

**HUBUNGAN TINGKAT SABAR DENGAN TINGKAT *SELF EFFICACY*
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2021 UIN WALISONGO SEMARANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

AYSAH PUTRI ARIFIA WIJAYA K

NIM : 2104046103

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2025

**HUBUNGAN TINGKAT SABAR DENGAN TINGKAT *SELF EFFICACY*
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2021 UIN WALISONGO SEMARANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

AYSAH PUTRI ARIFIA WIJAYA K

NIM : 2104046103

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2025

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aysah Putri Arifia Wijaya Katamsi

NIM : 2104046103

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuludin dan Humaniora

Judul Skripsi : HUBUNGAN TINGKAT SABAR DENGAN TINGKAT *SELF EFFICACY* PADA MAHASISWA ANGKATAN 2021 UIN WALISONGO SEMARANG

Dengan penuh kejujuran dan tanggungjawab, penulis menyatakan bahwa skripsi ini dikerjakan oleh penulis dan tidak berisi materai yang pernah ditulis oleh orang lain atau telah diterbitkan oleh orang lain. demikian juga, skripsi ini tidak berisi satupun pikiran-pikiran yang berasal dari orang lain, kecuali informasi yang terdapat referensi yang dijadikan sebagai bahan rujukan peneliti.

Semarang, 22 Mei 2025



Aysah Putri Arifia Wijaya K
NIM : 2104046103

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**PERSETUJUAN PEMBIMBING
HUBUNGAN TINGKAT SABAR DENGAN TINGKAT *SELF EFFICACY* PADA
MAHASISWA ANGKATAN 2021 UIN WALISONGO SEMARANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

AYSAH PUTRI ARIFIA WIJAYA K

NIM : 2104046103

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2025

Semarang, 22 Mei 2025

Disetujui oleh:

Pembimbing

Hikmatun Balighoh N.F., S.Psi., M.Psi

NIP. 198804142019032011

LEMBAR PENGESAHAN

PENGESAHAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa :

Nama : Aysah Putri Arifia Wijaya Katamsi
NIM : 2104046103
Judul Skripsi : “Hubungan Tingkat Sabar Dan Tingkat *Self Efficacy* Pada Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang”

Telah dimunaqosyahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dan dinyatakan lulus pada tanggal : 16 Juni 2025. Serta dapat diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.

Semarang, 16 Juni 2025

Ketua Sidang

Sekretaris Sidang



Dr. Sulaiman, M.Ag
NIP. 1973062720033121003



Royanullah, M.Psi.T
NIP. 198812192018011001

Penguji Utama I

Penguji Utama II



Dr. Agus Imam
Kharomen, M.Ag
NIP. 198906272019081001



Fitriyati, S.Psi., M.Si
NIP. 196907252005012002

Pembimbing



Hikmatun Balighah N.F,
S.Psi., M.Psi
NIP. 198804142019032011

MOTTO

“ Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(QS. Al – In syirah 5-6)

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Pedoman Transliterasi Arab Latin adalah hasil dari keputusan bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I. Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/u/1987. Perinciannya sebagai berikut:

A. Huruf Konsonan

Tabel 0.1 Transliterasi Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Penyebutan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	S	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	H	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Dzal	Z	De dan ha
ر	Ro	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es

ث	Syin	Sy	Es dan ha
ص	Sad	S	Es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	D	De (dengan titik di bawah)
ط	Ta	T	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	Z	Zet (dengan titik di bawah)
ع	Ain	‘	Koma terbalik di atas
غ	Ghoin	G	Ge dan ha
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha’	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ء) yang berada di awal kata mengikuti vokal tanpa diberi tanda apa pun, jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (‘).

B. Vokal

Vokal di dalam bahasa Arab dibedakan menjadi dua, yaitu:

a. Vokal Tunggal

Tabel 0. 1 Transliterasi Vokal Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
----- ‘ ----- -	<i>Fathah</i>	A	A
----- ‘ , ----- -	<i>Kasroh</i>	I	I
----- ‘ ----- -	<i>Dhammah</i>	U	U

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap dalam bahasa Arab menggabungkan harakat dan huruf.

Contoh:

يجلس : dibaca *yajlisu*

يرفع : dibaca *yarfa’u*

يسجد : dibaca *yasjudu*

C. Vokal Panjang (Maddah)

Lambanganya berupa harakat dan huruf, transliterasinya ditulis:

Tabel 0. 2 Transliterasi Vokal Rangkap

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
آī	Fathah dan alif	Ā	A dan garis diatas
يَ	Fathah dan ya'	Ā	A dan garis diatas
إِ , يِ	Kasroh dan ya'	Ī	I dan garis diatas
و	Dhammah dan wau	Ū	U dan garis diatas

Contoh:

قام : dibaca *qooma*

قيل : dibaca *qiila*

D. Ta'Marbuthah

Transliterasi ta' marbuthah terdiri dari dua jenis, yaitu sebagai berikut :

a. Ta Marbutah Hidup

Ta marbutah hidup dengan harakat fathah, kasroh, dan dhommah, dengan transliterasinya berupa (t).

b. Ta Marbutah Mati

Ta marbutah mati dengan harakat sukun, berupa (h). apabila pada kata terakhir ta marbutah diikuti oleh

kata sandang al dan bacaan keduanya itu terpisah, maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

Sururummarfuu'ah سرُورُ فُؤُوتِ

Mustabsyiroh مُسْتَبْشِرَةٌ

E. Syaddah dan Tasydid

Syaddah atau tasydid dilambangkan dengan sebuah tanda. Tanda syaddah atau tasydid dalam transliterasinya dilambangkan dengan huruf yaitu huruf sama dengan huruf yang diberi syaddah atau tasydid.

Contoh

رَبَّنَا : dibaca *rabbana*

بَبَب : dibaca *bayyana*

كَفَّر : dibaca *kaffara*

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam transliterasi dibedakan menjadi dua, yaitu:

- a. Kata sandang yang diikuti huruf Syamsiah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf Syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu (1) yang diganti dengan huruf yang sama dengan huruf langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh

السُّجْد : *assujudu*

الزَّكَاة : *azzakatu*

- b. Kata sandang yang diikuti huruf Qamariah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf Qamariah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, baik diikuti huruf Syamsiah maupun huruf Qamariah. Kata sandang yang ditulis berpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan kata sandang.

Contoh

القلم : *al-qoolamu*

الكتاب : *al-kitaab*

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan dengan apostrof yang hanya berlaku bagi hamzah terletak dibagian tengah dan akhir kata. Apabila hamzah terletak di awal kata maka dilambangkan dengan tulisan bahasa Arab berupa huruf

Alif.

Contoh

ما : *ma'a*

شئ : *syai'un*

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya penulisan kata baik isim, fi'il maupun huruf, ditulis terpisah dengan hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain, karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka pada transliterasinya penulisan kata tersebut dirangkaikan dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh: *Inna rabbaka labil mirshaad* إِنَّ ارباك لابلَمِرْ اصاد

UCAPAN TERIMA KASIH

سَمُّهُ اللهُ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ

Seluruh puja dan puji syukur bagi Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, dikarenakan atas segala taufiq, rahmat, serta hidayah-Nya penulis mampu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Skripsi yang berjudul hubungan Tingkat sabar dan Tingkat *self efficacy* pada mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.1) dalam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

Pada penyusunan skripsi ini penulis mendapatkan banyak sekali bimbingan, arahan, dan saran dari berbagai pihak hingga terselesaikannya penyusunan skripsi ini. Untuk itu penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Nizar Ali, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Ibu Dr.H. Mokh. Sya'roni, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si. selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi yang telah memberi persetujuan atas dibuatnya penelitian ini.
4. Ibu Ernawati, S.Si, M.Stat. selaku Wali Dosen yang selama perkuliahan memberikan dukungan kepada mahasiswanya dan atas persetujuan kedua dalam pengajuan penelitian skripsi ini.
5. Ibu Hikmatun Balighoh Nur Fitriyati, S.Psi, M.Psi, Psikolog. selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia membimbing, mengarahkan, meluangkan waktu dan tenaganya dalam pengerjaan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah sabar dan ikhlas dalam membimbing penulis dan memberikan berbagai ilmunya, serta seluruh staff karyawan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang telah membantu mengurus berbagai kebutuhan penulis dalam menyusun penelitian.

7. Bapak Anggoro Eko Katamsi dan Ibu Ayuk Sudayani selaku orang tua penulis yang selalu memberi semangat, dukungan moral dan materil serta doa kepada penulis dalam penyusunan skripsi, Serta Adiwitya Al – Izaqi selaku adik yang senantiasa memberi dukungan dalam pengerjaan skripsi.
8. Alm. Mbah Sudargo dan mbah Sri Maryani selaku kakek dan nenek penulis yang telah menjadi penyemangat dan mendoakan penulis.
9. Teman SMP, Kuliah dan Organisasi saya Sabrina Ayu sebagai partner untuk mengerjakan skripsi ini.
10. Teman saya Afrina, Vera, Fauzia, Ghepira yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi dalam pengerjaan skripsi ini.
11. Teman – Teman PPL Dinsos PPSA Kasih Mesra Demak dan KKN MB Posko 62 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang selalu memberikan semangat satu sama lain dalam pengerjaan skripsi.
12. Berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam proses penulisan skripsi ini
13. *Last but not least*, Terima kasih untuk diri sendiri, terima kasih sudah bertahan sejauh ini terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walau sering merasakan putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terimakasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terimakasih untuk memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri.

Semarang, 22 Mei 2025

Penulis

Aysah Putri
2104046103

DAFTAR ISI

COVER.....	i
DEKLARASI KEASLIAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
ABSTRAK	xvii
DAFTAR TABEL	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. <i>Manfaat Teoritis</i>	5
2. <i>Manfaat Praktis</i>	5
E. Tinjauan Pustaka	5
F. Sistematika Penulisan Skripsi	11
BAB II.....	12
LANDASAN TEORI.....	12
A. Konsep Sabar	12
1. <i>Pengertian Sabar</i>	12
2. <i>Aspek – Aspek Sabar</i>	15
3. <i>Sabar menurut Islam</i>	16
4. <i>Macam – Macam Sabar</i>	18
5. <i>Tingkatan Sabar</i>	22
6. <i>Keutamaan Sabar</i>	24

7. Manfaat Sabar.....	25
B. Self efficacy	28
1. Pengertian Self efficacy.....	28
2. Aspek – Aspek Self efficacy	29
3. Faktor – Faktor Self efficacy.....	30
4. Self efficacy Menurut Islam.....	32
C. Hubungan Sabar dengan Self efficacy	33
D. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III	35
METODE PENELITIAN	35
A. Metode Penelitian.....	35
B. Variabel Penelitian	35
1. Variabel Bebas (X) : Tingkat Sabar.....	35
2. Variabel Terikat (Y) : Tingkat Self efficacy	35
C. Definisi Operasional Variabel.....	36
1. Definisi Operasional Variabel Sabar	36
2. Definisi Operasional Variabel Self efficacy.....	37
D. Tempat dan Waktu Penelitian	37
1. Lokasi Penelitian.....	37
2. Waktu Penelitian	38
E. Populasi dan Sampel	38
1. Populasi	38
2. Teknik Sampling.....	38
F. Metode Pengumpulan Data	40
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	43
1. Uji Validitas instrumen	43
2. Uji Reliabilitas Instrumen.....	49
H. Uji Asumsi Klasik.....	52
1. Uji Normalitas.....	52

2. <i>Uji Linearitas</i>	52
I. Uji Hipotesis	53
BAB IV	54
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Kancah Penelitian.....	54
1. <i>Sejarah UIN Walisongo Semarang</i>	54
2. <i>Visi, Misi dan Tujuan UIN Walisongo Semarang</i>	55
3. <i>Tujuan UIN Walisongo Semarang</i>	56
B. Hasil Penelitian	56
1. <i>Deskripsi Penelitian</i>	56
2. <i>Uji Asumsi Klasik</i>	61
3. <i>Uji Korelasi</i>	62
C. Pembahasan.....	63
BAB V	67
PENUTUP	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN -LAMPIRAN	73
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	89

ABSTRAK

Penelitian dengan judul “ Hubungan Tingkat Sabar dan Tingkat *Self efficacy* Pada Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang” memiliki tujuan untuk mencari tahu apakah ada hubungan tingkat sabar dan tingkat *self efficacy* pada mahasiswa angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang. Hal ini dilatar belakangi oleh mahasiswa angkatan 2021 yang sedang mengerjakan skripsi membutuhkan tingkat sabar dan tingkat *self efficacy* yang baik agar mempunyai kepercayaan yang tinggi untuk menyelesaikan kuliah sesuai harapan.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel yang dipakai berjumlah 104 responden dengan metode pengambilan sampel yaitu *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala Tingkat sabar yang memiliki jumlah 17 item dan skala tingkat *self efficacy* memiliki 18 item dengan metode korelasi *product moment*. Peneliti ini mendapatkan hasil adanya hubungan positif korelasi Tingkat sabar dan tingkat *self efficacy* pada mahasiswa Angkatan 2021 dengan nilai signifikan sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dan skor korelasi 0.697. dengan demikian disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat sabar dengan tingkat *self efficacy* pada Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang.

Kata Kunci : Hubungan Sabar, *self efficacy*

DAFTAR TABEL

<i>Tabel 1.1 Tinjauan Pustaka</i>	<i>6</i>
<i>Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa Angkatan 2021</i>	<i>38</i>
<i>Tabel 3.2 Skala Likert</i>	<i>41</i>
<i>Tabel 3.3 Blue Print Skala Tingkat Sabar</i>	<i>41</i>
<i>Tabel 3.4 Blue Print Skala Tingkat Self efficacy.....</i>	<i>42</i>
<i>Tabel 3.5 Uji Validitas Skala Tingkat Sabar</i>	<i>44</i>
<i>Tabel 3.6 Hasil Blue Print Skala Tingkat Sabar.....</i>	<i>46</i>
<i>Tabel 3.7 Uji Validitas Skala Tingkat Self efficacy</i>	<i>47</i>
<i>Tabel 3.8 Hasil Blue Print Skala Tingkat Self efficacy.....</i>	<i>48</i>
<i>Tabel 3.9 Interval dari Kriteria Reliabilitas</i>	<i>50</i>
<i>Tabel 3.10 Hasil Reliabilitas Variabel (X) Sabar.....</i>	<i>51</i>
<i>Tabel 3.11 Hasil Reliabilitas Variabel (Y) Self efficacy</i>	<i>51</i>
<i>Tabel 4.1 Uji Deskripsi data penelitian</i>	<i>57</i>
<i>Tabel 4.2 Kategorisasi Tiga Jenjang</i>	<i>57</i>
<i>Tabel 4.3 Kategorisasi Tingkat Sabar</i>	<i>58</i>
<i>Tabel 4.4 Hasil Kategori Tingkat Sabar</i>	<i>58</i>
<i>Tabel 4.5 Kategorisasi Tingkat Self efficacy.....</i>	<i>59</i>
<i>Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Tingkat self efficacy</i>	<i>59</i>
<i>Tabel 4.7 Uji Normalitas</i>	<i>60</i>
<i>Tabel 4.8 Uji Linieritas</i>	<i>61</i>
<i>Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi</i>	<i>62</i>

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 3 Tahun 2020 yang mengacu pada Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 bahwa pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program diploma, program sarjana, program magister, program doktor dan program profesi, serta program spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi berdasarkan kebudayaan bangsa Indonesia. Mahasiswa adalah individu yang terdaftar di lembaga pendidikan tinggi, yang bertujuan untuk memperoleh gelar sarjana dengan memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan kualifikasi.¹

Menempuh pendidikan di perguruan tinggi dapat memberikan beberapa keuntungan, baik secara akademik, sosial dan karir. Mahasiswa meningkatkan pengetahuan mereka melalui pembelajaran di kelas dan kegiatan akademis seperti seminar, sekaligus memperoleh manfaat sosial dengan membangun pertemanan dan jaringan. Setelah menyelesaikan semua mata kuliah dan ujian yang diwajibkan, mereka diharapkan menunjukkan kematangan intelektual dengan menulis skripsi berdasarkan penelitian terstruktur, yang menunjukkan kemampuan mereka untuk menerapkan pengetahuan teoritis dalam praktik.

Meskipun sering dianggap menakutkan, skripsi merupakan kesempatan berharga bagi mahasiswa sarjana untuk menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama masa studi. Skripsi berfungsi sebagai tugas akhir yang menunjukkan kematangan akademis dan pemikiran

¹ Jogloabang. (2019, November 01). Jogloabang community. Retrieved July 23, 2020, from Jogloabang| Redaksi: Jl. Suryodiningratan, Yogyakarta

kritis mereka melalui penelitian terstruktur.² Mahasiswa umumnya menghadapi tantangan dalam menulis skripsi karena keterampilan menulis yang buruk, kemampuan akademis yang terbatas, dan kurangnya minat dalam penelitian. Masalah-masalah ini menghambat kemampuan mereka untuk mengorganisasikan ide, memahami metode penelitian, dan tetap termotivasi, sehingga sulit menghasilkan karya yang berkualitas.³

Penelitian oleh Kiamarsi dan Abolghasemi menunjukkan bahwa mahasiswa sering menghadapi tantangan psikologis seperti stres dan kecemasan akibat kesulitan dalam menulis skripsi.⁴ Jika mahasiswa tingkat akhir tidak memiliki *self efficacy* yang memadai, mereka mungkin menghadapi gangguan psikologis karena tantangan akademis. Memiliki rasa *self efficacy* yang kuat sangat penting untuk kepercayaan diri dalam menyelesaikan studi, mengatasi kesulitan, dan tetap termotivasi. Kepercayaan diri ini membantu mereka mencapai tujuan dan berhasil secara akademis, sehingga dukungan dan pengembangan *self efficacy* sangat penting bagi kesehatan mental dan kesuksesan.

Menurut Bandura mendefinisikan “bahwa *self efficacy* adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugasnya atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu”.⁵ Meskipun individu dapat mengembangkan *self efficacy* secara mandiri, dukungan dari orang lain sangat penting untuk memperkuatnya. Dorongan dan bimbingan dari mentor atau rekan membantu individu, terutama siswa, membangun

² Swidharmanjaya, D. E. (2006). Membuat skripsi dengan openoffice.org write 2.0. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

³ “Slamet. (2003). Menyelesaikan skripsi dalam satu semester. Jakarta: PT. Grasindo”.

⁴ “Kiamarsi, A., dan Abolghasemi, A. (2014). *The relationship of procrastination and self-efficacy with Psychological vulnerability in students. Social and Behavioral Sciences*, 114,858-862”.

⁵ Bandura, A. (1997). *Self efficacy- The Exercise Of Control* (Fifth Printing., 2002) New York: W.H. Freeman dan Company.

kepercayaan diri, mengelola tugas, dan mengembangkan kemandirian. perpaduan motivasi diri dan dukungan eksternal ini meningkatkan keberhasilan akademis dan kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan.⁶

Namun, jika mahasiswa tidak mengatasi kesulitan mereka dengan tepat dan kondisi psikologis mereka memburuk, *self efficacy* berkorelasi negatif dengan tekanan, yang berarti meningkatnya tekanan menurunkan keyakinan mereka pada kemampuan mereka untuk berhasil. Kunci *self efficacy* adalah ketekunan, yang melibatkan sabar dan ketahanan saat menghadapi tantangan.⁷ Sabar adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi dan menghindari keluhan saat menjalankan perintah Allah, terutama saat menghadapi kesulitan.⁸ Kesulitan-kesulitan ini harus dihadapi dengan sabar, serta *self efficacy* yang baik, karena *self efficacy* berhubungan negatif dengan tekanan pada mahasiswa. Mahasiswa dengan *self efficacy* yang kuat membantu mengurangi tekanan psikologis saat menghadapi tantangan. Sabar yang melibatkan optimisme, kegigihan, komitmen, menghindari keluhan, dan sikap proaktif terhadap pembelajaran, mendukung mahasiswa dalam mengatasi kesulitan.

