta mampu mengambil keputusan lalu melaksanakannya. kemampuan dalam menyelesaikan masalah dengan cara mengontrol emosi ataupun kognitifnya, mengelola waktu dan usaha merupakan ciri – ciri individu dengan *self regulated learning* yang baik (Sapa & Rozali, 2021:172).

Murphy dan Alexander (2000:31) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki *self regulated learning* akan memiliki kombinasi terkait keterampilan belajar dengan pengendalian diri, hal tersebut menciptakan pembelajaran yang dirasa mudah dan memotivasi karena mereka memiliki *skill* (kemampuan) dan kemauan untuk belajar. Zimmerman 2002 mengatakan bahwa seseorang dengan *self regulated learning* akan mengalihkan dari kemampuan mentalnya menjadi keterampilan serta strategi dalam pembelajaran. *Self regulated learning* merupakan upaya aktif individu untuk mengembangkan pengetahuannya dengan cara-cara yang efektif tanpa terbatas (Anwar et al., 2019:118)

Self regulated learning menjadi kemampuan dasar yang mampu membentuk kesuksesan proses belajar, menurut Zimmerman (1989:331) seseorang yang memiliki *self regulated learning* tinggi akan menggunakan potensinya secara efektif untuk mengatur, memonitor, mengontrol kognisi serta memotivasi perilakunya dalam proses belajar. *Self regulated learning* mengajarkan tentang pentingnya belajar disiplin, memiliki kemampuan mengatur dan mengendalikan diri ketika dihadapkan kesulitan (Latipah, 2017:42)

Dari beberapa pendapat diatas *self regulated learning* dapat disimpulkan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk mengatur ataupun mengendalikan dirinya sesuai dengan monitoring proses pembelajaran yang efektif digunakan, menetapkan langkah-langkah dan pengambilan keputusan yang tepat untuk keberhasilan tujuannya. Kemampuan tersebut didasari oleh sikap kompeten dan disiplin serta memiliki motivasi diri yang baik.

2. Aspek – Aspek Self Regulated Learning

Menurut Zimmerman (1989:329) aspek – aspek *self regulated learning* ada 3 yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku.

1. Metakognitif

Zimmerman (1990:4) menyatakan bahwa metakognitif merupakan strategi pembelajaran untuk mengatur diri sendiri, merencanakan dan menetapkan tujuan, mengontrol dan memantau diri sendiri, serta mengevaluasi diri. Strategi ini menjelaskan bahwa tiap individu terlibat dalam mengadaptasi dan mengubah kognisinya. Strategi mengatur kognisi meliputi :

a. Strategi organization & transformation (mengatur pelajaran)

Strategi dengan memilah informasi penting seperti menentukan ide pokok dari teks, membuat outline, menggambar diagram ataupun bagan untuk mempermudah memahami materi. Mengubah materi menjadi lebih efektif sehingga mudah untuk dipelajari (Dwiputri, 2023:12)

b. Strategi goal setting & planning (menetapkan tujuan dan rencana pembelajaran)

Strategi dengan menetapkan tujuan umum ataupun tujuan khusus yang akan dicapai melalui perencanaan–perencanaan pembelajaran yang dapat membantu tujuan tergapai. Bentuk perencanaan meliputi : pengerjaan tugas, pemanfaatan waktu yang efektif, dan menyelesaikan pekerjaan yang terkait dengan tujuan tersebut.

c. Strategi self monitoring (memantau diri dalam pembelajaran)

Strategi dengan memantau proses yang terjadi pada individu untuk mengetahui kekurangan ataupun kemajuan individu dalam menerapkan rencana yang sebelumnya telah dirancang (Lestari, 2014:42).

d. Strategi self evaluation (mengevaluasi diri dalam pembelajaran)

Strategi ini merupakan bentuk tindakan individu dalam mengevaluasi kualitas hasil yang diperoleh terkait penggunaan.

2. Motivasi

Zimmerman (1989:333) mengatakan bahwa motivasi merupakan pendorong (*drive*) yang ada pada individu meliputi persepsi terhadap efikasi diri

dan arahan untuk mengorganisir aktivitas individu. Zimmerman (1990:5) menyatakan bahwa individu yang memiliki motivasi cenderung akan memiliki minat tugas intrinsik, efikasi diri yang tinggi, atribusi diri, giat berusaha, dan memiliki kegigihan dalam belajar Beberapa strategi dalam motivasi diantaranya:

1) *Giving self consequences* (pemberian konsekuensi diri)

Strategi penetapan konsekuensi terhadap diri sendiri ketika tidak konsisten dalam melakukan aktivitas belajar, konsekuensi bisa diberikan dalam bentuk punishment ataupun reward (Dwiputri, 2023:13).

2) *Reviewing* (meninjau kembali)

Strategi yang dilakukan untuk meninjau kembali materi pembelajaran dan pencapaian terkait tugas yang telah diselesaikan untuk meningkatkan motivasi dalam mencapai tujuan – tujuan yang lainnya.

3) *Seeking social assistance* (mencari bantuan sosial)

Strategi ini dilakukan untuk mencari bantuan ataupun dukungan dari orang-orang disekitarnya untuk mengatasi kesulitan dalam proses mencapai tujuan, hal ini dapat memberikan motivasi bagi individu untuk tetap optimis dalam menjalani kegiatan terkait tujuan yang ditetapkan.

3. Perilaku

Dalam proses perilaku diartikan bahwa individu menyusun strategi untuk mengatur perilaku diri, mengatur waktu, mengatur suasana, menyeleksi ataupun memanfaatkan lingkungan sehingga tercipta lingkungan yang mampu mendukung proses belajar, serta kemampuan untuk memberikan instruksi pada diri sendiri, dan keaktifan diri dalam mencari informasi (Zimmerman, 1990:5).

Regulasi perilaku meliputi:

1) *Information seeking* (mencari informasi) adalah strategi untuk mencari informasi lebih dalam terkait materi, arahan, ataupun nasihat.

2) *Environment structuring* merupakan bentuk usaha individu untuk meminimalisir gangguan yang mungkin menghambat proses belajar, sehingga mereka mengatur sekitar dengan menciptakan lingkungan yang dapat mengoptimalkan pembelajaran, serta menyiapkan fisik dan mental untuk menyelesaikan tujuannya (Rizka Dwiputri, 2023:14).

- 3) *Record keeping* (pencatatan) merupakan bentuk strategi untuk melakukan pencatatan terkait perkembangan belajar sehingga dapat mengidentifikasi bagian mana yang masih memerlukan perbaikan

Sedangkan Pintrich (2000 : 452-453) Membentuk *self regulated learning* dari empat aspek yang menjelaskan mengenai tahap – tahap seseorang untuk mencapai tujuannya. empat aspek tersebut terdiri dari perencanaan, monitoring (pemantuan), kontrol (pengendalian), dan evaluasi. Keempat aspek tersebut menggambarkan proses yang akan dilalui oleh seseorang untuk menyelesaikan targetnya. Berikut penjelasan mengenai aspek – aspek *self regulated learning*

- 1) Perencanaan

Individu dapat merancang tujuannya dengan membuat perencanaan mengenai aktivitas yang harus dilakukan untuk sampai pada tujuan yang diharapkan, perencanaan dibuat berdasarkan pemahaman terhadap metakognisi diri, kompetensi diri, dan keahlian yang dibutuhkan untuk menentukan strategi, perencanaan waktu yang tepat, lalu memanfaatkan keadaan sekitar sebagai pendukung proses perencanaan yang maksimal.

- 2) Monitor

Individu dapat memantau diri meliputi kognisi, motivasi, pengaturan waktu, dan strategi yang digunakan. Memeriksa kembali hal - hal tersebut sudah terlaksana dengan baik atau belum

- 3) Kontrol

Individu dapat mengontrol emosi, motivasi, dan pikiran diri berkaitan dengan pengaturan waktu, tindakan – tindakan yang akan dilakukan, serta pemeriksaan pada tugas – tugas yang sudah terselesaikan atau yang belum terselesaikan.

- 4) Evaluasi

Individu dapat melakukan pertimbangan terhadap strategi dan tindakan yang telah dilaksanakan pada masa lalu untuk menentukan langkah paling tepat yang dapat digunakan di masa depan supaya memperoleh hasil yang lebih baik. Individu dapat melakukan evaluasi terkait tugas – tugas yang berhasil

ataupun gagal, kondisi emosional yang berpengaruh terhadap hasil, lalu menganalisa terkait penyebab serta tindakan yang tepat untuk memperbaikinya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan mengenai aspek – aspek dalam *self regulated learning* menurut Zimmerman dan Pintrich diantaranya : motivasi, kognisi, perilaku, perencanaan, monitor, kontrol, dan evaluasi. Dari kedua pendapat tersebut, peneliti memilih untuk menggunakan pendapat Zimmerman yaitu motivasi, kognisi, dan perilaku.

3. *Self Regulated Learning* Dalam Perspektif Islam

Self regulated learning diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengendalikan dan mengarahkan dirinya melalui cara berpikir, memotivasi diri, dan melakukan aktivitas belajar supaya mencapai kesuksesan dalam belajar. Ketika perencanaan proses belajar sudah disusun dan terlaksana dengan baik maka hasil yang diperoleh bisa maksimal, seperti halnya dalam Al- Qur'an Surah Al-Hasyr ayat 18:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

”Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”.

Menurut Shihab (2002:130) kata تقدموا memiliki arti amal – amal yang dikerjakan untuk mendapatkan manfaat di masa mendatang, yang artinya persiapan–persiapan yang dilakukan oleh seseorang untuk meraih pencapaian di masa depan. Terjemahan mengenai perintah dari Allah kepada umat-Nya supaya memperhatikan perilaku yang telah diperbuat untuk hari esok di tafsirkan oleh Thabthaba'i sebagai perintah untuk mengevaluasi amal – amal yang telah dikerjakan. Di gambarkan seperti seorang tukang yang ketika pekerjaannya telah selesai ia harus mengecek kembali, jika hasilnya sudah baik maka hanya perlu menyempurnakannya, jika masih terdapat kekurangan maka ia bisa memperbaikinya, sampai ketika hasilnya diperiksa tidak terdapat

kekurangan dan dapat ditampilkan dengan sempurna. Pada tafsiran ini sama seperti seorang pelajar yang harus belajar dan mempersiapkan segala kebutuhan yang diperlukan untuk meraih pencapaian dan menghadapi tantangan – tantangan yang akan datang di masa mendatang. Kemudian, melakukan evaluasi terhadap strategi belajar yang telah digunakan.

Self regulated learning diartikan sebagai bentuk belajar secara mandiri, individu diharapkan mempunyai keinginan yang besar untuk belajar mengenai banyak pengetahuan secara mandiri, seperti yang di dedikasikan oleh nabi Musa ketika berjuang untuk mencari ilmu dengan mendatangi nabi khidzir tertera dalam Q.S Al-Kahfi ayat 60:

وَإِذْ قَالَ مُوسَىٰ لِفَتْنِهِ لَا آتِبْرَحُ حَتَّىٰ أَتْلُغَ الْمَجْمَعَ الْبَحْرَيْنِ أَوْ أَمْضِيَ حُقُبًا

“Dan (ingatlah) ketika Musa berkata kepada seorang pemuda: "Aku tidak akan berhenti (berjalan) sebelum sampai ke Pertemuan dua buah lautan; atau aku akan berjalan sampai bertahun-tahun" (QS. Al-Kahfi [18]:60)”.

Dari ayat tersebut kita dapat memahami bahwa daya juang nabi Musa sangat besar untuk mendapatkan ilmu dan memenuhi rasa ingin tahunya

Shihab (2002:88) menafsirkan surah Al-Kahfi ayat 60 dalam bukunya Tafsir Al-Mishbah sebagai usaha nabi Musa a.s untuk bertemu dengan hamba Allah yang shaleh melalui ikan yang akan menjadi tempat penentu bertemunya mereka. Seandainya Allah memberikan kehendak untuk mempertemukan mereka dengan cara yang mudah, maka mereka tidak memerlukan tempat pertemuan yang jauh dan sulit untuk ditemukan, Namun, pada ayat ini membuktikan bahwa semua peristiwa tidak dapat terjadi secara instan tanpa adanya proses dan waktu.

Dari kedua ayat di atas dapat disimpulkan bahwa Allah telah memerintahkan umat-Nya supaya melakukan persiapan – persiapan untuk masa yang akan datang, yang artinya manusia diharapkan mampu menyusun strategi yang tepat terkait hal yang dibutuhkan untuk mencapai hasil yang dia inginkan. Manusia diharapkan mampu mengendalikan dirinya dan mengarahkan dirinya supaya tidak memiliki penyesalan di masa depan. Selain itu, Allah juga menjelaskan bahwa segala sesuatu pencapaian di dunia

ini harus melalui proses dan waktu, dengan begitu manusia harus mampu memotivasi diri untuk mampu melalui proses tersebut.

D. Hubungan Dukungan Sosial dan Self Regulated Learning Dengan Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan perasaan yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya dan merasa dirinya bisa mencapai hal – hal yang diharapkan. Namun ketika efikasi diri yang dimiliki individu tersebut rendah maka akan bermasalah jika dihadapkan dengan tantangan atau tugas yang sulit seperti merasa takut, cemas, ataupun ingin menyerah (Wiharja et al., 2020 : 12). Tinggi dan rendahnya efikasi diri seseorang dilatar belakangi oleh faktor–faktor yang dapat mempengaruhinya, salah satu faktor tersebut adalah dukungan sosial. Dukungan sosial bisa didapatkan dari orang tua, keluarga, teman, ataupun pasangan. dukungan yang diberikan oleh orang – orang terdekat memiliki peran penting terhadap kepercayaan yang dimiliki oleh seseorang terhadap kemampuannya dalam melakukan sesuatu. Ketika manusia merasa ragu terhadap kemampuan dirinya, mereka cenderung butuh diyakinkan oleh orang – orang sekitarnya supaya keraguan tersebut menghilang.

Salah satu ciri – ciri individu dengan efikasi diri rendah adalah merasa takut dan cemas. Manusia cenderung akan merasa takut ketika merasa sendirian menghadapi kesulitan, maka manusia perlu memiliki seseorang yang dapat membantunya ketika menghadapi kesulitan dan memiliki seseorang yang akan selalu menemani dalam kondisi apapun. Dukungan tersebut, memiliki peran penting dalam kemantapan seseorang untuk menghadapi tugas ataupun situasi sulit dalam kehidupan.

