

**PENGARUH TAWAKAL TERHADAP EFIKASI DIRI
AKADEMIK PADA MAHASISWA JURUSAN TASAWUF
PSIKOTERAPI ANGKATAN 2022 UIN WALISONGO
SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi



Disusun Oleh:

**ULUL MUSTANIAH
NIM: 1804046091**

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

PENGESAHAN

Skripsi di bawah ini atas

Nama : Ulul Mustaniah

NIM : 1804046091

Judul : "Pengaruh Tawakal terhadap Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang"

Telah dimunafasahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada :

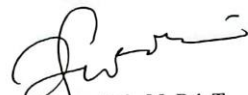
Hari/tanggal : Jum'at/ 28 Juni 2024

Dan diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin dan humaniora.

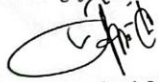
Ketua Sidang


Sri Rejeki, S. Ag.
NIP. 197903042801600009

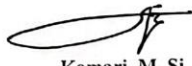
Sekretaris Sidang


Royanulloh, M. Psi. T.
NIP. 198812192018011001

Penguji Utama I


Bahroon Anshori, M. Ag.
NIP. 197505032006041001

Penguji II


Komari, M. Si.
NIP. 19870308 201903 1002

Pembimbing


Ernawati, M. Stat.
NIP. 19931006 201903 2025

PERNYATAAN KEASLIAN

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ulul Mustaniah

NIM : 1804046091

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi yang berjudul : Pengaruh Tawakal terhadap Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang adalah karya saya sendiri dan tidak berisi materi yang telah pernah ditulis oleh orang lain atau diterbitkan. Dengan demikian juga skripsi ini tidak berisi satu pun pikiran-pikiran lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang terdapat dalam referensi yang dijadikan bahan rujukan.

Semarang, Juli 2024

Yang menyatakan,



Ulul Mustaniah

NIM : 1804046091

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Semarang, Juni 2024

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr Wb

Dengan ini, setelah saya melakukan bimbingan, arahan, serta perbaikan maka saya akan mengirimkan naskah skripsi :

Nama : Ulul Mustaniah

Nim : 1804046091

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Pengaruh Tawakal Terhadap Efikasi Diri Akademik Pada Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang

Dengan ini mohon supaya skripsi saya bisa untuk diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo agar segera di munaqosahkan.

Wassalamu'alaikum Wr Wb

Semarang, Juni 2024

Pembimbing



Ernawati, M. Stat

NIP. 19931006 201903 2025

MOTTO

لا حول ولا قوة الا بالله العلي العظيم

"Tidak ada daya upaya dan kekuatan kecuali atas pertolongan Allah swt."

يَدُ اللَّهِ مَعَ الْجَمَاعَةِ

"Tangan Allah bersama al Jama'ah" (Hadist Jami' At-Tirmidzi no. 2092)

TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan didasarkan pada Keputusan Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor: 0543b/U/1987.

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidakdilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	S	Es (dengann titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	ha	H	Ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Z	Zet (dengan titik diatas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	S	Es (dengan titik dibawah)
ض	Dad	D	De (dengan titik di bawah)
ط	Ta	T	Te (dengan titik dibawah)
ظ	Za	Z	Zet (dengan titik dibawah)
ع	‘Ain	‘ _	Koma terbalik (diatas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El

م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wawu	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	—	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab terdiri dari vokal tunggal (monoftong) dan vokal rangkap (diftong). Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Bunyi
َ	Fathah	A	A
ِ	Kasrah	I	I
ُ	Dammah	U	U

Vokal rangkap bahasa arab berupa gabungan harakat dan huurf, transliterasinya meliputi:

Aksara Arab		Aksara Latin	
Simbol	Nama (Bunyi)	Simbol	Nama (Bunyi)
يَ	<i>fathah dan ya</i>	Ai	a dan i
وِ	<i>kasrah dan waw</i>	Au	a dan u

Contoh:

كَيْفَ : *kaifa*

هَوْلَ : *hauila*

3. Maddah

Maddah (vokal panjang) dalam penulisannya dilambangkan berupa huruf dan harakat, yaitu:

سَاقٍ dibaca *Saaqun*

جُلُودٍ dibaca *juluud*

حَفِيدٌ dibaca *hafiidun*

4. Ta marbutah

Transliterasi ta marbutah ada dua yaitu ta marbutah hidup dan ta marbutah mati. Ta marbutah hidup yaitu huruf ta marbutah yang digabungkan dengan harakat fathah, kasrah dan dammah, transliterasinya adalah (t). Sedangkan ta marbutah mati yaitu ta marbutah yang digabungkan dengan harakat sukun, kemudian huruf ta marbutah berada di posisi akhir kata dan kata yang menggunakan sandang al maka ditransliterasikan dengan ha (ha).

Contoh:

الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ : *al-madânah al-fâḍilah*

الْحِكْمَةُ : *al-hikmah*

5. Syaddah

Syaddah atau *tasydid* dalam tulisan Arab dilambangkan dengan tanda (ّ), yang memiliki makna perulangan huruf konsonan ganda pada huruf yang diberi tanda *tasydid*.

Contoh:

نَجَّيْنَا : *najjaânâ*

الْحَقُّ : *al-ḥaqq*

الْحَجُّ : *al-ḥajj*

6. Kata sandang

Kata sandang atau alif lam ma'rifah dilambangkan dengan huruf ال memiliki bunyi baca yaitu al-, ketika diikuti oleh huruf syamsiah maka huruf /L/ dihapus dan diganti dengan huruf yang berada tepat didepannya.

Contoh:

الذِّكْرُ : *az-zikru*

Jika diikuti dengan huruf qomariah maka transliterasinya sesuai dengan aturan yaitu bunyinya sama dengan huruf ال.

Contoh:

الْبِلَادُ : *al-bilādu*

7. Hamzah

Penulisan huruf hamzah kedalam sistem alfabet menjadi asprotof ketika terletak ditengah dan akhir kata. Apabila terletak di awal kata, maka tidak dilambangkan dengan asprotof karena dalam tulisan bahasa Arab ia berupa alif.

Contoh:

تَأْمُرُونَ : *ta'murūna*

النَّوْءُ : *al-nau'*

أَمِرْتُ : *umirtu*

8. Penulisan kata

Dalam penulisan setiap kata ,berupa isim, harf, fi'il ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang tata penulisan dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain, karena terdapat huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

هُم فِي رَحْمَةِ اللَّهِ : *hum fī rahmatillāh*

9. Huruf kapital

Dalam sistem huruf hijaiyah tidak ada huruf kapital, tetapi huruf tersebut diberlakukan ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan EYD dalam transliterasinya. Huruf kapital antara lain digunakan untuk menuliskan huruf awal identitas (nama orang, bulan, tempat) dan awal kata pada kalimat.

Contoh:

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ : *Qul huwallāhu aḥad*

Contoh:

كَيْفَ : *kaifa*

هَؤُلَ : *hauḷa*

UCAPAN TERIMAKASIH

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji kepada Allah swt. yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pengaruh Tawakal Terhadap Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang". Shalawat serta salam semoga senantiasa terlimpahkan kepada nabi Muhammad saw yang telah menjadi panutan bagi umat manusia. terselesaikannya penulisan skripsi, disamping berkat dan rahmat Allah SWT, juga tidak terlepas dari bantuan yang berasal dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis mengucapkan rasa syukur dan terimakasih kepada:

1. Dr. H. Moch. Sya'roni, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
2. Sri Rejeki, S.Sos. I. M.Si., selaku Ketua Jurusan Tasawuf Psikoterapi.
3. Royanullah, M.Psi. T., sebagai Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
4. Oti Jembarwati, sebagai Wali Dosen yang telah membimbing, mengarahkan, memberi ilmu dan nasehat serta mengingatkan akan kewajiban-kewajiban selama perkuliahan yang harus dipenuhi dalam empat tahun kepada penulis.
5. Ernawati, S. Si., M. Stat. sebagai Dosen Pembimbing yang telah membimbing, mengarahkan serta meluangkan waktunya agar penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan benar.
6. Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah memberikan ilmu serta membimbing saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Mustari dan ibu Masropah selaku orangtua penulis, yang telah mendidik dan membimbing penulis dengan sabar dan ikhlas. Yang senantiasa mengulurkan tangan dan memberikan pelukan di saat penulis dalam kondisi terpuruk. Serta memberikan penulis motivasi dan kekuatan sehingga dapat menyelesaikan skripsi.

8. Siti Maslikhah dan Siti Naimah yang telah mengkhawatirkan dan selalu memberikan dukungan kepada penulis.
9. Ahmad Gibran Fabiansah dan Naysila Adinda Oktafiyani yang menjadi salah satu sumber semangat saat stres mengerjakan skripsi.
10. Juminah, saudara-saudara, dan tetangga yang telah memberi dukungan kepada penulis.
11. Guru-guru TK, SMP, SMA dan guru mengaji yang telah memberikan ilmu serta mendidik dengan sabar dan teliti sehingga penulis bisa menjadi seperti sekarang.
12. Widya Oktafiyani, yang telah suka rela serta setia mendukung, menemani dan membantu penulis dari awal kuliah sampai akhir perkuliahan.
13. Aliefia Azura dan Asa Laa Roibafi selaku teman pejuang skripsi, yang telah membantu dan menemani dalam proses mengerjakan skripsi.
14. Marga Bebek dan Zumi Rizkianto P. yang selalu memberikan dukungan kepada penulis.
15. Dewanti Dwi Indriyani dan Rifda Nur Alifah yang suka rela memberikan bantuan kepada penulis.
16. Seluruh teman kelas TP-C angkatan 2018.
17. Ulul Mustanah yang telah memilih untuk tidak menyerah sehingga skripsi dapat terselesaikan.
18. Teman-teman di kehidupan nyata maupun di sosial media yang telah memberikan semangat kepada penulis.

Semoga kebaikan yang diberikan kepada penulis akan dibalas dengan kebaikan dari Allah swt. Dan penulis berharap skripsi ini memberi manfaat bagi banyak pihak.

DAFTAR ISI

PENGARUH TAWAKAL TERHADAP EFIKASI DIRI AKADEMIK PADA MAHASISWA JURUSAN TASAWUF PSIKOTERAPI ANGKATAN 2022 UIN WALISONGO SEMARANG	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
NOTA PEMBIMBING	ii
NILAI BIMBINGAN SKRIPSI.....	iv
MOTTO	iv
TRANSLITERASI.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Dan Manfaat Penelitian	5
D. Kajian Pustaka	6
E. Sistematika Penelitian.....	8
BAB II.....	9
LANDASAN TEORI.....	9
A. Tawakal	9
1. Definisi Tawakal	9
2. Macam-Macam Tawakal	10
3. Aspek-Aspek Tawakal.....	12
4. Manfaat Tawakal.....	17
B. Efikasi Diri (<i>Self-Efficacy</i>) Akademik	18
1. Pengertian Efikasi Diri (<i>Self-Efficacy</i>) Akademik	18
2. Faktor-Faktor Efikasi Diri Akademik.....	21

3. Dimensi Efikasi Diri.....	23
4. Aspek-Aspek Efikasi Diri Akademik	24
C. Pengaruh Tawakal Terhadap Efikasi Diri Akademik	27
D. Hipotesis.....	29
BAB III	30
METODE PENELITIAN.....	30
A. Jenis Dan Pendekatan Penelitian	30
B. Variabel Penelitian	30
C. Definisi Operasional	31
D. Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling	32
E. Teknik Pengumpulan Data	33
F. Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	37
G. Teknik Analisis Data	43
BAB IV	46
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil Penelitian.....	46
B. Pembahasan.....	55
BAB V.....	58
PENUTUP.....	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1.Skor Skala Likert	33
Tabel 2.Blue Print Skala Tawakal.....	34
Tabel 3.Blue Print Skala Efikasi Diri Akademik	35
Tabel 4. Uji Validitas Skala Tawakal	37
Tabel 5. Ringkasan Hasil Uji Validitas Tawakal	38
Tabel 6.Blue Print Skala Tawakal Valid.....	38
Tabel 7. Uji Validitas Skala Efikasi Diri Akademik.....	40
Tabel 8. Ringkasan Hasil Uji Validitas Efikasi Diri Akademik	40
Tabel 9.Blue Print Skala Efikasi Diri Akademik Valid	41
Tabel 10.Hasil Uji Reliabilitas Skala Tawakal	43
Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri Akademik	43
Tabel 12. Hasil Uji Deskripsi Statistik.....	46
Tabel 13.Hasil Perhitungan Penentuan Kategori	47
Tabel 14.Hasil Kriteria Pengelompokan Kategori Data	48
Tabel 15.Kategorisasi Tingkat Tawakal	48
Tabel 16.Kategorisasi Tingkat Efikasi Diri Akademik	49
Tabel 17. Hasil Uji Linieritas.....	50
Tabel 18. Hasil Uji Serentak	51
Tabel 19. Hasil Uji Parsial	52
Tabel 20.Hasil Uji Persamaan Regresi Linier Sederhana	53
Tabel 21. Hasil Uji Normalitas	54

ABSTRAK

Mahasiswa merupakan seorang intelektual yang diharapkan mampu memberi perubahan baik untuk masa depan bangsa. Namun menjadi mahasiswa tidaklah mudah. Mahasiswa dituntut untuk segera dapat menyesuaikan diri terhadap sistem pembelajaran agar tercapainya prestasi akademik. Dan setiap mahasiswa memiliki kemampuan penyesuaian diri yang berbeda-beda. Mahasiswa yang kurang percaya diri untuk menghadapi tantangan-tantangan akademik akan mendorong pada perilaku yang dapat menghambat prestasi akademik. Hal tersebut membuktikan bahwa mahasiswa memiliki efikasi diri rendah. Dan efikasi diri rendah dapat ditingkatkan melalui penguatan percaya diri dengan cara menerapkan konsep tawakal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh tawakal terhadap efikasi diri akademik pada mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan dua variabel yaitu variabel tawakal (X) dan variabel efikasi diri akademik (Y). Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Simple Random Sampling*. Dan diperoleh sampel sebanyak 57 mahasiswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS (*Statistical Program For Social Service*) 23 for windows. Hasil uji hipotesis diperoleh $t_{hitung} = 3,434 > t_{tabel} = 2,004$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tawakal berpengaruh positif dan signifikan terhadap efikasi diri akademik pada mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang. Yaitu semakin tinggi tawakal mahasiswa maka semakin tinggi pula efikasi diri akademik.

Dengan analisis regresi linier sederhana diperoleh (R Square) sebesar 0,177 yang berarti bahwa model regresi linier yang dibentuk sebesar 17,7% yang dijelaskan oleh variabel tawakal, sedangkan sisanya yaitu sebesar 82,3% dijelaskan oleh variabel lain.

Kata Kunci: tawakal, efikasi diri akademik, regresi linear sederhana

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan calon sarjana yang mempunyai keterkaitan dengan suatu universitas, selanjutnya diberi pendidikan dan diciptakan menjadi seorang intelektual.¹ Individu yang telah menjadi mahasiswa diharapkan dapat menjadi pilar utama yang tangguh secara kemampuan maupun akhlak mulia, memberikan perubahan-perubahan yang menuju pada perbaikan, dan menjadi panutan dalam masyarakat.²

Namun menjadi mahasiswa dalam perguruan tinggi tidaklah mudah, karena dituntut untuk dapat beradaptasi pada sistem yang berbeda saat SMA.³ Dididik untuk lebih mandiri agar tidak mengalami hambatan dalam menyesuaikan diri untuk menyelesaikan tugasnya.⁴

Penyesuaian diri pada perkuliahan menurut Arkoff, digambarkan dengan bagaimana pencapaian individu dalam melewati tuntutan-tuntutan di perkuliahan serta bagaimana dampaknya dalam perkembangan diri. Menurut Baker dan Sirij, penyesuaian diri mahasiswa adalah penyesuaian kesejahteraan yang salah satunya berkaitan dengan akademik.⁵

Penyesuaian diri terhadap akademik menurut Lawton memiliki karakteristik dapat bertanggung jawab terhadap tugas-tugas akademik, dapat mengatasi permasalahan pada berbagai tuntutan akademik, memiliki semangat terhadap tugas

¹ Mohamad Akbar Fitroni dan Achad Supriyanto, *Permasalahan yang Dihadapi Mahasiswa Baru dalam Menjalani kehidupan di Universitas Negeri Malang*, Universitas Negeri Malang, h. 170

² Ilmaa Surya I dan Sandra Sausan H., *Mewujudkan Peran Mahasiswa Sebagai "Agent Of Change, Social Control, dan Iron Stock*, STIBA Satya Widya Surabaya, 2016.

³ Mohamad Akbar Fitroni dan Achad Supriyanto, *Permasalahan yang Dihadapi Mahasiswa Baru dalam Menjalani kehidupan di Universitas Negeri Malang*, Universitas Negeri Malang, h. 170.

⁴ Nur Asiyah, *Pola Asuh Demokrasi, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru*, Untag Surabaya, 2013, hal. 108 – 121.

⁵ Toar Shamgar M dan Ratriana Y.E Kusumiati, *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Provinsi NTT yang Merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga*, Universitas Kristen Satya Wacana, 2019, h. 318.

yang sedang dikerjakan, memiliki prioritas terhadap akademik sehingga tujuannya tercapai, dan memiliki kepuasan pribadi terhadap tuntutan-tuntutan akademik.⁶

Warsito Hadi dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa individu yang dapat melakukan penyesuaian diri terhadap akademik dengan baik, maka akan mencapai prestasi akademik yang tinggi.⁷ Dan penyesuaian diri akademik menurut Klassen dapat dipengaruhi oleh seberapa besar keyakinan diri untuk menyelesaikan tugas dan perannya sebagai mahasiswa atau disebut dengan efikasi diri akademik.⁸

Namun mahasiswa-mahasiswa yang memasuki perkuliahan mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri terhadap akademik. Seperti yang diungkapkan oleh beberapa mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022, di antara adalah RA yang menyatakan bahwa mengalami kesulitan dalam memahami materi di beberapa mata kuliah, sehingga kalau mendapatkan tugas yang sulit akan menunda mengerjakannya.

Kemudian AP yang juga menyatakan bahwa mengalami kesulitan dalam memahami materi mata kuliah wajib karena terdapat istilah-istilah yang sulit dimengerti. Ia juga merasa cemas dan minder dengan teman yang mampu mengerjakan tugas dengan baik. Sehingga kurang percaya diri akan hasil yang diperoleh. Dan SS yang menyatakan jika terdapat mata kuliah yang kurang disukainya, karena ia tidak mengerti dengan istilah-istilah dalam materi. Ia juga susah menangkap penjelasan dari dosen, sehingga malas mengerjakan tugasnya dan berakhir menyelesaikan di waktu *deadline*.

Dari pernyataan di atas, dapat diketahui bahwa beberapa mahasiswa kurang memiliki kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan dalam perkuliahan,

⁶ Pipit Nurfitriana, *Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016, h. 5-6.

⁷ Warsito Hadi, *Hubungan Antara Self Efficacy dengan Penyesuaian Akademik dan Prestasi Akademik (Studi pada Mahasiswa FIP Universitas Negeri Semarang)*, Universitas Negeri Semarang, 2009.