Sabar secara bahasa dapat ditemukan melalui etimologi kata tersebut. Kata "sabar" berasal dari bahasa arab, yaitu "صَبَرَ" (ṣabara). Dalam bahasa arab, kata ini memiliki makna dasar yang mengacu pada sabar, ketekunan, dan ketahanan dalam menghadapi berbagai bentuk cobaan, ujian, atau tantangan dalam hidup.⁹ Sabar artinya menahan diri dari berkeluh kesah

⁶ Mudzkiyyah, L., Wahib, A., & Bulut, S. (2022). *Well-being among boarding school students: Academic self-efficacy and peer attachment as predictors*. 7(1), 27– 38.

⁷ istilah, p. d. (2023, oktober). *pengertian dan istilah*. Diambil kembali dari pengertian dan istilah sabar secara bahasa dan manfaat untuk diri sendiri: <https://kumparan.com/pengertian-dan-istilah/arti-sabar-secara-bahasa-dan-manfaatnya-untuk-diri-sendiri-21JASnDxFJU>

⁸ Tebba, S. (2006). *Bekerja Dengan Hati*. Jakarta: Media Indonesia.

⁹ "istilah, p. d. (2023, oktober). *pengertian dan istilah*. Diambil kembali dari pengertian dan istilah sabar secara bahasa dan manfaat untuk diri sendiri: <https://kumparan.com/pengertian-dan-istilah/arti-sabar-secara-bahasa-dan-manfaatnya-untuk-diri-sendiri-21JASnDxFJU>"

dalam menjalankan perintah Allah pada waktu menghadapi musibah.¹⁰ Sabar sangat penting saat mengerjakan skripsi, membantu individu mengendalikan emosi dan tetap fokus saat menghadapi tantangan. Sabar melibatkan pengelolaan perasaan negatif secara aktif dan mempertahankan optimisme, tekad, dan komitmen terhadap tujuan. Didukung oleh antusiasme untuk belajar dan memecahkan masalah, sabar memungkinkan mahasiswa untuk bertahan dan berhasil meskipun menghadapi kesulitan.¹¹ Sabar adalah kemampuan untuk menghadapi cobaan dengan ketahanan dan menerima apa pun yang diberikan Allah tanpa putus asa. Sabar mencerminkan iman dan kepercayaan yang kuat terhadap rencana Allah, yang memungkinkan individu menghadapi kesulitan dengan tenang dan tekun.¹²

Mahasiswa tingkat akhir ini membutuhkan sabar dan *self efficacy* yang baik agar mereka yakin dapat menyelesaikan studi sesuai harapan. Keyakinan diri yang baik memungkinkan mahasiswa untuk menjalankan aktivitas mereka dengan cara yang paling efektif.¹³ Berdasarkan uraian di atas mengenai *self efficacy* yang telah diungkapkan oleh para ahli, dan hubungan antara sabar dan *self efficacy*, penulis ingin menyampaikan sebuah penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Sabar dengan Tingkat *Self efficacy* pada mahasiswa angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang.”

B. Rumusan Masalah

Adakah Hubungan Tingkat Sabar Dengan Tingkat *Self Efficacy* Pada Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang?

¹⁰ Tebba, S. (2006). *Bekerja Dengan Hati*. Jakarta: Media Indonesia.

¹¹ Hafis, S. M. (2012). *Ringkasan Laporan Penelitian Kompetitif Interval : Konstruk Sabar dan Perannya dalam Kebahagiaan Seseorang*. Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. Jakarta: <http://lemit.uhamka.ac.id>

¹² Sururiyah, S. U. (2017). Studi Kasus Tentang Sabar Pada Penderita Diabetes Melitus Remaja di Purwokerto. *psychoidea*, 50-59.

¹³ Rafnadila, Puspa, Aiyub Aiyub, and Elka Halifah(2021). "HUBUNGAN *SELF EFFICACY* TERHADAP KECEMASAN DAN KEMAMPUAN BERADAPTASI MAHASISWA PADA TAHUN PERTAMA." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan* 5.4.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah menguji hipotesis Hubungan Antara Tingkat Sabar Dengan Tingkat *Self Efficacy* Pada Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini akan memperdalam pemahaman tentang Tasawuf dan Psikoterapi, dengan menjelaskan peran penting sabar dan *self efficacy* dalam membantu mahasiswa menyelesaikan skripsi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi para mahasiswa, penelitian ini memberikan wawasan penting tentang pentingnya mengembangkan sabar dan *self efficacy* yang kuat. Sifat-sifat ini membantu para mahasiswa secara efektif menangani tantangan dalam menyelesaikan tugas akhir (skripsi)
- b. Bagi peneliti di masa mendatang, penelitian ini dimaksudkan sebagai referensi bermanfaat yang mendukung dan memandu penelitian lebih lanjut tentang topik terkait.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka ini bertujuan untuk mengidentifikasi penelitian sebelumnya yang relevan untuk dibandingkan dan dibedakan dari penelitian saat ini, sehingga terhindar dari duplikasi. Meskipun beberapa penelitian memiliki kesamaan, perbedaan utama terdapat pada variabel, karakteristik subjek, dan metode analisis :

Tabel 1.1 Tinjauan Pustaka

NO	PENULIS	JUDUL	METODE	HASIL
1	Rizka Fitri Nugraheni (2016)	Sabar Danacademic <i>Self Efficacy</i> Pada Mahasiswa	Penelitian ini merupakan penelitian korelasional antara variabel sabar dan <i>academic self-efficacy</i>	Hasil penelitian yang diperoleh berdasarkan korelasi Pearson mengungkapkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara sabar dan academi cself-efficacy. Korelasi yang dihasilkan sangat kecil, yaitu $r = 0.320$ ". ¹⁴
2	Nisa Azzahra (2023)	Hubungan <i>Self-Efficacy</i> Dan Kecerdasan Emosional Dengan <i>Academic Burnout</i> Mahasiswa Pengurus Ukm Universitas	Kuantitatif menggunakan pendekatan kuesioner	Hasil dari penellitian ini adalah terdapat hubungan negative antara <i>self efficacy</i> dengan academic burnout pada mahasiswa

¹⁴ Nugraheni, R. F. (2016). Sabar dan Academic Self-Efficacy pada Mahasiswa. Psikologika, volume 21

		(UKM-U) UIN Walisongo Semarang		pengurus UKM ¹⁵
3	Azhura Selvia (2021)	Hubungan Sabar Dengan <i>Self efficacy</i> Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh	Penelitian ini menggunakan kuantitatif.	Berdasarkan analisis hipotesis data maka diperoleh hasil koefesien korelasi (r) sebesar 0,503 dengan p=0,000, yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara sabar dengan <i>self efficacy</i> pada yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh”. ¹⁶
4	Fina Sopiyanti (2018)	Pengaruh <i>Self efficacy</i> terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa	Metode kuantitatif dengan teknik random sampling	Hasil penelitian ini mendapatkan korelasi 0.809 dengan presentase 64,6 persen antara

¹⁵ Azzahra, N. PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG.

¹⁶ Zibua, A. S. (2021). *Hubungan Sabar dengan Self efficacy pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-raniry).

				varieabel <i>self efficacy</i> terhadap penyesuaian diri. ¹⁷
5	Indah Nur Haliza (2022)	Pengaruh <i>Self efficacy</i> Dan <i>Self Esteem</i> Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang	Metode kuantitatif menggunakan kuesioner”	Hasil dari penelitian ini mendapatkan bahwa <i>self efficacy</i> terhadap penyesuaian diri memiliki pengaruh yang signifikan <0.05 . ¹⁸
6	Gina Agisna Robiatus Sa'diyah (2023)	Pengaruh <i>Self-Efficacy</i> Dan Konsep Diri Terhadap Tingkat Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Santri Madrasah Tsanawiyah (MTS) Manbaul 'Ulum Cirebon	Metode kuantitatif dengan pendekatan metode analisis data regresi berganda	Hasil dari penelitian ini bahwa <i>self efficacy</i> secara persial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan berbicara didepan umum dengan nilai signifikan $0.000 < 0.05$ yang berarti hipotesis diterima. ¹⁹

¹⁷ Sopiyan, F. (2011). Pengaruh *self efficacy* terhadap penyesuaian akademik mahasiswa. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 289-304.

¹⁸ IN Haliza (2022), Pengaruh *Self efficacy* Dan *Self Esteem* Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang

¹⁹ Gina Agisna Robiatus Sa'diyah(2023), Pengaruh *Self-Efficacy* Dan Konsep Diri Terhadap Tingkat Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Santri Madrasah Tsanawiyah (Mts) Manbaul 'Ulum Cirebon

7	Hanum Salsabiela (2021)	Hubungan Sabar Dengan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Prodi Tasawuf Dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang Angkatan 2017	Penelitian akan memakai jenis penelitian kuantitatif.	Penelitian ini menggunakan dua instrument yaitu instrument sabar yang telah melalui uji validitas dengan hasil semua item dinyatakan lolos dengan signifikansi antara 0,000 – 0,026 dan uji reabilitas dengan hasil cronbach's alpha 0,888 sehingga dapat disimpulkan bahwa skala sabar reliable atau konsisten. ²⁰
8	Iva Azfa Nadzifa (2023)	Pengaruh Efikasi Diri Dan Stres Akademik Terhadap Prokrastinasi Siswa/I Smp Islam Al-Azhar 23 Semarang	Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif, Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa aktif SMP Islam Al-Azhar 23	Hasil dari penelitian ini terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik. ²¹

²⁰ SALSABIELA, H. Hubungan sabar dengan kecerdasan emosional mahasiswa prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang angkatan 2017.

²¹ Iva azfa nadzifa(2023), Pengaruh Efikasi Diri Dan Stres Akademik Terhadap Prokrastinasi Siswa/I Smp Islam Al-Azhar 23 Semarang Skripsi

9	Annisa Rosni Zusya, Sari Zakiah Akmal (2016)	Hubungan <i>Self efficacy</i> Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian asosiatif. Variabel	Dengan mengacu pada uji hipotesis yang telah dilakukan, maka diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara <i>self-efficacy</i> akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. ²²
10	Irvan Hadi (2016)	Hubungan <i>Self efficacy</i> dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru di Universitas Negeri Jakarta	penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik purposive	Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara <i>self efficacy</i> dengan penyesuaian diri pada mahasiswa UNJ. ²³

Berdasarkan tinjauan pustaka di atas, perbedaan utama antara penelitian sebelumnya dengan penelitian ini terletak pada fokus pada sabar dan efikasi diri di kalangan mahasiswa UIN Walisongo. suatu kaitan yang belum

²² Zusya, R. A., dan Akmal. Z. S. (2016). Hubungan *Self efficacy* Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. Jurnal Ilmiah Psikologi, Volume 3 Nomor 2.

²³ “Hadi, I. (2016). *Hubungan self efficacy dengan penyesuaian diri mahasiswa baru di Universitas Negeri Jakarta* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA)”.

pernah dieksplorasi sebelumnya. Fokus unik ini menggarisbawahi orisinalitas dan pentingnya penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Sabar Dengan Tingkat *Self efficacy* Pada Mahasiswa 2021 UIN Walisongo Semarang”

F. Sistematika Penulisan Skripsi

Penulis telah menyusun penelitian ke dalam beberapa bab untuk menciptakan kerangka kerja yang jelas dan sistematis. sebagai berikut:

Bab 1 Pendahuluan, bab ini merupakan bagian awal dari penulisan skripsi yang berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan Pustaka, dan sistematika kepenulisan skripsi

Bab 2 Landasan Teori, bab ini membahas tentang kerangka teori yang memberikan pemahan yang jelas dan lengkap mengenai konsep teori yang terkait dengan topik penelitian

Bab 3 Metode Penelitian, bab ini membahas metode penelitian yang akan digunakan guna memudahkan peneliti dalam melakukan sebuah penelitian”

Bab 4 Hasil dan Pembahasan, bab ini berisi tentang hasil dan pembahasan penelitian secara rinci dari proses analisis data yang telah dilakukan pada bab sebelumnya

Bab 5 Penutup, bab ini berisi ke menjelaskan arti dan akibat – akibat tertentu dari Kesimpulan – Kesimpulan itu

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep Sabar

1. Pengertian Sabar

Menurut imam Al-Ghazali sabar adalah dorongan hati dalam melakukan ketaatan melawan hawa nafsu. Al-Ghazali juga menyatakan bahwa jika seseorang mampu mempertahankannya maka ia termasuk golongan orang yang memenangkan agama Allah serta termasuk golongan orang yang sabar. Begitu juga ketika seseorang tidak mampu dalam mempertahankannya maka ia termasuk dalam golongan setan.²⁴ Sabar merupakan hal yang mudah dikatakan akan tetapi sulit untuk dilakukan, namun bagi seseorang yang dapat melakukannya akan menerima pertolongan dari Allah dan akan selalu bersama dengan Allah. Sebagaimana yang tercantum didalam surat Ali-Imran ayat 146 yang memiliki arti “Allah mencintai orang-orang yang sabar”.

Al-Ghazali membagi keimanan menjadi dua bagian, yaitu sabar dan syukur. Sabar bukan sesuatu yang pasif, akan tetapi sabar merupakan sesuatu yang dinamis. sabar bukan berarti hanya tunduk, patuh dan berserah tanpa berusaha, melainkan sabar yakni melakukan sesuatu dengan penuh upaya dan kerja keras dengan selalu memperhatikan ketabahan jiwa dan juga keyakinan terhadap suatu keberhasilan atau hasil yang baik.²⁵

Baik secara agama maupun budaya, "sabar" merupakan konsep kunci yang sangat melekat dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia.

²⁴Misbachul Munir, “Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya’ Ulum Aldin”, Vol.5 No.2, 2019, h. 126

²⁵ Umi Rohmah, “Resiliensi Dan Sabar Sebagai Respon Pertahanan Psikologis Dalam Menghadapi Post-traumatic”, Ilmu Dakwah Academic Journal For Humiletic Studies, Vol.6 No.2, 2012, h. 324

Konsep ini sering dirujuk tidak hanya dalam interaksi sehari-hari, tetapi juga sebagai prinsip penting untuk menangani pergumulan psikologis seperti stres, masalah pribadi, bencana, dan kemarahan.²⁶

Sabar adalah keterampilan kompleks yang membantu individu mengelola dan mengendalikan perilaku, emosi, dan tindakan mereka selama situasi sulit. Sabar tidak hanya melibatkan menanggung kesulitan tetapi melakukannya dengan pemahaman yang komprehensif dan memahami dan menerima masalah sepenuhnya, mengetahui ruang lingkup dan detailnya serta pendekatan integratif, yang berarti melihat masalah secara keseluruhan.²⁷

Secara etimologi kata sabar berasal dari bahasa Arab yaitu صبر (صبر) - (ي) yang berarti menahan hatinya dari keinginan atau nafsunya. Sedangkan menurut istilah sabar dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah tahan menghadapi cobaan, tidak lekas marah, atau patah hati.²⁸ Sabar menurut terminologi yaitu menahan diri dari segala keluhan yang dirasakan.²⁹ Dalam dunia ilmu akhlak, sabar diartikan sebagai bentuk akhlak yang baik yang harus dimiliki seorang muslim dalam menghadapi permasalahan dunia maupun permasalahan akhirat. Sedangkan dalam dunia tasawuf, sabar didefinisikan sebagai jalan agar seseorang mempunyai rasa sabar terhadap apa yang dilihat, dirasakan, didengarkan serta dialami didalam ketentuan Allah SWT sehingga seseorang tersebut merasakan ketidakberdayaan dalam sesuatu.³⁰

²⁶ Subandi, P. (2011). Sabar: Sebuah konsep psikologi. *Jurnal Psikologi UGM*, 38(2), 130454.

²⁷ Yusuf, U. (2010). Sabar (Konsep, Posisi, dan Hasil penelitian). Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.

²⁸ Abu Sahlan. (2010). *Pelangi Sabar*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo), h. 2

²⁹ Abu Sahlan, *Pelangi Kesabaran*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2010), h.2

³⁰ Amita Darmawan Putri & Lukmawati, "makna sabar bagi terapis", *Jurnal Psikologi Islami*, Vol.1 No. 1 2015, h. 50

Sabar adalah upaya aktif dan disengaja untuk mengendalikan emosi, pikiran, ucapan, dan tindakan guna mencapai hasil positif. Sabar melibatkan upaya menjaga ketenangan dan perilaku bijaksana saat menghadapi tantangan. Bentuk sabar ini didukung oleh optimisme, ketekunan, keinginan untuk belajar, keinginan kuat untuk menemukan solusi, dan upaya yang konsisten.³¹ Sabar adalah kekuatan batin yang membantu individu menghadapi kesulitan dengan ketahanan dan keimanan. Sabar melibatkan penerimaan apa pun yang Allah berikan tanpa putus asa, mempertahankan harapan dan ketenangan melalui tantangan hidup.³² Dari penjelasan tersebut bisa di jelaskan bahwa sabar merupakan suatu kondisi batin yang tenang ketika berada dalam suatu masalah yang besar yang membutuhkan sebuah penyelesaian, seseorang juga memiliki pengelolaan jiwa yang baik sehingga tercipta sebuah ketenangan dalam menghadapi sebuah musibah dan kesedihan, bahkan ketika dalam keadaan yang bahagia pun seseorang dapat mengelola batin agar tidak berlebihan dalam berbahagia.

Dengan bersabar, seseorang juga dapat mengambil sebuah keputusan dalam bertindak yang sudah difikirkan terlebih dahulu baik dan buruknya. Sabar tidak hanya digunakan ketika dalam keadaan sedih, ketika menghadapi ujian maupun musibah, bahkan ketika mengalami kesusahan, dalam arti luas sabar juga dibutuhkan ketika seseorang merasa bahagia karena dengan bersabar dapat mengatur agar tidak terlalu larut dalam kebahagiaan dan menuruti semua hawa nafsu yang dirasakan.³³

Penelitian ini menjelaskan definisi Subandi tentang sabar, yang memandangnya sebagai upaya aktif untuk menghadapi dan mengatasi

³¹ Hafis, S. M. (2012). Ringkasan Laporan Penelitian Kompetitif Interval : Konstruk Sabar dan Perannya dalam Kebahagiaan Seseorang. Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. Jakarta: <http://lemit.uhamka.ac.id>

³² Sururiyah, S. U. (2017). Studi Kasus Tentang Sabar Pada Penderita Diabetes Melitus Remaja di Purwokerto. *psychoidea*, 50-59.

³³ Monica Anggen, *The Miracle of Sabar*, (Jakarta Timur : Laskar Aksara, 2012), h. 6-7

tantangan hidup melalui pengendalian diri, ketahanan, ketekunan, dan kerja keras tanpa mengeluh. Penjelasannya yang jelas dan komprehensif selaras dengan tujuan penelitian, sehingga menjadi landasan teori yang dipilih untuk penelitian ini.

2. Aspek – Aspek Sabar

Menurut Subandi aspek sabar antara lain:³⁴

a. Pengendalian diri

Pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan perilaku seseorang menuju hasil yang positif dengan mengelola dorongan hati dan menghindari tindakan yang merugikan. Pengendalian diri melibatkan pengaturan emosi, keterbukaan pikiran, dan kemauan untuk memaafkan, yang semuanya mendukung pertumbuhan pribadi, pengambilan keputusan yang lebih baik, dan hubungan yang lebih sehat.

b. Kegigihan

Kegigihan adalah usaha dan tekad yang terus-menerus untuk mencapai tujuan meskipun menghadapi kesulitan atau kemunduran. Kegigihan mencerminkan komitmen, ketahanan, dan motivasi yang kuat untuk terus maju tanpa menyerah, bahkan ketika kemajuannya lambat atau tidak pasti.

c. Ketabahan

Ketahanan adalah kemampuan seseorang untuk bertahan menghadapi kesulitan dan bangkit dari keterpurukan tanpa menyerah pada keputusasaan. Ketahanan tidak hanya melibatkan kemampuan bertahan menghadapi tantangan seperti kegagalan atau bencana, tetapi juga mempelajari pelajaran berharga dari pengalaman tersebut.

³⁴ Subandi. (2011). sabar: Sebuah Konsep Psikologi. Psikologi UGM, Volume 38, Nomor 2, 215-217.

d. Ketenangan lahir dan batin

Kematangan emosi adalah kemampuan seseorang untuk menjaga kestabilan emosi dan pengendalian diri saat menghadapi tantangan hidup.

e. Menerima kenyataan

Konsep ini menggambarkan kemampuan seseorang untuk menerima situasi mereka, terutama ketika hasilnya berbeda dari harapan. Konsep ini melibatkan pengakuan dan penerimaan atas upaya-upaya di masa lalu, bahkan jika upaya-upaya tersebut tidak membuahkan hasil yang diinginkan.