Adanya dukungan sosial adalah sebagai bentuk pendorong untuk melakukan kinerja, sehingga menumbuhkan rasa percaya diri, berani, dan pantang menyerah ketika dihadapkan dengan permasalahan, hal ini karena dukungan sosial mampu memberikan nasihat ataupun arahan untuk menuntun kita keluar dari kesulitan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Oktariani (2019:32) dinyatakan

bahwa dukungan sosial dengan efikasi diri memiliki hubungan yang positif, artinya ketika dukungan sosial yang didapatkan tinggi maka akan meningkatkan efikasi diri seseorang.

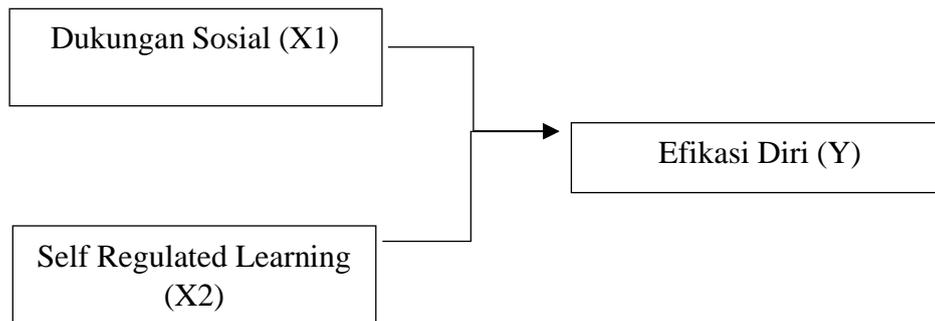
Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat efikasi diri seseorang yaitu *self regulated learning*. *Self regulated learning* merupakan kemampuan individu dalam mengatur dan mengendalikan dirinya dengan menyesuaikan strategi-strategi yang telah dirancang untuk mencapai tujuannya. Efikasi diri diartikan secara singkat sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri, manusia cenderung meragukan kemampuannya ketika belum mempersiapkan apapun atau persiapannya belum maksimal. Misalnya ketika seorang siswa telah belajar dan memahami materi ujian dari jauh – jauh hari maka siswa tersebut akan menghadapi ujian dengan percaya diri dan merasa yakin mampu mengerjakan ujian dengan hasil yang maksimal. Berbeda dengan siswa yang tidak belajar ataupun siswa yang belajar dengan sistem kebut semalam, mereka akan cenderung ragu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan ujian dengan hasil maksimal. Artinya pengaturan dan pengendalian diri untuk selalu ulet belajar memiliki peran penting terhadap keyakinan seseorang terhadap kemampuannya.

Dalam tulisan ini akan dilakukan penelitian mengenai *self regulated learning* yang mempengaruhi efikasi diri, meskipun belum terdapat teori ataupun penelitian yang menyebutkan *self regulated learning* sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri . namun, beberapa komponen dalam *self regulated learning* menjadi faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri diantaranya kompetensi, motivasi, dan disiplin. Seseorang yang memiliki *self regulated learning* cenderung mampu mengatur dirinya atau mengelola tindakannya untuk selalu kompeten dan disiplin, serta mampu memotivasi diri untuk melakukan langkah – langkah maju mencapai tujuannya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nasution & Yuris (2022:97) mengatakan bahwa efikasi diri dengan *self regulated learning* memiliki hubungan yang positif, artinya semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin tinggi *self regulated learning* seseorang.

Berdasarkan pemamparan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dan *self regulated learning* memiliki kemungkinan untuk mempengaruhi efikasi

diri seseorang, terutama efikasi diri penghafal Al -Qur'an yang merangkap peran sebagai mahasiswa dalam menghadapi ujian sima'an.

E. Kerangka Berpikir



Gambar 2.1 Skema Kerangka Berpikir Pengaruh Dukungan Sosial dan Self Regulated Learning terhadap Efikasi Diri

F. Hipotesis

Penelitian yang akan disusun oleh penulis merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif maka diperlukan menggunakan hipotesis. Hipotesis merupakan jawaban sementara sesuai dengan rumusan yang telah disusun oleh penulis berdasarkan teori dan kajian literatur yang sudah ada sebelumnya (Sugiyono 2013:63). Berikut hipotesis penelitian yang akan diajukan oleh penulis:

1. Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang
2. Terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang
3. Terdapat pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan jenis pendekatan kuantitatif, metode penelitian yang berdasarkan positivisme dengan meneliti populasi atau sampel tertentu saja untuk mengumpulkan data dengan menggunakan instrument penelitian, lalu dilakukan analisis secara statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan (Sugiyono, 2013:11). Penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah proses penelitian bersifat deduktif yaitu menjawab rumusan masalah yang telah ditetapkan dengan konsep atau teori. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif korelasional, penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian dengan metode statistic untuk mengukur pengaruh antar dua variabel atau lebih (Creswell, 2014:12)

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel

Variabel adalah konsep dengan nilai yang bervariasi, segala bentuk yang digunakan sebagai objek pengamatan, atau faktor – faktor yang memiliki peran dalam peristiwa yang akan diteliti (Syahrums & Salim, 2014:103). Pada penelitian ini terdapat tiga variabel yang akan diteliti diantaranya :

a. Variabel dependen (Y)

Y : Efikasi Diri

b. Variabel Independen (X)

X1 : Dukungan Sosial

X2 : Self Regulated Learning

2. Definisi Operasional

a. Efikasi diri

Efikasi diri merupakan keyakinan yang ada pada diri seseorang terhadap kemampuannya menghadapi segala rintangan untuk mencapai

tujuan yang diinginkan. Variabel ini akan diukur dengan menggunakan skala efikasi diri yang disusun berdasarkan aspek – aspek efikasi diri diantaranya : *level / magnitude* (tingkatan), *strength* (kekuatan), *generality* (umum). Dalam skala ini akan menunjukkan bahwa semakin tinggi skor yang didapatkan maka semakin tinggi pula efikasi diri yang dimilikinya, begitupun sebaliknya.

b. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan bentuk pemberian bantuan dari individu ataupun kelompok baik secara fisik ataupun psikologis yang mampu mendorong individu supaya lebih bersemangat. Dukungan dapat berupa kenyamanan, motivasi, arahan, penilaian positif dan informasi sehingga individu merasa dirinya dicintai, dipedulikan, dan yakin akan dibantu ketika sedang mengalami kesulitan dalam suatu permasalahan.

Variabel ini akan diukur menggunakan skala dukungan sosial yang akan disusun berdasarkan aspek – aspek sebagai berikut : Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jejaring sosial. Instrument dalam skala penelitian ini akan mengukur tinggi rendahnya dukungan sosial yang diterima oleh individu, ketika skornya tinggi maka individu tersebut mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, begitu pula sebaliknya.

c. *Self regulated learning*

Self regulated learning dapat disimpulkan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk mengatur ataupun mengendalikan dirinya sesuai dengan strategi pembelajaran yang ditentukan untuk berorientasi pada pencapaian tujuannya. Variabel ini akan diukur menggunakan skala *self regulated learning* yang akan disusun berdasarkan aspek – aspek *self regulated learning* diantaranya : kognisi, motivasi, dan perilaku. Instrument dalam skala penelitian ini akan mengukur tinggi rendahnya *self regulated learning* yang dimiliki oleh individu, ketika skornya tinggi maka individu tersebut memiliki *self regulated learning* yang baik, begitu pula sebaliknya.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan di Pondok Pesantren Putri Tahfidzul Qur'an Al-Hikmah yang bertempat di kelurahan Tugurejo RT 07 RW 01, Kecamatan Tugu, Kota Semarang, Jawa Tengah.

2. Waktu Penelitian

Peneliti melakukan penelitian pada 5 Agustus 2024 – 11 Agustus 2024

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan suatu wilayah atau tempat yang dijadikan sebagai subyek / obyek penelitian dengan kualitas dan ciri – ciri tertentu sesuai dengan penetapan peneliti untuk dipahami kemudian diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2013: 81). Artinya populasi adalah jumlah secara keseluruhan subyek / obyek yang terdapat di wilayah penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang menghafalkan Al-Qur'an di pondok pesantren putri tahfidzul qur'an Al-Hikmah Tugurejo, Tugu, Semarang dengan jumlah 240 santri.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang akan menjadi subjek penelitian. Pengambilan sampel harus dilakukan secara representatif, yang artinya sampel yang diambil harus mampu mewakili populasinya (Syahrums & Salim, 2014). Sampel juga diartikan sebagai bagian dari jumlah dan karakteristik yang terdapat dalam populasi tersebut (Sugiyono, 2013:81). Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah populasi santri yang akan menghadapi ujian sima'an 15 juz dan santri yang telah mencapai hafalan sampai juz 24 keatas, hal tersebut dikarenakan syarat untuk ikut khataman harus telah mencapai setoran hafalan minimal juz 24 sebelum pendataan

khotimat dilakukan. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat 61 santri yang memenuhi kriteria tersebut.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan metode pengambilan sampel dalam populasi penelitian, pada penelitian ini peneliti menggunakan *nonprobability sampling* yang artinya tidak semua subjek/objek dalam populasi memiliki kesempatan untuk menjadi sampel (Sugiyono, 2013:84). *Nonprobability sampling* memiliki bermacam – macam jenis, peneliti akan menggunakan jenis *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel dengan mempertimbangkan kriteria – kriteria yang tepat terhadap tujuan penelitian (Syahrums & Salim, 2014:118). Adapun kriteria – kriteria sampel yang ditentukan oleh peneliti diantaranya :

1. Mahasiswa penghafal Al-Qur'an yang akan menghadapi ujian sima'an 15 juz pada tahun ini.
2. Mahasiswa penghafal Al-Qur'an yang telah mencapai hafalan 24 juz keatas.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan pada penelitian ini penulis menggunakan skala likert, yaitu skala yang mengukur tiga unsur diantaranya sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok mengenai fenomena sosial yang sebelumnya telah ditetapkan oleh penulis sebagai variabel penelitian. Variabel penelitian akan dijabarkan menjadi indikator - indikator, kemudian indikator tersebut dijadikan acuan untuk menyusun item instrumen dengan berupa pertanyaan atau pernyataan. Penulis menggunakan skala likert dengan 4 modifikasi diantaranya sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Hal ini dikarenakan menurut (Hadi, 1991:19) penggunaan empat skor lebih efektif untuk digunakan karena kategori netral mempunyai arti ganda sehingga dapat mengakibatkan informasi yang kurang tepat. Berikut adalah penilaian skor pada tiap jawaban dalam skala likert :

Tabel 3. 1 kriteria penilaian skala

Alternatif Jawaban	Skor	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Pernyataan favorable yaitu pernyataan yang mendukung aspek – aspek dalam variabel penelitian, sedangkan pernyataan unfavorable disebut sebagai pernyataan negatif yang menolak aspek – aspek variabel penelitian. Pada penelitian ini akan menggunakan 3 skala pengukuran yaitu : efikasi diri, dukungan sosial, dan *self regulated learning*.

1) Skala efikasi diri

Skala efikasi diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan dengan aspek – aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura (dalam Hafidzoh, 2020:26) yang terdiri dari 3 aspek yaitu level / magnitude (tingkatan), strength (kekuatan), dan general (umum).

Tabel 3. 2 Blueprint skala efikasi ujian sima'an

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Level	Pandangan individu terhadap tingkat kesulitan ujian sima'an	1, 2	3,4	4
	Keyakinan individu terhadap kemampuannya menghadapi tiap juz yang sulit	5,6	9,10	4

Strength	Keuletan individu dalam menghadapi hafalan yang sulit	7,8	11,12	4
	Memiliki komitmen untuk menyelesaikan ujian sima'an	16,24	14,22	4
General	Mampu percaya diri dalam menghadapi sima'an ditengah kesibukan lainnya	17, 18	19, 20	4
	Menghadapi berbagai kesulitan hafalan secara positif	15,23	13,21	4
TOTAL		12	12	24

2) Skala Dukungan sosial

Skala dukungan sosial yang akan digunakan oleh peneliti mengacu pada aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino (1994) dalam (Fadilah & Nurhadianti, 2022). Terdiri dari lima aspek diantaranya : dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jejaring sosial.

Tabel 3. 3 Blueprint Skala Dukungan Sosial

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Dukungan emosional	Mendapatkan Semangat dari orang terdekat	1, 2	5, 6	4
	Mendapatkan kenyamanan dari orang terdekat	3, 4	7, 8	4
Dukungan penghargaan	Mendapatkan kata positif dari orang terdekat	13, 14	9, 10	4

	Mendapatkan reward dari orang terdekat	15, 16	11, 12	4
Dukungan instrumental	Mendapatkan dukungan materi dari orang terdekat	17, 18	21, 22	4
	Mwndapatkan dukungan Tindakan dari orang terdekat	19, 20	23, 24	4
Dukungan informasi	Mendapatkan saran dan nasihat dari orang terdekat	25, 26	27, 28	4
	Mendapatkan panduan dan arahan dalam menghadapi situasi	31, 32	29, 30	4
Dukungan jejaring sosial	Mendapatkan pengakuan dari teman sekelompoknya	33, 34	37, 38	4
	Mendapatkan rasa kebersamaan dalam suatu kelompok	35, 36	39, 40	4
TOTAL		20	20	40

3) Skala *Self regulated learning*

Skala *self regulated learning* yang disusun oleh peneliti berdasarkan dengan aspek – aspek self regulated learning yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989:329) yang terdiri dari 3 aspek yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku.

Tabel 3. 4 Blueprint Skala self regulated learning

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Metakognitif	Merencanakan strategi hafalan	5, 6	1, 2	4
	Menetapkan tujuan menghafal	7, 8	3, 4	4
	Memonitor diri dalam menghafal	13, 14	9, 10	4
	Mengevaluasi kualitas hafalan	11, 12	15, 16	4
Motivasi	Berminat pada hafalan	17, 18	21, 22	4
	Keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghafal	23, 24	19, 20	4
Perilaku	Memilih lingkungan yang mengoptimalkan hafalan	25, 26	29, 30	4
	Mengatur waktu untuk muroja'ah hafalan	33, 34	27, 28	4
	Mencari informasi untuk keberlangsungan hafalan	31, 32	35, 36	4
TOTAL		18	18	36

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Menurut Sugiyono (2019:176) validitas adalah instrumen yang bisa digunakan untuk mengukur antara data yang secara konkrit terjadi pada

subjek/objek dengan data yang dilaporkan oleh peneliti. Artinya data yang diberikan tidak mengalami perbedaan, ketika alat tes yang digunakan mampu bekerja sesuai dengan fungsinya maka akan menghasilkan pengukuran yang selaras dengan tujuan, hal tersebut menandakan bahwa instrument tersebut memiliki validitas yang tinggi dan akurat menggambarkan fakta yang sesungguhnya (Sudaryono, 2017:302).