⁸ Intan Prastihastari Wijaya dan Niken Titi Pratitis, *Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orangtua dan Penyesuaian Diri Mahasiswa dalam Perkuliahan*, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2012, h. 41.

sehingga merasa cemas dan menunda mengerjakan tugas. Meragukan kemampuan diri sendiri atau ketidakyakinan diri dalam menghadapi tuntutan akademik oleh mahasiswa menunjukkan bahwa efikasi diri akademik yang dimiliki rendah. Sehingga perlu adanya pemahaman tentang pentingnya keyakinan terutama pada saat ada tantangan akademis yang sangat mudah melemahkan efikasi diri akademik.⁹

Efikasi diri akademik yang rendah dapat mengarahkan mahasiswa pada perilaku lain sebagai kegiatan yang dapat menghambat performa akademis atau menurunkan prestasi akademis, bahkan dapat menjadikan individu akan menghindari tugas – tugas.¹⁰ Sedangkan efikasi diri akademik yang tinggi akan membuat mahasiswa yakin bahwa ia mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik, tetap ulet, gigih dan optimis saat menghadapi tugas sulit serta menunjukkan kemampuan terbaiknya dalam kegiatan akademik.¹¹ Bandura mengatakan bahwa efikasi diri pada individu dapat mendorong keterlibatan kegiatan belajar yang dapat mempengaruhi tingkat prestasi dan motivasi.¹²

Dibuktikan dalam penelitian Quroyzhin Kartika dkk. yang menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi akan lebih percaya diri dan mampu menerima pembelajaran yang positif untuk dirinya dan kehidupan di masa depannya. Mahasiswa yang memiliki keinginan mencapai prestasi akademik yang tinggi maka harus memiliki keyakinan diri akademik yang tinggi pula, karena keyakinan diri dapat mempengaruhi hasil kinerja dan ketahanan dalam menyelesaikan tugas-tugas. Oleh karena itu, efikasi diri yang tinggi merupakan

⁹Evie Syalviana, *Efikasi Diri Akademik Dalam Menghadapi Tuntutan Perkuliahan pada Mahasiswa, Institut Agama Islam Negeri Sarang*, 2021, h. 212.

¹⁰ Bani Mukti dan Fatwa Tentama, *Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik*, Universitas Ahmad Dahlan, 2019, h. 342.

¹¹ Siti Fatimah, dkk., *Tingkat Efikasi Diri Performa Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Perspektif Dimensi Bandura*, IKIP Siliwangi, 2021, h. 28.

¹²Bani Mukti dan Fatwa Tentama, *Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik..*, h. 343.

bentuk usaha agar mahasiswa dapat mengatasi tantangan dalam perkuliahan sehingga dapat meraih prestasi akademik.¹³

Menurut Alwisol, efikasi diri akademik adalah kepercayaan mahasiswa pada kemampuannya untuk menyesuaikan tugas-tugas akademik yang didasarkan atas keyakinan diri akan kemampuan dalam bidang pendidikan, pentingnya nilai dan harapan pada hasil yang akan dicapai dari kegiatan belajar.¹⁴

Efikasi diri akademik menurut Bandura adalah suatu keyakinan terkait kemampuan atau kompetensi yang dimiliki seseorang. Kemampuan tersebut dapat mengarahkan motivasi, kemampuan kognitif dan pengambilan tindakan. Hal tersebut digunakan untuk mengerjakan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi tantangan.¹⁵ Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat diketahui bahwa untuk meningkatkan efikasi diri akademik dapat dilakukan dengan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa.¹⁶

Dalam Islam, kepercayaan diri dapat diperkuat dengan penerapan konsep tawakal dalam individu. Sebagaimana teori tawakal Ibnu Qayyim yaitu suatu amalan hati yang menyandarkan semua hal hanya kepada Allah SWT saja, hanya percaya kepada-Nya, memohon perlindungan hanya kepada-Nya, serta senantiasa ridha terhadap apa yang diterimanya. Dengan berkeyakinan bahwa Allah akan memberi kecukupan dengan melaksanakan sebab-sebab dan ikhtiar secara maksimal guna mendapatkannya.¹⁷

¹³ Quroyzhin Kartika Rini, dkk., Hubungan Metakognisi, Efikasi Diri Akademik dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa, Universitas Gunadarma, 2015, h. 69.

¹⁴ Alwisol, *Psikologi kepribadian*, edisi: Revisi. Malang: umm Press. 2009, h. 64.

¹⁵ Evie Syalviana, Efikasi Diri Akademik Dalam Menghadapi Tuntutan Perkuliahan pada Mahasiswa, Institut Agama Islam Negeri Sarang, 2021, h. 112.

¹⁶ Eklys Cheseda Makaria, dkk., *Korelasi Kepercayaan Diri dan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018*, Universitas Lambung Mangkurat, 2019, h. 3.

¹⁷ Al-Jauziyah, *MADARIJUS-SALIKIN (PENDAKIAN MENUJU ALLAH) Penjabaran Konkrit "Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nasta'in"*, penerj. Kathur Suhardi, ((Jakarta Timur: PUSTAKA AL-KAUTSAR, 1999), h. 238.

Tawakal berarti mempercayai rencana Allah dan yakin Allah akan memberikan kecukupan.¹⁸ Dan tawakal akan mengarahkan individu untuk mengetahui kekuasaan Allah sehingga menyadari karunia-karunia yang telah diberikan sehingga tidak meremehkan diri sendiri atau dengan kata lain lebih percaya diri. Sehingga dengan rasa percaya diri, individu dapat menanamkan dalam pikiran bahwa kesuksesan akan terealisasi dan yakin Allah akan senantiasa memberikan jalan keluar dari segala kesulitan.¹⁹

Dari pemaparan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait **“Pengaruh Tawakal terhadap Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang”**.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah pengaruh tawakal terhadap efikasi diri akademik pada mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang?

C. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Terkait rumusan permasalahan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai peneliti adalah untuk mengetahui bagaimanapengaruh tawakal terhadap efikasi diri akademik pada mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang.

2. Manfaat:

a) Teoritis:

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih secara ilmiah pada ranah psikologi serta tasawuf. Serta hasil dari penelitian ini diharapkan

¹⁸ Dede Setiawan, *Tawakal Dalam Al-Qur'an Serta Implikasinya Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19*, Universitas Nahdhatul Ulama Indonesia, 2021, h. 6.

¹⁹ Siti Adibah W.,dkk., *The Evaluation of an Online Peer Support Group on the Levels of Internal and External Self Confidence among Undergraduate Students during Covid-19 Pandemic: A Bandura's Theory of Self-Efficacy Approach*, International Islamic University Malaysia, 2022, h. 14.

dapat menjadi bahan kajian para peneliti lainnya dan mahasiswa yang mempunyai ketertarikan untuk meneliti tawakal dan efikasi diri.

b) Praktis:

Jika penelitian ini hasilnya terbukti ada pengaruh tawakal terhadap efikasi diri akademik, maka harapannya mahasiswa mampu meningkatkan kepercayaan diri akademik, tidak mudah berputus asa, dapat mengatur diri, juga dapat meningkatkan sikap tawakal kepada Allah SWT.

D. Kajian Pustaka

Peneliti memiliki keyakinan bahwa belum ada penelitian lain yang meneliti masalah dan judul yang sama. Walaupun terdapat literatur-literatur yang menjelaskan terkait tawakal dan efikasi diri akademik, seperti dibawah ini:

Ridha Habibah, Universitas Islam Indonesia. Dengan judul penelitian *Hubungan antara Tawakal dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa*. dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara tawakal dan kesejahteraan psikologis ($r = 0,390$ dan $p < 0,05$) dengan kontribusi variabel tawakal pada kesejahteraan psikologis sebesar 15,2%.²⁰

Roro Herdianti, UIN Walisongo Semarang. Dengan judul penelitian *Hubungan Tawakal dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang*. Dengan hasil uji hipotesis adalah $r_{xy} = 0.261$ dengan $p = 0,041$ ($p < 0,005$). Sehingga dapat diketahui bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara tawakal dengan efikasi diri akademik pada mahasiswa fakultas Ushuluddin angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang.²¹

Yoeni Pratiwi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Dengan judul penelitian *Pengaruh Tawakal dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir DIII Keperawatan STIKES Bhakti Mandala Husada Slawi*. Memperoleh hasil $F_{hitung} = 4,025$ serta memperoleh nilai probabilitas sig.

²⁰ Ridha Habibah, *Hubungan antara Tawakal dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa*, (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2017).

²¹ Roro Herdianti, *Hubungan Tawakal dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang*, (Semarang: UIN Walisongo, 2015).

(p) = 0,021 ($p < 0,005$) sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh tawakal terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir DIII Keperawatan STIKES Bhamada Slawi.²²

Aulia Kirana dan Moordiningsih, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dalam penelitiannya yang berjudul *Studi Korelasi Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prestasi Akademik: Telaah Pada Siswa Perguruan Tinggi*. Memperoleh hasil analisis yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan prestasi akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,310; $p = 0,015$ ($p < 0,05$) dan sumbangan efektif sebesar 9,6%.²³

Nurhamizah, Hikmatul Fadzilah, UIN Walisongo. Dengan judul *Hubungan Tawakal dengan Kemampuan Resiliensi Akademik*. Dengan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* diperoleh nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Karena nilai sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$ maka itu berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel tawakal dengan kemampuan resiliensi akademik.²⁴

Irna Minauli dan Imelda Butarbutar, Universitas Medan Area. Dengan judul *Hubungan antara Efikasi Diri dan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Prestasi Akademik Mahasiswa*. Dengan hasil total hubungan variabel mencapai 89,1%. Hal ini menunjukkan efikasi diri dan regulasi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi akademik mahasiswa Sekolah Tinggi Theologia HKB.²⁵

Dari beberapa penelitian di atas, belum ada penelitian yang meneliti terkait pengaruh tawakal terhadap efikasi diri akademik. Sehingga penelitian ini merupakan penelitian yang memiliki aspek kebaruan.

²² Yoeni Pratiwi, *Pengaruh Tawakal dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir DIII Keperawatan STIKES Bhakti Mandala Husada Slawi*, (Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2020).

²³ Aulia Kirana dan Moordiningsih, *Studi Korelasi Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prestasi Akademik: Telaah Pada Siswa Perguruan Tinggi*, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2010.

²⁴ Hikmatul Faizah Nurhamizah, *Hubungan Tawakal Dengan Kemampuan Resiliensi Akademik (Studi Terhadap Mahasiswa Angkatan 2015 Dalam Bimbingan Skripsi Di Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora UIN Walisongo Semarang)*, UIN Walisongo, 2019.

²⁵ Irna Minauli dan Imelda Butarbutar, *Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Prestasi Akademik Mahasiswa*, Vol. III Nomor 2, Universitas Medan Area, 2011.

E. Sistematika Penelitian

Adapun sistematika kepenulisan dalam penelitian ini dengan tujuan agar mudah mengetahui pokok-pokok isi dari skripsi secara keseluruhan. Diantara sistematika kepenulisannya adalah sebagai berikut:

Bab I berisi pendahuluan yang akan mengantarkan pada bab-bab berikutnya. Dalam bab ini berisikan latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka dan sistematika penelitian.

Bab II berisi penjelasan mengenai landasan teori bagi objek penelitian seperti pada judul skripsi yaitu terkait tawakal dan efikasi diri.

Bab III berisi paparan data-data hasil penelitian secara lengkap atas objek tertentu yang menjadi fokus kajian bab berikutnya. Seperti pemaparan terkait jenis penelitian, variabel-variabel penelitian, definisi operasional, populasi dan sampel, metode dalam pengambilan data, dan teknik dalam menganalisa data tersebut.

Bab IV berisi penjelasan terhadap data-data yang sudah dituangkan dalam bab III, apakah telah sesuai dengan landasan teori yang ada atau tidak. Jika sesuai perlu dikemukakan faktor-faktor yang mendukung ke arah itu, demikian pula sebaliknya.

Bab V yakni bab penutup yang berisi kesimpulan dan saran.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tawakal

1. Definisi Tawakal

Berdasarkan *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, tawakal memiliki pengertian yaitu berserah diri (kepada kehendak Tuhan), dengan percaya kepada Tuhan secara sepenuh hati terhadap percobaan, penderitaan, dan lain-lain.²⁶

Secara istilah tawakal adalah “menjadikan Allah SWT sebagai *wakil* dalam berserah diri setelah berusaha dengan semampu kita”.²⁷ Menurut M. Quraish Shihab, tawakal merupakan *wakil*, yang memiliki arti tidak penyerahan secara mutlak terhadap Allah SWT, namun penyerahan itu harus di dahului terlebih dahulu dengan usaha manusiawi.²⁸

Ibnu Qayyim berpendapat bahwa tawakal adalah suatu amalan hati yang menyerahkan semua hal hanya kepada Allah SWT saja, hanya percaya kepada-Nya, memiliki keyakinan atas kekuasaan dan sifat-Nya, memohon perlindungan hanya kepada-Nya, serta ridha terhadap apa yang diterimanya. Dan percaya bahwa Allah akan memberikan kecukupan kepada individu yang melaksanakan usaha-usaha secara optimal.²⁹

Yusuf Qardawi memberikan definisi tawakal dari makna dasarnya, yaitu menyerahkan secara penuh kepada Allah, tidak ada sedikitpun keraguan serta bersusah hati terkait apapun yang telah menjadi keputusan Allah. Yusuf Qardawi juga setuju dengan pendapat Ibnu Qayyim bahwa sebagian orang memiliki kerancuan pemahaman terkait tawakal. Mereka berasumsi jika bertawakal tidak

²⁶W. J. S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: PN Balai Pustaka, Cet. 5, 1976, hlm. 1026.

²⁷Mu'inudinillah Basri, *Indahnya Tawakal*, Solo: Indiva Media Kreasi, 2008, h.15.

²⁸M. Quraish Shihab, *Secercah Cahaya Ilahi dan Hidup Bersama Al-Qur'an*, Bandung: Mizan, 2007, h. 173.

²⁹Al-Jauziyah, *MADARIJUS-SALIKIN (PENDAKIAN MENUJU ALLAH) Penjabaran Konkrit “Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nasta'in”*, penerj. Kathur Suhardi, Jakarta Timur: PUSTAKA AL-KAUTSAR, 1999, h. 238.

perlu melakukan tindakan apapun, karena telah menyerahkan kepada Allah. Asumsi seperti itu bukanlah tawakal, tetapi malah menyia-nyiakan karunia Allah.³⁰

2. Macam-Macam Tawakal

Ditinjau dari sikap orang yang bertawakal, diperoleh kesimpulan jika tawakal dibagi menjadi dua macam, yaitu: tawakal kepada Allah dan tawakal kepada selain Allah. Serta pada setiap bagian ini terdapat beberapa macam tawakal, yaitu:³¹

a) Tawakal kepada Allah

Bertawakal kepada Allah terdapat empat macamnya, yaitu:

- 1) Tawakal kepada Allah dengan kondisi secara konsisten dan dengan sikap tawakal terhadap Allah agar dapat memberantas Bid'ah, melawan orang kafir dan munafik, mempedulikan kemanfaatan bagi orang-orang muslim, memerintahkan pada kebaikan serta mencegah kemungkaran dan mempengaruhi orang lain agar menyembah Allah SWT. Ini adalah sikap tawakal yang dimiliki nabi-nabi dan sudah diwarisi ulama-ulama setelahnya. Sikap tawakal tersebutlah yang paling tinggi serta lebih memberi manfaat diantara sikap tawakal lainnya.
- 2) Tawakal kepada Allah secara konsisten dengan bertauhid secara murni, dituntun dengan petunjuk Allah dan *istiqamah* akan agama Allah baik secara lahir maupun batin tanpa terselip adanya usaha untuk mempengaruhi orang lain. Itu berarti tawakal hanya bertujuan supaya dapat membenahi diri sendiri tanpa memerdulikan orang lain.
- 3) Tawakal kepada Allah dengan tujuan mendapatkan kebutuhan. Seperti tawakalnya orang dengan harapan agar memperoleh kesehatan ataupun rezeki. Sikap tawakal tersebut hanya akan mendatangkan pemenuhan pada kebutuhan duniawi saja, kecuali orang tersebut memiliki niat agar kecukupan akhirat dan juga dunia untuk bertaat kepada Allah SWT.

³⁰*Ibid.*, h. 45-46.

³¹Abdullah Bin Umar Ad-Dumaji, *Rahasia Tawakal Sebab dan musabab*, Terj. Kamaludin Sa'diatulharaaini, Jakarta: Pustaka Azzam, 2000, h. 125.

- 4) Tawakal kepada Allah untuk bertindak haram serta menghindarkan diri dari perintah Allah.
- b) Tawakal kepada selain Allah

Tawakal kepada selain Allah terbagi menjadi dua macam, yaitu:

 - 1) Tawakal Syirik:
 - a) Tawakal kepada selain Allah dalam urusan-urusan yang tidak bisa dilakukan kecuali Allah. Misalnya, orang-orang yang telah menyembah kepada selain Allah guna memperoleh pertolongan, hal tersebut yang disebut sebagai syirik paling besar karena hanya Allah SWT yang sanggup melakukan urusan-urusan tersebut.³²
 - b) Tawakal kepada selain Allah untuk perkara-perkara yang dapat dilaksanakan berdasarkan dugaannya oleh yang ditawakalkan. Hal tersebut adalah syirik paling kecil. Misalnya, bertawakal kepada seorang pimpinan. Padahal Allah lah yang memberikan rezeki, mencegah kejahatan dan hal-hal yang serupa kepada mereka. Perbuatan tersebut adalah syirik yang tersembunyi.
 - c) Tawakal yang di perbolehkan. Yaitu ketika seseorang yang menyerahkan suatu urusan kepada orang lain, yang sekiranya mampu untuk dikerjakannya sehingga orang yang telah menyerahkan urusan tersebut bisa mencapai beberapa keinginan.

Menurut Ibnu Qayyim, tawakal kepada Allah terbagi menjadi dua macam, yaitu:

- 1) Bertawakal untuk mencari kebutuhan hidup duniawi atau menolak sesuatu yang membahayakan.

Tawakal terkadang terjadi pada saat sesuatu yang membahayakan, dikarenakan seseorang tidak memperoleh jalan keluar lain kecuali bertawakal kepada Allah SWT. Seperti saat seseorang mendapat kesusahan secara jiwa, maka dia akan mengira bahwa tawakal adalah satu-satunya jalan keluarnya.

³²*Ibid.*, h. 127.

Adapula yang bertawakal karena sesuatu yang hendak di dapatkannya, entah itu bentuk kesehatan, rezeki, pertolongan, dan lain sebagainya.

- 2) Bertawakal untuk memperoleh apa yang dicintai Allah, mencari ridha-Nya dengan keimanan, keyakinan, jihad dan dakwah kepada-Nya.

Tawakal yang semacam ini merupakan tawakal yang lebih baik dari tawakal cara pertama. Jika seseorang dapat bertawakal seperti ini maka otomatis tawakal yang cara pertama telah dilaksanakan. Namun, jika seseorang bertawakal dengan dengan cara pertama, maka tidak akan menjadikan orang tersebut mendapatkan apa yang dicintai dan di ridhai-Nya.³³ Tawakal ini merupakan tawakalnya para wali Allah.