3. Sabar menurut Islam

Sabar dalam Islam merupakan keutamaan utama yang melibatkan pengendalian diri untuk menghindari tindakan yang bertentangan dengan kehendak Allah. Sabar berarti menanggung cobaan dengan tabah dan tanpa mengeluh, serta mengakuinya sebagai hikmah ilahi. Satu dari kunci keberhasilan dan kebahagiaan didunia dan akhirat adalah sabar.³⁵

a. Sabar dalam konteks Al – Quran

Dalam Al-Quran, sabar dibahas secara luas diantaranya:

1) Allah SWT berfirman,

وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ

Artinya “Allah mencintai orang-orang yang sabar” (QS. Al-Imran ayat 146)

³⁵ Mualif (2023). Sabar dalam Islam: Pengertian, Macam, Keutamaan, dan Cara Menumbuhkannya. Artikel Jurnal Universitas Islam An Nur Lampung

2) Allah SWT berfirman dalam ayat lain,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Artinya “*Wahai orang-orang yang beriman, Bersabarlah kamu dan kuatkanlah sabarmu dan tetaplah bersiap-siaga dan bertakwalah kepada Allah agar kamu beruntung*” – (Q.S Ali Imran: 200)

3) Allah SWT berfirman dalam ayat lain,

وَاصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ فِي ضَيْقٍ مِمَّا يَمْكُرُونَ

Artinya “*Dan bersabarlah (Muhammad), dan sabarmu itu semata-mata atas pertolongan Allah. Dan janganlah engkau bersedih hati terhadap (kekafiran) mereka, dan jangan pula bersempit dada terhadap tipu daya yang mereka rencanakan*” – (Q.S An-Nahl: 127)

4) Allah SWT berfirman dalam ayat lain,

إِنِّي جَزَيْتُهُمُ الْيَوْمَ بِمَا صَبَرُوا إِنَّهُمْ هُمُ الْفَائِزُونَ

Artinya “*Sesungguhnya pada hari ini Aku memberikan balasan kepada mereka karena sabar mereka, sesungguhnya mereka itulah orang-orang yang meraih kemenangan*” – (Q.S Al-Mukminun: 111)

b. Sabar Dalam Konteks Hadits

Sabar merupakan salah satu sifat mulia yang sangat dicintai oleh Allah SWT. Allah SWT menjanjikan pahala dan keberkahan yang sangat besar bagi orang-orang yang mampu bersabar dalam menghadapi berbagai kesulitan dan ujian dalam hidupnya. Mereka mengalami masa-masa sulit, terutama saat mengalami musibah atau tengah. Banyak hadis dan ayat-ayat Al-Quran yang menekankan sabar

sebagai kebajikan yang sangat dihargai dan diperintahkan oleh Allah SWT.³⁶

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ حَرِّضَ الْمُؤْمِنِينَ عَلَى الْقِتَالِ إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتَيْنِ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَفْقَهُونَ

Artinya: “*Dari Ibnu Abbas radliallahu anhuma tatkala turun ayat: ‘Jika ada dua puluh orang yang sabar di antaramu, niscaya mereka akan dapat mengalahkan dua ratus orang musuh. Dan jika ada seratus orang yang sabar di antaramu, niscaya mereka akan dapat mengalahkan seribu dari pada orang kafir...’* (Surat Al Anfal: 65). Maka diwajibkan kepada mereka tidak ada seorang pun yang lari dari sepuluh orang.

Abu Sufyan berkali-kali mengatakan: ‘Jangan sampai ada yang lari dua puluh orang dari dua ratus orang.’ Kemudian turunlah ayat: ‘Sekarang Allah telah meringankan kepadamu.’ (Al Anfal: 66). Maka diwajibkan jangan sampai ada yang lari sebanyak seratus orang dari dua ratus orang. Sufyan menambahkan juga; telah turun ayat; ‘Hai Nabi, kobarkanlah semangat para mukmin untuk berperang. Jika ada dua puluh orang yang sabar di antaramu...’ (Al Anfal: 65). Sufyan berkata; dan Ibnu Syubrumah berkata; ‘Aku melihat seperti inilah menyuruh kebaikan dan mencegah kemungkaran.’” (HR. Bukhari) [No. 4652 Fathul Bari] Shahih.

4. Macam – Macam Sabar

Imam Al-Ghazali dalam kitab *ihya’ ullumuddin* membagi sabar menjadi beberapa kategori yaitu sebagai berikut:³⁷

³⁶ Yufi Cantika. 14 Hadits Tentang Sabar, Dalilnya, dan Cara Melatih Sabar

³⁷ Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h. 24

a. Sabar yang berhubungan dengan keadaan seseorang.

Imam Al-Ghazali membaginya menjadi dua bagian, sabar badan dan sabar jiwa dari perbuatan seseorang yang mengikuti hawa nafsu. sabar badan yaitu kemampuan badan dalam menanggung segala kesulitan dan tetap bertahan dalam menghadapinya. misalnya sakit yang menyebabkan kesulitan dalam segala kegiatan beribadah. Sedangkan sabar jiwa dari perilaku yang didorong oleh hawa nafsu meliputi : *pertama, al-iffah* yaitu kesabaran yang didorong oleh hawa nafsu seksual dan juga perut. *Kedua*, kesabaran dalam menerima dan tahan terhadap segala kepedihan, kesedihan, kesulitan dan musibah yang datang dalam kehidupan seseorang.³⁸

Ketiga, kesabaran dalam menerima harta kekayaan, menata hati dan menahan diri agar tidak terlalu terlena dengan apa yang telah didapatkan. *Keempat*, kesabaran dalam sebuah peperangan yang biasa disebut dengan keberanian. *Kelima*, hilm (lemah lembut) yaitu kesabaran dalam menahan amarah yang ada didalam diri. *Keenam*, Sa'at Al-Sadr yang berarti lapang dada, yaitu bersabar akan pergantian sebuah masa yang membosankan. *Ketujuh*, kitman yaitu sabar dalam menahan suatu perkataan yang akan dilontarkan. *Kedelapan*, melepaskan hati dari segala pengaruh dunia baik harta, tahta dan sebagainya, kesembilan, kesabaran dalam menerima segala yang telah ditentukan oleh Allah dan menahan diri dari bersikap yang berlebihan (Qona'ah).³⁹

³⁸ Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h. 24

³⁹ Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h. 25

- b. Sabar yang berdasarkan pada kuat dan lemahnya seseorang yang terbagi menjadi tiga kategori :⁴⁰

Pertama, kemampuan seseorang dalam menahan dorongan hawa nafsu didalam dirinya. Melakukan hal tersebut bukan hal yang mudah, seseorang harus selalu bersabar dan terus bersabar dalam menahan dorongan hawa nafsu yang sering muncul dalam dirinya. Golongan ini disebut sebagai golongan orang-orang terpercaya (AlShodiqun).

Kedua, orang yg tidak mampu mengalahkan dorongan hawa nafsunya, sehingga seseorang masuk kedalam golongan orang yang lalai. Ketiga, yaitu seseorang yang masih berusaha dalam menahan dorongan hawa nafsu, akan tetapi terkadang mendapatkan kemenangan terkadang mendapatkan kekalahan.

- c. Sabar menurut hukum terdiri dari 4 macam :

Pertama, wajib yaitu sabar dalam menahan segala sesuatu dari melakukan hal-hal yang buruk menurut agama. *Kedua*, sunnah yaitu sabar dalam menahan segala sesuatu yang makruh. *Ketiga*, haram yaitu sabar dalam menahan diri dari perbuatan berbahaya yang menimpa dirinya, misalnya ketika ada seseorang yang ingin memotong tangan akan tetapi tidak ada perlawanan dari seseorang tersebut. *keempat*, makruh yaitu menerima tindakan tidak adil yang tidak disenangi oleh agama.⁴¹

- d. Sabar berdasarkan keadaan yang menimpa seseorang.

Sabar dalam hal ini dilihat dari dua bagian yaitu hal yang disenangi dan hal yang dibenci. Sesuatu yang disenangi bisa berbentuk dalam kemegahan, pangkat, keluarga yang banyak,

⁴⁰ Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h.26

⁴¹ Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h.30

keluarga yang harmonis, teman yang kaya, sahabat yang banyak dan sebagainya. Sabar ini cukup sulit untuk dilakukan karena jika seseorang lalai akan hal ini, ia akan terjerumus kedalam kedholiman. Sedangkan sesuatu yang dibenci dikategorikan menjadi beberapa bagian :⁴²

- 1) Yang berhubungan dengan pilihannya atau yang diinginkannya, *Pertama* adalah ketaatan, hal ini sulit untuk dilakukan. Karena manusia memiliki hati yang mudah sekali untuk berubah-ubah, semangat yang naik turun, iman yang naik turun. Untuk melakukan sabar pada fase ini terdapat 3 hal harus diperhatikan seperti ketika ingin melakukan sebuah perbuatan harus mengatur niat dengan baik, ketika sedang dalam proses melakukan sebuah perbuatan harus menjaga konsentrasi, setelah melakukan sebuah perbuatan harus bersabar dari menyiarkan perbuatan baik yang telah dilakukan (*riya'*). *Kedua*, yaitu sabar dari kemaksiatan. Sabar pada tahapan ini merupakan hal yang tersulit terlebih lagi ketika kemaksiatan sudah menjadi sebuah kebiasaan atau sering dilakukan. Selain itu, manusia tidak pernah terlepas dari sebuah kemaksiatan hawa nafsu
- 2) Yang tidak berhubungan dengan keinginannya atau pilihannya akan tetapi mempunyai pilihan untuk menolaknya. Misalnya, ketika seseorang menyakiti kita dengan sengaja baik dengan perbuatan maupun perkataan akan tetapi kita memilih untuk tidak membalasnya karena hal ini merupakan hal yang lebih mulia.⁴³ Seperti firman Allah dalam QS. Muzammil :10, yang berbunyi

وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَاهْجُرْهُمْ هَجْرًا جَمِيلًا

⁴² Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h.35

⁴³ Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019). 35

Artinya : “Dan bersabarlah terhadap apa yang mereka katakan dan jauhilah mereka dengan cara yang baik”.

- 3) Yang tidak menjadi keinginannya maupun pilihannya Misalnya ketika manusia mendapatkan ujian dari Allah SWT berupa kemiskinan, menahan sakit, sabar dari kematian, sabar dari kehilangan sesuatu yang sangat dicintainya dan lain-lain. Sabar dalam hal ini lebih tinggi tingkatannya dari sabar sebelumnya karena sabar pada tingkatan ini yaitu sabar terhadap takdir Allah, ikhlas menerima semua cobaan serta ujian yang telah diberikan oleh Allah.⁴⁴

5. Tingkatan Sabar

Menurut Syekh Ibnu Abid Dunya dalam karyanya yang terkenal “as-Shabru wa Tsawâb ‘alaihi”, sabar terbagi menjadi beberapa jenis yaitu pertama, sabar dalam menghadapi musibah dan kesulitan, yaitu sabar dalam menghadapi kesulitan tanpa mengeluh; kedua, sabar dalam menjalankan ibadah kepada Allah, yaitu sabar dalam ketaatan dan konsistensi dalam menghadapi berbagai tantangan; ketiga, sabar dalam menahan diri dari perbuatan dosa, mengendalikan hawa nafsu dan dorongan yang dapat menjerumuskan pada maksiat. Tingkat sabar yang paling tinggi adalah sabar dalam menahan diri dan mengendalikan diri. Klasifikasi ini didukung oleh sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Sayyidina Ali bin Abi Thalib, di mana Rasulullah (sallallahu ‘alaihi wa sallam) bersabda :

الصَّبْرُ ثَلَاثٌ: فَصَبْرٌ عَلَى الْمَصِيبَةِ، وَصَبْرٌ عَلَى الطَّاعَةِ، وَصَبْرٌ عَنِ الْمَعْصِيَةِ، فَمَنْ صَبَرَ عَلَى الْمَصِيبَةِ حَتَّى يَرُدَّهَا بِحُسْنِ عَزَائِهَا كَتَبَ اللَّهُ لَهُ ثَلَاثِمِائَةَ دَرَجَةٍ بَيْنَ الدَّرَجَةِ إِلَى الدَّرَجَةِ كَمَا بَيْنَ السَّمَاءِ إِلَى الْأَرْضِ، وَمَنْ صَبَرَ عَلَى الطَّاعَةِ كَتَبَ اللَّهُ لَهُ سِتِّمِائَةَ دَرَجَةٍ، مَا بَيْنَ الدَّرَجَةِ إِلَى الدَّرَجَةِ كَمَا بَيْنَ ثُخُومِ الْأَرْضِ إِلَى مُنْتَهَى الْعَرْشِ، وَمَنْ صَبَرَ عَنِ الْمَعْصِيَةِ كَتَبَ اللَّهُ لَهُ تِسْعِمِائَةَ دَرَجَةٍ، مَا بَيْنَ الدَّرَجَةِ إِلَى الدَّرَجَةِ كَمَا بَيْنَ ثُخُومِ الْأَرْضِ إِلَى مُنْتَهَى الْعَرْشِ مَرَّتَيْنِ

⁴⁴ Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h. 44

Artinya, “Sabar ada tiga tingkatan; sabar atas musibah, sabar dalam menjalani ketaatan, dan sabar dari laku kemaksiatan. Siapa saja yang sabar menghadapi musibah, sampai ia mampu merestorasinya sebaik mungkin, Allah akan mengangkat 300 derajatnya. Di mana, satu dengan lainnya berjarak sejauh antara langit dan bumi. Dan, yang bersabar dalam menjalani ketaatan, Allah mengangkat 600 derajatnya. Di mana, satu dengan lainnya berjarak sejauh antara lapisan-lapisan bumi dan batas (ketinggian) ‘arsy. Sedangkan, bagi yang bersabar dari laku kemaksiatan, Allah mengangkat 900 derajatnya. Di mana, satu dengan lainnya berjarak sekitar dua kali lipat antara lapisan- lapisan bumi dan batas (ketinggian) ‘arsy.”⁴⁵

Imam Al-Ghazali menggolongkan sabar ke dalam tiga tingkatan, yaitu :⁴⁶

- a. Orang yang mampu menahan hawa nafsunya secara total tanpa perlawanan dan selalu bersabar, maka ia tergolong orang “siddiq”, yang mencerminkan ketulusan spiritual yang tinggi dan keimanan yang teguh.
- b. Orang yang hanya didorong oleh hawa nafsunya saja, tanpa motivasi agama dan pengendalian diri, maka ia tergolong orang yang lalai (al-ghafilun), yang menunjukkan kealpaan terhadap tugas-tugas spiritual.
- c. Orang yang berjuang antara hawa nafsu dan dorongan agamanya dianggap orang yang bingung, tidak mampu membedakan dengan jelas antara kebenaran dan kepalsuan, sehingga memperlihatkan adanya konflik batin dalam perjalanan spiritualnya.

⁴⁵ Ahmad Dirgahayu Hidayat(2024), 3 tingkatan sabar dalam pandangan syekh ibu abid dunya

⁴⁶ Imam Al-Ghazali, Ihya’ Ulumuddin, (Semarang: Cv. Asy-Syifa, 1994), hal. 456

6. Keutamaan Sabar

Allah telah menganugraahkan keistimewaan yang berlimpah bagi seseorang yang mau bersabar. Sebagai seorang mukmin, memiliki kesabaran merupakan hal yang harus dimiliki setiap individu, karena kesabaran mengajarkan manusia tentang ketekunan dalam belajar, bekerja dan merealisasikan tujuan-tujuan hidup yang dimiliki yang membutuhkan ketekunan serta waktu waktu yang cukup banyak. Oleh karena itu, ketekunan dalam segala usaha yang dilakukan serta kesabaran dalam setiap proses yang tidak akan terlepas dari sebuah ujian dan cobaan merupakan indikator penting dalam meraih sebuah kesuksesan dan mewujudkan citacita yang tinggi.⁴⁷

Menurut Imam Al-Ghazali, Allah SWT menganugraahkan sifat yang terpuji bagi orang-orang yang mau bersabar, Allah menyebutkan kata sabar didalam Al-Qur'an sebanyak lebih dari 74 kali dan Allah juga berjanji akan menganugraahkan kebaikan berlipat kepada seseorang yang bersabar.⁴⁸

Allah memerintahkan hambanya untuk bersabar, dalam ayat berikut ini :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya : *“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu. Sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang bersabar (QS. AL-Baqarah : 153).*

Allah berfirman, bahwa Allah akan menganugraahkan pahala yang berlipatganda bagi hambanya yang bersabar, hal ini tercantum dalam QS.

Al-Qosos: 54 yang berbunyi :

أُولَٰئِكَ يُؤْتَوْنَ أَجْرَهُمْ مَرَّتَيْنِ بِمَا صَبَرُوا وَيَدْرَءُونَ بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ

⁴⁷ Siti Ernawati, “Konsep Sabar Menurut Quraish Shihab Dan Hubungannya Dengan Kesehatan Mental”, Skripsi Fakultas Ushuluddin, Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang, 2009, h. 18

⁴⁸ Imam Al-Ghazali, Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama (3), (Bandung: Marja, 2016), h. 314

Artinya : “Mereka itu dianugerahkan pahala 2 kali, dikarenakan oleh rasa sabar mereka, dan mereka menghindari kejahatan dengan kebaikan serta beberapa bagian dengan sesuatu yang telah kami berikan rezeki kepada mereka, mereka menafkahkan”.

7. Manfaat Sabar

Penelitian ini menjelaskan berbagai manfaat yang mendatangkan kebahagiaan dan kepuasan baik dalam kehidupan ini maupun, yang lebih penting, di akhirat. diantaranya adalah:⁴⁹

- a. Sabar bertindak sebagai pertahanan yang kuat terhadap taktik tipu daya musuh, yang memungkinkan individu untuk bertahan menghadapi tantangan tanpa jatuh ke dalam perangkap. Al-Qur'an, khususnya dalam Surah Ali Imran (3:120).

إِنْ تَمَسَّسْتُمْ حَسَنَةً تَسَوْهُمْ وَإِنْ تُصِيبْكُمْ سَيِّئَةٌ يَفْرَحُوا بِهَا وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ

Artinya: “|Jika kamu memperoleh kebaikan, niscaya mereka bersedih hati, tetapi jika kamu mendapat bencana, mereka bergembira karenanya. jika kamu bersabar dan bertakwa, niscaya tipu daya mereka sedikitpun tidak mendatangkan kemudharatan kepadamu. Sesungguhnya Allah mengetahui segala apa yang mereka kerjakan”.

Allah memerintahkan umat Islam untuk tetap sabar, teguh, dan taat ketika menghadapi tindakan penipuan. Dengan menahan hawa nafsu dan menentang penipuan, orang-orang beriman melindungi diri mereka dari bahaya, karena menyerah pada tipu daya seperti itu akan membawa bahaya. Percaya pada petunjuk Allah akan membantu dalam mengatasi kepalsuan, karena Dia mengetahui sepenuhnya semua upaya

⁴⁹ Miswar, A. (2017). Sabar dalam perspektif al-qur'an. *Al-Hikmah*, 19(2), 88-110.

terhadap hamba-hamba-Nya dan akan memberikan keadilan dan perlindungan ilahi.

- b. Sabar akan membawa rahmat, kesuksesan dan hidayah.

Hal ini diilustrasikan dalam Surah Al-Baqarah ayat 157,

أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَٰوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ

Artinya: “Mereka Itulah yang mendapat keberkatan yang Sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka Itulah orang-orang yang mendapat petunjuk. Kata رحمة pada ayat tersebut mengandung arti nikmat secara umum yang diturunkan Allah, di dunia dan di akhirat. Salah satu bentuk dari rahmat yang dimaksud adalah ketenangan jiwa tatkala ditimpa musibah”.

Rahmat Allah sangat luas dan melampaui pemahaman manusia, namun dampaknya terbukti melalui berkat-berkat yang melimpah yang Dia berikan kepada kita. Di samping karunia-karunia ini, Allah memberikan petunjuk penting yang membantu orang-orang beriman mengatasi kesulitan hidup dan menemukan kesuksesan duniawi dan pemenuhan rohani.