Pada penelitian ini peneliti menggunakan validitas isi, yaitu validitas yang membandingkan antara isi instrument dengan isi rancangan yang telah ditetapkan. Teknis pengujian validitas isi dilakukan dengan menggunakan kisi-kisi instrument yang di dalamnya terdapat variabel yang diteliti, indikator yang dijadikan tolak ukur, dan butir item yang berupa pertanyaan maupun pernyataan dari pengembangan indikator (Sugiyono, 2013:129). Setelah instrument dianggap masuk akal (*common sense*) validitas isi memerlukan penilaian terkait relevansi item alat ukur dengan variabel yang akan diteliti. Untuk itu, peneliti meminta penilaian dari dua orang ahli dalam bidang tersebut (*expert judgement*), yaitu dosen pembimbing satu dan pembimbing dua skripsi, setelah itu diujicobakan, kemudian dianalisis dengan uji daya beda item.

2. Daya Beda

Menurut Azwar (2011:58-59) daya diskriminasi atau daya beda aitem merupakan uji pada aitem terkait sejauh mana butir aitem tersebut mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang dapat diukur. Uji diskriminasi aitem dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi skor aitem dengan skor skala itu sendiri, tujuan seleksi aitem dalam hal ini adalah untuk memilih aitem yang memiliki fungsi sesuai dengan skala psikologi yang dikehendaki oleh peneliti. kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total umumnya menggunakan batasan $r_{ix} \geq 0.30$, jadi semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap baik, sedangkan aitem yang koefisien korelasinya kurang dari 0,30 maka dianggap sebagai aitem dengan daya beda yang rendah (Azwar, 2015). Peneliti menguji menggunakan aplikasi *Statistic Product and*

Service Solution (SPSS) dengan windows versi 25 menggunakan metode *corrected aitem-total correlation*.

3. Reliabilitas

Instrumen yang digunakan oleh peneliti harus reliabel, yang artinya instrument harus mampu mengukur variabel pada waktu yang berbeda, dan dapat digunakan secara berulang-ulang. Jadi reliabilitas disimpulkan sebagai kemampuan instrument untuk tetap konsisten meskipun digunakan pada masa yang berbeda (Syahrums & Salim, 2014:134-135). Peneliti menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* untuk mengukur tingkat reliabel instrument pada tiap variabel dibantu dengan menggunakan aplikasi *Statistic Product and Service Solution* (SPSS) dengan windows versi 25. instrument dikatakan reliabel jika memiliki koefisien $\geq 0,6$ (Siregar, 2013:57).

G. Hasil Uji Coba

1. Validitas Alat Ukur

1) Efikasi Diri

Efikasi diri yang akan disebarakan untuk penelitian ini berjumlah 24 aitem yang terdiri dari 12 aitem favorable dan 12 aitem unfavorable. Sebelum di sebarakan untuk penelitian lebih lanjut, skala tersebut di uji coba terlebih dahulu kepada 31 santri di pondok pesantren Kyai Galang Sewu yang bertempat di Tembalang, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah. Berdasarkan analisis menggunakan *corrected aitem-total correlation* dengan ketetapan kevalidan skor aitem $> 0,30$ menunjukkan bahwa terdapat 2 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 9 dan 14

Tabel 3. 5 Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Level	1,2,5,6	3,4,10	7

	(tingkatan)			
2	Strenght (kekuatan)	7,8,16,24	11,12,22	7
3	General (umum)	17,18,23,15	13,19,20,21	8
	Total			22

2) Dukungan sosial

Skala dukungan sosial dengan jumlah aitem 40 butir di uji coba terlebih dahulu kepada 31 mahasiswa di perguruan tinggi yang menghafalkan Al-Qur'an di Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu, Tembalang, Kota Semarang. Setelah dilakukan analisis *corrected aitem-total correlation* dengan ketetapan kevalidan skor aitem $> 0,30$ diperoleh hasil bahwa terdapat 5 aitem yang gugur diantaranya aitem nomor 4, 16, 22, 31, dan 34.

Tabel 3. 6 Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Dukungan emosional	1,2,3	5,6,7,8	7
2.	Dukungan penghargaan	13,14,15	9,10,11,12,	7
3.	Dukungan instrumental	17,18,19,20	21,23,24	7
4.	Dukungan informasi	25,26,32	27,28,29,30	7
5.	Dukungan jejaring sosial	33,35,36	37,38,39,40	7
	Total			35

3) Self Regulated Learning

Skala self regulated learning terdiri dari 36 aitem yang terbagi menjadi 18 aitem favorable dan 18 aitem unfavorable. Sebelum disebarkan untuk penelitian lebih lanjut, skala ini peneliti uji coba terlebih dahulu kepada 31 santri penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren Kyai Galang Sewu yang bertempat di Tembalang, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah. Berdasarkan analisis *corrected aitem-total correlation* dengan ketentuan kevalidan skor aitem $> 0,30$ diperoleh hasil bahwa terdapat 7 aitem yang gugur diantaranya aitem nomor 3, 7, 9, 12, 29, 31, dan 35.

Tabel 3. 7 Skala Self Regulated Learning Setelah Uji Coba

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Metakognitif	5,6,8,11,13,14	1,2,4,10,15,16	12
2.	Motivasi	17,18,23,24	19,20,21,22	8
3.	Perilaku	25,26,32,33,34	27,28,30,36	9
	Total			29

2. Reliabilitas alat ukur

1) Hasil uji reliabilitas skala efikasi diri setelah uji coba

Tabel 3. 8 Reliabilitas efikasi diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,897	22

Skala dinyatakan bagus jika telah memenuhi syarat untuk uji reliabilitas, yaitu dengan hasil *Cronbach's Alpha* $> 0,60$. Apabila telah sesuai dengan ketentuan tersebut maka skala sudah dianggap layak untuk disebarkan kepada subjek. Uji reliabilitas pada skala efikasi diri saat uji coba

memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,863 dan setelah uji coba memperoleh nilai 0,897 yang artinya lebih dari 0,60 sehingga dapat disimpulkan bahwa skala efikasi diri dinyatakan reliabel.

- 2) Hasil uji reliabilitas skala dukungan sosial setelah uji coba

Tabel 3. 9 Reliabilitas Dukungan Sosial

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,937	35

Skala dinyatakan bagus jika telah memenuhi syarat untuk uji reliabilitas, yaitu dengan hasil *Cronbach's Alpha* > 0,60. Apabila telah sesuai dengan ketentuan tersebut maka skala sudah dianggap layak untuk disebarkan kepada subjek. Uji reliabilitas pada skala dukungan sosial saat uji coba memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,935 dan setelah uji coba memperoleh 0,937 yang artinya lebih dari 0,60 sehingga dapat disimpulkan bahwa skala dukungan sosial dinyatakan reliabel.

- 3) Hasil uji reliabilitas skala self regulated learning setelah uji coba

Tabel 3. 10 Reliabilitas Self Regulated Learning

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,873	29

Skala dinyatakan bagus jika telah memenuhi syarat untuk uji reliabilitas, yaitu dengan hasil *Cronbach's Alpha* > 0,60. Apabila telah sesuai dengan ketentuan tersebut maka skala sudah dianggap layak untuk disebarkan kepada subjek. Uji reliabilitas pada skala *self regulated learning* saat uji coba memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,901 dan setelah uji coba

memperoleh 0,873 yang artinya lebih dari 0,60 sehingga dapat disimpulkan bahwa skala *self regulated learning* dinyatakan reliabel.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan teknik terhadap pengolahan data yang telah didapatkan selama penelitian

1. Uji asumsi klasik

Uji asumsi klasik digunakan untuk melakukan tes pada model regresi untuk mengantisipasi pelanggaran asumsi klasik. Purnomo (2017:107) mengatakan bahwa adanya uji asumsi klasik adalah untuk menguji ada tidaknya normalitas residual, multikolinearitas, autokorelasi dan heteroskedastis.

1) Uji normalitas

Menurut Purnomo (2017:108) Uji normalitas digunakan untuk mencahitahu apakah nilai residual pada model regresi terdistribusi dengan normal atau tidak. ketika nilai residual terdistribusi secara normal maka model regresi tersebut baik. Pada riset ini dapat dilakukan uji *Kolmogorov Smirnov* pada *Software SPSS 25 For Windows* untuk menguji normalitas, dengan kriteria signifikansi $> 0,05$ dikatakan normal dan tidak terdistribusi secara normal jika signifikansi $< 0,05$

2) Uji linearitas

Uji linearitas merupakan pengujian untuk melihat apakah variabel independent dengan variabel dependen berada pada satu garis lurus membentuk garis linear yang berarti ketika variabel satu mengalami peningkatan maka variabel lainnya ikut meningkat (Sugiyono, 2015:256). Pada riset ini peneliti menggunakan aplikasi SPSS pada *windows* versi 25 menggunakan *test of linearity* dengan signifikansi $p < 0,05$ dan *deviation from linearity* dengan signifikansi sebesar $p > 0,05$ (Abdullah, 2015:330).

3) Uji multikolinearitas

Uji multikolonieritas merupakan pengujian digunakan untuk melihat adanya hubungan antar variabel X dalam satu model regresi linier, uji ini berguna untuk mengantisipasi adanya kemiripan variabel dalam satu model. Pengujian dapat menggunakan aplikasi SPSS pada *windows* versi 25 dengan melihat hasil nilai *Variance Inflation Factors* (VIF), jika nilai VIF < 10 artinya antar variabel independent tidak multikolinieritas dan jika nilai VIF > 10 maka terdapat multikolinieritas.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan sementara terkait hubungan antar variabel bebas dengan variabel terikat yang telah ditentukan. Dalam riset ini peneliti menggunakan aplikasi SPSS pada *windows* versi 25 dengan melakukan Uji linear regresi berganda merupakan analisis dengan tujuan melihat pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat. Peneliti melihat apakah dukungan sosial dan *self regulated learning* mempengaruhi efikasi diri. model Analisa regresi linear berganda sebagai berikut :

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

Keterangan:

Y = *Self Efficacy*

α = Konstanta

β_1, β_2 = Koefisien Regresi

X1 = Dukungan Sosial

X2 = *Self Regulated Learning*

Jika tingkat signifikansi < 0,05 maka hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima, namun sebaliknya jika tingkat signifikansi > 0,05 maka hipotesis yang diajukan ditolak dengan tingkat kepercayaan sebesar 95% (Priyatno, 2012)

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa penghafal Al-Qur'an yang berada di pondok pesantren Al-Hikmah Tugurejo, Kecamatan Tugu, Kota Semarang dengan ketentuan akan menghadapi ujian sima'an pada tahun ini yaitu pada bulan februari dan telah mencapai hafalan juz 24 keatas, peneliti hanya menyebarkan skala kepada subjek yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Total subjek yang sesuai dengan kriteria berjumlah 61, sehingga responden yang diperoleh oleh peneliti juga berjumlah 61 santri.

2. Kategori Variabel Penelitian

Tabel 4. 1 Hasil Deskripsi Data Variabel Penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
dukungan sosial	61	73	133	100.13	13.590
self regulated learning	61	56	95	74.74	9.127
efikasi diri	61	42	80	56.38	8.120
Valid N (listwise)	61				

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui skor pada masing – masing variabel diantaranya :

1. Variabel dukungan sosial memiliki skor minimum 73, skor maksimum 133, mean 100,13 dan standar deviation 13,59
2. Variabel self regulated learning memiliki skor minimum 56, skor maksimum 95, mean 74,74 dan standar deviation 9,127
3. Variabel efikasi diri memiliki skor minimum 42, skor maksimum 80, mean 56,38 dan standar deviation 8,12

Berdasarkan hasil tersebut variabel penelitian dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

a. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri

Tabel 4. 2 Rentan Skor Kategorisasi Variabel Efikasi Diri

Kategori Skor	Rumus Interval	Rentang Skor
Rendah	$X < (Mean - 1SD)$	$X < 48,26$
Sedang	$(Mean - 1SD) \leq X < (Mean + 1SD)$	$48,26 \leq X < 64,5$
Tinggi	$X \geq (Mean + 1SD)$	$X \geq 64,5$

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren Al-Hikmah Tugu, Kota Semarang dalam menghadapi ujian sima'an dinyatakan rendah jika nilai skor kurang dari 48,26 . Kemudian memiliki skor sedang jika nilainya antara 48,26 – 64,5 dan dinyatakan memiliki skor tinggi jika nilainya lebih dari 64,5. Berikut skor efikasi diri pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah, Tugurejo, Tugu, Kota Semarang :

Tabel 4. 3 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Efikasi Diri

		Kategorisasi			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	rendah	12	19.7	19.7	19.7
	sedang	38	62.3	62.3	82.0
	tinggi	11	18.0	18.0	100.0
	Total	61	100.0	100.0	

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat 12 santri yang akan menghadapi ujian sima'an memiliki efikasi diri yang rendah dengan presentase 19,7%, terdapat 38 santri dengan presentase 62,3% memiliki efikasi diri yang sedang, dan 11 santri dengan presentase 18% memiliki efikasi diri yang tinggi. Maka dari itu dapat dilihat bahwa santri yang akan

menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah kebanyakan memiliki efikasi diri dalam kategori sedang

b. Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

Tabel 4. 4 Rentan Skor Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

Kategori Skor	Rumus Interval	Rentang Skor
Rendah	$X < (Mean - 1SD)$	$X < 86,54$
Sedang	$(Mean - 1SD) \leq X < (Mean + 1SD)$	$86,54 \leq X < 113,72$
Tinggi	$X \geq (Mean + 1SD)$	$X \geq 113,72$

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren Al-Hikmah Tugu, Kota Semarang dinyatakan rendah jika nilai skor kurang dari 86,54. Kemudian memiliki skor sedang jika nilainya antara 86,54 – 113,72 dan dinyatakan memiliki skor tinggi jika nilainya lebih dari 113,72. Berikut skor dukungan sosial pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah, Tugurejo, Tugu, Kota Semarang :

Tabel 4. 5 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial

		Kategorisasi			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Sedang	5	8.2	8.2	8.2
	Tinggi	56	91.8	91.8	100.0
	Total	61	100.0	100.0	

Dengan demikian dapat dilihat bahwa terdapat 5 santri dengan presentase 8,2% mendapatkan dukungan sosial yang sedang, dan 56 santri dengan presentase 91,8% mendapatkan dukungan sosial yang tinggi. Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa santri yang akan menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah kebanyakan mendapatkan dukungan sosial dalam kategori sedang.