3. Aspek-Aspek Tawakal

Menurut Ibnu al-Qayyim, ketentuan-ketentuan aspek-aspek tawakal, yaitu:³⁴

- a) Mengetahui Allah swt.

Mengetahui Allah adalah derajat awal yang menjadi pijakan seorang hamba saat berada di persinggahan tawakal. Dari banyaknya manusia, diantara nya ada yang mengetahui Allah dari kebaikan, keutamaan dan karunia. Adapula yang mengetahui-Nya dari sifat pemaaf, kelebihan dan kedermawaan. Diantara mereka ada yang mengetahui-Nya dengan ilmu dan hikmah. Diantara mereka mengetahui Nya dari sifat pemaksaan dan kekuasaan, serta diantara mereka ada yang mengetahui-Nya dari sifat Maha mengabulkan doa, pemenuhan hajat dan pertolongan.³⁵

Jika seseorang benar-benar memahami Allah, sifat-sifat dan nama-nama-Nya maka mereka yakin bahwa dalam cobaan dan kebencian yang dialaminya, ia akan menuai banyak manfaat yang bahkan tidak dapat dipahami oleh pengetahuan dan pikirannya. Akan sulit menentukan mana yang akan

³³Ibnu Qayyim AL-Jauziyyah, *Al-Fawa'id: Terapi Mensucikan Jiwa*, penerj. Dzulhikmah, (Jakarta: Qisthi Press, 2013), h. 149.

³⁴ Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *MADARIJUS-SALIKIN (PENDAKIAN MENUJU ALLAH) Penjabaran Konkrit "Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nasta'in"*, penerj. Kathur Suhardi, ((Jakarta Timur: PUSTAKA AL-KAUTSAR, 1999), h. 235-238.

³⁵Ibnu Qayyim AL-Jauziyyah, *Al-Fawa'id: Terapi Mensucikan Jiwa*, penerj. Dzulhikmah, (Jakarta: Qisthi Press, 2013), h. 321.

bermanfaat baginya dalam hal ilmu, kemauan, dan perbuatan jika ia berikhtiar sendiri. Terlepas dari apakah mereka setuju atau tidak setuju, Allah telah mengatur semua urusan dengan semua pengetahuan, kebijaksanaan, dan rahmat-Nya. Dan mereka yang mengetahui nama-nama dan sifat-sifat Allah akan mengikuti apa yang Allah katakan, berupaya mengambil hikmahnya dan menghindari menentang kebijaksanaan-Nya dengan hukum akal yang salah, pendapat yang salah dan strategi yang salah.³⁶

Jadi, individu dikatakan tidak bertawakal jika meyakini bahwa Allah tidak mengetahui ciptaan dan isinya, dan tidak dapat berbuat sesuai apa kehendakNya.³⁷ Sedangkan barangsiapa yang lebih mengetahui tentang Allah dan sifat-sifatNya, maka tawakalnya lebih benar dan lebih kuat.

b) Menetapkan sebab akibat

Adanya sesuatu tidak hanya disebabkan oleh satu sebab, melainkan karena berkumpulnya banyak sebab yang saling berkaitan. Inilah sebab yang dapat disaksikan oleh mata. Adapula sebab yang gaib dan maknawi, seperti terjadinya janin yang disebabkan oleh banyak sebab selain bertemunya sperma dan ovum. Demikian pula yang terjadi pada segala macam hukum sebab akibat. Segala yang dikhawatirkan dan diharapkan tidak lepas dari pengaruh dari sesuatu hal yang lain. Dan sesuatu tidak dapat memberi pengaruh tanpa bantuan dari sesuatu yang lain, kecuali Allah SWT. Bagi-Nya tidak ada sesuatu yang diharapkan maupun ditakutkan.³⁸

Sehingga ini menjadi bukti bahwa menggantungkan cita-cita dan harapan kepada selain-Nya adalah batil. Jadi seberapa besar ketakutan dan harapan selain kepada Allah maka sebesar itu pula ia akan menyesatkanmu dan sebesar itu pula kekecewaan akan menghampirimu.

Dalam unsur tawakal menetapkan sebab akibat, Allah memberi ketetapan jika tawakal dan doa adalah sebab guna memperoleh apa yang diinginkan dan

³⁶*Ibid.*, h. 161.

³⁷Sutrasno dan Alfian Hidayah, *BUKU "LOCKDOWN 309 TAHUN" KARYA EMHA AINUN NAJIB (Sebuah Refleksi Atas Pandemi Perspektif Konsep Tawakal Ibnu Qayyim Al-Jauziyah)*, IAIN Surakarta, 2021, h. 49-50.

³⁸*Ibid.*, h. 84.

Allah mentakdirkan suatu hal untuk hambaNya yang mengerjakan sebab. Tawakal adalah sebab yang paling besar dalam memperoleh suatu hal yang diharapkan. Saat bertawakal, individu mengerjakan sebab-sebab atas sesuatu yang diinginkan. Individu yang mengingkari sebab, maka tawakalnya tidaklah benar. Namun tawakal akan sempurna jika kita tetap menautkan *qalbu* hanya kepada Allah SWT.

c) Memperkuat *qalbu* dengan tauhid

Tauhid adalah sumber ketakutan bagi musuh-musuh Allah dan para pengikutnya. Dengan tauhid, maka dapat menangkal cobaan dunia. Oleh karenanya, doa untuk menyelamatkan diri dari ketersesatan adalah dengan tauhid. Itulah yang menjadi benteng atau tameng bagi para khalifah Allah di bumi maupun di akhirat.³⁹

Tauhid di dalam hati merupakan hakikat tawakal. Untuk itu seseorang yang tauhidnya benar, maka tawakalnya pun benar. Dan tawakal seseorang dikatakan catat serta tenoda jika di dalam hatinya terdapat belitan-belitan syirik. Seberapa jauh kemurnian tauhid individu maka sejauh itu pula kebenaran tawakal. Saat individu berpaling kepada selain kepada Allah SWT, maka saat itu pula akan membentuk cabang didalam hatinya, sehingga mengurangi tawakalnya kepada Allah SWT karena adanya cabang tersebut.

d) Menyandarkan *qalbu* kepada Allah dan senantiasa merasa tenang karena bergantung kepada-Nya.

Individu yang telah menyandarkan hatinya kepada Allah dan senantiasa bergantung pada-Nya, maka akan merasa tenang. Sehingga dalam dirinya tidak ada kegelisahan karena godaan sebab.⁴⁰ Itu berarti seseorang yang bertawakal sudah tidak peduli lagi dengan apa yang telah diusahakannya dan apa yang akan diperoleh nantinya. Hatinya telah merasa tenang dan tidak merasakan bimbang jika harapannya tidak terealisasikan malah apa yang tidak diinginkan terjadi.

³⁹*Ibid.*, h. 86.

⁴⁰Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *MADARIJUS-SALIKIN (PENDAKIAN MENUJU ALLAH) Penjabaran Konkrit "Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nasta'in"*, penerj. Kathur Suhardi, ((Jakarta Timur: PUSTAKA AL-KAUTSAR, 1999), h. 238

e) Memiliki prasangka yang baik kepada Allah.

Prasangka baik adalah bila membawa pada amal, menganjurkan serta mendorong kepada amalan kebaikan. Prasangka baik senantiasa memberikan harapan. Dan barangsiapa yang harapannya menjadi petunjuk ke arah ketaatan serta mencegah dari kemaksiatan maka inilah harapan yang benar. Sedangkan bila kebatilannya menjadi harapan, maka harapannya adalah kebatilan dan pelanggaran. Sebagai seorang hamba tugasnya adalah melaksanakan, berprasangka baik kepada Allah: memohon kepada-Nya agar tidak dibiarkan serta memohon agar menjadikan itu semua sebagai sarana menuju hal-hal yang bermanfaat dan menyingkirkan hal-hal yang menjadi penghalang.⁴¹ Dan prasangka baik kepada Allah adalah tunggangan bagi perasaan butuh kepada-Nya. Jika prasangka baik menyatu dengan perasaan butuh kepada-Nya maka akan membuahkan pengabulan doa.⁴²

Sedang dalam tolak ukur bertawakal kepada Allah dapat diketahui berdasar sejauh mana baik sangkanya seorang hamba kepada Allah. Sebab, tawakal tidak bisa digambarkan datang dari orang yang berburuk sangka kepada Allah atau dari orang-orang yang tidak mengharapNya. Se jauh apa tawakal dapat terlihat dari sejauh apa baik sangka kepada Allah.

f) Ketundukan dan kepasrahan hati kepada Allah swt serta menghalau apapun yang merintanginya.

Ketika individu yang bertawakal telah menyerahkan qalbu sepenuhnya kepada Allah dan menghalau apapun yang merintanginya, maka ia akan menyerahkan pengaturan diri sepenuhnya kepada Allah, namun pengaturan tersebut berlaku hanya untuk hal-hal yang berkaitan dengan ketentuan Allah.

Karena itu ada yang menafsirkan tawakal dengan berkata: “Hendaknya seorang hamba dihadapan Allah seperti mayat ditangan orang yang

⁴¹Ibnu Qayyim Al-Jauza'i, *Therapi Penyakit Hati*, penerj. Salim Bazemool, cetakan I, (Solo: CV. Pustaka Mantiq, 1995), h. 77-78.

⁴²Ibnu Qayyim AL-Jauziyyah, *Al-Fawa'id: Terapi Mensucikan Jiwa*, penerj. Dzulhikmah, (Jakarta: Qisthi Press, 2013), h. 360.

memandikannya, yang membolak-balikkan jasadnya menurut kehendak-Nya, dan dia tidak memiliki hak untuk bergerak dan mengatur”.⁴³

Begitu pula jika seseorang menolak takdirnya, maka hal tersebut akan menjadi sebab terbesar dari kemurtadannya. Sesungguhnya tidak ada yang lebih bermanfaat baginya daripada mencari keselamatan dengan menyerahkan jiwanya pada takdir seperti halnya mayat.

g) Pasrah (*at-tawfidh*)

Pasrah adalah ruh dari tawakal. Pasrah pada hakekatnya adalah memasrahkan semua urusan kepada Allah, tanpa adanya tuntutan dan menentukan pilihan, tidak ada keterpaksaan maupun kebencian.⁴⁴ Kepasrahannya kepada Allah layaknya seperti kepasrahan seorang anak yang lemah dan tidak berdaya kepada ibu dan ayahnya, yang telah menyayangi, melindungi, mencintai dan menangani segala keperluannya. Ia melihat penanganan kedua orangtuanya merupakan penanganan yang terbaik baginya. Maka ia tidak melihat kebaikan bagi dirinya selain menyerahkan semua urusannya kepada orangtuanya.⁴⁵

Dari beberapa aspek yang dijabarkan oleh Ibnu Qayyim di atas, dapat dipahami jika aspek tawakal itu adalah harus mengenal Allah dengan mengesakan Allah dalam bertawakal dan tidak memperdulikan datang atau tidaknya kehidupan duniawi. Serta senantiasa baik sangka kepada Allah dengan menyerahkan hati secara penuh untuk menerima segala keputusan yang telah Allah tentukan untuk ikhtiar dan usaha yang dilakukan oleh orang yang bertawakal.

⁴³Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *Pendakian Menuju Allah Penjabaran Kongkrit Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nastain*, Terj. Kathur Suhardi, Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 1998, h. 238.

⁴⁴Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *Pendakian Menuju Allah Penjabaran Kongkrit Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nastain*, Terj. Kathur Suhardi, Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 1998, h. 189.

⁴⁵*Ibid.*, h. 236.

4. Manfaat Tawakal

Seseorang yang telah bersikap tawakal dapat membuahkan hasil yang sangat bermanfaat bagi kehidupan, diantaranya yaitu:⁴⁶

a) Ketenangan batin

Ketenangan batin dapat didapatkan oleh orang yang bertawakal. Dengan bertawakal, maka individu telah berusaha dengan bersungguh-sungguh terhadap ada yang diinginkannya. Ia juga menerima dengan benar dan sabar atas musibah atau ujian yang dialaminya. Dan selalu bersyukur kepada Allah atas keberhasilan serta keberuntungan yang didapatkan. Hal yang berbeda akan dialami oleh orang yang tidak bertawakal. Kegagalan yang dialaminya akan memberikan dampak berupa stres dan putus asa, sedangkan keberhasilan akan mendatangkan sikap sombong serta lupa daratan.

b) Tercukupkan kehidupannya oleh Allah

Individu yang bertawakal akan Allah angkat derajatnya dan memberikan kecukupan baginya. Mutawakkil adalah seorang hamba Allah yang penyayang, hamba yang diistimewakan serta dijamin segala kebutuhannya. Sebagaimana firman Allah pada Q.S. Ath-Thalaq ayat 3 yang berbunyi:

وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ بَلِغُ أَمْرِهِ ۚ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

Artinya: Dan memberinya rezeki dari arah yang tiada disangkanya. Dan barangsiapa yang bertawakkal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan yang (dikehendaki)Nya. Sesungguhnya Allah telah mengadakan ketentuan bagi tiap-tiap sesuatu.

Ayat di atas menjelaskan jika siapapun yang telah menyerahkan urusannya kepada Allah dan memasrahkan kebebasannya kepada Allah,

⁴⁶ Mukhlis Zulaikhah, *Sikap Tawakal Antara Mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Pendidikan Agama Islam dan Ekonomi Syari'ah Semester VI dan VIII STAIN Kediri Tahun 2015, 2017*, h. 146-147.

maka ia akan memperoleh kecukupan dalam hal yang telah menyulitkannya di dunia dan di akhirat. Dapat diartikan, seorang hamba telah mengambil sebab-sebab yang dijadikan Allah, termasuk sunnah-sunnah Allah dan menunaikannya dengan cara yang sebaik-baiknya. Lantas menyerahkan urusan-urusannya kepada Allah dalam sebab-sebab yang tidak diketahuinya dan tidak dapat ia capai pengetahuannya.

c) Memberikan kepercayaan diri

Bertawakal kepada Allah akan memberikan kepercayaan diri kepada individu dalam menghadapi masa yang akan datang tanpa adanya ketakutan ataupun kecemasan. Dikarenakan telah meyakini, bahwa yang terpenting yaitu berusaha dengan sungguh-sungguh dan hasilnya hanya Allah lah yang dapat menentukan.

d) Sehatnya mental

Individu yang telah sampai pada maqam tawakal akan terpelihara kesehatan mentalnya, karena dalam pikirannya tidak dibebani tentang kemungkinan-kemungkinan buruk atas apa yang terjadi dikemudian hari.

e) Tidak dalam penguasaan syaitan

Allah telah menjelaskan bahwa syaitan tidak memiliki kekuasaan atas diri orang yang telah bertawakal, karena Allah sudah memalingkan kekuasaan syaitan dari yang bertawakal. Allah akan senantiasa memberikan perlindungan cukup dari tipu muslihat, terutama dari musuh terbesar yaitu syaitan yang terkutuk, dan diberi kecukupan dalam urusan agama ataupun dunianya.

B. Efikasi Diri (*Self-Efficacy*) Akademik

1. Pengertian Efikasi Diri (*Self-Efficacy*) Akademik

Teori efikasi diri berasal dari “Teori Belajar Sosial” seorang peneliti yang bernama Albert Bandura. Efikasi diri didefinisikan oleh Bandura sebagai “keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk memperoleh tingkatan prestasi

yang di rancang untuk peristiwa yang dapat memengaruhi kehidupan, menentukan bagaimana ia merasakan, berpikir, memotivasi diri sendiri, serta berperilaku.⁴⁷

Menurut Bandura, “*perceived self efficacy refers to beliefs in one’s capabilities to organize and execute the course of action required to produce given attainments*”. Dari pernyataan tersebut dapat diartikan jika efikasi diri yang dirasakan akan mengarahkan untuk yakin pada kemampuan untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan agar menghasilkan pencapaian. Keyakinan efikasi diri ini dapat memberi pengaruh pada pemilihan tindakan yang akan dilaksanakan, seberapa besar usaha dan ketahanan ketika berhadapan dengan hambatan-hambatan.⁴⁸

Menurut Baron dan Byrne memberikan definisi efikasi diri merupakan keyakinan terkait potensi yang dimiliki dalam melaksanakan tugas-tugas atau tindakan yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil tersebut. Friedman berpendapat bahwa efikasi diri adalah kepercayaan yang dimiliki seseorang yang berkaitan dengan seberapa besar kemampuannya untuk melaksanakan suatu perilaku dalam perilaku tertentu. Alwisol berpendapat efikasi diri adalah sebuah persepsi seseorang tentang kemampuan yang dimiliki dalam kondisi tertentu, efikasi diri berkaitan dengan kepercayaan diri dalam kemampuannya melaksanakan tindakan yang telah diinginkan.⁴⁹

Bandura dan Woods menjelaskan jika *self efficacy* merujuk pada kepercayaan pada kompetensi seseorang dalam kemampuan kognitif, menggerakkan motivasi, serta tindakan yang dibutuhkan untuk menghadapi tuntutan keadaan. Bandura juga berpendapat keyakinan individu terhadap efikasi diri akan memberi pengaruh pada arah tindakan yang telah diputuskan untuk diupayakan, seberapa besar upaya yang ditanamkan pada kegiatan-kegiatan tersebut, seberapa lama ketahanan untuk

⁴⁷Mehjabeen Khan, *Academic Self-Efficacy, Coping, and Academic Performance in College*, Central Washington University, 2005, vol. 5.

⁴⁸Eko Ferridianto, *Pengaruh Efikasi Diri (Self Efficacy) Dan Prestasi Belajar Kewirausahaan Terhadap Motivasi Berkepreneurship Siswa Jurusan Teknik Instansi Tenaga Listrik SMK 1 Sedayu*. Skripsi. Pendidikan teknik Elektro Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta, 2012, pdf., h. 6.

⁴⁹Mar’atul Mukaromah, *Pengaruh Regulasi Emosi dan Self Efficacy terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Pengurus Organisasi IPNU-IPPNU Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus*, Semarang: UIN Walisongo, 2022, h. 26.

bertahan di situasi yang berat dan kegagalan, dan sebesar apa kemauan untuk pulih dari kondisi tersebut. Efikasi diri harus dipadukan dengan lingkungan, perilaku sebelumnya, dan variabel kepribadian lainnya, terutama ekspektasi terhadap hasil, agar bisa membentuk perilaku tertentu.⁵⁰

Kata akademik berawal dari bahasa Yunani yaitu *academos*, memiliki arti sebuah taman umum (Plasa) di sebelah barat laut kota Athena. Selanjutnya kata *academos* mengalami perubahan menjadi akademik, yang bermakna sejenis tempat perguruan. Sedangkan pengikut-pengikut dalam perguruan disebut dengan *academist*, dan perguruan sejenis itu disebut *academia*.