- c. Pribadi yang sabar akan mendapat ampunan dan pahala

Hal ini berulang kali ditekankan di seluruh Al-Qur'an, seperti dalam Surah Hud (11:5)

أَلَا إِنَّهُمْ يَمْتَنُونَ صُدُورَهُمْ لَيَسْتَخْفُوا مِنْهُ ۗ أَلَا حِينَ يَسْتَغْشُونَ ثِيَابَهُمْ يَعْلَمُ مَا يُسِرُّونَ وَمَا يُعْلِنُونَ إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ

Artinya: “Kecuali orang-orang yang sabar (terhadap bencana), dan mengerjakan amal-amal saleh; mereka itu beroleh ampunan dan pahala yang besar”.

Artinya, mereka yang tetap sabar saat menghadapi kesulitan, senantiasa beramal saleh, dan menghadapi tantangan dengan keyakinan

positif kepada Allah akan menerima pahala ilahi. Sabar dan kebenaran mereka mendatangkan ampunan dan berkah baik di dunia maupun di akhirat.

Sebuah hadis Nabi Muhammad memperkuat ayat tersebut dengan mengajarkan bahwa kesulitan apa pun yang dihadapi seorang Muslim entah itu kelelahan, sakit, sedih, atau bahkan rasa sakit ringan seperti tertusuk duri digunakan oleh Allah SWT untuk mengampuni sebagian dosa mereka.

d. Orang sabar mendapat balasan surga

Hal ini berulang kali ditekankan di seluruh Al-Qur'an, seperti dalam Surah Hud (11:5)

أَلَا إِنَّهُمْ يَنْتُونَ صُدُورَهُمْ لَيَسْتَنْخِفُوا مِنْهُ ۚ أَلَا جِئَ يَسْتَعْثِنُونَ تِيَابَهُمْ يَعْلَمُ مَا يُسِرُّونَ وَمَا يُعْلِنُونَ إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ

Artinya: “Kecuali orang-orang yang sabar (terhadap bencana), dan mengerjakan amal-amal saleh; mereka itu beroleh ampunan dan pahala yang besar”.

Artinya, mereka yang tetap sabar saat menghadapi kesulitan, senantiasa beramal saleh, dan menghadapi tantangan dengan keyakinan positif kepada Allah akan menerima pahala ilahi. Sabar dan kebenaran mereka mendatangkan ampunan dan berkah baik di dunia maupun di akhirat.

Sebuah hadis Nabi Muhammad memperkuat ayat tersebut dengan mengajarkan bahwa kesulitan apa pun yang dihadapi seorang Muslim entah itu kelelahan, sakit, sedih, atau bahkan rasa sakit ringan seperti tertusuk duri digunakan oleh Allah SWT untuk mengampuni sebagian dosa mereka.

Hal ini disebutkan dalam Surah Al-Insan (76:12) yang berbunyi:

وَجَزَلْنَاهُمْ بِمَا صَبَرُوا جَنَّةً وَحَرِيرًا

Artinya: “*Dan dia memberi balasan kepada mereka Karena sabar mereka (dengan) surga dan (pakaian) sutera*”

Ayat tersebut menunjukkan bahwa Allah memberi pahala kepada mereka yang dengan sabar mengikuti petunjuk-Nya dan menanggung kesulitan dengan keberkahan besar untuk masuk surga. Tempat surgawi ini digambarkan sebagai taman yang indah yang dipenuhi dengan berbagai buah-buahan dan makanan bergizi, yang melambangkan kegembiraan dan kelimpahan. Para penghuni surga juga mengenakan pakaian sutra, yang melambangkan kehormatan, martabat, dan kenyamanan abadi. Pahala ini diberikan bukan hanya karena sabar itu sendiri, tetapi sebagai hasil dari keteguhan iman mereka dan kemampuan mereka untuk menanggung tantangan hidup tanpa mengeluh, yang menunjukkan ketekunan dan komitmen mereka pada kebenaran.

Dari sini, dapat dipahami bahwa sabar menawarkan manfaat yang mendalam yang melampaui keuntungan duniawi yang instan. Dalam kehidupan ini, sabar membantu individu mencapai kesuksesan dan kepuasan di banyak bidang, memberikan stabilitas dan kepuasan. Yang lebih penting, sabar menjanjikan kebahagiaan abadi di akhirat disambut di surga, tempat kedamaian dan kegembiraan abadi.

B. *Self efficacy*

1. Pengertian *Self efficacy*

Self-efficacy adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri untuk melakukan tugas atau tindakan secara efektif guna mencapai tujuan tertentu. Berakar pada makna “*efficacy*” sebagai efisiensi, hal ini mencerminkan kepercayaan diri dan rasa kompetensi internal seseorang.

Self-efficacy dibentuk oleh pengalaman hidup, interaksi sosial, dan persepsi diri, serta memainkan peran penting dalam motivasi, kegigihan, dan kesuksesan. *Self-efficacy* yang tinggi meningkatkan kinerja dan pencapaian tujuan, sementara *Self-efficacy* yang rendah dapat menghambat motivasi dan menghasilkan hasil yang lebih buruk.⁵⁰

Menurut Alwisol, *Self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menangani tugas atau situasi secara efektif, yang menekankan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri lebih penting daripada keterampilan yang sebenarnya, karena hal tersebut mempengaruhi motivasi, ketekunan, dan kinerja.⁵¹

Menurut Friedman dan Schustack, *self efficacy* adalah keyakinan atau harapan individu tentang kemampuan mereka untuk melakukan perilaku tertentu dalam situasi tertentu. Merideth menambahkan bahwa hal itu melibatkan penilaian seseorang terhadap kapasitas mereka untuk memulai, berusaha, dan bertahan dalam menyelesaikan tugas dengan sukses meskipun menghadapi kesulitan.

self efficacy adalah keyakinan internal terhadap kemampuan seseorang untuk berhasil menyelesaikan tugas dan mengatasi tantangan, yang mendorong kegigihan dan keyakinan dalam mencapai tujuan meskipun menghadapi tantangan.

2. Aspek – Aspek *Self efficacy*

Menurut Bandura, *self efficacy* individu dapat dipahami melalui tiga aspek utama, yaitu:⁵²

⁵⁰ Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. W.H. Freeman and Company

⁵¹ Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian. Malang: UUM press.

⁵² Bandura, A. (2010). *Self-efficacy*. In *The corsini encyclopedia of psychology*. John Willey&Sons,Inc.

a. Aspek Tingkat (*level*)

Aspek ini menjelaskan bahwa tingkat kesulitan suatu tugas memengaruhi cara individu mendekati dan bertahan dalam menyelesaikannya. Orang cenderung menginvestasikan upaya dalam tugas yang mereka anggap dapat dikelola, dengan motivasi dan efektivitas mereka meningkat ketika tantangannya sesuai dengan kemampuan mereka.

b. Aspek kekuatan (*strength*)

Aspek ini menjelaskan bagaimana kekuatan dan keyakinan individu terhadap kemampuan mereka sangat memengaruhi motivasi dan kegigihan mereka. Keyakinan yang tinggi meningkatkan tekad dan ketahanan dalam menghadapi tantangan, sementara keyakinan yang rendah, terutama dengan tugas-tugas yang sulit, dapat mengurangi motivasi dan menghambat kinerja.

c. Aspek generalisasi (*generality*)

Aspek *generalitas* ini menggambarkan kepercayaan diri individu yang luas dan konsisten terhadap kemampuan mereka untuk bekerja dengan baik dalam berbagai tugas dan situasi, sehingga menumbuhkan kemampuan beradaptasi, ketahanan, dan motivasi dalam berbagai bidang kehidupan.

3. Faktor – Faktor *Self efficacy*

Menurut Bandura, *self-efficacy* dipengaruhi oleh beberapa faktor penting, yaitu:⁵³

a. Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experience*)

Mastery Experience merupakan pengaruh paling kuat pada *self-efficacy* di mana keberhasilan di masa lalu meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan, sementara kegagalan dapat menguranginya,

⁵³ Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. W.H. Freeman and Company

namun, *self-efficacy* yang kuat yang dibangun dari keberhasilan yang berulang membantu mengurangi dampak kegagalan dan, dengan upaya dan motivasi yang berkelanjutan, memungkinkan untuk mengatasi tantangan.

b. Pengalaman Orang Lain (*Vicarious Experience*)

Faktor tidak langsung yang disebut *Vicarious Experience* terjadi ketika individu mengamati orang lain dengan sifat serupa yang berhasil, yang meningkatkan kepercayaan diri dan keyakinan mereka terhadap kemampuan mereka untuk mencapai kesuksesan serupa. Di sisi lain, melihat kegagalan orang lain dapat menurunkan penilaian mereka tentang kemampuan mereka dan membuat mereka kurang berusaha.

c. Persuasi Verbal (*Verbal Persuasion*)

Faktor *Verbal Persuasion* merupakan Jenis arahan seperti nasihat, saran, atau bimbingan dikenal sebagai faktor persuasi lisan, yang dapat menurunkan keraguan dan membantu dalam mempertahankan kesuksesan. Faktor persuasi lisan juga dapat meningkatkan perubahan positif pada diri sendiri.

d. Kondisi Fisiologis (*Physiological State*)

Faktor *Physiological State* mengacu pada bagaimana individu menilai kondisi mental dan emosional mereka, termasuk kepercayaan diri, harga diri, dan kemampuan yang dirasakan. Penilaian diri ini memengaruhi kepercayaan diri dan motivasi mereka secara keseluruhan, di mana persepsi positif meningkatkan efektivitas, sementara fokus pada keterbatasan dapat melemahkannya.

4. *Self efficacy* Menurut Islam

Self efficacy adalah keyakinan diri individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan mengatasi tantangan, sehingga memberdayakan mereka untuk terus berjuang mencapai tujuan. Gagasan ketahanan ini didukung oleh pesan spiritual dalam Surat Ali-Imran ayat 139, yang berbunyi :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْآلَاءُ عَلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : *"Janganlah kamu melemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang mukmin"*.

Quraish Shihab (2002: 226) menafsirkan ayat tersebut sebagai seruan bagi umat Islam untuk menghindari kelemahan dan keputusasaan meskipun menghadapi kesulitan, mengingat bahwa hasil ditentukan oleh Allah. Alih-alih melihat tantangan sebagai kegagalan, tantangan harus dilihat sebagai pelajaran. Kemenangan sejati terletak pada pengembangan pola pikir dan semangat yang kuat, yang memungkinkan ketahanan dan harapan melalui kesulitan. Setiap individu mempunyai kemampuan dan permasalahan yang berbeda-beda, sehingga mereka haruslah yakin bahwa mereka mampu untuk menyelesaikan permasalahannya. Individu seharusnya memiliki efikasi diri yang baik untuk mampu mengendalikan kejadian dalam hidupnya.⁵⁴

Berdasarkan dalil diatas, dapat disimpulkan bahwa individu harus mengembangkan keyakinan yang kuat terhadap kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan dan memenuhi tugas mereka. Percaya pada

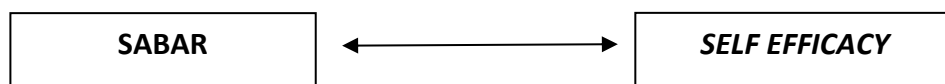
⁵⁴ Alfinuha. S., & Nuqul. (2017). Bahagia dalam meraih cita-cita: kesejahteraan subjektif mahasiswa teknik arsitektur ditinjau dari regulasi emosi dan efikasi diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12-28.

keterampilan seseorang sangat penting untuk mengatasi kesulitan secara efektif, yang tidak hanya memecahkan masalah langsung tetapi juga mendorong pertumbuhan pribadi.

C. Hubungan Sabar dengan *Self efficacy*

Pengalaman dalam menguasai keterampilan, mengamati panutan, dorongan sosial, dan mengelola kondisi fisik semuanya membentuk *self efficacy*. Bagi mahasiswa yang menyelesaikan skripsi, keyakinan diri yang kuat dan kedewasaan emosional sangat penting, karena penyelesaian skripsi melibatkan banyak tantangan yang menegangkan. Sabar, bagian penting dari kedewasaan emosional, membantu mahasiswa mengatur emosi dan perilaku, memungkinkan mereka untuk menangani kesulitan dengan tenang, memfokuskan upaya mereka secara efektif, dan memecahkan masalah secara komprehensif, yang pada akhirnya mendukung keberhasilan akademis.⁵⁵

Sabar memainkan peran penting dalam meningkatkan optimisme dan kepercayaan diri seseorang dalam mencapai tujuan. Sabar berdampak langsung pada *self efficacy* karena individu dengan *self efficacy* yang lebih tinggi cenderung lebih sabar. Sabar ini melibatkan menjaga pola pikir positif, bertahan dalam kesulitan, tetap konsisten dengan tujuan, dan tetap termotivasi dan bersemangat. Oleh karena itu, orang dengan *self efficacy* yang kuat optimis, tangguh, dan proaktif dalam menemukan solusi, yang bersama-sama memperkuat peluang keberhasilan mereka.



⁵⁵ Subandi. (2011). sabar: Sebuah Konsep Psikologi. Psikologi UGM, Volume 38, Nomor 2, 215-217.

Dari kerangka koseptual diatas, digambarkan dengan tabel sabar terdapat hubungan dengan *self efficacy*, jika semakin tinggi Tingkat sabar maka semakin tinggi pula Tingkat *self efficacy* nya.

D. Hipotesis Penelitian

Peneliti berhipotesis bahwa terdapat hubungan yang positif antara Tingkat sabar dan tingkat *self efficacy* pada mahasiswa angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang. Hipotesis ini menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat sabar maka semakin kuat *self efficacy*, sedangkan semakin rendah tingkat sabar maka semakin lemah *self efficacy*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena melibatkan data numerik yang dianalisis secara statistik untuk menguji hubungan antara dua variabel secara objektif. Penelitian ini juga bertujuan untuk menguji teori dan menghasilkan temuan yang dapat digeneralisasi dan bersifat prediktif, serta memastikan kesimpulan yang akurat.⁵⁶ Penelitian ini menggunakan metode korelasi untuk menguji apakah ada hubungan antara variabel dan untuk menilai kekuatan dan signifikansi hubungan tersebut.⁵⁷

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan faktor kunci yang diidentifikasi untuk pengukuran dan analisis dalam suatu penelitian. Variabel ini memandu proses penelitian, membentuk pengumpulan data, dan membantu menarik kesimpulan dengan mengungkap hubungan dan mendukung tujuan penelitian.⁵⁸ Penelitian ini mengidentifikasi dua jenis variabel utama yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen dianggap memengaruhi atau menyebabkan perubahan, sedangkan variabel dependen mencerminkan hasil dari perubahan tersebut. Variabel yang dapat diukur dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel Bebas (X) : Tingkat Sabar
2. Variabel Terikat (Y) : Tingkat *Self efficacy*

⁵⁶ Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV Alfabeta.

⁵⁷ Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h. 251

⁵⁸ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods), (Bandung: Alfabeta) Cet.IV, h. 63

C. Definisi Operasional Variabel

Menurut Sugiyono, definisi operasional menetapkan suatu konstruk atau karakteristik sehingga dapat diukur dan dianalisis sebagai variabel penelitian. Definisi operasional mengubah ide-ide abstrak menjadi elemen-elemen yang dapat diukur dan merinci metode yang digunakan untuk mempelajari konstruk tersebut. Hal ini memastikan konsistensi dalam pengukuran dan memungkinkan peneliti lain untuk mereplikasi atau meningkatkan penelitian tersebut untuk akurasi dan keandalan yang lebih tinggi.⁵⁹

1. Definisi Operasional Variabel Sabar

Menurut Subandi, "Sabar" merupakan sebuah konsep yang berakar dalam konteks agama dan budaya dan sering dirujuk oleh masyarakat Indonesia dalam kehidupan sehari-hari. Istilah ini sering digunakan, terutama ketika seseorang menghadapi tantangan psikologis seperti stres, berbagai masalah, musibah, atau perasaan marah. Subandi menjelaskan bahwa sabar mencakup beberapa aspek penting, yaitu :

- a. Pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengelola dan mengarahkan perilaku seseorang ke arah hasil yang positif, mendorong tindakan yang bijaksana daripada tindakan yang impulsif.
- b. Kegigihan adalah tekad yang kuat untuk terus mengejar tujuan tanpa menyerah meskipun menghadapi tantangan.
- c. Ketahanan adalah ketahanan untuk bertahan dan pulih dari kesulitan, belajar dari pengalaman untuk menjadi lebih kuat.
- d. Menerima kenyataan berarti mengakui dan menerima situasi seseorang, yang mengarah pada keseimbangan emosional dan, pada akhirnya,

⁵⁹ Sugiyono.2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.Alfabeta.Bandung.

mencapai kedamaian batin dan lahir sebagai tanda kedewasaan emosional.⁶⁰

2. Definisi Operasional Variabel *Self efficacy*

Menurut Bandura *Self-efficacy* adalah seseorang yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk melakukan tugas atau Tindakan guna mencapai tujuan atau hasil. Istilah “*self*” bersala dari kata “*efficacy*” yang berarti “efisiensi”. Aspek *self efficacy* menurut Bandura:

- a. Aspek level : Berkaitan dengan bagaimana individu memandang kesulitan tugas dan apakah mereka merasa mampu menyelesaikan tugas dengan berbagai tantangan.
- b. Aspek kekuatan : Melibatkan rasa percaya diri dan keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka sendiri, yang mencerminkan keyakinan batin mereka dalam melakukan sesuatu secara efektif.
- c. Aspek generalisasi : Menyangkut konsistensi keyakinan individu terhadap kemampuan mereka di berbagai situasi dan aktivitas, yang menunjukkan seberapa luas efikasi diri berlaku di luar satu konteks.⁶¹

D. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di UIN Walisongo Semarang menggunakan *Google Form*, sebuah alat daring yang efisien dan praktis untuk mengumpulkan data survei. Platform digital ini memungkinkan peneliti untuk dengan mudah menghubungi partisipan dan menyederhanakan proses pengumpulan data untuk analisis yang efektif.

⁶⁰ Subandi. (2011). sabar: Sebuah Konsep Psikologi. Psikologi UGM, Volume 38, Nomor 2, 215-217.

⁶¹ Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. W.H. Freeman and Company

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 22 Maret – 3 April 2025

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini mencakup sekitar 5.519 mahasiswa angkatan 2021 di UIN Walisongo Semarang yang tersebar di delapan fakultas. jumlah total mahasiswa angkatan 2021:

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa Angkatan 2021

NO	Fakultas	Jumlah
1	Fakultas Syariah dan Hukum	748
2	Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	680
3	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	1.125
4	Fakultas Dakwah dan Komunikasi	689
5	Fakultas Ilmu Sosial dan Politik	446
6	Fakultas Psikologi dan Kesehatan	235
7	Fakultas Sains dan Teknologi	968
8	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	628
Jumlah		5.519

Sumber : Skripsi Indah Nur Haliza 2022

2. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel adalah metode sistematis yang digunakan oleh peneliti untuk memilih sampel representatif dari populasi

yang lebih besar.⁶² Penelitian ini menggunakan teknik “*teknik simple random sampling*” di mana setiap individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih. Proses ini dilakukan secara acak tanpa mempertimbangkan pengelompokan atau lapisan apa pun, sehingga menghasilkan sampel yang tidak bias dan adil yang mendukung generalisasi hasil penelitian.⁶³ Peneliti menetapkan kriteria yang jelas untuk memandu pemilihan sampel adalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswa UIN Walisongo Semarang.
- b. Mahasiswa angkatan 2021 yang aktif mengikuti perkuliahan dan sedang menyusun skripsi.
- c. Bersedia menjadi subjek penelitian secara sukarela.

Jumlah populasi adalah sampel, dan sampel untuk penelitian kuantitatif harus mewakili seluruh populasi. Untuk melakukan ini, rumus Slovin digunakan, yaitu:⁶⁴

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

n = Jumlah populasi

N = Ukuran populasi

E = Tingkat kesalahan sampel 10%

Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 5.519

Partisipan dalam penelitian ini dipilih dengan margin kesalahan 10%, yang dianggap dapat diterima untuk tujuan penelitian. Proses perhitungannya adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{5.519}{1 + 5.519 (0,1)^2}$$

⁶² Sugiyono. (2018: 128). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D. Alfabeta.