c. Kategorisasi Variabel Self Regulated Learning

Tabel 4. 6 Rentan Skor Kategorisasi Variabel *Self Regulated Learning*

Kategori Skor	Rumus Interval	Rentang Skor
Rendah	$X < (Mean - 1SD)$	$X < 65,613$
Sedang	$(Mean - 1SD) \leq X < (Mean + 1SD)$	$65,613 \leq X < 83,867$
Tinggi	$X \geq (Mean + 1SD)$	$X \geq 83,867$

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren Al-Hikmah Tugu, Kota Semarang dinyatakan rendah jika nilai skor kurang dari 65,613. Kemudian memiliki skor sedang jika nilainya antara 65,613 – 83,867 dan dinyatakan memiliki skor tinggi jika nilainya lebih dari 83,867. Berikut skor *self regulated learning* pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah, Tugurejo, Tugu, Kota Semarang :

Tabel 4. 7 Hasil Kategorisasi Skor Variabel *Self Regulated Learning*

		Kategorisasi			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	rendah	10	16.4	16.4	16.4
	sedang	43	70.5	70.5	86.9
	tinggi	8	13.1	13.1	100.0
	Total	61	100.0	100.0	

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat 10 santri yang akan menghadapi ujian sima'an memiliki *self regulated learning* yang rendah dengan presentase 16,4%, terdapat 43 santri dengan presentase 70,5% memiliki *self regulated learning* yang sedang, dan 8 santri dengan presentase 13,1% memiliki *self regulated learning* yang tinggi. Maka dari itu dapat dilihat bahwa santri yang akan menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah kebanyakan memiliki kemampuan *self regulated learning* dalam kategori sedang

B. Hasil Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak, untuk mengetahui hal tersebut peneliti menggunakan analisis *Kolmogorov-Smirnov Test* pada *Software SPSS 25 For Windows* dengan kriteria signifikansi $> 0,05$ dikatakan normal dan tidak terdistribusi secara normal jika signifikansi $< 0,05$

Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		61
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	572.484.905
Most Extreme Differences	Absolute	.087
	Positive	.087
	Negative	-.058
Test Statistic		.087
Asymp. Sig. (2-tailed)		.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 diatas dapat dilihat bahwa pada uji *Kolmogrov-Smirnov Test* terdapat nilai signifikansi (Asymp.Sig) sebesar 0,200, yang artinya data pada skala efikasi diri, dukungan sosial, dan self regulated learning dinyatakan terdistribusi normal karena signifikansinya $>0,05$.

b) Uji Linearitas

Pada penelitian ini uji linearitas dilakukan dengan menggunakan *linearity* dengan signifikansi $p < 0,05$ dan *deviation from linearity* dengan signifikansi sebesar $p > 0,05$. Jika telah memenuhi ketentuan tersebut maka hubungan variabel independent dengan variabel dependent dinyatakan linier

Tabel 4. 9 Uji Linearitas Efikasi Diri (Y) dengan Dukungan Sosial (X1)

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
efikasi diri * dukungan sosial	Between Groups	(Combined)	2378,33	35	67,952	1,077	0,43
		Linearity	893,742	1	893,742	14,159	0,001
		Deviation from Linearity	1484,59	34	43,664	0,692	0,843
	Within Groups		1578	25	63,12		
Total			3956,33	60			

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa hasil hubungan variabel efikasi diri dengan variabel dukungan sosial memiliki *linearity* dengan signifikansi $0,001 < 0,05$, dan *deviation from linearity* dengan signifikansi $0,843 > 0,05$. Dari hasil uji linearitas tersebut dapat dinyatakan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial memiliki hubungan yang linier.

Tabel 4. 10 Uji Linearitas Efikasi Diri (Y) dengan Self Regulated Learning (X2)

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
efikasi diri * self regulated learning	Between Groups	(Combined)	2694,36	29	92,909	2,282	0,013
		Linearity	1989,2	1	1989,2	48,864	0,000
		Deviation from Linearity	705,164	28	25,184	0,619	0,899
	Within Groups		1261,97	31	40,709		
Total			3956,33	60			

Pada tabel tersebut dapat dilihat uji linearitas variabel efikasi diri dengan variabel self regulated learning memperoleh hasil yang linier dengan

linearity $0,000 < 0,05$ dan *deviation from linearity* dengan signifikansi $0,899 > 0,05$.

c) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengantisipasi adanya kemiripan variabel dalam satu model. Pada penelitian ini peneliti melihat hasil nilai *Variance Inflation Factors* (VIF), jika nilai VIF < 10 artinya antar variabel independent tidak multikolinearitas dan jika nilai VIF > 10 maka terdapat multikolinearitas.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Multikolinearitas

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	dukungan sosial	.569	1.756
	Self regulated learning	.569	1.756

a. Dependent Variable: efikasi diri

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa antar variabel dukungan sosial dengan variabel self regulated learning dinyatakan tidak multikolinearitas karena diperoleh hasil nilai *Variance Inflation Factors* (VIF) sebesar 1,756 yang artinya kurang dari 10

d) Uji Hipotesis

1) Uji Simultan

Tabel 4. 12 Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted Square	Std. Error of the Estimate
1	.709 ^a	.503	.486	5.823

a. Predictors: (Constant), self regulated learning, dukungan sosial

Tabel 4. 13 Hasil Uji ANOVA

		ANOVA ^a				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1989.894	2	994.947	29.346	.000 ^b
	Residual	1966.434	58	33.904		
	Total	3956.328	60			

a. Dependent Variable: efikasi diri

b. Predictors: (Constant), self regulated learning, dukungan sosial

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil signifikansi diperoleh sebesar 0,000 ($P < 0,05$) dan nilai F sebesar 29,346 yang artinya ketiga variabel dalam penelitian ini yaitu variabel dukungan sosial, self regulated learning, dan efikasi diri dinyatakan simultan. Dalam tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,486 yang artinya bahwa variabel dukungan sosial dan variabel *self regulated learning* memiliki pengaruh secara simultan dengan besaran 48,6% terhadap efikasi diri sedangkan sisanya sebesar 51,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak menjadi bagian dari penelitian

2) Uji Parsial

Tabel 4. 14 Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial

		Coefficients ^a				
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.941	6.511		1.373	.175
	dukungan sosial	.011	.073	.018	.143	.886
	self regulated learning	.621	.109	.698	5.686	.000

a. Dependent Variable: efikasi diri

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai signifikansi pada variabel dukungan sosial sebesar 0,886 ($P > 0,05$), hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis pertama tidak diterima yang artinya tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah Tugu, Kota Semarang. Kemudian pada tabel tersebut diperoleh nilai signifikansi variabel *self regulated learning* sebesar 0,000 ($P < 0,05$) hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah Tugu, Kota Semarang. Berdasarkan analisis data diatas diperoleh koefisien regresi linear berganda $\alpha : 8,941$; $\beta_1 : 0,011$; dan $\beta_2 : 0,621$ dapat disusun dalam garis persamaan linier sebagai berikut :

$$Y = 8,941 + 0,011X_1 + 0,621X_2$$

Y : Efikasi Diri

X₁ : Dukungan Sosial

X₂ : Self Regulated Learning

Keterangan

- 1) Konstanta bernilai positif sebesar 8,941 yang artinya apabila dukungan sosial (X₁) dan *self regulated learning* (X₂) memiliki nilai 0 maka nilai variabel efikasi diri adalah 8,941
- 2) Koefisien regresi variabel dukungan sosial bernilai 0,011 yang dimana nilai tersebut adalah positif maka artinya setiap kenaikan satu satuan skor dukungan sosial (X₁) akan menaikkan variabel efikasi diri (Y) sebesar 0,011
- 3) Koefisien regresi variabel *self regulated learning* bernilai 0,621 dengan nilai positif maka dinyatakan bahwa setiap kenaikan satu satuan skor *self*

regulated learning (X2) akan menaikkan variabel efikasi diri (Y) sebesar 0,621

C. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji adanya pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang menghafalkan Al-Qur'an di pondok pesantren putri tahfidzul qur'an Al-Hikmah, Tugurejo, Kecamatan Tugu, Kota Semarang, Jawa Tengah dan akan atau sudah memenuhi syarat untuk mengikuti ujian sima'an 15 juz. Jumlah santri yang menghafalkan Al-Qur'an di pondok pesantren Al-Hikmah sebanyak 240, namun jumlah populasi santri yang sudah memenuhi syarat dan akan menghadapi ujian sima'an terdapat 61 santri, dengan begitu responden dalam penelitian ini hanya berjumlah 61 santri saja. Penelitian ini memiliki tiga pokok pembahasan diantaranya menguji pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri santri pondok pesantren Al-Hikmah dalam menghadapi ujian sima'an, pengaruh *self regulated learning* terhadap efikasi diri santri pondok pesantren Al-Hikmah dalam menghadapi ujian sima'an, dan pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri santri pondok pesantren Al-Hikmah dalam menghadapi ujian sima'an.

1. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Efikasi Diri Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Sima'an di PPPTQ Al-Hikmah, Tugu, Semarang

Berdasarkan uji kategorisasi diperoleh hasil 5 santri yang akan menghadapi ujian sima'an dengan presentase 8,2% mendapatkan dukungan sosial yang sedang, dan 56 santri dengan presentase 91,8% mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, dari analisis kategorisasi tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian subjek mendapatkan dukungan sosial dalam kategori sedang. Berdasarkan uji hipotesis parsial diperoleh hasil 0,886 ($P > 0,05$), hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis pertama tidak diterima yang artinya tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah Tugu, Kota Semarang.

Hasil penelitian ini selaras oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Muliati, Roswiyani, dan Soetikno (2022) yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Self Efficacy* Pada Pecandu Narkoba di Masa Rehabilitasi” dengan hasil yang menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri dan tidak memiliki hubungan yang positif yang artinya dukungan sosial tidak mampu meningkatkan efikasi diri. Selain itu, penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriana, Hariyono pada tahun 2024 yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Self Efficacy* Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas 11A Martapura” dengan menunjukkan hasil yang sama bahwa dukungan sosial tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri.

Dukungan sosial diberikan oleh seseorang yang memiliki hubungan intrapersonal dengan individu yang memiliki tujuan untuk mencegah dari konsekuensi negative sehingga memunculkan perasaan tenang, dicintai, dan diperhatikan. Bagian penting dalam dukungan sosial adalah persepsi dari penerima dukungan sosial tersebut, dukungan sosial yang diberikan harus sesuai dengan kebutuhan penerima dukungan sosial, karena dukungan sosial yang tidak tepat akan tidak efektif untuk penerimanya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Cohen dan Syme dalam (Fadlillah, 2022:159) bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial diantaranya yaitu karakteristik penerima dan hubungan dengan pemberi dukungan sosial serta jenis dukungan sosial yang tepat atau tidak tepat dengan situasi penerima dukungan sosial.

Berdasarkan hasil wawancara singkat kepada beberapa penghafal Al-Qur'an yang akan menghadapi ujian sima'an didapatkan informasi terkait dukungan yang efektif bagi khotimat yang akan menghadapi ujian sima'an diantaranya bentuk bantuan seperti disimakkan hafalan, pemberian arahan terkait pengelolaan waktu, dan penyediaan lingkungan yang kondusif untuk menghafal, namun faktanya kondisi di lapangan para santri kesulitan mencari bantuan teman untuk menyimak hafalannya, kesulitan memperoleh tempat

yang kondusif untuk menghafal, dan sulit menemukan teman yang mampu mengarahkan terkait pengelolaan waktu yang tepat. Beberapa dukungan yang tidak efektif dan menimbulkan persepsi negatif, seperti menegur ketika sedang terlalu serius hafalan, memberikan pujian yang berlebihan, dan menyuruh istirahat ketika sedang menghafal. Adapun dukungan yang tidak efektif yaitu pemberian dukungan semangat untuk terus menambah hafalan sehingga menyebabkan individu hanya fokus pada kuantitas bukan kualitas, hal tersebut membuat individu tertekan ketika tidak bisa memiliki kuantitas sesuai dengan ekspektasi orang-orang sekitarnya.

Aspek dukungan sosial seperti dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasional, dukungan instrumental, dan dukungan jejaring sosial memiliki keterkaitan dengan aspek efikasi, individu yang mendapatkan dukungan emosional tinggi akan lebih yakin dan percaya terhadap kemampuan dirinya, hal tersebut dikarenakan orang – orang sekitarnya memberikan afirmasi positif yang cukup dan tidak berlebihan sehingga tidak memunculkan tekanan. Individu yang tidak dihargai oleh orang – orang sekitarnya akan merasa tidak kompeten sehingga komitmennya menurun. Individu yang kurang mendapatkan informasi terkait hal – hal yang dibutuhkannya memiliki kemungkinan besar tidak memahami cara atau metode yang tepat untuk menghadapi tugas tersebut, sehingga merasa tidak siap atau tidak yakin dengan kemampuannya. Begitu pula dengan individu yang kurang mendapatkan bantuan konkret menyebabkan individu merasa tidak berdaya serta enggan untuk melakukan hal baru dan mengatasi tantangan, hal tersebut dikarenakan individu merasa tidak memiliki dukungan yang memadai serta enggan bertahan dalam kondisi sulit. Individu yang kurang mendapatkan dukungan dari lingkungan sosialnya akan merasa terisolasi dan merasa sendirian menghadapi tantangan sehingga menyebabkan individu tidak percaya diri terhadap dirinya.

Efikasi diri diartikan oleh Eryani (2020 : 4) sebagai rasa percaya diri seseorang pada kegigihannya dalam mengatasi permasalahan yang beragam, yang artinya efikasi diri didasarkan pada seberapa besar usaha individu dalam

menghadapi suatu kondisi tertentu. Didukung oleh pendapat Rahayu (2019:20-21) bahwa efikasi diri terdiri dari tiga aspek, salah satunya ada *Outcome Expectancy* (Hasil tindakan atau kemungkinan) suatu pemikiran bahwa tindakan ataupun perilaku pasti akan menimbulkan hasil tertentu, meyakini bahwa suatu tindakan yang maksimal pasti akan memberikan hasil yang maksimal juga. Hal ini dapat dikatakan sebagai bentuk ekspektasi terhadap efektivitas tindakan tertentu akan memberikan hasil tertentu. Faktor yang kedua yaitu *Efficacy Expectancy* (Tindakan Diri) suatu bentuk keyakinan bahwa individu akan berhasil jika telah melakukan tindakan sesuai dengan hasil yang diinginkan. Pemahaman diri terhadap kesadaran mengenai perilaku yang seharusnya dilakukan. Hal ini dapat dikatakan sebagai suatu keputusan terhadap tindakan yang akan dilakukan seseorang dengan melihat kemampuannya menghadapi situasi tertentu.