Jadi, dapat diartikan bahwa akademik adalah kondisi individu yang dapat menyampaikan dan memperoleh pemikiran, ilmu pengetahuan, dan sekaligus mengujinya secara jujur, transparan, dan bebas. Dalam *academia* terdapat kegiatan yang disebut dengan kegiatan akademik, yang berarti aktivitas pembelajaran di dalam maupun di luar ruangan laboratorium atau studio, ruang kuliah, evaluasi pembelajaran, pengerjaan tugas-tugas, dan kegiatan administrasi.⁵¹

Efikasi diri akademik adalah keyakinan mahasiswa akan kemampuan dirinya dalam menyesuaikan tugas-tugas akademik, yang didasarkan atas keyakinan diri akan kemampuan dalam bidang pendidikan, pentingnya nilai dan harapan pada hasil yang akan di capai dari kegiatan belajar.⁵²

Menurut Zimmermen efikasi diri akademik merupakan kepercayaan diri dalam melakukan tindakan terkait tugas akademik, untuk menghadapi suatu keadaan sehingga dapat mencapai hasil yang diinginkan. Menurut Gore efikasi diri akademik merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil menyelesaikan tugas akademik pada tingkatan tertentu.⁵³

⁵⁰Jess Feist dan Greogory J. Feist, *Teories of Personality*, Ter. Yudi Santoso, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2008), h. 415.

⁵¹Puji Astuti, *Penggunaan Metode Black Box Testing (Boundary Value Analisis) Pada Sistem Akademik (SMA/SMK)*, (Jakarta Selatan: Universitas Indraprasta PGRI, 2018), h. 188.

⁵²Alwisol, *Psikologi kepribadian*, edisi: Revisi. Malang:UMM Press. 2009, h. 64.

⁵³Adhelia Miranda Sikumbang, *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyelesaikan Skripsi*, Pekanbaru: UIN Sarif Kasim, 2021, h. 17.

Efikasi diri akademik menurut Bandura adalah suatu keyakinan terkait kemampuan atau kompetensi yang dimiliki seseorang. Kemampuan tersebut dapat mengarahkan motivasi, kemampuan kognitif dan pengambilan tindakan. Hal tersebut digunakan untuk mengerjakan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi tantangan.⁵⁴ Efikasi diri akademik jika diiringi dengan tujuan yang spesifik dan pemahaman akan prestasi akademik, akan menentukan berhasilnya perilaku akademik di masa mendatang.⁵⁵

2. Faktor-Faktor Efikasi Diri Akademik

Bandura menjelaskan bahwa efikasi diri dapat terbentuk oleh empat sumber informasi, yaitu:

a) Pengalaman keberhasilan

Keberhasilan individu dalam menghadapi masalah dapat meningkatkan efikasi diri. Dan kegagalan akan menurunkan efikasi diri, terutama pada saat individu belum mempunyai efikasi diri yang tinggi. Efikasi diri dapat terbentuk jika individu telah mengalami permasalahan berat sehingga ia dapat menyelesaikannya secara gigih serta kerja keras. Meningkatnya efikasi diri tersebut ditentukan oleh keberhasilan dan kegagalan, juga ditentukan oleh ketidakberhasilan dalam menilai diri. Apabila dalam sehari-hari yang diingat hanyalah performa yang buruk maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri yang dimiliki rendah. Begitupun sebaliknya, walaupun sering mengalami kegagalan tetapi ia tetap berupaya menaikkan prestasi maka efikasi diri yang dimiliki meningkat.

b) Peristiwa yang dihayati seakan-akan mengalaminya sendiri

Perkembangan efikasi diri dapat dipengaruhi dengan melihat suatu peristiwa dan ia merasakannya sebagaimana peristiwa yang dialami. Figur yang berperan menjadi perantara dalam proses penghayatan ini adalah “model”, yang bisa diperhatikan melalui media, keseharian dan lainnya.

⁵⁴Evie Syalviana, *Efikasi Diri Akademik Dalam Menghadapi Tuntutan Perkuliahan pada Mahasiswa*, Institut Agama Islam Negeri Sarang, 2021, h. 212.

⁵⁵Robert A. Baron & Donn Byrne. *Social Psychology (terjemahan)*, Boston: Pearson Education, 2003, h. 183.

Bandura menyatakan bahwa terdapat beberapa perimbangan dalam memilih model, yaitu: *pertama*, individu cenderung memilih model yang ada kemiripan dengannya. Kesuksesan model akan meningkatkan efikasi diri sedangkan ketidakberhasilan model akan menurunkan efikasi diri.

Kedua, individu cenderung mempercayai model yang memiliki ras dan gender yang sama dengannya. Sehingga perilakunya lebih menguatkan efikasi diri. Dan individu yang meningkatkan efikasi diri dalam belajar serta meningkatkan kompetensi maka ia cenderung menargetkan model yang banyak keterampilan dibanding model yang hanya mempunyai satu keterampilan.

Ketiga, individu lebih memilih model dengan kemampuan menyelesaikan permasalahan secara gigih dibandingkan model yang menyelesaikan masalah tanpa usaha lebih.

Keempat, individu cenderung memilih model dengan strategi koping yang tepat saat menghadapi situasi sulit ketimbang model yang sentimental.

Kelima, petunjuk-petunjuk yang diberikan oleh model yang kompeten akan lebih diperhatikan daripada petunjuk yang diberikan oleh model yang tidak kompeten.

c) Persuasi Verbal

Persuasi verbal adalah informasi yang diberikan orang lain kepada individu agar dapat mengubah efikasi dirinya dengan cara memberikan dorongan semangat bahwa permasalahan yang dialami dapat terselesaikan. Semakin kuat kepercayaan individu terhadap pemberi informasi, maka semakin kuat pula keyakinan individu dalam mengembangkan efikasi diri.

d) Keadaan Fisiologis dan Suasana Hati

Efikasi diri dapat ditunjukkan dengan rasa sakit serta kelelahan dalam aktivitas-aktivitas yang melibatkan stamina dan kekuatan. Begitu pula dengan suasana hati, efikasi diri dapat dipengaruhi oleh suasana hati yang sedang dialami individu.

Terdapat empat cara untuk mengubah efikasi diri, yang berkaitan dengan keadaan fisiologis dan suasana hati yaitu: *Pertama*, menguatkan

kondisi tubuh. *Kedua*, menurunkan stres. *Ketiga*, mengubah emosi negatif. *Keempat*, mengoreksi kesalahan interpretasi terhadap keadaan tubuh.⁵⁶

3. Dimensi Efikasi Diri

Albert Bandura mengatakan ada tiga cakupan dalam efikasi diri, yaitu:

a) Tingkatan (*Level*)

Terdapat konsep berkaitan dengan tujuan, yaitu dimana tingkat dari kesulitan tugas yang dipercayai individu jika tugas sulit tersebut sanggup diselesaikan dengan benar. Tingkatan suatu tugas dapat dievaluasi melalui tingkat kecerdasan, adanya upaya, keproduktifan, kecermatan, cara dalam menghadapi ancaman, dan pengaturan diri yang diinginkan. Pengaturan diri tidak hanya dilihat dari mampu tidaknya individu menyelesaikan suatu pekerjaan pada waktu tertentu, tetapi juga dilihat dari apakah individu mampu memiliki efikasi diri secara konsisten ketika dihadapkan pada kondisi yang dapat membuat individu menyerah.

b) Kekuatan (*Strength*)

Kekuatan dalam hal ini dimaksudkan pada tingkat kepercayaan individu pada kemampuannya dalam menyelesaikan pada masing-masing tingkatan atau bagian-bagian tugas. Terdapat individu yang mempunyai kepercayaan kuat jika dia akan mampu menyelesaikannya meskipun itu tugas tersulit, namun ada pula yang mempunyai kepercayaan rendah terkait keberhasilan dalam menyelesaikan tugas tersebut. Individu yang memiliki efikasi diri rendah akan gampang menyerah jika mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan, sedangkan individu yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan tekun berusaha menghadapi rintangan dan kesulitan, serta memandang tugas yang sulit sebagai tantangan yang harus di hadapi dan tidak menganggapnya sebagai ancaman yang harus dihindari.

c) Generalitas (*Generality*)

⁵⁶I Made Rustika, *Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura*, Universitas Gajah Mada, 2012, hlm. 19-22.

Generalitas merupakan tingkat harapan individu yang digeneralisasikan pada banyak situasi atau dibatasi pada tugas tertentu. Aspek ini dapat memperlihatkan apakah individu dapat memiliki efikasi diri hanya saat kondisi tertentu atau dapat juga ketika di banyak situasi. Generalitas mampu dinilai dari tingkatan kegiatan yang sama, cara melaksanakan sesuatu, dimana kompetensi dapat diungkapkan melalui proses kognitif, afektif, dan konatif, jenis situasi yang dihadapi dan karakteristik individu dalam berperilaku sesuai tujuan.⁵⁷

4. Aspek-Aspek Efikasi Diri Akademik

Albert Bandura mengatakan bahwa efikasi diri setiap orang berbeda-beda tergantung pada aspek berikut:⁵⁸

a) Aspek Keyakinan Diri (Proses Kognitif)

Keyakinan diri adalah kemampuan guna menilai diri sendiri secara positif dalam sejauh mana potensi yang dimiliki untuk menyelesaikan suatu tugas, tuntutan sosial, ataupun hambatan. Pengaruh efikasi diri pada proses kognitif memiliki bentuk yang berbeda-beda. Individu yang memiliki penghayatan efikasi diri yang tinggi akan memikirkan skenario sukses yang memberi tuntutan positif serta dukungan untuk melaksanakan pencapaian. Tetapi bagi individu yang memiliki efikasi diri rendah akan memikirkan skenario kekalahan dan terpaku pada hal – hal yang tidak sesuai.

Pikiran memiliki fungsi utama yaitu memungkinkan individu memperkirakan kejadian dan mengembangkan cara agar dapat mengendalikan hal-hal yang dapat memberipengaruh pada kehidupan. Jika ditinjau dari aturan-aturan prediksi dan regulatif, individu seharusnya mengolah pengetahuan yang dimiliki agar terbangunnya suatu pilihan, menimbang dan mengintegrasikan faktor prediktif, guna menguji serta memperbaiki penilaian hasil tindakannya serta akibat yang dihasilkan, baik dalam jangka pendek ataupun jangka panjang, dan untuk

⁵⁷Harlina Nurtjahjanti, *Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Persepsi Terhadap Pengembangan Karir Dengan Work Family Conflict Pada Polwan Di Polrestaes Semarang*, Semarang: Universitas Diponegoro, 2012.

⁵⁸Roro Herdianti, *Hubungan Tawakal dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang...*, h. 30-35.

mengingat faktor-faktor yang telah teruji dan bagaimana faktor tersebut terselesaikan dengan baik.

Individu tentu akan ditemukan dengan tugas-tugas untuk menata tuntutan lingkungan yang sulit. Dan ia yang tertekan oleh lingkungan tersebut, maka pada efikasi diri yang dimiliki akan terjadi kekacauan dalam pemikiran analitisnya, aspirasinya akan menurun dan memburuknya hasil kerja.

Namun berlainan dengan individu yang mampu mempertahankan efikasi dirinya, dia akan menuntut tujuan yang lebih menantang dari dirinya dan memfungsikan pemikiran analitik dengan benar agar memperoleh performan yang benar pula. Sehingga dari proses kognitif ini dapat disimpulkan jika semakin efektif kemampuan berfikir serta melatih pengungkapan ide sendiri, akan menimbulkan dukungan individu dalam berkehendak dengan tepat untuk tercapainya tujuan yang diinginkan.⁵⁹

b) Aspek Afeksi

Afeksi adalah kemampuan guna mengekspresikan dan mengelola pertanda atau gejala mental, seperti perasaan, suasana hati, dan juga emosi.

Tingkatan motivasi serta tingkat stres dan depresi yang dialami oleh individu karena kondisi yang mengancam dapat disebabkan oleh kepercayaan individu tentang kemampuan kopingnya. Individu dengan keyakinan akan dirinya yang dapat mengendalikan ancaman, maka konsentrasinya tidak terganggu. Namun bagi individu yang kurang yakin akan kemampuannya untuk bisa mengendalikan kondisi yang mengancam maka akan mengalami rangsangan kecemasan tinggi. Dia akan tertaut pada defisiensi kopingnya, sehingga menganggap aspek-aspek dalam lingkungannya mengandung bahaya-bahaya. Dia akan membesar-besarkan tingkatan ancaman yang bias saja terjadi dan akan cemas terhadap hal-hal yang sebenarnya tidak sering terjadi. Keadaan tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapatnya efikasi diri, sehingga akan membuat individu stres dan terganggu *level of functioning* nya.

⁵⁹ Evany Victoriana, *Studi Kasus Mengenai Self Efficacy Untuk Menguasai Mata Kuliah Psikodiagnostik Umum Pada Mahasiswa Magister Profesi Psikologi Di Universitas "X"*, Bandung: Universitas Kriten Maranta, 2012, h. 23.

Dapat disimpulkan bahwa afeksi adalah mengatasi emosi yang muncul untuk menggapai tujuan yang telah diharapkan. Afeksi terjadi secara alami dalam diri individu dan berperan dalam menentukan intensitas pengalaman emosional. Afeksi ditunjukkan dengan mengendalikan kecemasan serta perasaan depresif yang merintangai pola pikir yang tepat guna tercapainya tujuan.

c) Aspek Motivasional

Motivasional adalah kemauan mengerjakan tugas, atau tuntutan sosial dengan tujuan tercapainya hasil secara optimal.

Efikasi diri berperan penting dalam motivasi regulasi diri individu. Kebanyakan motivasi individu dibentuk secara kognitif. Individu akan memotivasi dirinya dan mengarahkan antisipasi tindakannya dengan cara melatih pemikiran terdahulu sehingga dia kemungkinan mengantisipasi hasil dari tindakan yang dilakukan yang mengarah pada masa depan. Individu menetapkan tujuan untuk diri sendiri dan langkah-langkah tindakan yang telah dirancang agar terealisasikannya masa depan yang penuh makna.⁶⁰

Dapat disimpulkan, proses motivasi adalah kemampuan individu untuk memberikan motivasi pada diri sendiri melalui kognitif nya untuk melakukan tindakan dan membuat keputusan dalam pencapaian tujuan yang diinginkan. Motivasi akan muncul dari pemikiran yang optimis untuk merealisasikan tujuan yang diinginkan. Motivasi dalam efikasi diri difungsikan untuk memperkirakan kegagalan ataupun keberhasilan individu.

d) Aspek Seleksi

Seleksi merupakan kemampuan untuk membedakan kondisi sosial yang sedang dihadapi serta menyelaraskan diri dengan situasi tersebut dengan tepat.

Keadaan dari sebagian individu dipengaruhi oleh lingkungan yang sedang ditempatinya. Sebab itu, kepercayaan terhadap efikasi diri mampumembuatjalan hidup dengan mempengaruhi bentukkegiatan serta kondisi sekitar yang dipilih. Individu lebih condong menghindar pada kondisi dan kegiatan yang dia percayaidi

⁶⁰Ibid., h. 28.

luar kemampuan koping nya. Namun, dia akan mudah melaksanakan kegiatan yang lebih menantang dan menetapkan keadaan yang ia nilai dapat menghadapinya.⁶¹

Dapat disimpulkan, proses seleksi adalah kemampuan individu dalam memilah tingkah laku serta lingkungan yang tepat sehingga tercapai harapan yang diinginkan. Dugaan yang akan muncul dalam aspek ini adalah ketidakmampuan individu dalam melakukan seleksi sehingga merasa bingung, tidak percaya diri, dan mudah berputus asa saatberhadapan kondisi yang tidak mudah.

C. Pengaruh Tawakal Terhadap Efikasi Diri Akademik

Pengaruh tawakal terhadap efikasi diri akademik dapat dipahami dengan cara memahami terkait variabel-variabel tersebut. Tawakal merupakan menjadikan Allah sebagai *wakil* dalam menangani urusan-urusan, serta mengandalkan-Nya menyelesaikan urusan-urusan setelah berikhtiar atau berusaha dengan maksimal. Bertawakal kepada Allah bukan serta merta menyerahkan urusan tanpa adanya ikhtiar atau usaha.⁶²

Tumpuan akhir dari suatu usaha adalah tawakal. jika tidak adanya tawakal dalam usaha, maka akan terbangunnya jiwa yang senantiasa kegelisahan serta terbayang-bayang dengan perasaan cemas.⁶³

Terkadang manusia lupa bahwa adanya Allah SWT yang senantiasa tempat untuk bersandar serta memohon pertolongan, akibatnya selalu merasa sendirian dalam berjuang. Dan individu yang suudzon terhadap Allah SWT sebabsesuatu yang di usahakan memperoleh kegagalan, membuatnya lupa akan hakikat Allah dan jauh dari-Nya. Kegagalan yang kita alami seharusnya menyadarkan bahwa itu adalah keberhasilan yang tertunda, serta semua telah diputuskan Allah. Kita juga harusnya meyakini jika segala sesuatu yang telah Allah berikan adalah yang terbaik

⁶¹Ibid., h. 28.

⁶²Anni Zulfiani H., dkk., *Harapan, Tawakal, dan Stress Akademik*, (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2017), h. 96.

⁶³Arifka, *Konsep Tawakal Dalam Perspektif M. Quraish Shihab(Kajian Tafsir Tarbawi)*, (Aceh: UIN Ar-Raniry, 2017), h. 6.

untuk kita, entah suatu hal baik ataupun buruk. Dan selalu terdapat hikmah dibaliknya. Di sinilah kekuatan tawakal tersebut dapat terlaksana.⁶⁴

Dalam dunia akademik, peserta didik dikatakan berhasil dalam belajarnya salah satunya diukur melalui prestasi akademik. Dan dalam mencapai prestasi akademik, salah satu faktor yang berpengaruh yaitu efikasi diri akademik. Efikasi diri menurut Bandura adalah keyakinan tentang kompetensi dirinya dalam menyelesaikan tugas atau tindakan yang dibutuhkan untuk tercapainya hasil tertentu. Bandura juga mengatakan jika efikasi diri inilah yang setelahnya membimbing bagaimana individu dalam berfikir, merasa, memotivasi diri sendiri, serta perilaku yang akan dimunculkan.⁶⁵ Lalu Zimmerman memberi pengertian tentang efikasi diri akademik sebagai keyakinan diri dalam melakukan suatu tindakan yang berkaitan dengan tugas akademik, untuk menghadapi suatu situasi sehingga memperoleh hasil yang diharapkan.⁶⁶

Mahasiswa yang efikasi dirinya rendah akan kesusahan dalam mencerna masalah-masalah akademik, kesalapahaman yang terarah pada pengembangan stres, depresi, dan pemecahan masalah yang lemah.⁶⁷ Untuk itu perlu menerapkan tawakal dalam diri. Karena dengan bertawakal peserta didik mempunyai keyakinan benar tentang kehendak dan kekuasaan Allah SWT sehingga memperoleh kedamaian, ketentraman dan kebahagiaan terhadap kondisi yang dihadapi meskipun dalam keadaan susah sekalipun. Mahasiswa juga akan senantiasa optimis dalam bertindak dan selalu mempunyai harapan atas apa yang diharapkan.⁶⁸

Mahasiswa yang menerapkan tawakal juga dapat meningkatkan kepercayaan diri. Sehingga dengan rasa percaya diri, individu dapat menanamkan dalam pikiran bahwa kesuksesan akan terealisasikan dan yakin Allah akan senantiasa memberikan

⁶⁴Abdul Halim Sholeh. *The Power Of Tawakal*, Solo: Tiga Serangkai, 2008, h. 28.