⁶³ Sugiyono. (2001:57). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D. Alfabeta

⁶⁴ Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D. Alfabeta

$$n = \frac{5.519}{1 + 5.519(0,01)}$$

$$n = \frac{5.519}{1 + 55(dibulatkan)}$$

$$n = \frac{5.519}{56}$$

$$n = 98,5 \text{ responden}$$

Ukuran sampel untuk penelitian ini dibulatkan menjadi 100 mahasiswa dari delapan fakultas di UIN Walisongo Semarang untuk menyederhanakan pemrosesan data dan memastikan hasil yang akurat dan dapat diandalkan sambil tetap menjaga sampel yang representatif.

F. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan skala *Likert* untuk pengumpulan data, yang menampilkan dua jenis item yaitu pernyataan positif yang mendukung ciri-ciri psikologis tertentu, dan pernyataan negatif yang menentangnya. Desain yang seimbang ini membantu mengukur sikap responden secara lebih akurat dengan menangkap persetujuan dan ketidaksetujuan, memberikan pemahaman terperinci tentang karakteristik psikologis yang diteliti, dan memastikan data yang akurat.⁶⁵ Skala Likert dalam penelitian ini menggunakan empat kategori penilaian: "Sangat Tepat" (SS) untuk persetujuan yang kuat, "Tepat" (S) untuk persetujuan sedang, "Tidak Tepat" (TS), dan "Sangat Tidak Tepat" (STS) untuk berbagai tingkat ketidaksetujuan.

⁶⁵ Ahmad Saifuddin, *Penyusunan Skala Psikologi*, Prenadamedia Group, Jakarta, 2020, h. 73.2

Tabel 3.2 Skala Likert

Jenis Pernyataan	Skor Penilaian			
	SS	S	TS	STS
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

Lebih lanjut, penelitian ini menggunakan dua skala khusus yang dirancang untuk mengukur variabel penelitian berikut :

1. Skala tingkat Sabar

Sabar digambarkan sebagai kemampuan untuk mengelola, mengatur, dan mengarahkan perilaku, emosi, dan tindakan seseorang untuk mengatasi tantangan secara komprehensif dan terpadu. Skala pengukuran ini berasal dari teori Subandi, P, yang mencakup aspek-aspek utama berikut :

Tabel 3.3 Blue Print Skala Tingkat Sabar

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Pengendalian Diri	Menahan Emosi	1	3,12	3
Ketabahan	Bertahan dalam situasi sulit	8	10	2
	Tidak mengeluh	9,11	7,15	4
Kegigihan	Bekerja keras	4,13	19	3
	Mencari pemecahan masalah	14	5,16	3
	Menghadapi kondisi	18	20	2

Menerima kenyataan pahit dan ikhlas	Selalu berterimakasih kepada Allah SWT atas apa yang dimiliki	6,17	21	3
Ketenangan lahir dan batin	Tidak merasa gelisah	2,23	24	3
	Hati – hati dalam bertindak	22	25	2
Jumlah		13	12	25

Sumber : Adaptasi dari Penelitian Skripsi Azhura Selvia 2021

2. Skala tingkat *Self efficacy*

Self efficacy mengacu pada keyakinan dan kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya untuk melaksanakan tugas atau tindakan secara efektif yang menghasilkan pencapaian tujuan atau hasil yang diinginkan. Skala ini didasarkan pada teori Bandura, A, yang menekankan aspek-aspek utama berikut :

Tabel 3.4 Blue Print Skala Tingkat Self efficacy

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Level	Yakin dapat menyelesaikan skripsi	1, 2	3,5	4
	Yakin dan semangat menghadapi hambatan yang sulit	4,8,16	7, 9	5
<i>Generality</i>	Yakin dirinya dapat bertanggung jawab atas tugas yang dimiliki	6,11	13,14	4
	Mampu menghadapi situasi yang tidak	10,12,15		3

	direncanakan dalam mencapai tujuan			
<i>Strenght</i>	Yakin akan kemampuannya dapat menghadapi berbagai situasi yang menekan	17, 18,24	19,20	5
	Yakin dirinya dapat bertanggung jawab atas tugas yang dimiliki	22, 23,25	21	4
Jumlah		16	9	25

Sumber : Adaptasi dari skripsi Nisa Azzahra (2023)

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas instrumen

Validitas mengukur seberapa baik pertanyaan atau item dalam suatu tes secara akurat menggambarkan keseluruhan ciri atau perilaku sampel yang sedang diuji. Suatu tes dikatakan valid apabila isinya mencakup pokok bahasan yang ingin dinilai secara menyeluruh dan proporsional, sehingga hasilnya benar-benar mencerminkan kemampuan atau karakteristik peserta.⁶⁶

Sebelum menggunakan instrumen untuk pengumpulan data, instrumen tersebut harus diuji terlebih dahulu untuk memastikan bahwa instrumen tersebut dapat mengukur variabel penelitian secara efektif dan akurat.⁶⁷ Uji coba instrumen melibatkan 30 mahasiswa UIN Walisongo Semarang angkatan 2021 dan dilaksanakan pada tanggal 21-22 Februari 2025

⁶⁶ Matondang, Z. (2009). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal tabularasa*, 6(1), 87-97.

⁶⁷ I Putu Ade Andre Payadnya & I Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika, Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik dengan SPSS, Deepublish Publisher, Yogyakarta, Cetakan Pertama, 2018, h. 27

menggunakan *Google Form*. Uji validitas dilakukan dengan membandingkan data dengan tabel kriteria yang telah disiapkan, dibantu dengan perangkat lunak *SPSS 24.0* untuk analisis statistik. Suatu item kuesioner dikatakan valid apabila mampu mengukur variabel yang dituju secara tepat.⁶⁸

- a. Jika $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$, maka butir pernyataan tersebut dinyatakan valid.
- b. Jika $r\text{-hitung} < r\text{-tabel}$, maka butir pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid.

a) Skala Sabar

Berdasarkan tabel *blueprint* yang Asdaptasi dari Penelitian Skripsi Azhura Selvia 2021. Setelah diuji nilai r hitung pada variabel sabar (X) diperoleh dengan program *SPSS 24,0 for windows*. Uji coba skala sabar adalah 30 mahasiswa, kemudian diperoleh r tabel yaitu 28 dari rumus $(n-2)$ dengan taraf kesalahan 5% maka r tabelnya adalah 0.3061. Berdasarkan perbandingan r tabel dengan r hitung ditemukan terdapat delapan aitem yang nilai r hitungnya lebih kecil disbanding 0.3061, dari 25 aitem tersebut dieliminasi dan aitem yang digunakan dalam skala sabar yaitu berjumlah 17 aitem

Tabel 3.5 Uji Validitas Skala Tingkat Sabar

NO	Koefisien Korelasi	Skor Signifikan	Keterangan
1	0.515	0.004	Valid
2	0.378	0.039	Valid
3	0.277	0.139	Tidak Valid
4	0.127	0.505	Tidak Valid

⁶⁸ Imam Ghazali, Analisis-analisis multivariate dengan Program SPSS, Edisi ke-4, Penerbit Universitas Diponegoro, 2009, h. 49.

5	0.292	0.118	Tidak Valid
6	0.440	0.015	Valid
7	0.514	0.004	Valid
8	0.404	0.027	Valid
9	0.381	0.038	Valid
10	0.690	0.000	Valid
11	0.130	0.492	Tidak Valid
12	0.745	0.000	Valid
13	0.573	0.001	Valid
14	0.433	0.017	Valid
15	0.254	0.176	Tidak Valid
16	0.54	0.000	Valid
17	0.452	0.012	Valid
18	0.545	0.012	Valid
19	0.520	0.003	Valid
20	0.143	0.449	Tidak Valid
21	0.225	0.232	Tidak Valid
22	0.464	0.010	Valid
23	0.364	0.048	Valid
24	0.618	0.000	Valid

25	0.163	0.390	Tidak Valid
----	-------	-------	-------------

Tabel 3.6 Hasil Blue Print Skala Tingkat Sabar

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Pengendalian Diri	Menahan Emosi	1	3*,12	2
Ketabahan	Bertahan dalam situasi sulit	8	10	2
	Tidak mengeluh	9,11*	7,15*	2
Kegigihan	Bekerja keras	4*,13	19	3
	Mencari pemecahan masalah	14	5*,16	2
Menerima kenyataan pahit dan ikhlas	Menghadapi kondisi	18	20*	1
	Selalu berterimakasih kepada Allah SWT atas apa yang dimiliki	6,17	21*	2
Ketenangan lahir dan batin	Tidak merasa gelisah	2,23	24	3
	Hati – hati dalam bertindak	22	25*	1
Jumlah		11	6	17

Sumber : Adaptasi dari Penelitian Skripsi Azhura Selvia 2021

**tidak valid*

b) Skala *Self efficacy*

Berdasarkan teori Bandura dan diadaptasi dari skripsi Nisa Azzahra (2023), variabel *self efficacy* diuji menggunakan SPSS 24.0. Uji coba skala sabar dengan 30 siswa menghasilkan nilai r tabel sebesar 0,3061 dengan tingkat kesalahan 5%. Jika dibandingkan dengan nilai r hitung, terlihat bahwa dari 25 item, sebanyak 7 item berada di bawah ambang batas validitas dan dibuang, sehingga tersisa 18 item skala sabar yang valid.

Tabel 3.7 Uji Validitas Skala Tingkat Self efficacy

NO	Koefisien Korelasi	Skor Signifikan	Keterangan
1	0.299	0,108	Tidak Valid
2	0.434	0.017	Valid
3	-0.094	0.621	Tidak Valid
4	0.460	0.011	Valid
5	0.437	0.016	Valid
6	0.375	0.041	Valid
7	0.168	0.375	Tidak Valid
8	0.536	0.002	Valid
9	0.437	0.016	Valid
10	0.571	0.001	Valid
11	0.668	0.000	Valid

12	0.496	0.005	Valid
13	0.348	0.059	Tidak Valid
14	0.312	0.094	Tidak Valid
15	0.578	0.001	Valid
16	0.313	0.093	Tidak Valid
17	0.440	0.015	Valid
18	0.575	0.001	Valid
19	0.533	0.002	Valid
20	0.586	0.001	Valid
21	0.395	0.031	Valid
22	0.465	0.010	Valid
23	0.280	0.135	Tidak Valid
24	0.531	0.003	Valid
25	0.495	0.005	Valid

Tabel 3.8 Hasil Blue Print Skala Tingkat Self efficacy

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Level	Yakin dapat menyelesaikan skripsi	1*, 2	3*,5	2
	Yakin dan semangat menghadapi	4,8,16*	7*, 9	3

	hamabatan yang sulit			
<i>Generality</i>	Yakin dirinya dapat bertanggung jawab atas tugas yang dimiliki	6,11	13*,14*	2
	Mampu menghadapi situasi yang tidak direncanakan dalam mencapai tujuan	10,12,15		3
<i>Strenght</i>	Yakin akan kemampuannya dapat menghadapi berbagai situasi yang menekan	17, 18,24	19,20	5
	Yakin dirinya dapat bertanggung jawab atas tugas yang dimiliki	22, 23*,25	21	3
Jumlah		13	5	18

Sumber : Adaptasi dari skripsi Nisa Azzahra (2023)

**tidak valid*

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas mengacu pada konsistensi dan ketergantungan hasil pengukuran, yang berarti bahwa pengujian berulang pada subjek yang sama menghasilkan hasil yang sama selama ciri-ciri yang diukur tetap tidak berubah.⁶⁹

⁶⁹ Matondang, Z. (2009). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal tabularasa*, 6(1), 87-97.

Syaifuddin Azwar menjelaskan bahwa reliabilitas diukur dengan koefisien yang berkisar antara 0 sampai 1, dengan nilai yang mendekati 1 menunjukkan reliabilitas yang lebih tinggi dan yang mendekati 0 menunjukkan reliabilitas yang lebih rendah. Dalam penelitian ini, setiap skala diujicobakan kepada sekelompok responden melalui satu kali uji coba, dan hasilnya dievaluasi dengan menggunakan Tabel kriteria yang telah ditetapkan untuk mengklasifikasikan tingkat reliabilitas sebagai berikut.⁷⁰

Tabel 3.9 Interval dari Kriteria Reliabilitas

Interval	Kriteria
<0,200	Sangat rendah
0,200-0,0339	Rendah
0,400-0,599	Cukup
0,600-0,799	Tinggi
0,800-1000	Sangat tinggi

Reliabilitas skala Tingkat *Self efficacy* dievaluasi menggunakan koefisien *Alpha Cronbach* melalui SPSS versi 24.0. Pengukuran ini menilai konsistensi internal skala dengan menunjukkan besarnya kesalahan pengukuran, di mana nilai Alpha yang lebih tinggi berarti lebih sedikit kesalahan dan keandalan yang lebih tinggi. Oleh karena itu, keandalan skala *Self efficacy* dipastikan akurat dan dapat diandalkan berdasarkan analisis ini.

⁷⁰ Syaifuddin Azwar, Penyusunan Skala Psikologi, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), h. 83

a. Skala Tingkat Sabar

Berdasarkan skala Tingkat sabar yang dilakukan dengan reliabilitas *Alpha Cronbach*, instrument Tingkat sabar diperoleh nilai koefisien 0,881.

Tabel 3.10 Hasil Reliabilitas Variabel (X) Sabar

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of items</i>
0.881	17

Berdasarkan tabel diatas maka dapat disimpulkan nilai Cronbach's Alpha yang diperoleh $>0,5$ Skala sabar dapat dinyatakan reliabilitas yang baik

b. Skala Tingkat *Self efficacy*

Berdasarkan skala Tingkat *self efficacy* yang dilakukan dengan reliabilitas *Alpha Cronbach*, instrument Tingkat *self efficacy* diperoleh nilai koefisien $0,823 > 0,5$, menunjukkan bahwa variabel *self efficacy* (Y) kuesioner adalah reliable atau konstan.

Tabel 3.11 Hasil Reliabilitas Variabel (Y) Self efficacy

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of items</i>
0.823	18

Skala sabar menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* $>0,5$, yang menunjukkan konsistensi internal yang dapat diterima

Proses analisis data dimulai setelah instrumen untuk variabel sabar dan *self efficacy* dipastikan valid dan reliabel. Kuesioner dibuat

menggunakan *Google Form* dan disebarikan kepada 100 mahasiswa sasaran angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang. Sebanyak 104 mahasiswa berpartisipasi. Data yang terkumpul kemudian dianalisis melalui uji normalitas, linearitas, dan korelasi untuk menilai sebaran data, hubungan variabel, dan kekuatan asosiasi.

H. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan bagian penting dari analisis data yang digunakan untuk menentukan apakah data mengikuti distribusi normal. Dalam penelitian ini, pengujian dilakukan pada dua variabel: tingkat sabar (X) dan tingkat *self efficacy* (Y). Distribusi normal penting karena menunjukkan bahwa data tersebut mewakili populasi sasaran. Uji *Kolmogorov-Smirnov*, yang diproses menggunakan *SPSS 24.0* untuk Windows, digunakan untuk tujuan ini. Data dianggap terdistribusi normal jika nilai $Z_{Kolmogorov-Smirnov} < \text{nilai tabel } Z$ atau jika nilai signifikansi (Sig.) $> \alpha$; dan $\text{sig} > 0.05$. Dalam kondisi ini, kurva residual terstandarisasi dianggap normal.⁷¹

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk menentukan apakah terdapat hubungan linear yang signifikan antara dua variabel. Dalam penelitian ini, pengujian dilakukan dengan menggunakan analisis varians (ANOVA) pada hasil regresi, menghasilkan nilai F hitung. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai F tabel untuk menilai linearitas hubungan. Kriteria yang digunakan dalam evaluasi ini didasarkan pada tingkat signifikansi 5%:

- a. Jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ pada taraf signifikan 5%, maka hubungan antar variabel linear.

⁷¹ Khasanah, U. (2021). *Analisis Regresi*. Uad Press

- b. Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ pada taraf signifikan 5%, maka hubungan antar variabel tidak linear.⁷²

I. Uji Hipotesis

Setelah data penelitian dipastikan valid dan reliabel, data tersebut siap untuk dianalisis lebih lanjut, dimulai dengan pengujian hipotesis. Analisis korelasi digunakan sebagai metode utama untuk menguji hipotesis dengan mengukur kekuatan dan arah hubungan antar variabel. Dengan menghitung koefisien korelasi, peneliti dapat menentukan bagaimana variabel saling terkait dan menggunakan informasi ini untuk menarik kesimpulan yang berarti tentang hubungan variabel selama tahap pengujian hipotesis.⁷³

Uji korelasi bertujuan untuk menilai bagaimana variabel berinteraksi dalam suatu penelitian, dengan koefisien korelasi yang menunjukkan kekuatan dan arah hubungan mereka. Koefisien yang mendekati satu menunjukkan hubungan yang lebih kuat, sedangkan tanda positif (+) atau negatif (−) menunjukkan sifat hubungan. Korelasi positif (+) berarti bahwa ketika satu variabel, seperti sabar siswa, meningkat, variabel lain, seperti *self efficacy*, juga meningkat. Hubungan positif ini mengarah pada penerimaan hipotesis alternatif (H1) dan penolakan hipotesis nol (H0).⁷⁴

⁷² Khasanah, U. (2021). *Analisis Regresi*. Uad Pres

⁷³ Abd. Mukhid, *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, (Surabaya, 2021), h.18

⁷⁴ Imam Santoso dan Harries Madiistriyatno, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Indigo Media, Cetakan Pertama, 2021), h.46

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Kancan Penelitian

1. Sejarah UIN Walisongo Semarang

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo resmi menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo sejak 19 Desember 2014 bersamaan dengan dua UIN yang lain, yaitu UIN Raden Patah Palembang dan UIN Sumatera Utara. Peresmian dan penandatanganan prasasti dilakukan oleh Presiden Joko Widodo di Istana Merdeka. UIN Walisongo secara resmi berdiri pada tanggal 6 April 1970 melalui Keputusan Menteri Agama RI (KH. M. Dachlan) No. 30 dan 31 tahun 1970. Pada awal berdirinya, Perguruan Tinggi Agama Islam ini memiliki 5 fakultas yang tersebar di berbagai kota di Jawa Tengah, yakni Fakultas Dakwah di Semarang, Fakultas Syari'ah di Bumiayu, Fakultas Syari'ah di Demak, Fakultas Ushuluddin di Kudus dan Fakultas Tarbiyah di Salatiga. Namun, ide dan upaya perintisannya telah dilakukan sejak tahun 1963, melalui pendirian fakultas-fakultas Agama Islam di beberapa daerah tersebut yang dilakukan secara sporadis oleh para ulama sebagai representasi pemimpin agama dan para birokrat santri.

Pada awalnya, UIN Walisongo adalah hasil dari kebutuhan masyarakat santri di Jawa Tengah untuk lembaga pendidikan tinggi yang berfungsi sebagai tempat pendidikan setelah pesantren. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa Jawa Tengah memiliki populasi pesantren yang sangat besar. Oleh karena itu, institusi pendidikan tinggi harus mampu berdiri sebagai penerus tradisi pesantren di satu sisi, dan sebagai lembaga pendidikan tinggi yang menyebarkan keilmuan seperti perguruan tinggi di sisi lain..⁷⁵

⁷⁵ [Menuju Unity of Sciences, UIN Walisongo Susun TOT](#)". *UIN Walisongo*. 2014-11-30. Diakses tanggal 2023-04-28.

Para pendiri UIN ini secara sadar memberi nama Walisongo. Nama besar ini menjadi simbol sekaligus spirit bagi dinamika sejarah perguruan tinggi agama Islam terbesar di Jawa Tengah ini. Tentu dalam bentangan sejarahnya, UIN terlibat dalam pergulatan meneruskan tradisi dan cita-cita Islam inklusif ala Walisongo, sembari melakukan inovasi agar kehadirannya dapat secara signifikan berdaya guna bagi upaya mencerdaskan kehidupan bangsa dan secara nyata berkhidmah untuk membangun peradaban umat manusia. Spirit inilah yang dikembangkan menuju UIN Walisongo sebagai *center of excellence* perguruan tinggi agama Islam di Indonesia. UIN Walisongo terkenal sebagai kampus yang mengembangkan paradigma keilmuan Unity of Science, Wahdatul Ulum, atau Kesatuan Ilmu dengan metafora Intan Berlian Ilmu.