Hal tersebut menunjukkan bahwa untuk memiliki efikasi diri yang tinggi dalam menghadapi ujian sima'an santri Al-Hikmah tidak terpengaruh dengan dukungan yang diterima, mereka lebih fokus pada faktor internal atau lebih menggantungkan pada kemampuan dirinya seperti persiapan dan latihan sima'an dibandingkan faktor eksternal seperti dukungan sosial. Hal ini dikarenakan lancarnya hafalan tergantung dengan kemampuan kognisi dan usaha untuk tetap konsisten dalam diri seseorang supaya mampu menjaga hafalannya, maka kesuksesan dalam menghadapi ujian sima'an dianggap lebih tergantung dengan usaha dan dedikasi pribadi daripada dukungan dari orang lain.

2. Pengaruh *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang

Berdasarkan uji kategorisasi terdapat 10 santri yang akan menghadapi ujian sima'an memiliki *self regulated learning* yang rendah dengan presentase 16,4%, terdapat 43 santri dengan presentase 70,5% memiliki *self regulated learning* yang sedang, dan 8 santri dengan presentase 13,1% memiliki *self*

regulated learning yang tinggi. Maka dari itu dapat dilihat bahwa santri yang akan menghadapi ujian sima'an di pondok pesantren Al-Hikmah kebanyakan memiliki kemampuan *self regulated learning* dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil uji hipotesis parsial diperoleh hasil signifikan 0,000 ($P < 0,05$) yang artinya hipotesis kedua diterima dan dinyatakan ada pengaruh yang signifikan dari *self regulated learning* terhadap efikasi diri. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Khoirunnisa dengan judul "Hubungan antara Efikasi diri dengan *Self Regulated Learning* pada Siswa SMPN X", pada penelitian tersebut diperoleh dari uji korelasi product moment dengan hasil signifikansi 0,000 yang artinya terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *self regulated learning*.

Aspek *self regulated learning* seperti metakognitif, motivasi, dan perilaku memiliki keterkaitan dengan efikasi. Individu yang tidak memiliki strategi metakognitif dalam menghafal cenderung memiliki efikasi yang rendah untuk menghadapi tantangan. Selain itu, motivasi memiliki peran sangat penting untuk efikasi mahasiswa penghafal Al-Qur'an, hal tersebut dikarenakan individu yang memiliki motivasi tinggi akan memiliki efikasi yang tinggi juga. Efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya, untuk meyakini kemampuan diri maka sangat dipengaruhi oleh perilaku sehari-hari dan kesadaran terkait persiapan yang dilakukan, ketika individu telah memiliki persiapan yang dilakukan secara konsisten, manajemen waktu dalam menghafal, hingga berlatih sima'an maka individu akan menyadari tingkat kemampuannya sehingga akan selalu belajar untuk meningkatkan kemampuannya sampai individu tersebut yakin pada kemampuannya.

Menurut Rosia (2021:18) *self regulated learning* merupakan proses metakognitif dalam mengatur perencanaan, memantau, dan melakukan evaluasi terhadap strategi belajar yang sudah dilakukan. Proses ini dilandasi dengan dasar keyakinan (*self efficacy belief*) serta komitmen untuk mencapai tujuan pembelajaran baik pengetahuan maupun keterampilan. Pada pendapat

di atas dapat diartikan bahwa ketika individu menyusun strategi pembelajaran yang akan digunakan, tentunya sudah disesuaikan dengan kemampuannya. Dwinanda et al., (2022 : 120) menyatakan bahwa efikasi diri menggambarkan kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengendalikan motivasi, tindakan, dan lingkungan sosialnya. Hal ini menunjukkan bahwa untuk memiliki efikasi diri dibutuhkan kemampuan untuk menyusun strategi, seperti mencari cara supaya motivasi meningkat, mencari cara supaya melakukan tindakan yang tepat, dan menemukan lingkungan sosial yang dapat mendukung efikasi diri.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa untuk memiliki efikasi diri yang tinggi dalam menghadapi ujian sima'an, santri PPPTQ Al-Hikmah memerlukan penyusunan strategi dalam mengatur waktu untuk muroja'ah, mengatur tindakan supaya tidak malas, dan mengatur lingkungan yang tepat. Santri yang memiliki kemampuan tinggi dalam mengatur strategi maka keyakinan pada kemampuannya juga semakin tinggi, hal ini karena ketika individu mampu mengikuti strategi yang telah dirancang artinya dia sudah siap menghadapi tantangan yang akan dihadapi dan yakin terhadap kemampuannya.

3. Pengaruh dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah Tugu Semarang

Hasil uji hipotesis ketiga didapatkan nilai signifikan $0,000 > 0,05$ dan didapatkan nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,486 atau 48,6% yang menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan variabel *self regulated learning* dapat mempengaruhi efikasi diri santri pondok pesantren Al-Hikmah dalam menghadapi ujian sima'an sebesar 48,6% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang diluar penelitian ini. Dari hasil tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan *self regulated learning* akan meningkatkan efikasi diri, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dan *self regulated learning* maka semakin rendah juga efikasi diri yang dimiliki. Penelitian ini selaras dengan jurnal “ Pengaruh Dukungan Sosial dan

Efikasi Diri Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Pada Pembelajaran Akuntansi di SMKN Se-Bandung Raya” yang ditulis oleh Novie Permatasari, Ajang Mulyadi, dan Faqih Samlawi. Pada penelitian tersebut ditemukan bahwa dukungan sosial dan efikasi diri mampu memberikan pengaruh yang positif terhadap kemandirian belajar siswa.

Pada penelitian ini diperoleh nilai koefisien dukungan sosial 0,011 dan nilai koefisien *self regulated learning* 0,621 yang artinya dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap efikasi mahasiswa penghafal Al-Qur’an dalam menghadapi ujian sima’an sebesar 0,011, sedangkan *self regulated learning* memiliki pengaruh terhadap efikasi mahasiswa penghafal Al-Qur’an dalam menghadapi ujian sima’an sebesar 0,621. Berdasarkan hasil tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa *self regulated learning* lebih besar dalam mempengaruhi efikasi untuk menghadapi ujian sima’an, yang artinya mahasiswa penghafal Al-Qur’an lebih membutuhkan penyusunan strategi yang efektif, persiapan, motivasi diri, dan perilaku yang konsisten untuk menghadapi ujian sima’an.

Menurut Nuzulia (2010: 100) Efikasi diri pada dasarnya merupakan hasil dari proses kognitif yang berupa keyakinan, keputusan, serta harapan terkait perkiraan individu terhadap sejauh mana kemampuan yang dia miliki mampu melakukan tugas atau tindakan untuk tujuan yang diharapkan. Dalam kutipan tersebut dapat diartikan bahwa keyakinan diri seseorang untuk mengambil keputusan selain dari diri sendiri juga membutuhkan dorongan dari orang lain disaat itulah seseorang membutuhkan dukungan sosial yang sesuai dengan kebutuhannya untuk menghadapi suatu hal. Selaras dengan penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh terhadap pengambilan keputusan siswa MAN 3 Blitar yang dilakukan oleh Safira elfany dimana pengaruhnya sebesar 18,5% (Elfany, 2020). Pada kutipan yang diberikan oleh Nuzulia diatas menyebutkan bahwa efikasi diri merupakan hasil proses kognitif yang berupa pemahaman sejauh mana individu mampu memperkirakan kemampuannya untuk mencapai tujuannya hal tersebut selaras dengan *self regulated learning* yang merupakan proses

pengaturan diri dalam belajar yang dimana untuk mengatur diri dalam belajar tentunya membutuhkan pemahaman terhadap kemampuan dirinya.

Penelitian ini telah dilakukan serta disusun sesuai dengan prosedur dan aturan yang telah ditetapkan. Namun, penelitian ini masih jauh dari kata sempurna dan membutuhkan evaluasi serta masukan dari berbagai pihak. Peneliti menyadari bahwa penelitian yang dilakukan memiliki banyak keterbatasan terutama terkait pengambilan data yang memungkinkan dalam pengisian skala penelitian subjek melakukan manipulasi diri ataupun tidak teliti dalam membaca serta memahami pernyataan pada skala sehingga dikhawatirkan tidak sesuai dengan keadaan subjek yang sebenarnya.

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang telah dipaparkan di atas dan analisis data dapat diambil kesimpulan bahwa

1. Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah
2. Terdapat pengaruh yang signifikan dari *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah
3. Terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial dan *self regulated learning* terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi ujian sima'an di PPPTQ Al-Hikmah.

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama tidak diterima sedangkan hipotesis kedua dan ketiga diterima, dengan demikian dapat diartikan bahwa dukungan sosial tidak mampu mempengaruhi efikasi diri secara mandiri, sedangkan ketika secara bersama – sama (simultan) dengan variabel *self regulated learning* maka variabel dukungan sosial mampu memberikan pengaruh terhadap efikasi diri.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa penghafal Al-Qur'an
Berdasarkan penelitian di peroleh bahwa santri yang akan menghadapi ujian sima'an kebanyakan memiliki efikasi diri dalam kategori sedang, diharapkan kepada mahasiswa penghafal Al-Qur'an yang akan menghadapi ujian sima'an harus memiliki *self regulated learning* yang tinggi diikuti dengan dukungan sosial, supaya dapat mengatur diri dan waktu secara efektif sehingga dapat berhasil dalam mencapai tujuan yang diharapkan, dianjurkan untuk tidak

terlena dengan kegiatan yang tidak bermanfaat dan mengartikan dukungan dari orang sekitar sebagai dorongan untuk menjadi lebih baik.

2. Bagi pesantren

Berdasarkan hasil penelitian, dapat memberikan gambaran kepada lembaga pesantren terkait efikasi diri anak didiknya, sehingga lembaga dapat menyusun pembelajaran yang efektif diikuti dengan pemberian dukungan, supaya anak didik lebih terarah dan yakin dengan kemampuannya.

3. Bagi orang tua

Berdasarkan hasil penelitian, orang tua dapat memberikan arahan atau mengingatkan anaknya untuk selalu menjaga hafalan dengan memiliki pengaturan diri yang efektif dan diikuti dengan pemberian dukungan sehingga anak tidak terlalu kesulitan untuk mempersiapkan ujian sima'an

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi dan sangat diharapkan mampu menemukan atau mengkaji ulang terkait faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi efikasi diri, peneliti selanjutnya diharapkan mampu menggunakan variabel lain yang mungkin mempengaruhi efikasi diri seperti motivasi intrinsik, lingkungan pembelajaran, ataupun modelling.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. (2015). *Metodologi penelitian kuantitatif : untuk ekonomi, manajemen, komunikasi, dan ilmu sosial lainnya* Aswaja Pressindo, Yogyakarta.
- Adityawarman, D. Pengaruh optimisme dan dukungan sosial terhadap self-efficacy anak jalanan. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (Enskrip Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah). <https://idr.uin-antasari.ac.id/5014/1/Metodologi%20Penelitian%20Kuantitatif.pdf>
- Adni, D. N., Nurfauziah, P., & Rohaeti, E. E. (2018). Analisis kemampuan koneksi matematis siswa SMP ditinjau dari self efficacy siswa. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 1(5), 957–964. DOI: <https://doi.org/10.22460/jpmi.v1i5.p957-964>
- Akerina, J., & Wibowo, D. H. (2022). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Journal of Psychology Humanlight*, 3(1), 1–14. DOI: <https://doi.org/10.51667/jph.v3i1.863>
- Anwar, S., Pujiastuti, H., & Mutaqin, A. (2019). Pengaruh contextual teaching and learning dan self regulated learning terhadap kemampuan koneksi matematis. *Prima: Jurnal Pendidikan Matematika*, 3(2), 116–133.
- Asandimitra, N., & Kautsar, A. (2019). The influence of financial information, financial self efficacy, and emotional intelligence to financial management behavior of female lecturer. *Humanities & Social Sciences Reviews*, 7(6), 1112–1124. <https://doi.org/10.18510/hssr.2019.76160>
- Ayu, R., & Muhid, A. (2022). Pentingnya dukungan sosial terhadap kepercayaan diri penyintas bullying: Literature review. *Tematik*, 3(2).
- Azwar, S. (2011). *Metode penelitian*. Pustaka belajar.
- Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*, Pustaka belajar.
- Azwar, S. (2019). *Dasar dasar psikometri*. Pustaka belajar
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248–287.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy : the exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Bandura, A., & Watts, R. E. (1996). *Self-efficacy in changing societies*. Springer.
- Cahya, E., Harnida, H., & Indrianita, V. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di posyandu lansia wiguna karya kebonsari Surabaya. *NERSMID: Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(1), 33–47.
- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1987). The provisions of social relationships and adaptation to stress. *Advances in Personal Relationships*, 1(1), 37–67.
- Dwinanda, G., Basalamah, S., Alam, R., & Arifin, Z. (2022). Pengaruh self

- efficacy, gaya kepemimpinan islam dan kompensasi terhadap subjective well being dan kinerja pada karyawan BPR syariah di Sulawesi Selatan. *Journal of Management Science (JMS)*, 3(1), 104–126. DOI: <https://doi.org/10.33096/jms.v3i1.911>
- Dwiyanti, N., & Ediati, A. (2020). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan motivasibelajar siswa SMA N 1 Batangan kabupaten Pati. *Jurnal Empati*, 7(2), 647–653. DOI: <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21694>
- Efendi, R. (2013). Self efficacy: Studi indigenous pada guru bersuku Jawa. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 2(2). DOI 10.15294/SIP.V2I2.2595
- Elfany, S. (2020). *Pengaruh dukungan sosial terhadap pengambilan keputusan siswa MAN 3 Blitar memilih studi lanjut*. [Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/19413>
- Eryani, N. (2020). *Hubungan selfefficacy dengan berpikir positif pada mahasiswa tingkat akhirStambuk 2016 di Fakultas Hukum Universitas Medan Area*. [Universitas Medan Area]. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/13099>
- Fadilah, A. N., & Nurhadianti, R. R. D. D. (2022). Pengaruh kematangan emosi dan dukungansosial teman sebaya terhadap coping pada siswa kelas XII SMA Plus YPBH Bogor. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 6(2), 19–30. <https://ojs.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/1496/1223>
- Fadlillah, I. (2022). *Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Dan Iklim Sekolah Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas X SMKN 2 Kediri*. [Institut Agama Islam Negeri Kediri]. <https://etheses.iainkediri.ac.id:80/id/eprint/6254>
- Faqih, M. F. (2020). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja*. [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/18822>
- Fauziyah, K. (2020). *Tingkat stres dalam proses menghafal al-qur'an pada santri mustawa awwal pondok pesantren modern Darul Qur'an Al Karim desa Karangtengah kecamatan Baturraden kabupaten Banyumas*. [Institut Agama Islam Negeri Purwokerto].
- Faza, W., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri menghafal alquran pada santri hafidz di pondok pesantren modern alquran dan raudlotul huffadz. *Jurnal Empati*, 7(1), 256–262. DOI: <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20193>
- Grahani, F. O. (2019). Self regulated learning (SRL) pada mahasiswa ditinjau dari keikutsertaan dalam organisasi. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 17(2). DOI: <https://doi.org/10.47007/jpsi.v17i2.55>
- Hadi, S. (1991). *Analisis butir untuk instrumen angket, tes dan skala nilai*.
- Hafidzoh, I. (2020). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan dukungan sosial orang tua terhadap efikasi diri mahasiswa psikologi islam dalam menyusun skripsi di IAIN Kediri. [Institut Agama Islam Negeri