⁶⁵Roro Herdianti, *Hubungan Tawakal dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang...*,h. 19.

⁶⁶Adhelia Miranda Sikumbang, *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyelesaikan Skripsi...*,h. 17.

⁶⁷Qori Zulfina M., *Pengaruh Efikasi Diri Akademik Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Bornout Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir*, Universitas Muhammadiyah Malang, 2022, h. 8.

⁶⁸Roro Herdianti, *Hubungan Tawakal dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang...*, h. 36.

jalan keluar dari segala kesulitan.⁶⁹ Sehingga dapat menghadapi tantangan akademik dan meraih prestasi akademik.

D. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara untuk rumusan masalah dalam penelitian, yang telah dinyatakan berbentuk pertanyaan.⁷⁰ Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

H_a = Tawakal berpengaruh positif dan signifikan terhadap efikasi diri akademik pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang.

H_0 = Tawakal berpengaruh negatif dan tidak signifikan terhadap efikasi diri akademik pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang.

⁶⁹ Siti Adibah W.,dkk., *The Evaluation of an Online Peer Support Group on the Levels of Internal and External Self Confidence among Undergraduate Students during Covid-19 Pandemic: A Bandura's Theory of Self-Efficacy Approach*, International Islamic University Malaysia, 2022, h. 14.

⁷⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D...*, h. 99.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Pendekatan Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah penelitian yang lebih menuntut penggunaan angka-angka, dimulai dari pengumpulan data, penafsiran data tersebut, penampilan hasilnya. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif asosiatif kausal, yang memiliki tujuan mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih, baik berupa hubungan atau pengaruh.⁷¹ Bentuk hubungan dalam penelitian ini adalah hubungan kausal, yaitu hubungan sebab akibat yang ditimbulkan variabel bebas yaitu tawakal terhadap variabel terikat yaitu efikasi diri akademik.

B. Variabel Penelitian

Variabel oleh Creswell diartikan sebagai karakteristik atau atribut dari individu atau organisasi yang dapat diukur atau di observasi yang bisa bervariasi antara orang dan organisasi yang diteliti.⁷² Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu:

a. *Independent Variable* (Variabel bebas)

adalah variabel yang menjadi sebab atau memberi pengaruh terhadap perubahan pada *dependent variable*. *Independent variable* dalam penelitian ini adalah tawakal.

b. *Dependent Variable* (Variabel terikat)

adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya *independent variable*. *Dependent variable* dalam penelitian ini adalah efikasi diri akademik.

⁷¹Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h. 11.

⁷²Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: ALFABETA, 2019), h. 68.

C. Definisi Operasional

a. Tawakal

Tawakal merupakan amalan hati yang senantiasa menyerahkan segala urusannya kepada Allah swt. tanpa meninggalkan usaha-usaha, yakin akan kekuasaan-Nya serta percaya dan ridha atas ketentuan-Nya. Adapun Aspek-aspek dalam tawakal menurut Ibnu Qayyim, yaitu:

1. Mengetahui Allah swt. Mengetahui dengan benar tentang segala sifat dan kekuasaan-Nya.
2. Menetapkan sebab akibat. Berarti mengetahui sebab-sebab untuk meraih sesuatu.
3. Memperkuat qalbu dengan tauhid. Berarti yakin kepada Allah sehingga tidak menyekutukan-Nya.
4. Menyandarkan qalbu kepada Allah dan tenang karena bergantung kepada-Nya. Berarti merasa tenang karena bergantung kepada Allah dan telah menyandarkan hati kepada-Nya atas semua usaha yang dilakukan.
5. Memiliki prasangka baik kepada Allah. Berarti bersikap husnudzon kepada Allah atas apa yang diusahakan.
6. Ketundukan dan kepasrahan hati kepada Allah swt. serta menghalau segala rintangan. Berarti menerima takdir yang telah ditentukan Allah swt.
7. Pasrah (*at-tawfidh*). Berarti memasrahkan urusan kepada Allah tanpa paksaan atau kebencian.

b. Efikasi Diri Akademik

Efikasi diri akademik merupakan kepercayaan diri individu terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga tergerakkan motivasi, kemampuan kognitif, serta tindakan yang dibutuhkan agar dapat menyelesaikan tugas akademik sehingga tergapainya hasil yang diinginkan. Adapun Aspek-aspek efikasi diri, yaitu:

1. Aspek keyakinan (proses kognitif). Berarti kemampuan menilai diri sendiri secara positif dalam menyelesaikan tugas, tuntutan sosial atau kendala.

2. Aspek afeksi. Berarti kemampuan dalam mengatasi emosi yang timbul untuk menggapai tujuan.
3. Aspek motivasional. Berarti kemampuan memotivasi diri untuk bertindak dan membuat keputusan untuk mencapai tujuan.
4. Aspek seleksi. Berarti kemampuan dalam memilih tingkah laku serta lingkungan yang tepat untuk meraih tujuan.

D. Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan elemen yang akan dijadikan wilayah generalisasi.⁷³ Populasi dalam penelitian yaitu mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang, berdasarkan data yang diperoleh dari fakultas Ushuluddin dan Humaniora berjumlah 131 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah serta karakteristik yang dimiliki oleh keseluruhan populasi⁷⁴ Pada penelitian ini rumus yang digunakan guna menentukan jumlah sampel adalah dengan rumus Slovin, yaitu $n = \frac{N}{1+Ne^2}$

Keterangan:

n = Total Sampel

N = Total Populasi

E = *Margin Error*(tingkat kesalahan) ditetapkan 10%

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

$$n = \frac{131}{1+131(0,1)^2}$$

$$n = \frac{131}{1+1,31}$$

$$n = \frac{131}{2,31}$$

$$n = 56,70$$

$$n = 57$$

⁷³Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: ALFABETA, 2019), h. 126.

⁷⁴*Ibid.*, 127.

Sesuai dengan perhitungan yang telah dilakukan, diketahui apabila jumlah populasi sebanyak 131 mahasiswa maka sampel yang diperoleh sejumlah 57 mahasiswa.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel pada penelitian. Untuk menetapkan sampel terdapat beberapa teknik sampling yang digunakan.⁷⁵ Teknik sampling pada penelitian ini tergolong dalam probability sampling. *Probability Sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih sebagai anggota sampel.

Penelitian ini menggunakan *Simple Random Sampling*. Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilaksanakan secara acak tanpa mempertimbangkan strata yang terdapat pada populasi tersebut.⁷⁶

E. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini memakai teknik pengumpulan data berupa kuesioner, yaitu dengan memberi pernyataan – pernyataan secara tertulis kepada responden untuk di jawab.⁷⁷ Dan skala *Likert* dipakai untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok orang mengenai fenomena sosial.⁷⁸ Berikut jawaban yang dipakai dalam skala-skala dalam penelitian ini:

Tabel 1.Skor Skala Likert

Jawaban	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Kurang sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

Pernyataan dalam penelitian ini menggunakan dua pernyataan, yaitu pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*. *Pernyataan favorable* adalah pernyataan

⁷⁵*Ibid.*, h.128.

⁷⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: ALFABETA, 2019), h. 129.

⁷⁷Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: ALFABETA, 2019), h. 199.

⁷⁸*Ibid.*, h.143.

positif atau menunjang dengan sikap obyek. Sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan negatif yang kontra dengan sikap obyek yang akan diutarakan.⁷⁹

Berikut skala yang dipakai dalam penelitian ini:

- 1) Skala Tawakal ini merupakan adaptasi dari Hikmatul Fadzilah Nurhamizah yang disusun berdasarkan teori Ibnu Qayyim.
- 2) Skala Efikasi Diri Akademik ini merupakan adaptasi dari Roro Herdianti yang disusun berdasarkan teori efikasi diri Albert Bandura.

Tabel 2.Blue Print Skala Tawakal

No	Aspek-aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
1	Mengetahui Allah	a. Mengetahui sifat-sifat dan kekuasaan Allah.	2, 7	10, 21	4
2	Menetapkan sebab akibat	a. Berdoa serta berharap kepada Allah b. Berikhtiar	5 3	1 15	4
3	Memperkuat qalbu dengan tauhid	a. Yakin sepenuhnya kepada Allah b. Beribadah hanya kepada Allah	11 8	6 25	4
4	Menyandarkan qalbu kepada Allah dan senang di sisi-Nya	a. Merasa tenang dengan ketentuan Allah b. Merasa senang untuk beribadah	22 4	16 12	4
5	Memiliki prasangka yang baik kepada Allah.	a. Selalu berfikir positif kepada Allah	20, 13	14, 23	4

⁷⁹Sukardi, *Metode Penelitian Pendidikan Kompetensi Dan Praktisinya*, Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009, h. 146-147.

6	Ketundukan dan penyerahan qalbu serta menghalau segala rintangan	a. Menerima apa yang telah menjadi ketentuan Allah b. Tetap berusaha dan yakin akan takdir Allah	24, 26	18, 17	4
7	Pasrah (at-tawfidh)	a. Ridha dengan keputusan Allah b. Menyerahkan urusan kepada Allah	19 9	27 28	4
Jumlah					28

Tabel 3.Blue Print Skala Efikasi Diri Akademik

No.	Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
1	Keyakinan diri	a. Yakin dapat menyelesaikan tugas b. Mampu beradaptasi dengan lingkungan c. Mampu menghadapi kendala dengan baik	17 11 4	15 1 7	6
2	Afeksi	a. Tidak memikirkan hal-hal yang bermotif kegagalan	2 10	3 16	4

		b. Tidak cemas secara berlebihan			
3	Motivasional	a. Sering memikirkan keberhasilan-keberhasilan yang dicapai	14	5	6
		b. Menganggap kegagalan sebagai motivasi untuk lebih maju	6	13	
		c. Mampu melihat gambaran sisi kehidupan akademik secara <i>positive thinking</i> .	18	20	
4	Seleksi	a. Mengikuti kegiatan yang positif.	9	8	4
		b. Optimis dalam menyelesaikan permasalahan	19	12	
Jumlah					20

		b. Tidak cemas secara berlebihan			
3	Motivasional	a. Sering memikirkan keberhasilan-keberhasilan yang dicapai	14	5	6
		b. Menganggap kegagalan sebagai motivasi untuk lebih maju	6	13	
		c. Mampu melihat gambaran sisi kehidupan akademik secara <i>positive thinking</i> .	18	20	
4	Seleksi	a. Mengikuti kegiatan yang positif.	9	8	4
		b. Optimis dalam menyelesaikan permasalahan	19	12	
Jumlah					20

		b. Tidak cemas secara berlebihan			
3	Motivasional	a. Sering memikirkan keberhasilan-keberhasilan yang dicapai	14	5	6
		b. Menganggap kegagalan sebagai motivasi untuk lebih maju	6	13	
		c. Mampu melihat gambaran sisi kehidupan akademik secara <i>positive thinking</i> .	18	20	
4	Seleksi	a. Mengikuti kegiatan yang positif.	9	8	4
		b. Optimis dalam menyelesaikan permasalahan	19	12	
Jumlah					20

		b. Tidak cemas secara berlebihan			
3	Motivasional	a. Sering memikirkan keberhasilan-keberhasilan yang dicapai	14	5	6
		b. Menganggap kegagalan sebagai motivasi untuk lebih maju	6	13	
		c. Mampu melihat gambaran sisi kehidupan akademik secara <i>positive thinking</i> .	18	20	
4	Seleksi	a. Mengikuti kegiatan yang positif.	9	8	4
		b. Optimis dalam menyelesaikan permasalahan	19	12	
Jumlah					20

		b. Tidak cemas secara berlebihan			
3	Motivasional	a. Sering memikirkan keberhasilan-keberhasilan yang dicapai	14	5	6
		b. Menganggap kegagalan sebagai motivasi untuk lebih maju	6	13	
		c. Mampu melihat gambaran sisi kehidupan akademik secara <i>positive thinking</i> .	18	20	
4	Seleksi	a. Mengikuti kegiatan yang positif.	9	8	4
		b. Optimis dalam menyelesaikan permasalahan	19	12	
Jumlah					20

		b. Tidak cemas secara berlebihan			
3	Motivasional	a. Sering memikirkan keberhasilan-keberhasilan yang dicapai	14	5	6
		b. Menganggap kegagalan sebagai motivasi untuk lebih maju	6	13	
		c. Mampu melihat gambaran sisi kehidupan akademik secara <i>positive thinking</i> .	18	20	
4	Seleksi	a. Mengikuti kegiatan yang positif.	9	8	4
		b. Optimis dalam menyelesaikan permasalahan	19	12	
Jumlah					20

		b. Tidak cemas secara berlebihan			
3	Motivasional	a. Sering memikirkan keberhasilan-keberhasilan yang dicapai	14	5	6
		b. Menganggap kegagalan sebagai motivasi untuk lebih maju	6	13	
		c. Mampu melihat gambaran sisi kehidupan akademik secara <i>positive thinking</i> .	18	20	
4	Seleksi	a. Mengikuti kegiatan yang positif.	9	8	4
		b. Optimis dalam menyelesaikan permasalahan	19	12	
Jumlah					20

F. Uji Validitas Dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menentukan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Instrumen yang valid memiliki arti jika alat ukur yang dipakai untuk mendapatkan data telah sesuai dengan apa yang seharusnya diukur.⁸⁰

Perhitungan validitas yang dipakai pada penelitian ini yaitu teknik korelasidenan bantuan SPSS. Menurut Masrun, biasanya syarat minimum untuk dipandang memenuhi syarat adalah kalau $r = 0,3$. Sehingga apabila korelasi antar butir dengan skor total kurang dari 0,3 maka butir dalam instrumen dinyatakan tidak valid.⁸¹

Tabel 4. Uji Validitas Skala Tawakal

Pernyataan	r-Hitung	Sig.	Keterangan
P1	-0,066	0,712	Tidak Valid
P2	0,465	0,006	Valid
P3	0,347	0,044	Valid
P4	0,545	0,001	Valid
P5	0,569	0,000	Valid
P6	0,154	0,386	Tidak Valid
P7	0,679	0,000	Valid
P8	0,612	0,000	Valid
P9	0,628	0,000	Valid
P10	0,432	0,011	Valid
P11	0,594	0,000	Valid
P12	0,346	0,045	Valid
P13	0,626	0,000	Valid
P14	0,356	0,039	Valid
P15	0,411	0,016	Valid
P16	0,381	0,026	Valid
P17	0,504	0,002	Valid
P18	0,44	0,009	Valid
P19	0,44	0,009	Valid

⁸⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: ALFABETA, 2019), h.176.

⁸¹*Ibid.*, h. 189-190.

P20	0,387	0,024	Valid
P21	0,483	0,004	Valid
P22	0,621	0,000	Valid
P23	0,292	0,093	Tidak Valid
P24	0,553	0,001	Valid
P25	0,603	0,000	Valid
P26	0,577	0,000	Valid
P27	0,166	0,349	Tidak Valid
P28	0,354	0,04	Valid

Tabel 5. Ringkasan Hasil Uji Validitas Tawakal

Item	Nomor	Jumlah
Valid	2,3,4,5,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20, 21, 22, 24, 25, 26, 28	24
Tidak Valid	6, 1, 23, 27	4

Tabel 6.Blue Print Skala Tawakal Valid

No	Aspek-aspek	Indikator	<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	Gugur	Jumlah
1	Mengetahui Allah	a. Mengetahui sifat-sifat dan kekuasaan Allah.	2, 7	10, 21		4
2	Menetapkan sebab akibat	a. Berdoa serta berharap kepada Allah b. Berikhtiar	5 3	1* 15	1	3

3	Memperkuat qalbu dengan tauhid	a. Yakin sepenuhnya kepada Allah b. Beribadah hanya kepada Allah	11 8	6* 25	1	3
4	Menyandarkan qalbu kepada Allah dan senang di sisi-Nya	a. Merasa tenang dengan ketentuan Allah b. Merasa senang untuk beribadah	22 4	16 12		4
5	Memiliki prasangka yang baik kepada Allah.	a. Selalu berfikir positif kepada Allah	20, 13	14, 23*	1	3
6	Ketundukan dan kepasrahan hati kepada Allah dan menghalau segala rintangan	a. Menerima apa yang telah menjadi ketentuan Allah	24, 26	18, 17		4
7	Pasrah (at-tawfidh)	a. Ridha dengan keputusan Allah	19 9	27* 28	1	3

		b. Menyerahkan urusan kepada Allah				
Jumlah					4	24

*Item Gugur

Dari tabel 6, menunjukkan ada 24 item valid dan 4 item yang tidak valid yaitu 1, 6, 23, dan 27.

Tabel 7. Uji Validitas Skala Efikasi Diri Akademik

Pernyataan	r-Hitung	Sig.	keterangan
P1	0,612	0,000	Valid
P2	0,438	0,01	Valid
P3	0,69	0,000	Valid
P4	0,443	0,009	Valid
P5	0,584	0,000	Valid
P6	0,443	0,009	Valid
P7	0,668	0,000	Valid
P8	0,594	0,000	Valid
P9	0,446	0,008	Valid
P10	0,564	0,001	Valid
P11	0,545	0,001	Valid
P12	0,48	0,004	Valid
P13	0,564	0,001	Valid
P14	0,107	0,538	Tidak Valid
P15	0,538	0,001	Valid
P16	0,5	0,003	Valid
P17	0,231	0,189	Tidak Valid
P18	0,384	0,025	Valid
P19	0,187	0,291	Tidak Valid
P20	0,632	0,000	Valid

Tabel 8. Ringkasan Hasil Uji Validitas Efikasi Diri Akademik

Item	Nomor	Jumlah
Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15,16, 18, 20	17

Tidak Valid	14, 17, 19	3
-------------	------------	---

Tabel 9.Blue Print Skala Efikasi Diri Akademik Valid

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Gugur	Total
1	Keyakinan diri	a. Yakin dapat menyelesaikan tugas b. Mampu beradaptasi dengan lingkungan c. Mampu menghadapi kendala dengan baik	17* 11 4	15 1 7	1	5
2	Afeksi	a. Tidak memikirkan hal-hal yang bermotif kegagalan b. Tidak cemas secara berlebihan	2 10	3 16		4
3	Motivasi	a. Sering memikirkan keberhasilan-keberhasilan yang dicapai b. Menganggap kegagalan	14* 6	5 13	1	5

		sebagai motivasi untuk lebih maju c. Mampu melihat gambaran sisi kehidupan akademik secara <i>positive thinking</i> .	18	20		
4	Seleksi	a. Mengikuti kegiatan yang positif. b. Optimis dalam menyelesaikan permasalahan	9 19*	8 12	1	4
Jumlah					3	17

*Item Gugur

Pada tabel 9 terdapat 17 item valid dan 3 item yang tidak valid atau gugur, yaitu 14, 17 dan 19.

2. Uji Reliabilitas

Instrumen dapat dikatakan reliabel apabila instrumen yang dipakai beberapa kali guna mengukur obyek yang sama, maka akan memperoleh data yang sama. Instrumen yang reliabel tidak pasti valid. Reliabilitas instrumen merupakan syarat untuk pengujian validitas instrumen. Oleh sebab itu, meskipun instrumen yang valid umumnya pasti reliabel, tetapi pengujian reliabilitas instrumen perlu dilakukan.