UIN Walisongo terakreditasi Unggul berdasarkan SK BAN PT Nomor 2084/SK/BAN-PT/Ak.KP/PT/XI/2024 (*Berlaku sampai dengan 6 Maret 2029*).

2. Visi, Misi dan Tujuan UIN Walisongo Semarang

a. Visi UIN Walisongo Semarang

Universitas Islam Riset Terdepan Berbasis pada Kesatuan Ilmu Pengetahuan untuk Kemanusiaan dan Peradaban pada Tahun 2038

b. Misi UIN Walisongo Semarang

- 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran IPTEKS berbasis kesatuan ilmu pengetahuan untuk menghasilkan lulusan profesional dan berakhlak al-karimah;
- 2) Meningkatkan kualitas penelitian untuk kepentingan Islam, ilmu dan masyarakat;
- 3) Menyelenggarakan pengabdian yang bermanfaat untuk pengembangan masyarakat;
- 4) Menggali, mengembangkan dan menerapkan nilai-nilai kearifan lokal;

- 5) Mengembangkan kerjasama dengan berbagai lembaga dalam skala regional, nasional, dan internasional;
- 6) Mewujudkan tata pengelolaan kelembagaan profesional berstandar internasional.

3. Tujuan UIN Walisongo Semarang

- a. Melahirkan lulusan yang memiliki kapasitas akademik, profesional dan berakhlakul karimah yang mampu menerapkan dan mengembangkan kesatuan ilmu pengetahuan;
- b. Menghasilkan karya penelitian yang bermanfaat untuk kepentingan islam, ilmu dan masyarakat.
- c. Menghasilkan karya pengabdian yang bermanfaat untuk pengembangan masyarakat.
- d. Mewujudkan internalisasi nilai-nilai kearifan lokal dalam Tridharma perguruan tinggi.
- e. Memperoleh hasil yang positif dan produktif dari kerjasama dengan berbagai lembaga dalam skala regional, nasional dan internasional.
- f. Lahirnya tata kelola perguruan tinggi yang profesional berstandar internasional.⁷⁶

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara *online* dari 22 Maret hingga 3 April 2025, dan data dikumpulkan dari 104 responden, yang merupakan mahasiswa UIN Walisongo Semarang Angkatan 2021. Berdasarkan analisis deskripsi data, data diproses menggunakan *Windows spss versi 24.00*

⁷⁶ <https://walisongo.ac.id/profil/> Diakses pada tanggal 4 April pukul 20.10 WIB.

Tabel 4.1 Uji Deskripsi data penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
sabar	104	37	61	49.19	5.468
selfefficacy	104	41	71	57.72	6.121
Valid N (listwise)	104				

Dari data penelitian ini diperoleh skor terendah dari subjek untuk skala sabar adalah 37 dan skor subjek tertinggi adalah 61. Selanjutnya untuk mean diperoleh angka sebesar 49.19 dan standar deviasi sebesar 5.468. Sementara untuk skala *self efficacy* skor subjek terendah adalah 41 dan skor tertinggi adalah 71. Selanjutnya untuk mean diperoleh angka sebesar 57.72 dan standar deviasi sebesar 6.121.

Berdasarkan data deskriptif *statistic* tersebut langkah selanjutnya ialah kategorisasi untuk masing-masing variabel penelitian. Adapun langkah yang digunakan untuk menentukan tabel kategorisasi dibagi menjadi 3 tingkatan yaitu rendah, sedang dan tinggi. Sehingga diperoleh rumus sebagai berikut.⁷⁷

Tabel 4.2 Kategorisasi Tiga Jenjang

Rumus Kategori	
$X < (M - 1,0 \text{ SD})$	Rendah
$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,0 \text{ SD})$	Sedang
$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$	Tinggi

Keterangan :

X : skor sampel

⁷⁷ Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset. h, 106

M : rata-rata distribusi populasi

SD : deviasi standar populasi

a. Kategorisasi Variabel Tingkat Sabar

Tabel 4.3 Kategorisasi Tingkat Sabar

Rumus Kategori	
$X < 43.722$	Rendah
$43.722 \leq X < 54.658$	Sedang
$X \geq 54.658$	Tinggi

Berdasarkan kategori Tingkat sabar pada tabel diatas, tingkat sabar diklarifikasikan kedalam tiga Tingkat berdasarkan skor yang diperoleh melalui responden. Tingkat sabar dianggap rendah saat skor yang diperoleh kurang dari 43.722. Saat skor berada dalam rentang 43.722 hingga kurang dari 54.658 maka tingkat *self efficacy* dikategorikan sedang. Dan saat skor mencapai 54.658 atau lebih maka berarti tingkat sabar yang dimiliki masuk dalam kategori tinggi.

Tabel 4.4 Hasil Kategori Tingkat Sabar

kategori_tingkat_sabar					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	18	17.3	17.3	17.3
	sedang	67	64.4	64.4	81.7
	tinggi	19	18.3	18.3	100.0
	Total	104	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat sabar pada tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat sabar rendah sebanyak 18 mahasiswa dengan presentase 17.3%, 67

mahasiswa memiliki tingkat sabar sedang dengan presentase 64.4% dan 19 mahasiswa memiliki tingkat sabar tinggi dengan presentase 18,3%.

b. Kategorisasi Variabel Tingkat *Self efficacy*

Tabel 4.5 Kategorisasi Tingkat *Self efficacy*

Rumus Kategori	
$X < 51.599$	Rendah
$51.599 \leq X < 63,841$	Sedang
$X \geq 63,841$	Tinggi

Berdasarkan kategorisasi tingkat *self efficacy* pada tabel diatas, tingkat *self efficacy* diklasifikasikan ke dalam tiga tingkatan berdasarkan skor yang diperoleh dari responden. Tingkat *self efficacy* dianggap rendah saat skor yang diperoleh kurang dari 51.599. Saat skor berada dalam rentang 51.599 hingga kurang dari 63,841 maka tingkat *self efficacy* dikategorikan sedang. Dan saat skor mencapai 63,841 atau lebih maka berarti tingkat *self efficacy* yang dimiliki masuk dalam kategori tinggi.

Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Tingkat *self efficacy*

kategori_tingkat_selfefficacy					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	16	15.4	15.4	15.4
	sedang	73	70.2	70.2	85.6
	tinggi	15	14.4	14.4	100.0
	Total	104	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat *self efficacy* pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *self efficacy* rendah sebanyak 16 mahasiswa dengan presentase 15.4%, 73

mahasiswa memiliki tingkat *self efficacy* sedang dengan presentase 70.2% dan 15 mahasiswa memiliki tingkat *self efficacy* tinggi dengan presentase 14.4%.

Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kesabaran dan *self efficacy* pada mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang cenderung kurang baik tingkat *self efficacy* nya, maka sebaiknya mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang lebih meningkatkan sabar, sehingga memingkat pula *self efficacy*.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Normalitas

Dalam penelitian ini untuk mengetahui variabel berdistribusi normal peneliti menggunakan nilai *unstandardized residual* dari model regresi dengan *one kolmogorov Smirnov-test*. Variabel dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi yang diperoleh $> 0,05$.

Tabel 4.7 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		104
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.38636202
Most Extreme Differences	Absolute	.077
	Positive	.060
	Negative	-.077
Test Statistic		.077
Asymp. Sig. (2-tailed)		.149 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* adalah 0,149 atau dapat dikatakan $0,149 > 0,05$.

Maka dapat dinyatakan bahwa variabel pada penelitian ini berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Peneliti mengola data menggunakan *SPSS 24 for windows* dengan kriteria nilai signifikansi pada *deviation from linearity* $> 0,05$ maka kedua variabel yaitu, Sabar (X) dan *Self efficacy* (Y) dapat dinyatakan memiliki hubungan yang linear

Tabel 4.8 Uji Linieritas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
selfefficacy * sabar	Between Groups	(Combined)	2466.003	23	107.218	6.158	.000
		Linearity	1877.176	1	1877.176	107.813	.000
		Deviation from Linearity	588.827	22	26.765	1.537	.085
	Within Groups		1392.911	80	17.411		
	Total		3858.913	103			

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai signifikansi *deviation from linearty* sebesar 0,085 atau dapat dikatakan $> 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat.

3. Uji Korelasi

Tujuan dari uji korelasi adalah untuk mengetahui keeratan hubungan antar variabel yang sudah dirumuskan sebelumnya, yaitu untuk menguji adanya korelasi positif antara Tingkat Sabar dan Tingkat *Self Efficacy* pada mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang.

Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi

Correlations			
		SABAR	SELF EFFICACY
SABAR	Pearson Correlation	1	.697**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	104	104
SELF EFFICACY	Pearson Correlation	.697**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	104	104

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

Melalui tabel diatas dapat dilihat bahwa jika ada kenaikan sabar sebesar 1 tingkat maka *self efficacy* akan meningkat sebesar 0.697 dan sebaliknya jika *self efficacy* meningkat 0,697 maka Tingkat sabar akan meningkat sebanyak 1 tingkat.

Hasil penelitian dengan koefisiensi korelasi sebesar 0.697 menunjukkan hubungan positif berkorelasi kuat dengan signifikansi 0.00 ($p < 0.05$). Sehingga ditarik kesimpulan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak yang berarti hubungan tingkat sabar dengan *self efficacy* pada mahasiswa angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang memiliki hubungan yang kuat dan signifikan.

C. Pembahasan

Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel tingkat sabar dan tingkat *self efficacy* telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasilnya menjelaskan bahwa keduanya memiliki reliabilitas yang sempurna, tetapi beberapa indikator dan item tidak valid. Sebelum melakukan uji hipotesis korelasi, uji normalitas dan linearitas juga dilakukan. Setelah melakukan beberapa uji penelitian selanjutnya ialah membagikan kuesioner kepada subjek penelitian. Subjek pada penelitian ini ialah mahasiswa UIN Walisongo Angkatan 2021 yang berjumlah 104 responden.

Hasil dari penelitian Hubungan Tingkat sabar dan Tingkat *self efficacy* pada Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang, Berdasarkan analisis hipotesis data maka diperoleh hasil *koefesien korelasi* (r) sebesar 0.697 dengan $p=0.000$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara Tingkat sabar dengan tingkat *self efficacy* pada mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang. Selanjutnya Hasil dari kategorisasi deskripsi penelitian variabel Tingkat sabar terdapat 18 mahasiswa dengan presentase 17.3% yang rendah dan 19 mahasiswa memiliki Tingkat sabar yang tinggi dengan presentase 18.3%. sedangkan kategorisasi deskripsi penelitian tingkat *self efficacy* didapat 16 mahasiswa memiliki Tingkat *self efficacy* yang rendah dan 15 mahasiswa memiliki Tingkat *self efficacy* yang tinggi dengan presentase 14.4%.

Berdasarkan hasil perhitungan data tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa UIN Walisongo Semarang Angkatan 2021 memiliki Tingkat sabar yang tinggi dibandingkan Tingkat *self efficacy* nya. Mahasiswa Angkatan 2021 sudah memiliki Tingkat sabar yang tinggi namun untuk Tingkat *self efficacy* masih rendah. Hal ini bermaksud bahwa semakin tinggi sabar maka semakin tinggi pula *self efficacy* pada mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang. Sebaliknya, semakin rendah sabar maka semakin

rendah pula *self efficacy* pada mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang.

Sabar menurut Subandi menyatakan bahwa sabar adalah menerima usaha untuk mengatasi masalah, pengendalian diri, merasakan kepahitan hidup, tahan menderita, ulet untuk mencapai suatu tujuan, tanpa berkeluh kesah, kegigihan, bekerja keras.⁷⁸ Maksud dari sabar itu sendiri bukan hanya diucapkan secara lisan, namun juga perlu juga diterapkan didalam kehidupan. Lalu *self efficacy* adalah individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk melakukan tugas atau Tindakan guna mencapai tujuan atau hasil.

Upaya meningkatkan *self efficacy* yaitu dengan meningkatkan sabar akan memacu atau mendorong individu untuk meningkatkan kemampuan *self efficacy* nya. Hasil penelitian Nugraheni menyimpulkan bahwa ada hubungan antara sabar dan *self efficacy*. Semakin tinggi tingkat *self efficacy* seseorang, semakin tinggi juga tingkat sabarnya. Aspek sabar yang mendukung kemandirian akademik adalah optimis, pantang menyerah, konsisten, dan semangat untuk menemukan solusi.⁷⁹

Pada penelitian ini menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0.697 menunjukan hubungan positif berkorelasi kuat dengan signifikansi 0.00 ($p < 0.05$) Sehingga ditarik kesimpulan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak yang berarti hubungan tingkat sabar dengan *self efficacy* pada mahasiswa angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang memiliki hubungan yang kuat dan signifikan.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh azhura selvia zhibua dengan judul tingkat sabar dan tingkat *self efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi hasil analisis menghasilkan koefisien korelasi sebesar r

⁷⁸ Subandi. (2011). sabar: Sebuah Konsep Psikologi. Psikologi UGM, Volume 38, Nomor 2, 215-217.

⁷⁹ Nugraheni, R. F. (2016). Sabar dan Academic Self-Efficacy pada Mahasiswa. Psikologika, volume 21, Nomor 1.

= 0,503, dengan $p = 0,000$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara sabar dan *self efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.⁸⁰

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Indria, Siregar, dan Herawaty (2019) dengan judul hubungan antara sabar dan stress akademik pada mahasiswa di Pekan Baru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sabar mampu memprediksi stres akademik sebesar 31,2% dengan nilai korelasi -0,559, yang menunjukkan bahwa sabar memainkan peran penting dalam mencegah stres akademik. Dalam Islam, sabar dianggap sebagai penolong ketika seseorang menghadapi masalah kehidupan.

Al Jauziyah mengatakan bahwa sabar adalah sabar sanggup menanggung hal-hal yang tidak mengenakan hati dan menahan diri dari keluhan kesah. Mahasiswa ketika mengalami kesulitan dalam menghadapi ujian, dengan memiliki keteguhan iman, pengendalian diri, yang baik dan ketabahan, tidak akan mudah mengalami stress.⁸¹

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Zusya dan Akmal dengan judul hubungan *self-efficacy* akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dengan person correlation nya -0.059.⁸²

Data penelitian di atas menunjukkan bahwa ada hubungan antara sabar dan *self efficacy*. Mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung

⁸⁰ Azhura selvia Zhibua (2021), hubungan sabar dengan *self efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di fakultas psikologi uin ar-raniry banda aceh

⁸¹ Al Jauziyah. (2006). Kemuliaan Sabar dan Keagungan Syukur. Yogyakarta: Mitra Pustaka.

⁸² Zusya, R. A., dan Akmal. Z. S. (2016). Hubungan *Self Efficacy* Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. Jurnal Ilmiah Psikologi, Volume 3 Nomor 2.

memiliki sifat optimis, pantang menyerah, konsisten, dan semangat untuk belajar. Mahasiswa dengan kemandirian yang tinggi juga cenderung memiliki sifat yang optimis, pantang menyerah, dan konsisten dengan tujuan awal mereka untuk belajar.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Melalui hasil analisis korelasi antara variabel Tingkat sabar dan Tingkat *self efficacy* skor korelasi person mendapatkan hasil sebesar 0.697 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$) artinya terdapat korelasi yang signifikan antara Tingkat Sabar Dan Tingkat *Self Efficacy* Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang. Jika skor sabar meningkat sebesar 1 tingkat maka skor *self efficacy* meningkat 0.697 sebaliknya jika skor *self efficacy* meningkat 0.697 maka tingkat sabar akan meningkat 1 tingkat pula. Hasil tersebut dicapai berdasarkan hasil data penelitian yang dikumpulkan dari 104 responden dengan menggunakan alat ukur skala Tingkat sabar dan tingkat *self efficacy*. Dengan responden mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang

B. Saran

Bagi peneliti selanjutnya yang berencana ingin melakukan penelitian yang hampir sama, penulis berharap penelitian ini mampu menjadi sarana bacaan dan bahan acuan dalam penelitian dimasa yang akan datang. Sekiranya peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan menambahkan variabel berbeda yang memiliki hubungan dengan Tingkat sabar atau Tingkat *self efficacy* sehingga dapat dilakukan Analisa yang mendalam dan dilakukan perbandingan antar penelitian skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd. Mukhid, Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif, (Surabaya, 2021), h.18
- Abu Sahlan.(2010). Pelangi Sabar, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo), h. 2
- Ahmad Dirgahayu Hidayat(2024), 3 tingkatan sabar dalam pandangan syekh ibu abid dunya
- Ahmad Saifuddin, Penyusunan Skala Psikologi, Prenadamedia Group, Jakarta, 2020, h. 73.2
- Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h. 24
- Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h. 25
- Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h.26
- Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h.30
- Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h.35
- Al-Ghazali, Sabar dan Syukur, (Bandung : Penerbit Marja,2019), h. 44
- Al Jauziyah. (2006). Kemuliaan Sabar dan Keagungan Syukur. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Alfinuha. S., & Nuqul. (2017). Bahagia dalam meraih cita-cita: kesejahteraan subjektif mahasiswa teknik arsitektur ditinjau dari regulasi emosi dan efikasi diri. Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi, 2(1), 12-28.
- Al-Jauziyah, I.Q. (2009). Nikmatnya Sabar. Jakarta: Senayan Publishing
- Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian. Malang: UUM press.
- Amita Darmawan Putri & Lukmawati, “makna sabar bagi terapis“, Jurnal Psikologi Islami, Vol.1 No. 1 2015, h. 50

Azhura selvia Zhibua (2021), hubungan sabar dengan *self efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di fakultas psikologi uin ar-raniry banda aceh

Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset. h, 106

Azzahra, N. PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG.

Bandura, A. (1997). *Self efficacy- The Exercise Of Control* (Fifth Printing., 2002) New York: W.H. Freeman dan Company.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. W.H. Freeman and Company

Bandura, A. (2010). *Self-efficacy*. In *The corsini encyclopedia of psychology*. John Willey&Sons,Inc.

Gina Agisna Robiatus Sa'diyah(2023), Pengaruh *Self-Efficacy* Dan Konsep Diri Terhadap Tingkat Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Santri Madrasah Tsanawiyah (Mts) Manbaul 'Ulum Cirebon

Hafis, S. M. (2012). Ringkasan Laporan Penelitian Kompetitif Interval : Konstruk Sabar dan Perannya dalam Kebahagiaan Seseorang. Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. Jakarta: <http://lemit.uhamka.ac.id>

<https://walisongo.ac.id/profil/> Diakses pada tanggal 4 April pukul 20.10 WIB.

I Putu Ade Andre Payadnya & I Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika, Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik dengan SPSS, Deepublish Publisher, Yogyakarta, Cetakan Pertama, 2018, h. 27

Imam Al-Ghazali, Ihya' Ulumuddin, (Semarang: Cv. Asy-Syifa, 1994), hal. 456.

Imam Al-Ghazali, Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama (3), (Bandung: Marja, 2016), h. 314

Imam Ghazali, Analisis- analisis multivariate dengan Program SPSS, Edisi ke-4, Penerbit Universitas Diponegoro, 2009, h. 49.

Imam Santoso dan Harries Madiistriyatno, Metodologi Penelitian Kuantitatif, (Indigo Media, Cetakan Pertama, 2021), h.46

IN Haliza (2022), Pengaruh *Self efficacy* Dan *Self Esteem* Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Angkatan 2021 UIN Walisongo Semarang

istilah, p. d. (2023, oktober). *pengertian dan istilah*. Diambil kembali dari pengertian dan istilah sabar secara bahasa dan manfaat untuk diri sendiri: <https://kumparan.com/pengertian-dan-istilah/arti-sabar-secara-bahasa-dan-manfaatnya-untuk-diri-sendiri-21JASnDxFJU>

Iva azfa nadzifa(2023), Pengaruh Efikasi Diri Dan Stres Akademik Terhadap Prokrastinasi Siswa/I Smp Islam Al-Azhar 23 Semarang Skripsi

Jogloabang. (2019, November 01). Jogloabang community. Retrieved July 23, 2020, from Jogloabang| Redaksi: Jl. Suryodiningratan, Yogyakarta

Khasanah, U. (2021). *Analisis Regresi*. Uad Press.