- Kediri]. <https://etheses.iainkediri.ac.id:80/id/eprint/1837>
- Hasfi, M. Z. (2018). Pengaruh dukungan sosial terhadap self efficacy pada santri putri kelas tahfidz di Pondok Pesantren Ar-Rohmah Malang. [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/13780>
- Jagad, H. K. M., & Khoirunnisa, R. N. (2018). Hubungan antara efikasi diri dengan self regulated learning pada siswa smpn x. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(3), 1–6. DOI: <https://doi.org/10.26740/cjpp.v5i3.26184>
- Latipah, E. (2017). Pengaruh strategi experiential learning terhadap self regulated learning mahasiswa. *Humanitas*, 14(1), 41.
- Lestari, W., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 semester genap tahun ajaran 2019/2020. *Psimphoni*, 2(1), 93–98. DOI: 10.30595/psimphoni.v1i2.8174
- Lianto, L. (2019). Self-efficacy: A brief literature review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55–61. DOI: <http://dx.doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Meilina, R. T., & Pratisti, W. D. (2023). Hubungan mindfulness dan dukungan sosial dengan subjective well being mahasiswa rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta. [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/117917>
- Murphy, P. K., & Alexander, P. A. (2000). A motivated exploration of motivation terminology. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 3–53. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1019>
- Mustaqimah, R. (2018). Pengaruh kecerdasan intelektual (IQ), self efficacy dan self regulated learning terhadap kemampuan menghafal alqur'an siswa kelas tahfidz di MTs Sunan Ampel Semanding Tertekek Pare Kabupaten Kediri. [Institut Agama Islam Negeri Kediri]. <https://etheses.iainkediri.ac.id:80/id/eprint/1012>
- Nasution, F. Z., & Yuris, E. (2022). Hubungan self efficacy dan self regulated learning pada mahasiswa potensi utama pada sistem pembelajaran online. *Journal of Social and Economics Research*, 4(1), 93–99. <https://doi.org/10.54783/jser.v4i1.42>
- Nuor, H. N. M. (2019). Hubungan self regulated learning dengan kesulitan membaca siswa sekolah dasar di Bukittinggi. [Skripsi, Universitas Negeri Padang]. <http://repository.unp.ac.id/id/eprint/25386>
- Nuzulia, S. (2010). Dinamika Stress Kerja, Self Efficacy dan Strategi Coping. Semarang. Penerbit UNDIP.
- Oktariani, O. (2019). Hubungan self efficacy dan dukungan sosial teman sebaya dengan self regulated learning pada mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. *Jurnal Psikologi Kognisi*, 2(2), 98–112. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v2i1.284>

- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In *Handbook of self-regulation* (pp. 451–502). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50043-3>
- Prabowo, A. (2017). Gratitude dan psychological wellbeing pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(2), 260–270. <https://doi.org/10.22219/jipt.v5i2.4857>
- Priyatno, D. (2012). Cara kilat belajar analisis data dengan SPSS 20. *Yogyakarta: Andi Offset*, 2098, 2107.
- Rahadiansyah, M. R., & Chusairi, A. (2021). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat stres mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Buletin Penelitian Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1290–1297. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.29077>
- Rahama, K., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada karyawan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 94–106. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i7.41818>
- Rahayu, I. S. (2019). Pengaruh efikasi diri (self efficacy) mahasiswa komunikasi dan penyiaran islam semester VI fakultas ushuluddin adab dan dakwah IAIN Ponorogo Terhadap kemampuan berbicara di depan publik tahun akademik 2019/2020. [Institut Agama Islam Negeri Ponorogo]
- Riany, Y. E., & Ihsana, A. (2021). Parenting stress, social support, self-compassion, and parenting practices among mothers of children with ASD and ADHD. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 47–60. DOI: 10.21580/pjpp.v6i1.6681.
- Rif'ati, M. I., Arumsari, A., Fajriani, N., Maghfiroh, V. S., Abidi, A. F., Chusairi, A., & Hadi, C. (2018). Konsep dukungan sosial. *Filsafat Ilmu*, 1(2), 9–18.
- Rizka Dwiputri, C. (2023). Profil kemampuan self-regulated learning peserta didik kelas x dalam pembelajaran fisika pada kurikulum merdeka di provinsi Lampung. [Universitas Lampung] <http://digilib.unila.ac.id/id/eprint/72993>
- Rosia, A. (2021). Hubungan strategi self regulated learning dengan motivasi belajar siswa SMA N 2 Meulaboh. [Universitas Islam Negeri Ar-Raniry]. <https://repository.ar-raniry.ac.id>.
- Ruliyanti, B. D., & Laksmiati, H. (2014). Hubungan antara self efficacy dan self regulated learning dengan prestasi akademik matematika siswa SMAN 2 Bangkalan. *Character*, 3(2), 1–7. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v3i2.10976>.
- Sapa, Y. K., & Rozali, Y. A. (2021). Hubungan antara self-regulated learning dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. *JCA of Psychology*, 2(02).
- Sarafino, E.P., & Smith, T. W. (1976). *Health psychology : Biopsychosocial interaction* (7th ed.). Jay O'Callaghan.
- Setiawan, I. (2022). Penerapan teknik self regulated learning dalam mereduksi tingkat academic burnout siswadi sekolah MAN 1 Watansoppeng.

- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Mishbah pesan, kesan dan keserasian islam*. Lentera Hati.
- Siregar, S. (2013). *Metode penelitian kuantitatif : Dilengkapi perbandingan perhitungan manual & SPSS* (1st ed.). Prenada Media Group.
- Soetjipto, H. P., Putra, M. D. K., Widhiarso, W., & Khakim, Z. (2023). Assessment of the psychometric properties of the Indonesian version of the General Self-Efficacy Scale-12 (GSES-12) in a sample of Indonesian high school students. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 259–274. DOI: 10.21580/pjpp.v8i2.18024
- Sudaryono. (2017). *Metodologi penelitian* (R. Pers (ed.); 1st ed.).
- Sudiani, N. P. (2019). *Pengaruh Metode make a match dengan media flashcard terhadap self efficacy siswa dalam pertolongan pertama tersedak di SDN 1 Celuk*. [Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar]. <https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/id/eprint/2421>.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan : Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Alfabeta (ed.)).
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. ALFABETA
- Sugiyono, D. (2019). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. ALFABETA. (2nd ed.).
- Sunaryo, Y. (2017). Pengukuran self-efficacy siswa dalam pembelajaran matematika di MTs N 2 Ciamis. *Teorema: Teori Dan Riset Matematika*, 1(2), 39–44.
- Syahrum, S., & Salim, S. (2014). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Citapustaka Media
- Utama, T. I., & Syaiful, S. (2020). Pengaruh intensitas pergaulan teman sebaya, sikap, dan efikasi diri terhadap jiwa berwirausaha siswa kelas XI jurusan tata niaga SMKN 1 kota Jambi. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(2), 422–436. <https://doi.org/10.38035/jmpis.v1i2.280>
- Widiantoro, D., Nugroho, S., & Arief, Y. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dari dosendengan motivasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 4(1), 1–14. <http://repository.uir.ac.id/id/eprint/22898>.
- Wiharja, H., Rahayu, S., & Rahmiyati, E. (2020). Pengaruh self efficacy terhadap kesiapan kerja mahasiswa pendidikan vokasi. *VOCATECH: Vocational Education and Technology Journal*, 2(1), 11–18. <https://doi.org/10.38038/vocatech.v2i1.40>.
- Wolters, C. A. (1998). Self-regulated learning and college students' regulation of motivation. *Journal of Educational Psychology*, 90(2), 224. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0663.90.2.224>.

- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 65–76. DOI: 10.21580/pjpp.v4i1.3196.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329 <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2.

LAMPIRAN

Lampiran. 1 Data Santri Memenuhi Syarat Mengikuti Sima'an

No	Nama	Pencapaian Juz
1.	Ikrima Putri Amharina	Sudah khatam
2.	Itsna Hanifati Rosyada	Sudah Khatam
3.	Mutiara Nurul Husna	28
4.	Najwa Fila Shofa	29
5.	Najma Kamila Fitri	28
6.	Lilis Nurul Husna	30
7.	Hurotul A'yun	Sudah khatam
8.	Chilya Wirda	Sudah khatam
9.	Ruukhu Amaanati	29
10.	Awaliyatul wilda	Sudah khatam
11.	Lailatul Rizqiyah	30
12.	Chofidotur Rofiah	Sudah khatam
13.	Nabila Naila	30
14.	Syarifah El- Hanim	Sudah khatam
15.	Mila Nur Hidayati	27
16.	Ani Qoriah	27
17.	Dwi Nur Fitriyani	28
18.	Dyah Syaifurrahmah	27
19.	Inkha Sahira	Sudah khatam
20.	Ikrimatul lailiyah	27
21.	Arina Manasikana	27
22.	Febriyana Sofiyanti	Sudah khatam
23.	Ma'adzah Adawiyah	Sudah khatam
24.	Siti Suwabah	26
25.	Rahma Alifah	28
26.	Hawa Hasna Hakima	Sudah khatam
27.	Syntia Anggraeni	Sudah khatam
28.	Septya Lie Mahesty	27
29.	Indah Rahayu	26
30.	Wiffa Nafahatil Wara	26
31.	Astri Cahyaning khorunnisa	27
32.	Siti Fahimatul Ilmia	Sudah khatam
33.	Fiya Dini Anjani	30
34.	Rif'atul Hidayah	29
35.	Karrima Nailul Munna	25
36.	Mila Latifah	25
37.	Fatimah	Sudah khatam
38.	Arinal Ulya	Sudah khatam
39.	Nurul izzah Ania	26

40.	Ulfa Nur Hikmah	25
41.	Maela Aulia	Sudah khatam
42.	Fitria Nur khodijah	25
43.	Imroatus Sa'adah	24
44.	Fitriatul Islamiyah	24
45.	Uswatun Hasanah	24
46.	Maziya Nur Widdah	24
47.	Dewi Haniah	24
48.	Risma Alfiyanti	Sudah khatam
49.	Agustina	25
50.	Zidni Elma	25
51.	Tri ida	Sudah khatam
52.	Nala Rahmania	26
53.	Imroatul Hasna Nuriyya	25
54.	Ahda Min Ihdal Umami	Sudah Khatam
55.	Luluul Maknun	26
56.	Pipit Wulaningrum	26
57.	Ani Fitriyani	24
58.	Bella Fajriya	Sudah khatam
59.	Umi Faizatul Muna	Sudah khatam
60.	Khafidzoh Tsaqila	27
61.	Fiki Sholihatul Husna	Sudah khatam

Lampiran. 2 Skala uji coba

Skala Efikasi Diri Sebelum Uji Coba

No.	Aitem	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa ujian sima'an 15 Juz adalah tugas yang bisa saya selesaikan				
2.	Saya yakin ketika saya mampu menghafalkan ayat yang mudah, saya juga dapat menghafalkan ayat yang sulit				
3.	Saya merasa ujian sima'an 15 Juz adalah tugas yang sulit				
4.	Saya merasa tertekan ketika harus menghafalkan ayat yang sulit				
5.	Saya yakin mampu menghadapi ujian sima'an 15 juz dengan lancar				
6.	Saya yakin bisa menghadapi ujiansima'an dengan kemampuan saya				
7.	Saya tetap sabar menghafalkan ayat selama berjam – jam meskipun itu sulit				
8.	Meskipun saya merasalelah, saya tetap muroja'ah untuk mempersiapkan ujian sima'an				

9.	Saya takut tidak bisa menghadapi ujian sima'an 15 juz dengan lancar				
10.	Saya merasa pesimis dengan kemampuan saya untuk menghadapi ujian sima'an				
11.	Saya merasa lelah dan ingin menyerah ketika harus menyelesaikan hafalan yang sulit				
12.	Ketika saya sedang merasa lelah, saya menunda muroja'ah hafalan				
13.	Saya malas muroja'ah ketika lelah setelah aktivitas seharian				
14.	Saya mudah menyerah ketika hafalan terasa sulit				
15.	Saya tetap semangat muroja'ah meskipun lelah setelah aktivitas seharian				
16.	Meskipun terdapat hafalan yang sulit, saya tetap berusaha menghafalkan sampai bisa				
17.	Meskipun banyak tugaskuliah, saya yakin mampu menjaga hafal dengan baik				
18.	saya dapat menemukan solusi ketika mengalami hambatan dalam menghafal				
19.	Saya merasa tidak mampu menjaga hafalan dengan maksimal ketika sedang disibukkan dengan tugas kuliah				
20.	Ketika menemukan hambatan saat menghafal, saya bolos setoran hafalan				
21.	Saya mengeluh terkait kesulitan hafalan ataupun tugas kuliah				
22.	Saya merasa terbebani ketika menghadapi kesulitan dalam menghafal				
23.	Setiap kesulitan dalam menghafal ataupun tugaskuliah, saya menganggapnya sebagai proses yang harus saya lalui				
24.	Menurut saya kesulitan menghafal adalah tantangan menarik yang dapat saya atasi dengan muroja'ah secara konsisten				

Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba

No.	Aitem	SS	S	TS	STS
1.	Saya mendapatkan kata semangat dari teman - teman untuk menghadapi ujian sima'an 15 juz				
2.	Orang tua saya menanyakan kesulitan yang saya hadapi untuk menghadapi ujian sima'an 15 juz				
3.	Saya mengeluh ke orang tua saat merasa tertekan dengan situasi tertentu				
4.	Saya terbuka dengan orang tua terkait berbagai hal				
5.	teman-teman saya tidak peduli ketika saya sedang berjuang				
6.	Orang tua saya tidak pernah tahu ketika saya sedang membutuhkan dukungan semangat				