Penelitian ini perhitungan reliabilitasnya memakai bantuan SPSS dengan teknik *Alfa Cronbach*.

Tabel 10. Hasil Uji Reliabilitas Skala Tawakal

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,840	24

Pada tabel 10, diketahui bahwa hasil uji reabilitas tawakal dengan menggunakan IBM SPSS Statistic 24 diperoleh nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,840. Sehingga bisa diartikan bahwa skala tawakal sangat baik.

Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,832	17

Pada tabel 11, diketahui bahwa hasil uji reabilitas efikasi diri akademik dengan menggunakan IBM SPSS Statistic 24 diperoleh nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,832. Sehingga bisa diartikan bahwa skala Efikasi Diri Akademik sangat baik.

G. Teknik Analisis Data

1. Asumsi Prasyarat

a. Uji Linieritas

Untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat maka dapat menggunakan uji linieritas. Adapun aturan dalam uji linieritas, yaitu apabila nilai sig. > 0,05 maka teridentifikasi terdapatnya hubungan yang linier. Dan uji linieritas pada penelitian menggunakan *Test Of Linearity* dengan bantuan IBM SPSS 24.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan prosedur yang dilandaskan pada bukti sampel yang digunakan guna menetapkan apakah hipotesis merupakan pernyataan yang wajar dan oleh sebab itu diterima, atau hipotesis tersebut tidak wajar oleh sebab itu

harus ditolak. Pada penelitian ini digunakan Analisis Regresi Sederhana dengan bantuan IBM SPSS *statistic* 24. Adapun pengertian Analisis Regresi Sederhana, yaitu suatu teknik analisis data untuk mengetahui hubungan kausalitas antara dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

Adapula persamaan regresi linier sederhana secara matematik yaitu:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y : Variabel Terikat (*Dependent*)

X : Variabel Bebas (*Independent*)

a : Konstanta

b : Koefisien Regresi

Selanjutnya dilaksanakan uji signifikansi hipotesis yang diajukan. Uji signifikansi ini berguna untuk mengetahui apakah variabel bebas berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat. Pada penelitian ini uji signifikansi hipotesis menggunakan Uji-t. Uji-t digunakan guna mengetahui signifikansi pengaruh tawakal terhadap efikasi diri akademik pada mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang.

3. Asumsi Klasik

Uji Normalitas Data

Uji normalitas merupakan prosedur yang dipakai untuk memberitahu apakah data berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau pada sebaran normal. Distribusi normal adalah distribusi simetris dengan modus, mean dan median berada dipusat.

Teknik uji *Kolmogorov-Smirnov* digunakan dalam penelitian ini dengan bantuan IBM SPSS 24. Menurut Nuryadi (2007) terdapat batasan dalam penggunaannya, yaitu:

- 1) Nilai Sig. atau nilai probabilitas $< 0,05$, menunjukkan berdistribusi tidak normal.
- 2) Nilai Sig. atau nilai probabilitas $> 0,05$, menunjukkan berdistribusi normal.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kancan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dengan target sampel yaitu mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022. Tasawuf dan Psikoterapi adalah salah satu program studi yang tergabung dalam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Walisongo Semarang.

Alasan peneliti memilih mahasiswa Tasawuf Psikoterapi yaitu karena berdasarkan observasi secara tidak langsung, subyek sesuai dengan kriteria penelitian. Adapun kriteria yang dimaksud; *Pertama*, subyek termasuk mahasiswa baru yang beradaptasi dengan pembelajaran dalam perkuliahan. *Kedua*, Tasawuf Psikoterapi sendiri merupakan gabungan dari dua disiplin ilmu, yaitu Tasawuf dan Psikoterapi. Yang artinya tawakal termasuk dalam kajian pembelajaran subyek.

Penelitian ini dilakukan secara online dengan menyebarkan link kuesioner berupa *google form* melalui aplikasi *android* yaitu *WhatsApp*. Penelitian ini dimulai pada tanggal 15 Juni 2023.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan hasil dari perolehan data responden, selanjutnya peneliti melaksanakan uji statistik deskriptif dengan menggunakan IBM SPSS Statistic 24. Adapun hasil yang diperoleh, yaitu:

Tabel 12. Hasil Uji Deskripsi Statistik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X	57	61	96	81,51	8,249
Y	57	39	68	53,26	7,220
Valid N (listwise)	57				

Pada tabel 12, menunjukkan bahwa batas nilai minimum dan maksimum dari skala tawakal yaitu sebesar 61 dan 96. Sedangkan pada skala efikasi diri akademik, batas minimum dan maksimum sebesar 39 dan 68. Nilai mean pada skala Tawakal sebesar 81,51, sedang pada skala efikasi diri akademik sebesar 53,26.

Selanjutnya peneliti melakukan perhitungan untuk menentukan standar kategori data penelitian, sebagai berikut:

Tabel 13. Hasil Perhitungan Penentuan Kategori

Data Skala Tawakal	Data Skala Efikasi Diri Akademik
$X_{min} = \text{skor terendah} \times \text{jumlah item}$ $= 1 \times 24$ $= 24$	$X_{min} = \text{skor terendah} \times \text{jumlah item}$ $= 1 \times 17$ $= 17$
$X_{max} = \text{skor tertinggi} \times \text{jumlah item}$ $= 4 \times 24$ $= 96$	$X_{max} = \text{skor tertinggi} \times \text{jumlah item}$ $= 4 \times 17$ $= 68$
$\text{Range} = X_{max} - X_{min}$ $= 96 - 24$ $= 75$	$\text{Range} = X_{max} - X_{min}$ $= 68 - 17$ $= 51$
$\text{Mean} = (X_{max} + X_{min}) : 2$ $= (96 + 24) : 2$ $= 60$	$\text{Mean} = (X_{max} + X_{min}) : 2$ $= (68 + 17) : 2$ $= 42,5$
$\text{Standar Deviasi} = \text{Range} : 6$ $= 75 : 6$ $= 12,5$	$\text{Standar Deviasi} = \text{Range} : 6$ $= 51 : 6$ $= 8,5$

Adapun pengelompokan kategori data dalam penelitian ini yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi. Berikut Hasil kriteria pengelompokan kategori data yang telah dihitung pada tabel 13.

Tabel 14. Hasil Kriteria Pengelompokan Kategori Data

Kriteria pengelompokan	Kriteria Tawakal	Kriteria Efikasi Diri Akademik	Kategori
Nilai < Mean-1Standar Deviasi	Nilai < 47,5	Nilai < 34	Rendah
Mean - 1Standar Deviasi < Nilai ≤ Mean + 1Standar Deviasi	47,5 < Nilai ≤ 72,5	34 < Nilai ≤ 51	Sedang
Nilai ≥ Mean + 1Standar Deviasi	Nilai ≥ 72,5	Nilai ≥ 51	Tinggi

Dari hasil tabel 14, peneliti kemudian melakukan penghitungan kategorisasi tingkat tawakal dengan menggunakan aplikasi IBM SPSS 24. Berikut hasil persentasi tingkat tawakal yang diperoleh:

Tabel 15. Kategorisasi Tingkat Tawakal

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	8	12,9	14,0	14,0
	Tinggi	49	79,0	86,0	100,0
	Total	57	91,9	100,0	
Missing	System	5	8,1		
Total		62	100,0		

Berdasarkan tabel 15, diketahui bahwa terdapat 14% mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 memiliki tingkat tawakal yang rendah, serta 86% lainnya memiliki tingkat tawakal yang tinggi.

Tabel 16. Kategorisasi Tingkat Efikasi Diri Akademik

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	20	33,9	35,1	35,1
	Tinggi	37	62,7	64,9	100,0
	Total	57	96,6	100,0	
Missing	System	2	3,4		
Total		59	100,0		

Dari tabel 16, diketahui bahwa terdapat 35,1% mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 yang memiliki tingkat efikasi diri akademik sedang. Dan 64,9% lainnya memiliki tingkat efikasi diri akademik tinggi.

2. Uji Prasyarat

a) Uji Linieritas

Uji asumsi klasik ini untuk mengetahui apakah sebaran data antara tawakal dan efikasi diri akademik bersifat linier atau tidak. Apabila hubungannya bersifat linier maka metode analisis regresi linier valid untuk digunakan dan apabila hubungan tawakal dan efikasi diri akademik tidak linier maka metode analisis regresi linier tidak cocok digunakan.

Dalam menentukan keputusan, digunakan nilai *Sig. Deviation from linearity* $> 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang linier antara tawakal dan efikasi diri akademik. Dan apabila nilai *Sig. Deviation from linearity* $0,05 < 0,05$ berarti tidak ada hubungan yang linier antara tawakal dengan efikasi diri akademik.

Tabel 17. Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Efikasi Diri Akademik* Tawakal	Between Groups	(Combined)	1664,769	24	69,365	1,770	,066
		Linearity	515,409	1	515,409	13,149	,001
		Deviation from Linearity	1149,361	23	49,972	1,275	,259
	Within Groups		1254,283	32	39,196		
	Total		2919,053	56			

Pada tabel 17, diketahui nilai *deviation from linearity Sig.* sebesar 0,259 yang berarti lebih dari ($>$) 0,05. Dari hasil tersebut, disimpulkan bahwa adanya hubungan yang linier antara variabel Tawakal dan variabel Efikasi Diri Akademik.

3. Uji Hipotesis

a) Uji Serentak/ANOVA

Tabel 18. Hasil Uji Serentak

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	515,409	1	515,409	11,794	,001 ^b
	Residual	2403,644	55	43,703		
	Total	2919,053	56			

a. Dependent Variable: Efikasi Diri Akademik

b. Predictors: (Constant), Tawakal

Dari tabel 18, diketahui besaran nilai F yaitu 11,794 dengan nilai sig. 0,001. Apabila membandingkannya dengan 0,05 maka $0,001 < 0,05$ terima H_a . Dan Apabila membandingkannya dengan F hitung, sesuai rumus $F = (α; df1; df2)$ $F = (0,05; 1; 55)$ $F = 4,02$. Maka $11,794 > 4,02$, itu berarti hasilnya terima H_a . Sehingga model regresi mampu dikatakan secara serentak atau bersama-sama terdapat pengaruh variabel Tawakal terhadap variabel efikasi diri akademik.

b) Uji Parsial

Tabel 19. Hasil Uji Parsial

Coefficients ^a						
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	23,285	8,773		2,654	,010
	Tawakal	,368	,107	,420	3,434	,001

a. Dependent Variable: Efikasi Diri Akademik

1) Berdasar Nilai Signifikansi

Berdasarkan tabel 19, diperoleh nilai sig. sebesar 0,001 yang berarti kurang dari ($<$) 0,05, maka terima H_a . Berarti variabel Tawakal memiliki pengaruh terhadap variabel Efikasi Diri Akademik.

2) Berdasar perbandingan nilai t hitung dengan t tabel

Supaya mengetahui nilai t tabel bisa diketahui dengan langkah-langkah dibawah ini:

- Menetapkan α atau tingkat kepercayaan penelitian
- Menyesuaikan dengan n atau jumlah sampel
- Menetapkan berapa nilai k atau jumlah variabel independent.

Selanjutnya memperoleh nilai

$$T \text{ tabel} = \alpha/2 : df1$$

$$= 0,05/2 : 55$$

$$= 0,025 : 55$$

$$= 2,004$$

- Setelah memperoleh hasil maka carilah pada distribusi nilai t tabel dan terperolehlah nilai sebesar 2,004.

Diketahui pada tabel 17, $t_{\text{hitung}} = 3,434 > t_{\text{tabel}} = 2,004$. Yang memiliki arti terima H_a sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Tawakal mempunyai pengaruh terhadap variabel Efikasi Diri Akademik.

c) Persamaan Regresi Linier Sederhana

Berdasarkan pada tabel, dapat diketahui persamaan regresi linier sederhananya. Adapun rumus persamaan regresi linier sederhana, yaitu:

$$Y = a + bX$$

$$Y(\text{Efikasi Diri Akademik}) = 23,285 + 0,368X (\text{Tawakal})$$

Nilai koefisien regresi ditunjukkan pada nilai angka konstanta (a) sebesar 23,285 sedangkan nilai konstanta tawakal (b) sebesar 0,368. Angka 0,368 tersebut menjelaskan bahwa tawakal memiliki pengaruh yang positif dan ketika variabel X (tawakal) mengalami kenaikan 1 satuan, maka variabel Y (efikasi diri akademik) akan bertambah sebesar 0,368 satuan.

Tabel 20. Hasil Uji Persamaan Regresi Linier Sederhana

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,420 ^a	,177	,162	6,611

a. Predictors: (Constant), Tawakal

b. Dependent Variable: Efikasi Diri Akademik

Pada tabel 20, menunjukkan besarnya R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,177 yang memiliki arti model regresi linier untuk menjelaskan efikasi diri yang terbentuk sebesar 17,7% dapat dijelaskan oleh variabel tawakal, sedangkan sisanya yaitu sebesar 82,3% dijelaskan oleh variabel lainnya yang tidak terdapat di model regresi.

4. Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal atau tidak. Penelitian ini menggunakan uji normalitas *kolmogrov-Smirnow* dengan menggunakan SPSS 24 for windows. Berikut hasil uji normalitas pada penelitian ini:

Tabel 21. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		57
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	6,55150474
Most Extreme Differences	Absolute	,074
	Positive	,049
	Negative	-,074
Test Statistic		,074
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 21, diketahui nilai signifikansi sebesar 0,200 > 0,05. Karena hasil nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

C. Pembahasan

Berdasarkan perhitungan data secara statistik pada variabel tawakal, diperoleh 14% mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 dalam kategori tingkat tawakal sedang. Dan 86% lainnya dalam kategori tingkat tawakal tinggi.

Tawakal menurut Ibnu Qayyim adalah suatu amalan hati yang menyandarkan semua hal hanya kepada Allah SWT saja, hanya percaya kepada-Nya, memohon perlindungan hanya kepada-Nya, serta senantiasa ridha terhadap apa yang diterimanya. Dengan berkeyakinan bahwa Allah akan memberi kecukupan dengan melaksanakan sebab-sebab dan ikhtiar secara maksimal guna mendapatkannya.⁸² Adapun aspek-aspek tawakal menurut Ibnu Qoyim yaitu mengetahui Allah SWT, menetapkan sebab akibat, memperkuat qalbu dengan tauhid, menyandarkan qalbu kepada Allah dan senantiasa merasa tenang karena bergantung kepada-Nya, memiliki prasangka yang baik kepada Allah, ketundukan dan penyerahan qalbu sepenuhnya kepada-Nya dengan menghalau apapun yang merintanginya serta pasrah kepada Allah swt.

Hasil perhitungan data secara statistik pada variabel efikasi diri akademik, diperoleh 35,1% mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 dalam kategori efikasi diri akademik sedang dan 64,9% lainnya dalam kategori efikasi diri akademik tinggi.

Menurut Zimmermen, efikasi diri akademik adalah keyakinan diri dalam melakukan suatu tindakan yang berkaitan dengan tugas akademik, untuk menghadapi suatu situasi sehingga memperoleh hasil yang diharapkan.⁸³ Bandura menyatakan bahwa efikasi diri akademik adalah keyakinan terkait kemampuan atau kompetensi yang dimiliki individu. dimana kemampuan tersebut dapat mengarahkan pada motivasi,

⁸² Dede Setiawan, "Tawakal Dalam Al-Qur'an Serta Implikasinya Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19", Universitas Nahdhatul Ulama Indonesia, 2021, h. 6.

⁸³ Adhelia Miranda Sikumbang, *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyelesaikan Skripsi*, (Pekanbaru: UIN Sarif Kasim, 2021), h. 17.

kemampuan kognitif dan pengambilan tindakan. Hal tersebutlah yang digunakan untuk mengerjakan tugas, mencapai tujuan dan harapan pada hasil yang akan dicapai dari kegiatan belajar.⁸⁴

Adapun menurut Albert Bandura efikasi diri memiliki beberapa aspek yaitu aspek keyakinan diri, aspek afeksi, aspek motivasional, dan aspek seleksi. Akan tetapi, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri seperti pengalaman keberhasilan, pengamatan orang lain, persuasi verbal dan kondisi fisiologis.

Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan uji t pada program IBM SPSS Statistic 23. Adapun t_{hitung} hasil yang diperoleh yaitu 3,343. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara tawakal dengan efikasi diri akademik pada mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022 UIN Walisongo Semarang.

Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi tawakal mahasiswa maka semakin tinggi pula efikasi diri akademik. Sesuai teori tawakal Ibnu Qayyim yaitu mempercayai rencana Allah dan yakin Allah akan memberikan kecukupan.⁸⁵ Dan tawakal akan mengarahkan individu untuk mengetahui kekuasaan Allah sehingga menyadari karunia-karunia yang telah diberikan sehingga tidak meremehkan diri sendiri atau dengan kata lain lebih percaya diri. Sehingga dengan rasa percaya diri, individu dapat menanamkan dalam pikiran bahwa kesuksesan akan terealisasi dan yakin Allah akan senantiasa memberikan jalan keluar dari segala kesulitan.⁸⁶

Penelitian yang dilakukan oleh Ridha Habibah (2017) mengenai “Hubungan antara Tawakal dan Kesejahteraan Psikologis” yang menyatakan bahwa individu yang bertawakal akan memperoleh ketenangan

⁸⁴ Evie Syalviana, Efikasi Diri Akademik Dalam Menghadapi Tuntutan Perkuliahan pada Mahasiswa, Institut Agama Islam Negeri Sarang, 2021, h. 212.

⁸⁵ Dede Setiawan, “Tawakal Dalam Al-Qur’an Serta Implikasinya Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19”, Universitas Nahdhatul Ulama Indonesia, 2021, h. 6.

⁸⁶ Siti Adibah W., dkk., *The Evaluation of an Online Peer Support Group on the Levels of Internal and External Self Confidence among Undergraduate Students during Covid-19 Pandemic: A Bandura’s Theory of Self-Efficacy Approach*, International Islamic University Malaysia, 2022, h. 14.

dalam hatinya dan Allah akan memberikan kesejahteraan psikologis. Sehingga akan terpelihara kesehatan mentalnya.⁸⁷

Tawakal juga mampu untuk mengontrol rasa cemas. Seperti yang diungkapkan oleh Ibnu Qayyim bahwa awakal sendiri merupakan tumpuan akhir dalam suatu usaha. Jika usaha tanpa adanya tawakal, maka akan terbangun jiwa yang senantiasa gelisah serta terbayang-bayang rasa cemas.⁸⁸

Dari uraian di atas, maka dapat diketahui bahwa mahasiswa yang mampu menerapkan konsep tawakal dengan benar akan memperoleh kepercayaan diri, dapat mengontrol emosi dan kecemasan dalam menghadapi tantangan akademik sehingga dapat meningkatkan efikasi diri akademik. Didukung dengan penelitian Roro Herdianti mengenai adanya hubungan positif yang signifikan antara tawakal dengan efikasi diri akademik pada mahasiswa fakultas Ushuluddin angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang.⁸⁹

Adapun dalam penelitian ini ditemukan bahwa tawakal mempunyai kontribusi sebesar 17,7% terhadap efikasi diri akademik. Sedangkan sisanya sebesar 82,3% merupakan kontribusi faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

⁸⁷ Ridha Habibah, *Hubungan antara Tawakal dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa*, Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2017.