Kiamarsi, A., dan Abolghasemi, A. (2014). *The relationship of procrastination and self-efficacy with Psychological vulnerability in students. Social and Behavioral Sciences*, 114,858-862.

Matondang, Z. (2009). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal tabularasa*, 6(1), 87-97.

[Menuju Unity of Sciences, UIN Walisongo Susun TOT](#)". UIN Walisongo. 2014-11-30. Diakses tanggal 2023-04-28.

Misbachul Munir, "Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya' Ulum Aldin", Vol.5 No.2, 2019, h. 126

Miswar, A. (2017). Sabar dalam perspektif al-qur'an. *Al-Hikmah*, 19(2), 88-110.

Mualif (2023). Sabar dalam Islam: Pengertian, Macam, Keutamaan, dan Cara Menumbuhkannya. Artikel Jurnal Universitas Islam An Nur Lampung

- Mudzkiyyah, L., Wahib, A., & Bulut, S. (2022). *Well-being among boarding school students: Academic self-efficacy and peer attachment as predictors*. 7(1), 27–38.
- Nugraheni, R. F. (2016). Sabar dan Academic Self-Efficacy pada Mahasiswa. *Psikologika*, volume 21
- Nugraheni, R. F. (2016). Sabar dan Academic Self-Efficacy pada Mahasiswa. *Psikologika*, volume 21, Nomor 1.
- Rafnadila, Puspa, Aiyub Aiyub, and Elka Halifah(2021). "HUBUNGAN *SELF EFFICACY* TERHADAP KECEMASAN DAN KEMAMPUAN BERADAPTASI MAHASISWA PADA TAHUN PERTAMA." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan* 5.4.
- SALSABIELA, H. Hubungan sabar dengan kecerdasan emosional mahasiswa prodi Tasawuf dan Psikoterapi *UIN Walisongo Semarang* angkatan 2017.
- Slamet. (2003). Menyelesaikan skripsi dalam satu semester. Jakarta: PT. Grasindo”.
- Sopiyanti, F. (2011). Pengaruh *self efficacy* terhadap penyesuaian akademik mahasiswa. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 289-304.
- Siti Ernawati, “Konsep Sabar Menurut Quraish Shihab Dan Hubungannya Dengan Kesehatan Mental”, Skripsi Fakultas Ushuluddin, Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang, 2009, h. 18
- Subandi, P. (2011). Sabar: Sebuah konsep psikologi. *Jurnal Psikologi UGM*, 38(2), 130454.
- Subandi. (2011). sabar: Sebuah Konsep Psikologi. *Psikologi UGM*, Volume 38, Nomor 2, 215-217.
- Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods), (Bandung: Alfabeta) Cet.IV, h. 63”
- Sugiyono. (2001:57). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D. Alfabeta”
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D. Alfabeta”.

- Sugiyono.2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.Alfabeta.Bandung.
- Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h. 251
- Sururiyah, S. U. (2017). Studi Kasus Tentang Sabar Pada Penderita Diabetes Melitus Remaja di Purwokerto. *psychoidea*, 50-59.
- Swidharmanjaya, D. E. (2006). Membuat skripsi dengan openoffice.org write 2.0. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Syaifuddin Azwar, Penyusunan Skala Psikologi, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), h. 83
- Tebba, S. (2006). Bekerja Dengan Hati . Jakarta: Media Indonesia.
- Umi Rohmah, “Resiliensi Dan Sabar Sebagai Respon Pertahanan Psikologis Dalam Menghadapi Post-traumatic”, *Ilmu Dakwah Academic Journal For Humiletic Studies*, Vol.6 No.2, 2012, h. 324
- Yufi Cantika. 14 Hadits Tentang Sabar, Dalilnya, dan Cara Melatih Sabar
- Yusuf, U. (2010). Sabar (Konsep, Posisi, dan Hasil penelitian). Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
- Zibua, A. S. (2021). *Hubungan Sabar dengan Self efficacy pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-raniry).
- Zusya, R. A., dan Akmal. Z. S. (2016). Hubungan *Self efficacy* Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Volume 3 Nomor 2

LAMPIRAN -LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

KUISIONER SKALA SABAR

No	Item	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu menahan emosi saat mengerjakan skripsi yang banyak revisi				
2	Saya selalu mengatur waktu dalam mengerjakan skripsi				
3	Saya tidak memaafkan teman yang mengambil judul penelitian saya*				
4	Saya mampu melawan rasa malas ketika sedang revisi skripsi *				
5	Saya tidak mampu mengatur waktu untuk mengerjakan skripsi*				
6	Ketika mengalami banyak kesulitan menyelesaikan revisi saya lebih memilih shalat dan meminta petunjuk pada Allah				
7	Saya jengkel ketika dosen membatalkan bimbingan ketika saya sudah di kampus				
8	Saya ikhlas teman-teman saya lebih dulu berhasil menyelesaikan skripsi				
9	Saya berusaha tidak kecewa walaupun tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu				
10	Saya langsung menyerah jika mengalami banyak kendala dalam memahami koreksi dosen pembimbing				
11	Meskipun saya mendapat banyak kesulitan dalam mengerjakan skripsi namun saya terus bertahan menyelesaikannya*				
12	Saya kurang bisa menahan emosi dan amarah saat sedang mengerjakan skripsi				
13	Saya berusaha menyelesaikan koreksi dari dosen meskipun bahasanya kurang dapat saya mengerti				
14	Ketika saya merasa kesulitan menyusun latar belakang masalah, maka saya tidak sungkan meminta bantu alumni mengajarkan saya				
15	Saya merasa sia-sia mengerjakan skripsi*				
16	Saya merasa kurang mampu bertahan dengan semua kesulitan yang saya alami dalam menyelesaikan revisi skripsi				

17	Meskipun saya terbilang sangat telat menyelesaikan skripsi, saya yakin Allah punya rencana baik untuk saya kedepannya				
18	Saya selalu bisa menghadapi kondisi disaat banyak urusan lain selain skripsi				
19	Saya sering mengeluh ketika menyelesaikan revisi skripsi				
20	Saya kurang mengerti kenapa Allah memberikan saya ujian seberat ini*				
21	Sesekali saya merasa bahwa Allah tidak adil untuk saya dalam hal menyelesaikan skripsi*				
22	Saya yakin kesulitan dalam menyelesaikan skripsi membuat saya lebih dewasa dalam berpikir				
23	Saya berusaha tidak merasa gelisah saat teman – teman yang lain sudah melaksanakan siding skripsi				
24	Saya sering merasa gelisah karena kurang yakin dengan skripsi yang saya buat				
25	Saya kurang mampu mengarahkan pikiran agar tetap fokus ketika mengerjakan skripsi*				

KUISIONER SKALA *SELF EFFICACY*

No	Item	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin dapat mengerjakan skripsi*				
2	Saya yakin dapat berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan skripsi yang sulit				
3	Saya ragu dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan tepat waktu*				
4	Saya merasa orangtua saya selalu memberikan saya semangat ketika saya mendapatkan masalah dalam menyelesaikan skripsi				
5	Saya ragu apakah skripsi yang saya kerjakan mendapat hasil yang memuaskan				
6	Meskipun saya aktif kegiatan diluar kampus saya tetap fokus menyelesaikan skripsi				
7	Saya lebih memilih pulang kerumah jika dosen merubah jadwal bimbingan, dari pada menunggu*				
8	Ketika saya pulang kampung saya tetap mengerjakan skripsi				
9	Saya merasa hilang harapan ketika mengalami kendala dalam menyelesaikan skripsi				
10	Meskipun saya sedang liburan dengan teman-teman saya tetap menyisihkan waktu untuk membaca referensi				

11	Saya yakin dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu				
12	Ketika saya kesulitan memahami referensi dalam revisi, saya merasa Allah selalu memberikan petunjuk kepada saya				
13	Saya kurang dapat berkonsentrasi mengerjakan skripsi jika sedang di kampung halaman*				
14	Saya kurang mampu fokus mengerjakan skripsi ketika dihadapkan dengan tugas akademik lainnya*				
15	Meskipun skripsi saya harus direvisi berkali-kali saya tetap melakukan bimbingan secara rutin				
16	Meskipun menulis skripsi itu terasa sulit, saya merasa Allah selalu memberikan saya kekuatan *				
17	Saya yakin dapat menyelesaikan skripsi dengan baik meskipun di tengah kesibukan				
18	Ketika saya memiliki suatu rencana, saya yakin bahwa rencana tersebut berhasil untuk saya selesaikan hingga tuntas				
19	Saya tidak yakin untuk dapat menyelesaikan skripsi, karena tidak ada strategi yang bisa saya gunakan				
20	Saya merasa pesimis untuk selesai mengerjakan skripsi karena sangat sulit dengan waktu yang relative singkat				
21	Sesekali terbersit dipikiran saya untuk membayar orang lain menyelesaikan skripsi ketika mengalami kendala				
22	Saya mampu menyelesaikan skripsi meskipun sering berbeda pendapat dengan dosen pembimbing				
23	Ketika dosen pembimbing memberikan saya deadline revisi sesingkat mungkin saya yakin mampu menyelesaikannya*				
24	Meskipun saya mendapat banyak kesulitan dalam mengerjakan skripsi namun saya terus bertahan menyelesaikannya				
25	Meskipun dosen pembimbing meminta saya mencari jurnal yang berbahasa asing saya tetap yakin mampu melakukannya				

Kuisisioner Penelitian

Pertanyaan Jawaban 104 Setelan

Bagian 1 dari 2

KUESIONER PENELITIAN

B *I* U [G](#) ~~X~~

Petunjuk Pengisian :

1. Jawablah pertanyaan ini dengan jujur
2. Bacalah dengan teliti pada setiap aitem kemudian pilihlah jawaban yang paling sesuai
3. Pilihan jawaban :

- 1 = Sangat Tidak Setuju
- 2 = Tidak Setuju
- 3 = Setuju
- 4 = Sangat Setuju

Nama *

Lampiran 2 Tabulasi Data

Variabel Tingkat Sabar

No	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	TOTAL
1	3	3	3	3	2	3	1	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	79
2	3	3	1	3	3	4	2	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	2	2	2	4	3	2	2	74
3	4	4	2	3	3	4	1	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	4	4	1	2	69
4	3	3	2	2	3	3	1	4	4	3	4	1	3	2	3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	73
5	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	71
6	3	4	2	3	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	4	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	73
7	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	1	1	4	4	4	2	2	82
8	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	2	3	4	3	3	4	87
9	3	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	63
10	2	3	1	4	3	2	1	4	4	1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	1	57
11	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	65
12	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	3	2	4	4	3	3	3	3	75
13	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	77
14	3	3	1	3	3	3	1	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	67
15	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	2	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	2	79
16	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	66
17	3	3	1	3	2	3	1	1	3	2	4	2	3	4	4	3	4	4	2	3	2	3	3	2	2	67
18	3	3	1	2	3	4	1	2	2	3	4	2	4	3	3	3	4	3	2	2	3	4	2	2	2	67
19	3	3	1	4	3	3	2	1	2	3	4	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	63
20	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	97
21	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	72
22	2	3	2	2	2	3	2	1	1	3	4	2	1	1	3	3	3	3	1	4	4	3	4	2	4	63
23	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	4	1	1	1	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	4	64
24	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	1	4	3	4	4	1	1	4	4	4	79
25	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	1	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	68
26	3	2	3	3	3	3	1	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	2	4	75
27	1	1	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	1	1	3	2	3	3	2	2	4	2	3	3	4	65
28	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	79
29	3	3	4	3	4	1	1	1	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	2	1	4	4	2	2	4	64
30	3	3	4	3	4	4	1	3	2	3	4	1	1	1	4	4	3	3	1	3	4	4	1	2	3	69
Rhitung	0.370869	0.381723	0.310168	0.127816	0.333101	0.470819	0.526344	0.407983	0.382609	0.686647	0.154268	0.748108	0.589437	0.43457	0.263709	0.681481	0.440807	0.551075	0.508456	0.138224	0.234285	0.493377	0.395617	0.606224	0.165856	
Rtabel	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	
V/T	V	V	T	T	T	V	V	V	V	T	V	V	V	V	T	V	V	V	V	T	T	V	V	V	T	

Variabel Tingkat Self efficacy

No	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	
1	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	TOTAL
2	4	3	1	4	3	4	3	4	3	2	4	3	2	1	4	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	75
3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	2	4	4	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	81
4	2	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	4	4	4	4	3	1	4	3	3	3	3	72
5	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	70
6	4	3	2	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75
7	3	4	2	4	4	4	2	4	2	3	3	4	1	2	3	4	3	4	4	2	3	3	3	3	4	90
8	4	4	2	4	3	3	2	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	79
9	4	4	2	4	1	4	1	4	2	3	4	4	2	1	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	88
10	3	3	1	3	3	3	1	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	4	75
11	4	3	1	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	66
12	3	3	2	4	3	1	2	4	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	66
13	3	3	2	4	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	73
14	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	78
15	2	2	2	4	3	3	1	4	4	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	4	4	4	3	66
16	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	74
17	3	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	3	2	1	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	2	69
18	3	2	2	4	3	4	3	2	1	2	3	4	1	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	68
19	3	4	2	4	3	4	3	3	2	3	4	4	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	73
20	3	3	1	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	78
21	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	91
22	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	77
23	3	3	2	1	3	3	2	1	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	80
24	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	63
25	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	80
26	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	71
27	3	1	1	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	74
28	3	2	3	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	64
29	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	71
30	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	1	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	69
Rhitung	0.299321	0.433508	0.094124	0.4599	0.437141	0.374574	0.167801	0.515677	0.437026	0.570541	0.668424	0.49582	0.34844	0.311561	0.578176	0.312633	0.439525	0.574503	0.533343	0.585781	0.394828	0.464881	0.279622	0.531405	0.495316	77
Rtabel	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	0.306	
V/T	T	V	T	V	V	V	T	V	V	V	V	V	T	T	V	T	V	V	V	V	V	V	T	V	V	

Lampiran 3 Uji Validitas

Uji Validitas Tingkat Sabar

Correlations																												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25			
1	Pearson Correlation	1	.682 ^{**}	-.052	-.144	.068	.395 ^{**}	.173	.238	.350	.273	.108	.264 ^{**}	.504 ^{**}	.567 ^{**}	-.227	.341	.335	.515 ^{**}	.229	-.276	-.211	.694 ^{**}	.339	.131	-.313	.515 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.000	.795	.447	.722	.031	.210	.060	.058	.144	.578	.031	.005	.001	.228	.065	.070	.004	.224	.140	.263	.000	.067	.491	.002	.004	
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
2	Pearson Correlation	.682 ^{**}	1	-.255	.000	.046	.490 ^{**}	.126	.166	.206	.121	.122	.219	.454 ^{**}	.355	-.132	.191	.419 ^{**}	.519 ^{**}	.086	-.184	-.270	.565 ^{**}	.231	-.009	-.302	.376 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.000	.173	1.000	.808	.006	.507	.381	.276	.524	.519	.245	.012	.054	.488	.312	.021	.003	.652	.329	.150	.001	.219	.963	.105	.039	
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
3	Pearson Correlation	-.052	-.255	1	.135	.296	-.168	.043	.018	-.052	.324	-.119	.042	-.482 ^{**}	-.431 ^{**}	.305	.367 ^{**}	-.209	.026	.843	.055	.625 ^{**}	.086	-.169	.237	.552 ^{**}	.277	
	Sig. (2-tailed)		.795	.173		.476	.112	.376	.820	.825	.783	.081	.532	.825	.027	.017	.102	.046	.267	.893	.822	.772	.000	.651	.372	.208	.002	.139
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
4	Pearson Correlation	-.144	.000	.135	1	.293	.000	.000	.124	.243	-.177	-.163	.097	.000	.000	.295	-.296	.000	.000	.800	.048	.091	-.149	-.059	-.178	.845	.127	
	Sig. (2-tailed)		.447	1.000	.476		.116	1.000	1.000	.515	.166	.348	.233	.898	1.000	1.000	.114	.113	1.000	1.000	.802	.431	.758	.369	.813	.505		
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
5	Pearson Correlation	.068	.046	.296	.293	1	-.118	.008	-.058	-.047	.352	-.057	-.023	-.041	-.258	.569 ^{**}	-.294	-.212	-.139	-.062	.127	.384 ^{**}	.210	-.339	.089	.353	.292	
	Sig. (2-tailed)		.722	.888	.112	.116		.536	.967	.780	.803	.057	.764	.904	.830	.168	.001	.112	.281	.482	.745	.053	.635	.265	.866	.641	.856	.118
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
6	Pearson Correlation	.395 ^{**}	.490 ^{**}	-.168	.000	-.118	1	.232	.348	-.015	.229	.274	.281	.491 ^{**}	.362 ^{**}	-.079	.164	.494 ^{**}	.501 ^{**}	.004	-.051	-.150	.343	.182	.017	-.181	.440 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.031	.006	.378	1.000	.536		.210	.060	.058	.224	.042	.163	.005	.032	.679	.387	.005	.005	.945	.791	.600	.063	.336	.931	.338	.015
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
7	Pearson Correlation	.173	.126	.043	.000	-.008	.232	1	.195	.245	.429 ^{**}	-.039	.597 ^{**}	.238	.235	-.233	.240	.026	.304	.521 ^{**}	-.055	-.110	.024	.337	.523 ^{**}	.080	.514 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.360	.567	.820	1.000	.967	.218		.382	.193	.018	.838	.000	.206	.212	.214	.202	.892	.102	.003	.774	.564	.900	.869	.003	.752	.004
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
8	Pearson Correlation	.238	.166	.018	.124	-.008	.248	.195	1	.565 ^{**}	.086	-.007	.319	.530 ^{**}	.452 ^{**}	-.253	.046	.182	.165	.111	-.262	-.271	.484 ^{**}	.252	.087	-.417 ^{**}	.404 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.205	.381	.825	.915	.760	.060	.302		.001	.852	.011	.086	.003	.006	.177	.052	.310	.384	.595	.162	.147	.012	.180	.609	.822	.027
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
9	Pearson Correlation	.350	.206	-.052	.243	-.047	-.015	.245	.565 ^{**}	1	-.081	-.130	.317	.390 ^{**}	.452 ^{**}	-.242	-.004	.345	.323	.234	-.398 ^{**}	-.399 ^{**}	.406 ^{**}	.446 ^{**}	.301	-.292	.381 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.008	.276	.783	.186	.803	.935	.193	.001		.748	.493	.088	.033	.012	.198	.984	.062	.082	.213	.030	.029	.026	.813	.106	.117	.038
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
10	Pearson Correlation	.273	.124	.324	-.177	.352	.229	.429 ^{**}	.884	.001	1	.008	.480 ^{**}	.284	.079	.273	.684 ^{**}	.122	.208	.316	.175	.475 ^{**}	.156	.264	.587	.242	.690 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.144	.524	.081	.348	.057	.224	.018	.852	.740		.676	.007	.158	.678	.145	.008	.520	.278	.889	.355	.008	.412	.281	.001	.197	.008
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
11	Pearson Correlation	.106	.122	-.119	-.183	-.057	.374 ^{**}	-.039	-.097	-.130	.086	1	-.086	.179	.135	.077	.006	.472 ^{**}	.296	-.135	.005	-.067	.262	.857	-.039	.844	.130	
	Sig. (2-tailed)		.578	.519	.532	.333	.764	.042	.838	.811	.493	.976		.653	.344	.477	.687	.976	.008	.113	.476	.880	.726	.161	.764	.839	.817	.492
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
12	Pearson Correlation	.284 ^{**}	.218	.042	.007	-.023	.241	.597 ^{**}	.319	.217	.480 ^{**}	-.088	1	.504 ^{**}	.484 ^{**}	-.023	.424 ^{**}	.302	.328	.804 ^{**}	.024	-.071	.140	.342	.582 ^{**}	-.825	.745 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.031	.245	.825	.608	.904	.163	.000	.086	.088	.097	.653		.005	.007	.804	.017	.105	.005	.000	.980	.708	.461	.063	.001	.853	.000
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
13	Pearson Correlation	.504 ^{**}	.454	-.482 ^{**}	.000	-.641	.491 ^{**}	.238	.530 ^{**}	.390 ^{**}	.264	.179	.504 ^{**}	1	.854 ^{**}	-.227	.182	.541 ^{**}	.473 ^{**}	.374	-.187	-.414 ^{**}	.490 ^{**}	.410 ^{**}	.245	-.504 ^{**}	.573 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.005	.012	.027	1.000	.830	.005	.206	.093	.033	.158	.344	.005		.000	.229	.336	.002	.008	.842	.323	.023	.006	.825	.191	.804	.001
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
14	Pearson Correlation	.567 ^{**}	.355	.431 ^{**}	.000	-.258	.392 ^{**}	.235	.492 ^{**}	.452 ^{**}	.079	.135	.484 ^{**}	.814 ^{**}	1	-.321	.079	.507 ^{**}	.412 ^{**}	.309	-.228	-.522 ^{**}	.384 ^{**}	.426	.119	-.623 ^{**}	.432 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.001	.054	.017	1.000	.168	.032	.212	.086	.012	.679	.477	.007	.000		.884	.678	.004	.024	.897	.229	.003	.036	.819	.532	.000	.017
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
15	Pearson Correlation	-.227	-.132	.305	.285	.569 ^{**}	-.079	-.233	-.253	-.242	.273	.077	-.023	-.227	-.321	1	.365	.102	-.107	-.088	.446 ^{**}	.646 ^{**}	-.106	-.431 ^{**}	.042	.592 ^{**}	.254	
	Sig. (2-tailed)		.228	.488	.102	.114	.001	.678	.214	.177	.168	.145	.687	.904	.229	.084		.047	.593	.572	.643	.013	.000	.578	.818	.827	.001	.176
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
16	Pearson Correlation	.341	.191	.362 ^{**}	-.296	.296	.164	.240	.086	.004	.664 ^{**}	.006	.434 ^{**}	.182	.079	.386 ^{**}	1	.122	.282	.363 ^{**}	.265	.346	.297	.019	.646 ^{**}	.187	.654 ^{**}	
	Sig. (2-tailed)		.065	.312	.046	.113	.112	.387	.202	.852	.984	.000	.978	.017	.336	.678	.847		.520	.117	.049	.158	.061	.111	.823	.000	.408	.000
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
17	Pearson Correlation	.335	.419	-.209	.000	-.212	.494 ^{**}	.026	.192	.345	.122	.472 ^{**}	.302	.541 ^{**</}														