7.	Saat mengeluh ke orang tua, saya merasasemakin tertekan dan tidak menyelesaikan masalah				
8.	Saya tidak nyaman ketika harus terbuka dengan orang tua				
9.	Orang tua saya membandingkan pencapaian orang lain yang lebih tinggi dari pencapaian saya				
10.	Teman- teman saya meremehkan kemampuan saya untuk menghadapi ujian sima'an				
11.	Orang tua saya mengabaikan pencapaian yang saya peroleh				
12.	Teman – teman sayacuek ketika saya berhasil mencapai suatu prestasi				
13.	Orang tua saya mengatakan bahwa saya hebat sudah berada dititik sekarang				
14.	Teman – teman saya memberikan pujian terkaitkemampuan saya untuk menghadapi ujian sima'an				
15.	Orang tua saya memberikan hadiah, sebagai penghargaan terhadap pencapaian yangsaya peroleh				
16.	Teman-teman saya memberikan <u>penghargaan kecil</u> sebagai dukungan terhadap pencapaian saya				
17.	Orang tua memastikan saya memiliki uang sakuyang cukup untuk kebutuhan sehari – hari				
18.	Teman saya memperbolehkan saya meminjam Al-Qur'an nya ketika Al-Qur'an saya rusak				
19.	teman saya membantu menyimak hafalan saya				
20.	Orang tua saya mengunjungi saya di pesantren untuk memberikan dukungan moral				
21.	Saya kekurangan uang saku untuk kebutuhan sehari - hari				
22.	Saya kesulitan mencari pinjamanuang ketika ada kebutuhan yang mendesak.				
23.	Saya kesulitan mencari teman yangdapat meluangkan waktu untuk menyimak hafalan saya				
24.	Orang tua saya <u>mengabaikan</u> saya dipesantren sehingga saya kurang mendapatkan dukungan moral				
25.	Orang tua saya memberikan nasihat supaya menggunakan waktu luang secara produktif untuk mengulang hafalan Al-Qur'an				
26.	Teman saya memberikan saran, saat saya merasa stress menghadapi tugas perkuliahan dan hafalan				
27.	Pengurus pondok mengabaikan ketika saya tidak mengikuti kegiatan mengaji				
28.	Teman saya <u>cuek</u> saat saya merasa stress dengan tugas perkuliahan dan hafalan				
29.	Guru saya <u>acuh</u> dengan persiapan ujian sima'an yang akan saya hadapi				
30.	<u>Teman saya mengabaikan saat saya membutuhkan arahan untuk mengatasi masalah</u>				
31.	Guru saya memberikan cara efektif supaya saya <u>mudah</u> dalam				

	menghadapi ujian sima'an				
32.	Orang tua saya memberikan arahan ketika ssaya merasa frustasi				
33.	Saya dilibatkan oleh teman seperjuangan terkait persiapan untuk menghadapi ujian sima'an				
34.	<u>Teman saya menanyakan pendapat saya terkait kesulitan dalam mempersiapkan ujian sima'an</u>				
35.	Ketika bersama denganteman, saya semakin bersemangat murojaah hafalan				
36.	Teman – teman mengajak saya untuk muroja'ah bersama dan saling simakmenyimak				
37.	Saya <u>diasingkan</u> oleh teman seperjuangan dalam urusan persiapan untuk menghadapi ujiansima'an				
38.	<u>Pendapat saya tentang kesulitan mempersiapkan ujian sima'an diabaikan oleh teman-teman</u>				
39.	Saya merasa tertekansendirian saat akan menghadapi ujian sima'an				
40.	<u>Tidak ada yang mengajak saya untuk muroja'ah bersama dan saling simak menyimak</u>				

Skala Self Regulated Learning Sebelum Uji Coba

No.	Aitem	SS	S	TS	STS
1.	saya muroja'ah secara kondisional tanpa ada strategi tertentu				
2.	Saya merasa fustasi mencari cara untuk meningkatkan kualitas hafalan saya				
3.	saya muroja'ah dengan nyaman tanpa ada tujuan tertentu				
4.	saya menghafal sesuai keinginan, tanpa tahu apa yang harus dicapai dalam waktu dekat				
5.	Saya membuat rencana terkait strategi muroja'ah untuk menghadapi ujian sima'an				
6.	saya membuat jadwal untuk mengatur waktu supaya tetap bisa muroja'ah hafalan				
7.	Saya menetapkan tujuan untuk memiliki hafalan yang mutqin				
8.	saya menetapkan tujuan atau target hafalan yang ingin dicapai				
9.	saya merasa kesulitan untuk mengetahui sejauhmana kesiapan saya menghadapi ujian sima'an				
10.	saya malas mengikuti jadwal muroja'ah yang telah disusun dengan baik				
11.	saya paham terkait juz yang sudah saya kuasai dan juz yang masih belum lancar				
12.	saya menyadari penyebab lupanya hafalan karena saya tidak bisa muroja'ah secara konsisten				
13.	saya meminta teman untuk menyimak supaya mengetahui kesiapan saya dalam menghadapi ujian sima'an				

14.	saya mengikuti jadwal muroja'ah yang telah saya buat				
15.	Saya kesulitan memahami juz mana yang masih memerlukan perbaikan dan harus lebih di perhatikan				
16.	Saya lupa dengan hafalan karena kegiatan yang terlalu banyak				
17.	saya merasa senang ketika harus menambah hafalan				
18.	Meskipun ayat yang dihafalkan sulit, saya tetap menghafalkannya sampai bisa				
19.	Saat menghadapi ayat yang sulit, saya ingin menyerah dan berhenti menghafal				
20.	saya ragu dengan kemampuan saya dalam mengingat hafalan – hafalan sebelumnya				
21.	Saya menambah hafalan karena terdapat paksaan untuk setoran				
22.	saya merasa bosan ketika menghadapi ayat yang sulit untuk di hafalkan				
23.	Ketika terdapat ayat yang sulit, saya yakin bahwa saya pasti mampu menyelesaikan hafalan sampai akhir				
24.	Saya percaya bahwa saya dapat mengingat ayat-ayat yang telah saya hafal sebelumnya				
25.	Saat muroja'ah saya meninggalkan hal-hal yang membuat saya tidak fokus				
26.	Saya berteman dengan teman yang rajin muroja'ah supaya saya ikut rajin				
27.	saya merasa bingung bagaimana mengatur waktu antara aktivitas harian dan muroja'ah				
28.	saya ikut mengghibah dengan teman- teman, meskipun saat itu jadwal untuk muroja'ah				
29.	saya muroja'ah sambil membawa handphone sehingga membuat tidak fokus				
30.	saya malas muroja'ah ketika melihat teman saya tidak muroja'ah				
31.	Ketika saya merasa ada bacaan yang sulit maka saya bertanya kepada teman yang lebih paham				
32.	Saat saya sedang malas muroja'ah, saya meminta saran supaya semangat kembali				
33.	Saya mampu mengatur waktu dengan baik untuk muroja'ah hafalan, meskipun memiliki banyak kegiatan				
34.	Saya berusaha untuk murojaah secara konsisten supaya dapat menghadapi sima'an dengan maksimal				
35.	Ketika saya merasa ada bacaan yang sulit pada ayat tertentu maka saya baca sebisanya saja				
36.	Saat saya sedang malas muroja'ah, saya memilih untuk bermain handphone				

Lampiran. 3 Uji Validitas Dan Reliabilitas

1. Validitas efikasi diri

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Ket
VAR00001	62,8333	56,971	0,396	valid
VAR00002	62,3333	57,816	0,379	valid
VAR00003	63,4333	53,771	0,569	valid
VAR00004	63,4000	55,214	0,501	valid
VAR00005	62,9333	56,340	0,366	valid
VAR00006	62,3000	57,528	0,406	valid
VAR00007	62,3333	57,747	0,342	valid
VAR00008	62,3333	56,506	0,482	valid
VAR00009	63,6000	57,490	0,265	tidak valid
VAR00010	63,3333	54,299	0,572	valid
VAR00011	63,2333	56,185	0,499	valid
VAR00012	63,3667	55,344	0,448	valid
VAR00013	63,4000	54,800	0,503	valid
VAR00014	63,0333	59,689	0,109	tidak valid
VAR00015	63,0000	56,828	0,445	valid
VAR00016	62,4333	57,771	0,506	valid
VAR00017	62,8333	56,626	0,433	valid
VAR00018	62,5667	58,047	0,498	valid
VAR00019	63,4667	54,809	0,562	valid
VAR00020	63,0333	55,068	0,494	valid
VAR00021	63,5000	56,948	0,363	valid
VAR00022	63,1000	56,507	0,421	valid
VAR00023	62,2333	58,185	0,318	valid

VAR00024	62,3000	57,941	0,413	valid
----------	---------	--------	-------	-------

2. Validitas dukungan sosial

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Ket
VAR00001	119,0645	214,996	0,416	valid
VAR00002	119,4839	209,058	0,536	valid
VAR00003	119,4516	212,456	0,344	valid
VAR00004	119,1935	215,695	0,286	tidak valid
VAR00005	119,2903	212,146	0,456	valid
VAR00006	119,3871	206,578	0,688	valid
VAR00007	119,4194	208,785	0,568	valid
VAR00008	119,3548	210,637	0,543	valid
VAR00009	119,2581	213,131	0,320	valid
VAR00010	119,0968	207,557	0,656	valid
VAR00011	119,0968	210,224	0,461	valid
VAR00012	119,0645	209,062	0,661	valid
VAR00013	119,1290	213,249	0,301	valid
VAR00014	119,0645	212,796	0,563	valid

VAR000 15	119,3548	209,570	0,421	valid
VAR000 16	119,1290	216,916	0,225	tidak valid
VAR000 17	118,8710	209,849	0,594	valid
VAR000 18	118,9677	209,632	0,585	valid
VAR000 19	118,8065	211,961	0,646	valid
VAR000 20	119,4516	213,456	0,342	valid
VAR000 21	119,0645	206,729	0,604	valid
VAR000 22	119,2903	216,013	0,239	tidak valid
VAR000 23	119,2903	207,413	0,654	valid
VAR000 24	119,0645	204,329	0,751	valid
VAR000 25	119,0000	212,867	0,518	valid
VAR000 26	119,0000	211,467	0,605	valid
VAR000 27	119,1935	209,628	0,609	valid
VAR000 28	119,3226	209,626	0,752	valid
VAR000 29	118,9032	210,890	0,597	valid
VAR000 30	119,1935	204,028	0,848	valid
VAR000 31	118,9355	215,729	0,292	tidak valid
VAR000 32	119,0323	212,032	0,529	valid
VAR000 33	119,0645	215,462	0,342	valid

VAR000 34	119,2581	215,998	0,297	tidak valid
VAR000 35	119,0000	208,133	0,677	valid
VAR000 36	119,0645	210,529	0,579	valid
VAR000 37	119,2258	211,847	0,384	valid
VAR000 38	119,1935	212,228	0,469	valid
VAR000 39	119,5806	211,185	0,424	valid
VAR000 40	119,1935	208,361	0,522	valid

3. Validitas self regulated learning

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Ket
VAR00001	101,0323	141,766	0,616	valid
VAR00002	100,8387	145,740	0,581	valid
VAR00003	100,9677	154,299	0,050	tidak valid
VAR00004	100,6774	142,826	0,576	valid
VAR00005	100,1935	148,961	0,539	valid
VAR00006	100,4194	148,518	0,403	valid
VAR00007	99,9677	152,232	0,295	tidak valid
VAR00008	100,3548	149,303	0,363	valid
VAR00009	100,9677	151,299	0,212	tidak valid
VAR00010	100,8387	144,140	0,596	valid
VAR00011	100,3226	148,026	0,500	valid
VAR00012	100,0645	156,129	-0,015	tidak valid

VAR00013	100,4839	147,525	0,429	valid
VAR00014	100,7419	146,865	0,536	valid
VAR00015	100,8065	150,628	0,354	valid
VAR00016	100,9677	148,032	0,404	valid
VAR00017	100,2903	146,413	0,545	valid
VAR00018	100,0645	147,529	0,609	valid
VAR00019	100,6774	148,492	0,420	valid
VAR00020	100,8065	146,495	0,385	valid
VAR00021	100,8387	145,806	0,454	valid
VAR00022	100,9677	148,299	0,418	valid
VAR00023	99,9677	149,832	0,491	valid
VAR00024	100,4516	144,856	0,637	valid
VAR00025	100,2903	148,213	0,474	valid
VAR00026	100,2258	150,381	0,388	valid
VAR00027	101,0645	143,396	0,595	valid
VAR00028	101,1290	145,716	0,582	valid
VAR00029	100,9032	150,024	0,262	tidak valid
VAR00030	100,9677	142,432	0,611	valid
VAR00031	100,1613	151,473	0,296	tidak valid
VAR00032	100,4516	147,389	0,524	valid
VAR00033	100,5806	147,718	0,436	valid
VAR00034	100,4516	146,989	0,550	valid
VAR00035	100,9677	154,099	0,071	tidak valid
VAR00036	101,0323	147,966	0,409	valid

4. Uji Reliabilitas

a. Reliabilitas skala efikasi diri

Reliabilitas efikasi diri sebelum uji coba

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.863	.868	24

Reliabilitas efikasi diri setelah uji coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,897	22

b. Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

Reliabilitas dukungan sosial sebelum uji coba

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.935	.938	40

Setelah uji coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,937	35

c. **Reliabilitas self regulated learning**
sebelum uji coba

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.901	.905	36

setelah uji coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,873	29

Lampiran. 4 Skala Setelah Uji Coba

Skala efikasi diri setelah uji coba

No.	Aitem	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa ujian sima'an 15 Juz adalah tugas yang bisa saya selesaikan				
2.	Saya yakin ketika saya mampu menghafalkan ayat yang mudah, saya juga dapat menghafalkan ayat yang sulit				
3.	Saya merasa ujian sima'an 15 Juz adalah tugas yang sulit				
4.	Saya merasa tertekan ketika harus menghafalkan ayat yang sulit				
5.	Saya yakin mampu menghadapi ujian sima'an 15 juz dengan lancar				
6.	Saya yakin bisa menghadapi ujiansima'an dengan kemampuan saya				
7.	Saya tetap sabar menghafalkan ayat selama berjam – jam meskipun itu sulit				
8.	Meskipun saya merasa lelah, saya <u>tetap</u> muroja'ah untuk mempersiapkan ujian sima'an				