⁸⁸ Dede Setiawan, "Tawakal Dalam Al-Qur'an Serta Implikasinya Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19", Universitas Nahdhatul Ulama Indonesia, 2021, h. 6.

⁸⁹ Roro Herdianti, *Hubungan Tawakal dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang*, Semarang: UIN Walisongo, 2015, h.70.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Tasawuf psikoterapi angkatan 2022, telah diperoleh hasil uji hipotesis yang menunjukkan bahwa $t_{hitung} = 3,434 > t_{tabel} = 2,004$. Yang berarti terima H_a , sehingga dapat disimpulkan bahwa tawakal berpengaruh positif dan signifikan terhadap efikasi diri akademik. Itu berarti semakin tinggi tawakal maka semakin tinggi pula efikasi diri akademik, begitupun sebaliknya. Semakin rendah tawakal maka semakin rendah pula efikasi diri akademik.

Adapun dalam penelitian ini ditemukan bahwa tawakal mempunyai kontribusi sebesar 17,7% terhadap efikasi diri akademik. sisanya 82,3% merupakan terdapatnya kontribusi faktor-faktor lain terhadap efikasi diri akademik.

B. Saran

1. Saran untuk mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2022, untuk selalu bertawakal kepada Allah SWT agar menjadi individu yang tidak meremehkan diri sendiri, tidak mudah stres, cemas, dan berputus asa. Diharapkan juga agar mahasiswa dapat mengimbangi dengan strategi koping lainnya yang dapat meningkatkan efikasi diri akademik.
2. Untuk peneliti yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh tawakal terhadap efikasi diri akademik hendaknya menambahkan variabel lain seperti regulasi diri akademik atau variabel lainnya. Peneliti juga dapat menggunakan alat ukur penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ad-Dumaji, Abdullah Bin Umar. (2000). Dalam K. Sa'diatulharaaini, *Rahasia Tawakal Sebab dan Musabab*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Al-Jauza'i, I. Q. (1995). Dalam S. Bazemool, *Therapi Penyakit Hati*. Solo: Pustaka Mantiq.
- Al-Jauziyah, I. Q. (1988). Madarijus-Salikin Baina Manazii Iyyaka Na'budu wa Iyyaka Nasta'in. Dalam K. Suhardi, *MADARIJUS-SALIKIN (PENDAKIAN MENUJU ALLAH) Penjabaran Konkrit "Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nasta'in"*. Jakarta: PUSTAKA AL-KAUTSAR.
- Al-Jauziyyah, I. Q. (2013). Dalam Dzulhikmah, *Al-Fawa'id: Terapi Mensucikan Jiwa*. Jakarta: Qisthi Press.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Arifka. (2017). *Konsep Tawakal dalam Perspektif M. Quraish Shihab (Kajian Tafsir Tarbawi)*. Aceh: UIN Ar-Raniry.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asiyah, N. (2013). *Pola Asuh Demokrati, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru*. Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945.
- Astuti, P. (2018). *Penggunaan Metode Black Box Testing (Boundary Value Analysis) pada Sistem Akademik (SMA/SMK)*. Jakarta Selatan: Indraprasta.
- Baron, R. A., & Donn, B. (2003). *Social Psychology (terjemahan)*. Boston: Pearson Education.
- Basri, M. (2008). *Indahnya Tawakal*. Solo: Indiva Media Kreasi.
- Fatimah, S., & dkk. (2021). *Tingkat Efikasi Diri Performa Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Perspektif Dimensi Bandura*. Cimahi: IKIP Siliwangi.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2008). *Teories of Personality*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ferridiyanto, E. (2012). *Pengaruh Efikasi Diri (Self Efficacy) dan Prestasi Belajar Kewirausahaan terhadap Motivasi Berpreneurship Siswa Jurusan Teknik Instansi Tenaga Listrik SMK 1 Sedayu*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

- Fitriana, P. (2016). *Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fitroni, M. A., & Supriyanto, A. (2019). *Permasalahan yang Dihadapi Mahasiswa Baru dalam Menjalani Kehidupan di Universitas Negeri Malang*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Habibah, R. (2017). *Hubungan antara Tawakal dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Hadi, W. (2009). *Hubungan Antara Self Efficacy dengan Penyesuaian Akademik dan Prestasi Akademik (Studi pada Mahasiswa FIP Universitas Negeri Semarang)*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Herdianti, R. (2015). *Hubungan Tawakal dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Angkatan 2014 UIN Walisongo Semarang*. Semarang: UIN Walisongo.
- Husnar, A. Z., & dkk. (2017). *Harapan, Tawakal, dan Stress Akademik*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Istichomaharani, i. S., & H, S. S. (2016). *Mewujudkan Peran Mahasiswa sebagai "Agent of Change, Social Kontrol, dan Iron Stock*. Surabaya: STIBBA Satya Widya.
- Khan, M. (2005). *Academic Self-Efficacy, Coping, and Academic Performance in College*. Washington: Central Washington University.
- Kirana, A., & Moordiningsih. (2010). *Studi Korelasi Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prestasi Akademik: Telaah pada Siswa Perguruan Tinggi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kusmiati, R. Y., & M, T. S. (2019). *Hubungan Efikasi Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru NTT yang Merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga*. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Maarzuki, Q. Z. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri Akademik dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Bornout Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Makaria, E. C. (2019). *Korelasi Kepercayaan Diri dan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018*. Banjarmasin: Universitas Lambung Mangkurat.
- Minauli, I., & Butarbutar, I. (2011). *Hubungan Efikasi Diri dan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Prestasi Akademik Mahasiswa*. Medan: Universitas Medan Area.

- Mukaromah, M. (2022). *Pengaruh Regulasi Emosi dan Self Efficacy terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Pengurus Organisasi IPNU-IPPNU Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus*. Semarang: UIN Semarang.
- Nurhamizah, H. F. (2019). *Hubungan Tawakal dengan Kemampuan Resiliensi Akademik*. Semarang: UIN Walisongo.
- Nurhamizah, H. F. (2019). *Hubungan Tawakal dengan Kemampuan Resiliensi Akademik (Studi terhadap Mahasiswa Angkatan 2015 dalam Bimbingan Skripsi di Fakultas Ushuludin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang*. Semarang: UIN Walisongo.
- Nurtjahjanti, H. (2012). *Hubungan antara Efikasi Diri dan Persepsi terhadap Pengembangan Karir dengan Work Family Conflict pada Polwan di Polrestabes Semarang*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Poerwadarminta, W. J. (1976). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: PN Balai Pustaka.
- Pratitis, I. P. (2012). Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orangtua dan Penyesuaian Diri Akademik dalam Perkuliahan. *Jurnal Persona*, 41.
- Pratiwi, Y. (2020). *Pengaruh Tawakal dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir DIII Keperawatan STIKES Bhakti Mandala Husada Slawi*. Purwokerto: Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Rini, Q. K., & dkk. (2015). *Hubungan Metakognisi, Efikasi Diri Akademik dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa*. Depok: Universitas Gunadarma.
- Rustika, I. M. (2012). *Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Setiawan, D. (2021). *Tawakal dalam Al-Qur'an serta Implikasinya dalam Menghadapi Pandemi Covid-19*. Jakarta Pusat: Universitas Nahdhatul Ulama Indonesia.
- Shihab, M. Q. (2007). *Secercah Cahaya Ilahi dan Hidup Bersama Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.
- Sholeh, A. H. (2008). *The Power of Tawakal*. Solo: Tiga Serangkai.
- Sikumbang, A. M. (2021). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Semester Akhir dalam Menyelesaikan Skripsi*. Pekanbaru: UIN Syarif Kasim.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitataif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.

- Sukardi. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktisinya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sutrasno, & Hidayah, A. (2021). *BUKU "LOCKDOWN 309 TAHUN" KARYA EMHA AINUN NAJIB (Refleksi Atas Pandemi Perspektif Konsep Tawakal Ibnu Qayyim Al-Jauziyah*. Surakarta: IAIN Surakarta.
- Syalviana, E. (2021). *Efikasi Diri Akademik dalam Menghadapi Tuntutan Perkuliahan pada Mahasiswa*. Rembang: STAI Al-Anwar .
- Victoriana, E. (2012). *Studi Kasus Mengenai Self Efficacy untuk Menguasai Mata Kuliah Psikodiagnostik Umum pada Mahasiswa Magister Profesi Psikologi di Universitas "X"*. Bandung: Universitas Kristen Maranta.
- Waisulqarnai, S. A., & dkk. (2022). *The Evaluation of an Online Peer Support Group on the levels on Internal and External Self-Confidence among Undergraduate Students during Covid-19 Pandemic: A Bandura's Theory of Self-Efficacy Approach*. Malaysia: International Islamic University Malaysia.
- Wijaya, I. P., & Prastitis, N. T. (2012). *Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orangtua dan Penyesuaian Diri Mahasiswa dalam Perkuliahan*. Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Zulaikhah, M. (2017). *Sikap Tawakal antara Mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Pendidikan Agama Islam dan Ekonomi Syari'ah Semester VI dan VII STAIN Kediri Tahun 2015*. Kediri: STAIN Kediri.

LAMPIRAN

Lampiran 1 : Skala Penelitian

a. Skala Tawakal

Nama :

Petunjuk Pengisian :

1. Isi identitas dengan benar
2. Pahami pernyataan-pernyataan yang tertera
3. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan kondisi Anda. Karena dalam skala ini tidak ada jawaban yang benar maupun salah.
4. Adapun pilihan jawaban yang tersedia, yaitu:

SS = Sangat Sesuai

S = Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

N0	Item	SS	S	TS	STS
1	Saya percaya bahwa Allah akan mengabulkan doa-doa saya, karena Allah memiliki sifat Maha Mengabulkan				
2	Saya percaya jika dengan belajar dengan giat serta berikhtiar, maka dapat meningkatkan prestasi akademik				
3	Setelah mengerjakan tugas, Saya merasa lebih tenang karena telah memasrahkan hasilnya kepada Allah				
4	Saya selalu berdoa agar harapan saya dapat tercapai				
5	Saya yakin Allah akan senantiasa memberi pertolongan kepada saya, karena Allah Maha Penolong.				

6	Saya yakin bahwa Allah tidak akan memberikan ujian di luar batas kemampuan saya.				
7	Saya menerima dengan senang hati walaupun tidak mendapatkan apa yang saya harapkan				
8	Saya ragu jika doa-doa saya akan terkabulkan.				
9	Hanya kepada Allah lah, saya memohon pertolongan.				
10	Saya merasa cemas dengan keputusan yang akan Allah berikan.				
11	Saya yakin Allah telah memberikan yang terbaik bagi saya				
12	saya yakin tidak ada hikmah di setiap permasalahan yang saya alami.				
13	Saya merasa belajar dengan giat serta berikhtiar tidak mempengaruhi prestasi akademik.				
14	Saya menyertakan Allah di kala gagal saja.				
15	Saya merasa iri dengan takdir orang lain				
16	Saya merasa tidak perlu berusaha karena segalanya telah ditetapkan Allah swt.				
17	Saya ridha atas kehendak Allah terhadap saya				
18	Saya meyakini jika permasalahan yang saya alami pasti ada hikmahnya.				
19	Ketika dalam kesulitan, saya merasa Allah tidak pernah memberikan pertolongan				

20	Saya selalu menyertakan Allah dalam setiap keadaan.				
21	Saya selalu berusaha dan yakin akan takdir yang Allah tetapkan kepada saya				
22	Saya merasa Allah tidak adil, karena telah memberikan saya banyak masalah.				
23	Saya akan menerima apa yang telah Allah takdirkan pada saya				
24	Saya selalu mengeluh dengan hasil yang saya dapatkan.				

b. Skala Efikasi Diri Akademik

Nama :

Petunjuk Pengisian :

1. Isi identitas dengan benar
2. Pahami pernyataan-pernyataan yang tertera
3. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan kondisi Anda. Karena dalam skala ini tidak ada jawaban yang benar maupun salah.
4. Adapun pilihan jawaban yang tersedia, yaitu:

SS = **Sangat Sesuai**

S = **Sesuai**

TS = **Tidak Sesuai**

STS = **Sangat Tidak Sesuai**

No	Item	SS	S	TS	STS
1	Saya kesulitan menghadapi kendala-kendala selama pembelajaran				
2	Ketika mendapat nilai jelek, saya sebisa mungkin berpikiran positif agar tetap optimis				
3	Setelah mendapat nilai buruk, saya selalu membayangkan kegagalan-kegagalan selanjutnya				
4	Setelah mengerjakan tugas, saya percaya akan mendapat nilai yang baik				
5	Saya lebih sering berkeluh kesah tentang kegagalan selama perkuliahan				
6	Saya lebih suka berpikiran positif ketika mengerjakan tugas				
7	Saya percaya akan memperoleh nilai tugas yang pas-pasan saja				
8	Saya merasa cemas ketika mengerjakan tugas yang sulit				

9	Saya merasa tenang meskipun mengerjakan tugas yang sangat sulit				
10	Saya lebih baik memikirkan cara untuk memperbaiki nilai di semester selanjutnya daripada hanya meratapi hasil ujian				
11	Saya dapat mengatasi kendala-kendala selama pembelajaran				
12	Dalam mengerjakan tugas, saya sering memikirkan kekurangan yang saya miliki				
13	Saya merasa semua tugas dalam perkuliahan itu sulit dan merupakan hal yang sia-sia				
14	Saya ragu jika dapat menyelesaikan tugas yang dosen berikan				
15	Saya selalu meratapi kegagalan dalam ujian				
16	Bagi saya, tugas yang sulit adalah tantangan tersendiri agar saya lebih giat untuk belajar				
17	Karena tugas yang sulit, saya jadi malas untuk belajar				

Lampiran 2: Uji Validitas

a. Uji Validitas Skala Tawakal

		Correlations																												TOTAL	
		X01	X02	X03	X04	X05	X06	X07	X08	X09	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28		
X01	Pearson Correlation	1	.419 ^{***}	-.104	-.112	-.072	.183	-.076	-.097	-.029	.072	-.054	-.021	-.083	-.081	-.089	-.144	-.054	-.194	-.155	-.099	-.061	-.139	-.079	-.013	-.113	.270	-.085	.053	-.066	
	Sig. (2-tailed)		.014	.557	.527	.685	.299	.671	.587	.873	.685	.761	.905	.642	.648	.618	.416	.761	.271	.382	.577	.730	.433	.658	.943	.523	.123	.633	.765	.712	
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X02	Pearson Correlation	.419 ^{***}	1	.316	-.279	.531 ^{***}	.232	.229	.553 ^{***}	.163	.172	.456 ^{***}	.208	.339 ^{***}	-.106	-.006	.095	.456 ^{***}	.349 ^{***}	.300	.192	-.004	.270	-.096	.280	.138	.440 ^{***}	-.088	.127	.465	
	Sig. (2-tailed)		.014	.069	.110	.001	.186	.194	.001	.356	.330	.007	.238	.050	.551	.973	.595	.007	.043	.085	.276	.981	.123	.587	.109	.436	.009	.621	.474	.006	
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X03	Pearson Correlation	-.104	.316	1	.052	.316	.056	.286	.296	.180	.343 ^{***}	.048	.273	.038	.073	.024	.148	.283	.228	.004	-.084	.017	.245	-.052	.372 ^{***}	.019	.031	.076	.184	.347 ^{***}	
	Sig. (2-tailed)		.557	.069	.772	.069	.754	.100	.089	.308	.047	.786	.118	.831	.683	.892	.402	.104	.195	.982	.638	.925	.163	.772	.031	.914	.861	.669	.299	.044	
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X04	Pearson Correlation	-.112	.279	.052	1	.643 ^{***}	.042	.355 ^{***}	.555 ^{***}	.344 ^{***}	.086	.482 ^{***}	.256	.527 ^{***}	-.028	-.089	-.137	.254	.306	.336	.383 ^{***}	.326	.302	.275	.355 ^{***}	.215	.447 ^{***}	.131	.030	.545 ^{***}	
	Sig. (2-tailed)		.527	.110	.772	.000	.813	.039	.001	.047	.630	.004	.143	.001	.875	.616	.440	.147	.078	.052	.026	.060	.082	.115	.039	.222	.008	.459	.868	.001	
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X05	Pearson Correlation	-.072	.531 ^{***}	.316	.643 ^{***}	1	.027	.501 ^{***}	.749 ^{***}	.395 ^{***}	-.062	.749 ^{***}	.122	.607 ^{***}	-.106	.097	-.052	.456 ^{***}	.146	.133	.407 ^{***}	.423 ^{***}	.420 ^{***}	.268	.073	.343 ^{***}	.440 ^{***}	.142	-.089	.569 ^{***}	
	Sig. (2-tailed)		.685	.001	.069	.000	.879	.003	.000	.021	.727	.000	.493	.000	.551	.587	.772	.007	.409	.454	.017	.013	.013	.125	.681	.047	.009	.423	.617	.000	
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X06	Pearson Correlation	.183	.232	.056	.042	.027	1	-.258	-.101	-.030	.178	-.057	.204	-.204	.223	-.003	.329	.072	-.069	.131	-.281	-.314	-.014	-.401 ^{***}	.123	-.029	.237	-.189	.434 ^{***}	.154	
	Sig. (2-tailed)		.299	.186	.754	.813	.879		.141	.571	.867	.314	.751	.247	.248	.205	.988	.057	.687	.697	.459	.095	.071	.939	.019	.490	.871	.177	.284	.010	.386
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X07	Pearson Correlation	-.076	.229	.286	.355 ^{***}	.501 ^{***}	-.258	1	.556 ^{***}	.534 ^{***}	.112	.546 ^{***}	-.003	.807 ^{***}	.155	.376 ^{***}	-.020	.205	.106	.100	.563 ^{***}	.757 ^{***}	.439 ^{***}	.545 ^{***}	.089	.548 ^{***}	.555 ^{***}	-.079	.007	.679 ^{***}	
	Sig. (2-tailed)		.671	.194	.100	.039	.003	.141		.001	.001	.527	.001	.987	.000	.382	.029	.911	.244	.551	.573	.001	.000	.009	.001	.619	.001	.001	.659	.967	.000
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X08	Pearson Correlation	-.097	.553 ^{***}	.296	.555 ^{***}	.749 ^{***}	-.101	.556 ^{***}	1	.392 ^{***}	.132	.561 ^{***}	.220	.632 ^{***}	-.039	.061	-.093	.316	.314	.345 ^{***}	.400 ^{***}	.280	.435 ^{***}	.358 ^{***}	.219	.321	.435 ^{***}	.017	-.011	.612 ^{***}	
	Sig. (2-tailed)		.587	.001	.089	.001	.000	.571	.001		.022	.455	.001	.211	.000	.827	.734	.600	.068	.070	.046	.019	.109	.010	.038	.214	.064	.010	.924	.953	.000
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X09	Pearson Correlation	-.029	.163	.180	.344 ^{***}	.395 ^{***}	-.030	.534 ^{***}	.392 ^{***}	1	.299	.527 ^{***}	.065	.451 ^{***}	.010	.069	.008	.238	.268	.349 ^{***}	.277	.434 ^{***}	.536 ^{***}	.331	.345 ^{***}	.498 ^{***}	.455 ^{***}	.033	.050	.628 ^{***}	
	Sig. (2-tailed)		.873	.356	.308	.047	.021	.867	.001	.022		.085	.001	.715	.007	.954	.700	.962	.176	.125	.043	.113	.010	.001	.056	.045	.003	.007	.852	.778	.000
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	
X10	Pearson Correlation	.072	.172	.343 ^{***}	.086	-.062	.178	.112	.132	.299	1	-.017	.439 ^{***}	-.071	.106	-.045	.307	.129	.361 ^{***}	.369 ^{***}	-.192	-.138	.332	-.131	.703 ^{***}	.015	.069	.088	.251	.432 ^{***}	
	Sig. (2-tailed)		.685	.330	.047	.630	.727	.314	.527	.455	.085		.923	.009	.690	.551	.799	.077	.467	.036	.032	.276	.436	.055	.459	.000	.933	.699	.621	.152	.011
	N		34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	