5	0.292	0.118	Tidak Valid
6	0.440	0.015	Valid
7	0.514	0.004	Valid
8	0.404	0.027	Valid
9	0.381	0.038	Valid
10	0.690	0.000	Valid
11	0.130	0.492	Tidak Valid
12	0.745	0.000	Valid
13	0.573	0.001	Valid
14	0.433	0.017	Valid
15	0.254	0.176	Tidak Valid
16	0.54	0.000	Valid
17	0.452	0.012	Valid
18	0.545	0.012	Valid
19	0.520	0.003	Valid
20	0.143	0.449	Tidak Valid
21	0.225	0.232	Tidak Valid
22	0.464	0.010	Valid
23	0.364	0.048	Valid
24	0.618	0.000	Valid
25	0.163	0.390	Tidak Valid

Uji Validitas Tingkat *self efficacy*

		Correlations																										
		VARSE01	VARSE02	VARSE03	VARSE04	VARSE05	VARSE06	VARSE07	VARSE08	VARSE09	VARSE10	VARSE11	VARSE12	VARSE13	VARSE14	VARSE15	VARSE16	VARSE17	VARSE18	VARSE19	VARSE20	VARSE21	VARSE22	VARSE23	VARSE24	VARSE25	TOTAL	
VARSE01	Pearson Correlation	1	442	-208	133	-229	247	171	176	831	-857	374	426	-828	-313	489	000	277	105	-193	-115	554	253	089	181	236	299	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE02	Pearson Correlation	442	1	880	-836	-876	3917	841	266	241	410	405	-913	-915	519	-230	895	817	117	117	-167	-999	884	-831	217	341	434	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE03	Pearson Correlation	-208	880	1	-181	-100	884	296	-133	-147	-116	-286	-171	-124	147	-359	-239	-161	-234	045	219	203	-127	-259	-184	-312	-094	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE04	Pearson Correlation	133	-836	-181	1	836	880	548	-136	206	239	237	180	588	284	475	866	455	060	084	-110	487	213	197	342	460	621	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE05	Pearson Correlation	-229	876	-100	836	1	800	206	122	346	245	161	872	124	222	-817	045	068	144	695	804	335	104	068	-039	081	437	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE06	Pearson Correlation	247	397	884	860	000	1	230	254	-127	229	378	357	-279	-127	395	000	160	211	000	-952	088	879	000	274	238	375	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE07	Pearson Correlation	171	841	296	800	206	230	1	-253	-223	000	-130	874	-266	039	-082	-145	083	-175	369	300	444	816	-286	-189	-016	169	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE08	Pearson Correlation	176	266	-133	548	-122	254	-253	1	352	280	404	844	559	85	314	209	-098	348	048	-076	-045	226	374	223	378	536	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE09	Pearson Correlation	831	241	-147	-136	346	-127	-223	352	1	261	267	120	019	517	-82	195	-120	-122	816	396	364	263	-114	195	277	145	437
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE10	Pearson Correlation	-857	410	-116	206	245	229	800	280	261	1	347	367	230	436	272	121	220	291	230	321	300	488	091	126	219	571	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE11	Pearson Correlation	766	825	543	275	162	223	1800	134	163	880	899	221	816	146	524	242	119	221	084	874	808	634	588	246	465	611	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE12	Pearson Correlation	374	450	-296	339	161	378	-130	404	287	347	1	556	863	872	596	100	454	479	-190	176	000	367	299	821	360	688	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE13	Pearson Correlation	426	436	-171	337	072	357	874	844	-109	307	508	1	-263	007	508	339	429	284	006	258	-096	426	085	342	358	496	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE14	Pearson Correlation	-828	813	-124	180	134	-279	-266	558	517	236	083	263	1	373	159	816	-134	198	049	842	120	179	423	122	111	348	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE15	Pearson Correlation	-313	-815	147	068	222	-127	-839	854	442	436	-872	007	373	1	-045	-080	-152	-816	369	519	286	024	-120	-069	036	312	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE16	Pearson Correlation	892	837	439	720	239	505	837	776	814	816	706	872	043	1	813	874	423	833	096	003	125	800	527	716	849	094	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE17	Pearson Correlation	499	514	-359	281	107	345	-882	314	145	155	587	508	-045	1	144	381	031	026	180	390	144	430	274	254	578		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE18	Pearson Correlation	806	803	852	128	828	831	667	891	301	146	000	804	482	813	1	442	127	106	890	399	623	159	459	017	159	001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE19	Pearson Correlation	000	-230	-239	473	045	000	-145	209	-120	121	100	339	018	-080	146	1	380	535	106	066	828	448	146	289	176	313	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE20	Pearson Correlation	1,000	221	203	608	813	1,000	443	267	527	524	801	667	926	874	142	1	380	502	578	731	884	813	442	128	353	093	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
VARSE21	Pearson Correlation	-217	895	180	868	068	160	883	068	-122	222	454	424	425														

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

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

Tabel Hasil *Validitas* Tingkat *Self efficacy*

NO	Koefisien Korelasi	Skor Signifikan	Keterangan
1	0.299	0,108	Tidak Valid
2	0.434	0.017	Valid
3	-0.094	0.621	Tidak Valid
4	0.460	0.011	Valid

5	0.437	0.016	Valid
6	0.375	0.041	Valid
7	0.168	0.375	Tidak Valid
8	0.536	0.002	Valid
9	0.437	0.016	Valid
10	0.571	0.001	Valid
11	0.668	0.000	Valid
12	0.496	0.005	Valid
13	0.348	0.059	Tidak Valid
14	0.312	0.094	Tidak Valid
15	0.578	0.001	Valid
16	0.313	0.093	Tidak Valid
17	0.440	0.015	Valid
18	0.575	0.001	Valid
19	0.533	0.002	Valid
20	0.586	0.001	Valid
21	0.395	0.031	Valid
22	0.465	0.010	Valid
23	0.280	0.135	Tidak Valid
24	0.531	0.003	Valid
25	0.495	0.005	Valid

Lampiran 4 Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas Tingkat Sabar

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.881	17

Uji Reliabilitas Tingkat *self efficacy*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.823	18

Lampiran 5 Uji Deskriptif

Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
sabar	104	37	61	49.19	5.468
selfefficacy	104	41	71	57.72	6.121
Valid N (listwise)	104				

Lampiran 6 Kategoriasi Skor

Kategori Tingkat Sabar

Rumus Kategori	
$X < 43.722$	Rendah
$43.722 \leq X < 54.658$	Sedang
$X \geq 54.658$	Tinggi

kategori_tingkat_sabar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	18	17.3	17.3	17.3
	sedang	67	64.4	64.4	81.7
	tinggi	19	18.3	18.3	100.0
	Total	104	100.0	100.0	

Kategori Tingkat *self efficacy*

Rumus Kategori	
$X < 51.599$	Rendah
$51.599 \leq X < 63,841$	Sedang
$X \geq 63,841$	Tinggi

kategori_tingkat_selfefficacy

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	16	15.4	15.4	15.4
	sedang	73	70.2	70.2	85.6
	tinggi	15	14.4	14.4	100.0
	Total	104	100.0	100.0	

Lampiran 7 Uji Normalitas

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		104
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.38636202
Most Extreme Differences	Absolute	.077
	Positive	.060
	Negative	-.077
Test Statistic		.077
Asymp. Sig. (2-tailed)		.149 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Lampiran 8 Uji Linieritas

Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
selfefficacy * sabar	Between Groups	(Combined)	2466.003	23	107.218	6.158	.000
		Linearity	1877.176	1	1877.176	107.813	.000
		Deviation from Linearity	588.827	22	26.765	1.537	.085
	Within Groups		1392.911	80	17.411		
	Total		3858.913	103			

Lampiran 8 Uji Korelasi

Hasil Uji Korelasi

Correlations		SABAR	SELF EFFICACY
SABAR	Pearson Correlation	1	.697**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	104	104
SELF EFFICACY	Pearson Correlation	.697**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	104	104

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

Lampiran 10 Tabulasi Data Penelitian

Tabulasi hasil data variabel sabar

No	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	Total
1	3	1	4	3	2	2	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	45
2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	4	3	1	1	2	4	3	3	47
3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	59
4	3	1	3	2	1	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	41
5	3	1	3	4	1	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	51
6	3	1	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	49
7	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	1	4	3	4	2	2	49
8	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	45
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	59
10	3	3	4	3	3	3	2	4	3	4	4	1	3	4	4	2	3	53
11	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	51
12	3	1	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2	48
13	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	1	54
14	2	2	1	1	3	3	3	4	4	2	2	3	3	2	2	2	3	42
15	3	1	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	2	2	51
16	3	1	3	3	1	3	2	4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	47
17	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	47
18	3	1	3	2	1	1	2	4	2	4	3	2	3	3	4	3	3	44
19	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	50
20	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	53
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	50
22	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	2	2	47
23	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	4	2	4	4	1	4	38
24	2	1	3	2	1	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	1	3	43
25	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	45
26	3	2	3	3	1	3	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	55
27	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	61
28	3	4	2	3	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	1	52
29	4	1	4	3	1	3	1	3	2	4	2	2	3	4	3	3	3	48
30	3	2	2	3	1	3	2	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	48
31	4	1	2	3	2	1	1	1	2	3	4	1	1	3	4	4	4	41
32	3	1	3	4	1	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	1	2	51
33	3	1	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	3	2	46
34	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	60
35	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	2	49
36	3	2	2	3	2	3	2	4	3	4	3	1	3	3	3	3	3	47
37	2	1	4	3	1	2	3	4	1	4	4	2	4	4	4	2	2	47
38	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	1	1	53
39	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	1	57
40	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	2	1	57
41	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	1	2	56
42	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	2	1	57
43	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	1	2	59
44	3	1	3	1	1	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	2	2	47
45	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	1	3	4	2	1	53
46	3	1	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	48
47	4	2	4	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	1	2	49
48	3	1	3	4	2	3	4	3	3	4	4	2	4	4	3	2	2	50
49	3	1	2	4	2	1	2	2	1	3	4	2	2	4	3	4	4	44
50	3	2	4	4	1	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	2	1	52
51	3	3	3	1	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	1	51
52	3	1	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	1	50
53	3	1	3	1	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	1	49
54	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	48
55	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	49
56	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	48
57	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	48
58	4	1	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	50
59	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	1	55
60	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	1	56
61	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	1	56
62	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	1	55
63	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	2	1	55
64	4	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	2	1	54
65	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	1	2	53
66	3	1	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	2	1	53
67	4	2	3	1	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	1	48
68	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	2	55
69	3	4	3	3	3	4	3	3	1	4	3	1	3	3	3	3	4	51
70	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	1	1	4	4	2	2	53
71	3	4	2	2	3	3	3	4	3	4	3	1	4	4	4	2	1	50
72	3	1	1	3	1	3	1	4	1	3	3	2	1	4	3	4	1	39
73	4	1	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	1	4	4	3	54
74	4	3	3	1	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	53
75	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	56
76	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	2	55
77	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2	1	55
78	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	1	52
79	3	1	2	3	2	1	2	1	1	3	3	1	1	4	4	3	3	38
80	3	2	2	4	1	1	2	2	2	3	3	1	1	3	4	3	3	40
81	3	2	1	3	2	1	2	2	1	4	4	2	1	3	4	3	3	41
82	4	1	2	3	2	2	1	1	2	3	4	2	1	3	3	3	4	41
83	4	1	1	3	2	1	1	2	1	4	4	2	1	3	3	4	3	40
84	3	2	2	4	2	1	2	2	1	3	4	1	1	3	4	4	4	43
85	3	4	3	4	3	1	2	4	1	2	3	3	3	4	3	1	2	46
86	3	1	2	2	3	2	2	2	3	4	2	1	3	4	2	3	2	43
87	3	3	2	2	4	1	3	3	1	4	3	1	4	2	1	3	2	42
88	1	2	1	2	2	4	1	2	2	2	3	4	1	3	3	2	4	39
89	1	2	2	3	3	2	4	3	1	4	2	1	1	3	4	2	3	41
90	3	3	3	1	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	2	1	52
91	4	4	3	1	3	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	2	1	53
92	3	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	2	43
93	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	2	3	2	1	52
94	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	1	52
95	4	3	4	2	2	2	3	1	1	3	3	2	2	4	4	2	3	45
96	4	2	3	2	1	3	4	3	3	2	3	2	2	4	1	2	3	44
97	4	3	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	1	3	4	4	3	50
98	3	3	3	2	2	4	3	1	2	4	4	1	2	2	3	4	2	45
99	3	3	2	3	1	2	1	1	2	3	4	1	1	2	2	3	3	37
100	3	3	3	3	2	1	2	3	4	3	4	2	4	4	3	2	4	50
101																		

Tabulasi Hasil data variabel *self efficacy*

No	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	Total
1	3	1	4	3	2	2	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	45
2	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	1	1	2	4	3	3	3	47
3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	59
4	3	1	3	2	1	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	41
5	3	1	3	4	1	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	51
6	3	1	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	49
7	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	1	4	3	4	2	2	49
8	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	45
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	59
10	3	3	4	3	3	2	4	3	4	4	1	3	4	4	2	3	3	53
11	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	51
12	3	1	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2	48
13	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	1	54
14	2	2	1	1	3	3	3	4	4	2	2	3	3	2	2	2	3	42
15	3	1	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	2	2	51
16	3	1	3	3	1	3	2	4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	47
17	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	47
18	3	1	3	2	1	1	2	4	2	4	3	2	3	3	4	3	3	44
19	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	50
20	3	1	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	53
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	50
22	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	2	2	47
23	2	1	1	1	1	1	1	3	1	3	4	2	4	4	1	4	4	38
24	2	1	3	2	1	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	1	3	43
25	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	45
26	3	2	3	3	1	3	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	55
27	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	61
28	3	4	2	3	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	1	52
29	4	1	4	3	1	3	1	3	2	4	2	2	3	4	3	3	3	46
30	3	2	2	3	1	3	2	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	48
31	4	1	2	3	2	1	1	1	2	3	4	1	1	3	4	4	4	41
32	3	1	3	4	1	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	1	2	51
33	3	1	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	3	2	46
34	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	60
35	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	2	49
36	3	2	2	3	2	3	2	4	3	4	3	1	3	3	3	3	3	47
37	2	1	4	3	1	2	3	4	1	4	4	2	4	4	4	2	2	47
38	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	1	1	53
39	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	59
40	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	2	1	57
41	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	1	2	56
42	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	2	1	57
43	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	1	2	59
44	3	1	3	1	1	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	2	2	47
45	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	1	3	4	2	1	53
46	3	1	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	48
47	4	2	4	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	1	2	49
48	3	1	3	4	2	3	3	3	3	4	4	2	4	3	3	2	2	50
49	3	1	2	4	2	1	2	2	1	3	4	2	2	4	3	4	4	44
50	3	2	4	4	1	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	2	1	52
51	3	3	3	1	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	1	51
52	3	1	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	1	50
53	3	1	3	1	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	1	49
54	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	48
55	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	49
56	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	48
57	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	46
58	4	1	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	50
59	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	1	55
60	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	1	56
61	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	1	56
62	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	1	55
63	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	2	1	55
64	4	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	2	1	54
65	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	1	2	53
66	3	1	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	1	53
67	4	2	3	1	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	1	48
68	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	2	55
69	3	4	3	3	3	4	3	3	1	4	3	1	3	3	3	3	4	51
70	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	1	1	4	4	2	2	53
71	3	4	2	2	3	3	3	4	3	4	3	1	4	4	4	2	1	50
72	3	1	1	3	1	3	1	4	1	3	3	2	1	4	3	4	1	39
73	4	1	4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	1	4	4	3	2	54
74	4	3	3	1	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	53
75	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	56
76	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	2	55
77	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2	1	55
78	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	1	52
79	3	1	2	3	2	1	2	1	1	3	3	1	1	4	4	3	3	38
80	3	2	2	4	1	1	2	2	2	3	3	1	1	3	4	3	3	40
81	3	2	1	3	2	1	2	2	1	4	4	2	1	3	4	3	3	41
82	4	1	2	3	2	2	1	1	2	3	4	2	1	3	3	3	4	41
83	4	1	1	3	2	1	1	2	1	4	4	2	1	3	3	4	3	40
84	3	2	2	4	2	1	2	2	1	3	4	1	1	3	4	4	4	43
85	3	4	3	4	3	1	2	4	1	2	3	3	3	4	3	1	2	46
86	3	1	2	2	3	2	2	2	3	4	4	2	1	3	4	2	3	43
87	3	3	2	2	4	1	3	3	1	4	3	1	4	2	1	3	2	42
88	1	2	1	2	2	4	1	2	2	2	3	4	1	3	3	2	4	39
89	1	2	2	3	3	2	4	3	1	4	2	1	1	3	4	2	3	41
90	3	3	3	1	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	2	1	52
91	4	4	3	1	3	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	2	1	53
92	3	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	43
93	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	2	3	2	1	52
94	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	1	52
95	4	3	4	2	2	2	3	1	1	3	3	2	2	4	4	2	3	45
96	4	2	3	2	1	3	4	3	3	2	3	2	2	4	1	2	3	44
97	4	3	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	1	3	4	4	3	50
98	3	3	3	2	2	4	3	1	2	4	4	1	2	2	3	4	2	45
99	3	3	2	3	1	2	1	1	2	3	4	1	1	2	2	3	3	37
100	3	3	3	3	2	1	2	3	4	3	4	2	4	4	3	2	4	50
101	4	2	3	4	1	3												

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA DIRI

Nama : Aysah Putri Arifia Wijaya Katamsi
NIM : 2104046103
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Semester : VIII
Tempat/Tanggal lahir : Semarang/ 1 Mei 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Status Perkawinan : Belum Menikah
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Jl. Desel II, Gunung Pati, Semarang
Pendidikan Terakhir : SMA Kesatrian 1 Semarang

Riwayat Pendidikan

SD : SDN Krapyak Semarang
SMP : SMPN 41 Semarang
SMA : SMA Kesatrian 1 Semarang