9.	Saya merasa pesimis dengan kemampuan saya untuk menghadapi ujian sima'an				
10.	Saya merasa lelah dan ingin menyerah ketika harus menyelesaikan hafalan yang sulit				
11.	Ketika saya sedang merasa lelah, saya menunda muroja'ah hafalan				
12.	Saya malas muroja'ah ketika lelah setelah aktivitas seharian				
13.	Saya tetap semangat muroja'ah meskipun lelah setelah aktivitas seharian				
14.	Meskipun terdapat hafalan yang sulit, saya tetap berusaha menghafalkan sampai bisa				
15.	Meskipun banyak tugas kuliah, saya yakin mampu menjaga hafalan dengan baik				
16.	saya dapat menemukan solusi ketika mengalami hambatan dalam menghafal				
17.	saya merasa tidak mampu menjaga hafalan dengan maksimal ketika sedang disibukkan dengantugas kuliah				
18.	Ketika menemukan hambatan saat menghafal, saya bolos setoran hafalan				
19.	Saya mengeluh terkait kesulitan hafalan ataupun tugas kuliah				
20.	Saya merasa terbebani ketika menghadapi kesulitan dalam menghafal				
21.	Setiap kesulitan dalam menghafal ataupun tugaskuliah, saya menganggapnya sebagaiproses yang harus saya lalui				
22.	Menurut saya kesulitan menghafal adalah tantangan menarik yang dapat saya atasi dengan muroja'ah secara konsisten				

Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba

No.	Aitem	SS	S	TS	STS
1.	Saya mendapatkan kata semangat dari teman - teman untuk menghadapi ujian sima'an 15 juz				
2.	Orang tua saya menanyakan kesulitan yang saya hadapi untuk menghadapi ujian sima'an 15 juz				
3.	Saya mengeluh ke orang tua saat merasa tertekan dengan situasi tertentu				

4.	teman-teman saya tidak peduli ketika saya sedang berjuang				
5.	Orang tua saya tidak pernah tahu ketika saya sedang membutuhkan dukungan semangat				
6.	Saat mengeluh ke orang tua, saya merasasemakin tertekan dan tidak menyelesaikan masalah				
7.	Saya tidak nyaman ketika harus terbuka dengan orang tua				
8.	Orangtua saya membandingkan pencapaian orang lain yang lebih tinggi dari pencapaian saya				
9.	Teman- teman saya meremehkan kemampuan saya untuk menghadapi ujian sima'an				
10.	Orang tua saya mengabaikan pencapaian yang saya peroleh				
11.	Teman – teman sayacuek ketika saya berhasil mencapai suatu prestasi				
12.	Orang tua saya mengatakan bahwa saya hebat sudah berada dititik sekarang				
13.	Teman – teman saya memberikan pujian terkait kemampuan saya untuk menghadapi ujian sima'an				
14.	Orang tua saya memberikan hadiah, sebagai penghargaan terhadap pencapaian yangsaya peroleh				
15.	Orang tua memastikan saya memiliki uang sakuyang cukup untuk kebutuhan sehari – hari				
16.	Teman saya memperbolehkan saya meminjam Al-Qur'an nya ketika Al-Qur'an saya rusak				
17.	teman saya membantu menyimak hafalan saya				
18.	Orang tua saya mengunjungi saya di pesantren untuk memberikan dukungan moral				
19.	Saya kekurangan uang saku untuk kebutuhan sehari - hari				
20.	Saya kesulitan mencari teman yang dapat meluangkan waktu untuk menyimak hafalan saya				
21.	Orang tua saya <u>mengabaikan</u> saya dipesantren sehingga saya kurang mendapatkan dukungan moral				
22.	Orang tua saya memberikan nasihat supaya menggunakan waktu luang secara produktif untuk mengulang hafalan Al-Qur'an				
23.	Teman saya memberikansaran, saat saya merasa stress				

	menghadapi tugas perkuliahan dan hafalan				
24.	Pengurus pondok mengabaikan ketika saya tidak mengikuti kegiatan mengaji				
25.	Teman saya <u>cuek</u> saat saya merasa stress dengan tugas perkuliahan dan hafalan				
26.	Guru saya <u>acuh</u> dengan persiapan ujian sima'an yang akan saya hadapi				
27.	<u>Teman saya mengabaikan saat saya membutuhkan arahan untuk mengatasi masalah</u>				
28.	Orang tua saya memberikan arahan ketika saya merasa frustrasi				
29.	Saya dilibatkan oleh temanseperjuangan terkait persiapan untuk menghadapi ujian sima'an				
30.	Ketika bersama dengan teman, saya semakin bersemangat murojaah hafalan				
31.	Teman – teman mengajak saya untuk muroja'ah bersama dan saling simak menyimak				
32.	Saya <u>diasingkan</u> oleh teman seperjuangan dalam urusan persiapan untuk menghadapi ujiansima'an				
33.	<u>Pendapat saya tentangkesulitan mempersiapkan ujian sima'an diabaikan oleh teman-teman</u>				
34.	Saya merasa tertekan sendirian saat akan menghadapi ujian sima'an				
35.	<u>Tidak ada yang mengajak saya untuk muroja'ah bersama dansaling simak menyimak</u>				

Skala Self Regulated Learning Setelah Uji Coba

No.	Aitem	SS	S	TS	STS
1.	saya muroja'ah secara kondisional tanpa ada strategi tertentu				
2.	Saya merasa fustasi mencaricara untuk meningkatkan kualitas hafalan saya				
3.	saya menghafal sesuai keinginan, tanpa tahu apa yang harus dicapai dalam waktu dekat				
4.	Saya membuat rencana terkait strategi muroja'ah untuk menghadapi ujian sima'an				
5.	saya membuat jadwal untuk mengatur waktu supaya tetap bisa muroja'ah hafalan				

6.	saya menetapkan tujuan atau target hafalan yang ingindicapai				
7.	saya malas mengikuti jadwal muroja'ah yang telah disusun dengan baik				
8.	saya paham terkait juz yang sudah saya kuasai dan juz yang masih belum lancar				
9.	saya meminta teman untuk menyimak supaya mengetahui kesiapan saya dalam menghadapi ujian sima'an				
10.	saya mengikuti jadwal muroja'ah yang telah saya buat				
11.	Saya kesulitan memahami juz mana yang masih memerlukan perbaikan dan harus lebih di perhatikan				
12.	Saya lupa dengan hafalan karena kegiatan yang terlalu banyak				
13.	saya merasa senang ketika harus menambah hafalan				
14.	Meskipun ayat yang dihafalkan sulit, saya tetap menghafalkannya sampai bisa				
15.	Saat menghadapi ayat yang sulit, saya ingin menyerah dan berhenti menghafal				
16.	saya ragu dengan kemampuan saya dalam mengingat hafalan – hafalan sebelumnya				
17.	Saya menambah hafalan karena terdapat paksaan untuk setoran				
18.	saya merasa bosan ketika menghadapi ayat yang sulit untuk di hafalkan				
19.	Ketika terdapat ayat yang sulit, saya yakin bahwa saya pasti mampu menyelesaikan hafalan sampai akhir				
20.	Saya percaya bahwa saya dapat mengingat ayat-ayat yang telah saya hafal sebelumnya				
21.	Saat muroja'ah saya meninggalkan hal-hal yang membuat saya tidak fokus				
22.	Saya berteman dengan teman yang rajin muroja'ah supaya saya ikut rajin				
23.	saya merasa bingung bagaimana mengatur waktu antara aktivitas harian dan muroja'ah				
24.	saya ikut mengghibah dengan teman- teman, meskipun saat itu jadwal untuk muroja'ah				

25.	saya malas muroja'ah ketika melihat teman saya tidak muroja'ah				
26.	Saat saya sedang malas muroja'ah, saya meminta saran supaya semangat kembali				
27.	Saya mampu mengaturr waktu dengan baik untuk muroja'ah hafalan, meskipun memiliki banyak kegiatan				
28.	Saya berusaha untuk murojaah secara konsisten supaya dapat menghadapi sima'an dengan maksimal				
29.	Saat saya sedang malas muroja'ah, saya memilih untuk bermain handpone				

Lampiran. 5 Skor Responden

efikasi diri	dukungan sosial	self regulated learning
53	108	77
68	116	79
57	95	78
61	107	79
57	88	77
57	85	77
58	103	82
55	96	78
55	103	73
61	103	78
74	99	77
64	84	68
51	111	79
61	100	75
50	133	82
67	105	84
61	101	81
59	103	76
48	98	71
53	89	65
55	97	76
58	114	78
55	93	72
63	113	79
50	119	78
59	104	73

57	116	89
54	97	67
57	124	70
80	107	91
48	103	83
57	105	85
60	121	83
49	118	64
57	86	74
71	125	83
67	116	86
42	79	59
61	103	85
42	77	56
67	106	77
54	112	80
53	99	72
65	108	81
67	109	95
68	98	76
45	84	60
48	100	68
51	89	61
56	105	81
49	88	67
68	119	92
47	88	66
47	86	61
46	86	60
48	86	56
46	85	56
46	73	70
52	74	68
55	88	77
49	81	68

Lampiran. 6 Data Deskripsi

1. Deskripsi Data Penelitian

a. Deskripsi variabel penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
dukungan sosial	61	73	133	100.13	13.590
self regulated learning	61	56	95	74.74	9.127
efikasi diri	61	42	80	56.38	8.120
Valid N (listwise)	61				

2. Kategorisasi Variabel Penelitian

a. Kategorisasi efikasi diri

Kategorisasi efikasi diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	12	19.7	19.7	19.7
	sedang	38	62.3	62.3	82.0
	tinggi	11	18.0	18.0	100.0
	Total	61	100.0	100.0	

b. Kategorisasi dukungan sosial

Kategorisasi dukungan sosial					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	5	8.2	8.2	8.2
	Tinggi	56	91.8	91.8	100.0
	Total	61	100.0	100.0	

c. Kategorisasi self regulated learning

Kategorisasi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	5	8.2	8.2	8.2
	Tinggi	56	91.8	91.8	100.0
	Total	61	100.0	100.0	

Lampiran. 7 Uji Asumsi Klasik dan Hipotesis

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		61
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	572.484.905
Most Extreme Differences	Absolute	.087
	Positive	.087
	Negative	-.058
Test Statistic		.087
Asymp. Sig. (2-tailed)		.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.		

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas Efikasi Diri (Y) dengan Dukungan Sosial (X1)

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
efikasi diri * dukungan sosial	Between Groups	(Combined)	2378,33	35	67,952	1,077	0,43
		Linearity	893,742	1	893,742	14,159	0,001
		Deviation from Linearity	1484,59	34	43,664	0,692	0,843
	Within Groups		1578	25	63,12		
	Total		3956,33	60			

Uji Linearitas Efikasi Diri (Y) dengan Self Regulated Learning (X2)

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
efikasi diri * self regulated learning	Between Groups	(Combined)	2694,36	29	92,909	2,282	0,013
		Linearity	1989,2	1	1989,2	48,864	0
		Deviation from Linearity	705,164	28	25,184	0,619	0,899
	Within Groups		1261,97	31	40,709		
	Total		3956,33	60			

c. Uji Multikolinearitas

Coefficients^a

		Collinearity Statistics	
Model		Tolerance	VIF
1	dukungan sosial	.569	1.756
	self regulated learning	.569	1.756

a. Dependent Variable: efikasi diri

2. Uji Hipotesis

a. Uji simultan

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.709 ^a	.503	.486	5.823

a. Predictors: (Constant), self regulated learning, dukungan sosial

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1989.894	2	994.947	29.346	.000 ^b
	Residual	1966.434	58	33.904		
	Total	3956.328	60			

a. Dependent Variable: efikasi diri

b. Predictors: (Constant), self regulated learning, dukungan sosial

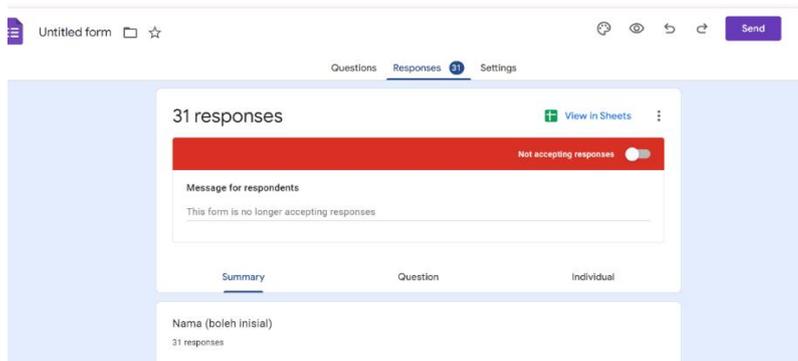
b. Uji parsial

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.941	6.511		1.373	.175
	dukungan sosial	.011	.073	.018	.143	.886
	self regulated learning	.621	.109	.698	5.686	.000

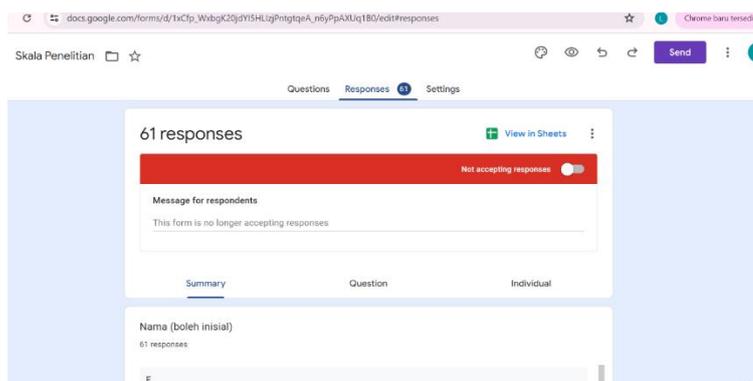
a. Dependent Variable: efikasi diri

Lampiran. 8 Data Responden

Data responden uji coba



Data responden penelitian



Lampiran. 9 Riwayat Hidup

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Lum'attut Tohiroh
Tempat & Tanggal Lahir : Kendal. 19 September 2001
Alamat : Rt 01 Rw 03, Desa Kebonagung, Kecamatan Ngampel,
Kabupaten Kendal

B. Riwayat Pendidikan

1. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
2. SMA N 1 Pegandon
3. MTs NU 11 Kisabariman Peron, Limbangan, Kendal
4. SD N 1 Kebonagung
5. TK Masithoh

C. Pengalaman Organisasi

1. Divisi Keredaksian UKM LPM Esensi
2. Pengurus Pondok Pesantren Al-Hikmah

D. Pengalaman Magang

1. Terapis ABK di Talenta
2. Guru Tahfidz di MI Miftahus Sibyan