	Pearson Correlation	-.054	.456**	.048	.482**	.749**	-.057	.546**	.561**	.527**	-.017	1	-.038	.689**	-.035	.226	-.075	.634**	.160	.141	.492**	.602**	.315	.315	.106	.563**	.355*	-.008	.095	.594**
	Sig. (2-tailed)	.761	.007	.786	.004	.000	.751	.001	.001	.001	.923		.831	.000	.842	.198	.673	.000	.365	.425	.003	.000	.070	.070	.549	.001	.039	.962	.592	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X12	Pearson Correlation	-.021	.208	.273	.256	.122	.204	-.003	.220	.065	.439**	-.038	1	-.058	-.025	.164	.006	.285	.461**	.076	-.227	.009	.013	-.223	.448**	-.042	.115	.194	.117	.346*
	Sig. (2-tailed)	.905	.238	.118	.143	.493	.247	.987	.211	.715	.009	.831		.745	.890	.353	.972	.102	.006	.669	.196	.959	.942	.205	.008	.814	.519	.272	.511	.045
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X13	Pearson Correlation	-.083	.339*	.038	.527**	.607**	-.204	.807**	.632**	.451**	-.071	.689**	-.058	1	-.071	.345*	-.017	.187	.225	.152	.649**	.646**	.308	.463**	.084	.508**	.620**	-.035	-.163	.626**
	Sig. (2-tailed)	.642	.050	.831	.001	.000	.248	.000	.000	.007	.690	.000	.745		.690	.046	.923	.290	.200	.391	.000	.000	.076	.006	.639	.002	.000	.845	.356	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X14	Pearson Correlation	-.081	-.106	.073	-.028	-.106	.223	.155	-.039	.010	.106	-.035	-.025	-.071	1	.224	.380*	.294	-.064	.149	.015	.049	.247	.096	.160	.270	-.039	-.099	.628*	.356*
	Sig. (2-tailed)	.648	.551	.683	.875	.551	.205	.382	.827	.954	.551	.842	.890	.690		.203	.027	.092	.720	.399	.931	.785	.159	.588	.367	.122	.825	.578	.000	.039
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X15	Pearson Correlation	-.089	-.006	.024	-.089	.097	-.003	.376*	.061	.069	-.045	.226	.164	.345*	.224	1	.411*	.226	-.034	-.159	.180	.444**	.186	.129	-.083	.429*	.165	.154	.014	.411*
	Sig. (2-tailed)	.618	.973	.892	.616	.587	.988	.029	.734	.700	.799	.198	.353	.046	.203		.016	.198	.849	.368	.309	.009	.293	.467	.642	.011	.350	.385	.938	.016
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X16	Pearson Correlation	-.144	.095	.148	-.137	-.052	.329	-.020	-.093	.008	.307	-.075	.006	-.017	.380*	.411*	1	.016	.153	.255	-.037	-.115	.416*	-.147	.197	.066	-.017	.240	.253	.381*
	Sig. (2-tailed)	.416	.595	.402	.440	.772	.057	.911	.600	.962	.077	.673	.972	.923	.027	.016		.928	.389	.146	.834	.518	.014	.407	.263	.713	.925	.171	.148	.026
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X17	Pearson Correlation	-.054	.456**	.283	.254	.456**	.072	.205	.316	.238	.129	.634**	.285	.187	.294	.226	.016	1	.287	.141	.091	.246	.127	.087	.236	.308	.101	.135	.365*	.504**
	Sig. (2-tailed)	.761	.007	.104	.147	.007	.687	.244	.068	.176	.467	.000	.102	.290	.092	.198	.928		.100	.425	.610	.161	.474	.625	.180	.077	.570	.446	.034	.002
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X18	Pearson Correlation	-.194	.349*	.228	.306	.146	-.069	.106	.314	.268	.361*	.160	.461**	.225	-.064	-.034	.153	.287	1	.241	-.031	-.024	.086	-.070	.546**	.026	.185	.202	.154	.440**
	Sig. (2-tailed)	.271	.043	.195	.078	.409	.697	.551	.070	.125	.036	.365	.006	.200	.720	.849	.389	.100		.170	.860	.895	.628	.695	.001	.884	.294	.252	.384	.009
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X19	Pearson Correlation	-.155	.300	.004	.336	.133	.131	.100	.345*	.349*	.369*	.141	.076	.152	.149	-.159	.255	.141	.241	1	.182	-.111	.577**	-.011	.452**	.223	.216	-.024	.118	.440**
	Sig. (2-tailed)	.382	.085	.982	.052	.454	.459	.573	.046	.043	.032	.425	.669	.391	.399	.368	.146	.425	.170		.302	.534	.000	.949	.007	.205	.220	.892	.507	.009
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X20	Pearson Correlation	-.099	.192	-.084	.383*	.407*	-.291	.563**	.400*	.277	-.192	.492**	-.227	.649**	.015	.180	-.037	.091	-.031	.182	1	.515**	.301	.284	-.089	.470**	.418*	-.226	-.122	.387*
	Sig. (2-tailed)	.577	.276	.638	.026	.017	.095	.001	.019	.113	.276	.003	.196	.000	.931	.309	.834	.610	.860	.302		.002	.083	.103	.616	.005	.014	.199	.492	.024
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X21	Pearson Correlation	-.061	-.004	.017	.326	.423*	-.314	.757**	.280	.434*	-.138	.602**	.009	.646**	.049	.444**	-.115	.246	-.024	-.111	.515**	1	.175	.449**	-.089	.515**	.424*	.037	-.023	.483**
	Sig. (2-tailed)	.730	.981	.925	.060	.013	.071	.000	.109	.010	.436	.000	.959	.000	.785	.009	.518	.161	.895	.534	.002		.324	.008	.618	.002	.012	.836	.897	.004
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X22	Pearson Correlation	-.139	.270	.245	.302	.420*	-.014	.438**	.435*	.536**	.332	.315	.013	.308	.247	.186	.416*	.127	.086	.577**	.301	.175	1	.223	.406*	.331	.194	.052	.037	.621**
	Sig. (2-tailed)	.433	.123	.163	.082	.013	.939	.009	.010	.001	.055	.070	.942	.076	.159	.293	.014	.474	.628	.000	.083	.324		.204	.017	.056	.272	.770	.837	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X23	Pearson Correlation	-.079	-.096	-.052	.275	.268	-.401*	.545**	.358*	.331	-.131	.315	-.223	.463**	.096	.129	-.147	.087	-.070	-.011	.284	.449**	.223	1	-.114	.182	.147	.226	-.155	.292
	Sig. (2-tailed)	.658	.587	.772	.115	.125	.019	.001	.038	.056	.459	.070	.205	.006	.588	.467	.407	.625	.695	.949	.103	.008	.204		.522	.303	.408	.199	.380	.093
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X24	Pearson Correlation	-.013	.280	.372*	.355*	.073	.123	.089	.219	.345*	.703**	.106	.448**	.084	.160	-.083	.197	.236	.546**	.452**	-.089	-.089	.406*	-.114	1	.133	.159	.218	.308	.553**
	Sig. (2-tailed)	.943	.109	.031	.039	.681	.490	.619	.214	.045	.000	.549	.008	.639	.367	.642	.263	.180	.001	.007	.616	.618	.017	.522		.455	.370	.216	.076	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X25	Pearson Correlation	-.113	.138	.019	.215	.343*	-.029	.548**	.321	.498**	.015	.563**	-.042	.508**	.270	.429*	.066	.308	.026	.223	.470**	.515**	.331	.182	.133	1	.433*	-.118	.293	.603**
	Sig. (2-tailed)	.523	.436	.914	.222	.047	.871	.001	.064	.003	.933	.001	.814	.002	.122	.011	.713	.077	.884	.205	.005	.002	.056	.303	.455		.011	.507	.092	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
X26	Pearson Correlation	.270	.440**	.031	.447**	.440**	.237	.555**	.435*	.455**	.0																			

b. Uji Validitas Skala Efikasi Diri Akademik

		Correlations																				
		Y01	Y02	Y03	Y04	Y05	Y06	Y07	Y08	Y09	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	TOTAL
Y01	Pearson Correlation	1	,528**	,371*	,373*	,049	,168	,284	,401*	,609**	-,024	,315	,188	,302	,154	,032	,221	,232	,460**	,231	,190	,612**
	Sig. (2-tailed)		,001	,031	,030	,784	,342	,104	,019	,000	,895	,070	,286	,082	,385	,856	,209	,187	,006	,189	,281	,000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y02	Pearson Correlation	,528**	1	,265	,316	-,088	,081	,157	,162	,522**	,176	,174	,005	,375*	-,054	,126	,174	,111	,319	,232	-,015	,438**
	Sig. (2-tailed)	,001		,130	,069	,622	,648	,376	,359	,002	,319	,326	,976	,029	,762	,477	,325	,532	,066	,187	,932	,010
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y03	Pearson Correlation	,371*	,265	1	,088	,526**	,190	,616**	,379*	,146	,243	,307	,450**	,541**	-,082	,536**	,415*	-,151	,126	-,124	,633**	,690**
	Sig. (2-tailed)	,031	,130		,620	,001	,283	,000	,027	,409	,166	,077	,008	,001	,643	,001	,015	,395	,478	,486	,000	,000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y04	Pearson Correlation	,373*	,316	,088	1	,145	,291	,239	,051	,420*	,212	,265	,010	,302	-,053	,209	,092	,338	-,009	,255	,098	,443**
	Sig. (2-tailed)	,030	,069	,620		,412	,095	,173	,775	,013	,229	,130	,953	,082	,766	,237	,606	,051	,961	,145	,582	,009
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y05	Pearson Correlation	,049	-,088	,526**	,145	1	,227	,411*	,320	,145	,515**	,403*	,298	,257	-,016	,587**	,328	-,026	,070	-,208	,540**	,584**
	Sig. (2-tailed)	,784	,622	,001	,412		,197	,016	,065	,412	,002	,018	,087	,142	,927	,000	,058	,885	,696	,238	,001	,000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y06	Pearson Correlation	,168	,081	,190	,291	,227	1	,489**	-,011	,045	,201	,081	,191	,576**	-,321	,344*	-,051	,230	,352*	,086	,328	,443**
	Sig. (2-tailed)	,342	,648	,283	,095	,197		,003	,950	,801	,254	,648	,279	,000	,064	,047	,775	,192	,041	,630	,058	,009
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y07	Pearson Correlation	,284	,157	,616**	,239	,411*	,489**	1	,274	,031	,280	,079	,375*	,734**	-,133	,381*	,128	,105	,290	,098	,599**	,668**
	Sig. (2-tailed)	,104	,376	,000	,173	,016	,003		,117	,862	,109	,658	,029	,000	,453	,026	,472	,553	,096	,580	,000	,000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y08	Pearson Correlation	,401*	,162	,379*	,051	,320	-,011	,274	1	,398*	,371*	,430*	,624**	,052	,101	,190	,391*	,096	,069	-,019	,125	,594**
	Sig. (2-tailed)	,019	,359	,027	,775	,065	,950	,117		,020	,031	,011	,000	,769	,569	,282	,022	,589	,699	,916	,481	,000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y09	Pearson Correlation	,609**	,522**	,146	,420*	,145	,045	,031	,398*	1	-,003	,353*	,050	,123	-,014	-,039	-,013	,280	,372*	,346*	-,160	,446**
	Sig. (2-tailed)	,000	,002	,409	,013	,412	,801	,862	,020		,988	,041	,781	,488	,937	,825	,941	,109	,030	,045	,367	,008
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y10	Pearson Correlation	-,024	,176	,243	,212	,515**	,201	,280	,371*	-,003	1	,404*	,282	,158	,091	,407*	,549**	,172	,009	-,065	,301	,564**
	Sig. (2-tailed)	,895	,319	,166	,229	,002	,254	,109	,031	,988		,018	,106	,371	,610	,017	,001	,331	,959	,716	,083	,001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34

Y11	Pearson Correlation	,315	,174	,307	,265	,403*	,081	,079	,430*	,353*	,404*	1	,286	,026	,065	,367*	,479**	-,167	,131	-,007	,281	,545**
	Sig. (2-tailed)	,070	,326	,077	,130	,018	,648	,658	,011	,041	,018		,101	,882	,715	,033	,004	,346	,461	,969	,107	,001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y12	Pearson Correlation	,188	,005	,450**	,010	,298	,191	,375*	,624**	,050	,282	,286	1	,206	,021	,406*	,262	-,166	-,226	-,354*	,286	,480**
	Sig. (2-tailed)	,286	,976	,008	,953	,087	,279	,029	,000	,781	,106	,101		,242	,907	,017	,134	,348	,199	,040	,102	,004
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y13	Pearson Correlation	,302	,375*	,541**	,302	,257	,576**	,734**	,052	,123	,158	,026	,206	1	-,274	,427*	,216	-,069	,247	-,022	,453**	,564**
	Sig. (2-tailed)	,082	,029	,001	,082	,142	,000	,000	,769	,488	,371	,882	,242		,117	,012	,219	,700	,159	,902	,007	,001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y14	Pearson Correlation	,154	-,054	-,082	-,053	-,016	-,321	-,133	,101	-,014	,091	,065	,021	-,274	1	-,097	,070	,052	,050	,081	,138	,107
	Sig. (2-tailed)	,385	,762	,643	,766	,927	,064	,453	,569	,937	,610	,715	,907	,117		,586	,695	,771	,778	,647	,435	,547
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y15	Pearson Correlation	,032	,126	,536**	,209	,587**	,344*	,381*	,190	-,039	,407*	,367*	,406*	,427*	-,097	1	,289	-,212	-,105	-,341*	,597**	,538**
	Sig. (2-tailed)	,856	,477	,001	,237	,000	,047	,026	,282	,825	,017	,033	,017	,012	,586		,097	,228	,555	,048	,000	,001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y16	Pearson Correlation	,221	,174	,415*	,092	,328	-,051	,128	,391*	-,013	,549**	,479**	,262	,216	,070	,289	1	-,197	-,006	-,111	,393*	,500**
	Sig. (2-tailed)	,209	,325	,015	,606	,058	,775	,472	,022	,941	,001	,004	,134	,219	,695	,097		,264	,972	,533	,022	,003
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y17	Pearson Correlation	,232	,111	-,151	,338	-,026	,230	,105	,096	,280	,172	-,167	-,166	-,069	,052	-,212	-,197	1	,260	,582**	-,075	,231
	Sig. (2-tailed)	,187	,532	,395	,051	,885	,192	,553	,589	,109	,331	,346	,348	,700	,771	,228	,264		,137	,000	,675	,189
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y18	Pearson Correlation	,460**	,319	,126	-,009	,070	,352*	,290	,069	,372*	,009	,131	-,226	,247	,050	-,105	-,006	,260	1	,437**	,201	,384*
	Sig. (2-tailed)	,006	,066	,478	,961	,696	,041	,096	,699	,030	,959	,461	,199	,159	,778	,555	,972	,137		,010	,256	,025
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y19	Pearson Correlation	,231	,232	-,124	,255	-,208	,086	,098	-,019	,346*	-,065	-,007	-,354*	-,022	,081	-,341*	-,111	,582**	,437**	1	,047	,187
	Sig. (2-tailed)	,189	,187	,486	,145	,238	,630	,580	,916	,045	,716	,969	,040	,902	,647	,048	,533	,000	,010		,791	,291
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Y20	Pearson Correlation	,190	-,015	,633**	,098	,540**	,328	,599**	,125	-,160	,301	,281	,286	,453**	,138	,597**	,393*	-,075	,201	,047	1	,632**
	Sig. (2-tailed)	,281	,932	,000	,582	,001	,058	,000	,481	,367	,083	,107	,102	,007	,435	,000	,022	,675	,256	,791		,000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
TOTAL	Pearson Correlation	,612**	,438**	,690**	,443**	,584**	,443**	,668**	,594**	,446**	,564**	,545**	,480**	,564**	,107	,538**	,500**	,231	,384*	,187	,632**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,010	,000	,009	,000	,009	,000	,000	,008	,001	,001	,004	,001	,547	,001	,003	,189	,025	,291	,000	
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 3: Uji Reliabilitas

a. Skala Tawakal

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,840	24

b. Skala Efikasi Diri Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,832	17

Lampiran 4: Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Efikasi Diri Akademik* Tawakal	Between Groups	(Combined)	1664,769	24	69,365	1,770	,066
		Linearity	515,409	1	515,409	13,149	,001
		Deviation from Linearity	1149,361	23	49,972	1,275	,259
	Within Groups		1254,283	32	39,196		
	Total		2919,053	56			

Lampiran 5: Uji Linieritas Serentak

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	515,409	1	515,409	11,794	,001 ^b
	Residual	2403,644	55	43,703		
	Total	2919,053	56			

a. Dependent Variable: Efikasi Diri Akademik

b. Predictors: (Constant), Tawakal

Lampiran 6: Uji Parsial

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	23,285	8,773		2,654	,010
	Tawakal	,368	,107	,420	3,434	,001

a. Dependent Variable: Efikasi Diri Akademik

Lampiran 7: Uji Persamaan Regresi Linier Sederhana

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,420 ^a	,177	,162	6,611

a. Predictors: (Constant), Tawakal

b. Dependent Variable: Efikasi Diri Akademik

Lampiran 8: Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		57
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	6,55150474
Most Extreme Differences	Absolute	,074
	Positive	,049
	Negative	-,074
Test Statistic		,074
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.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Diri

Nama : Ulul Mustaniah
NIM : 1804046091
Jurusan : Tasawuf Psikoterapi
Tempat/Tanggal Lahir: Rembang, 21 Juni 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Pekerjaan : Mahasiswa
Status Perkawinan : Belum Menikah
Alamat : Ds. Sumbermulyo Rt. 01 Rw 03 Kec. Bulu Kab. Rembang
Pendidikan Terakhir : SMA N 1 Sulang

Riwayat Pendidikan

SD : SD N Sumbermulyo
SMP : SMP N 1 Sulang
SMA : SMA N 1 Sulang