

**STUDI KOMPARASI KONTROL DIRI MAHASISWA JURUSAN FISIKA
DENGAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI ANGKATAN 2012
UIN WALISONGO SEMARANG**

SKRIPSI

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



Disusun Oleh:

Ikhwana Maghfiroh (114411036)

**JURUSAN TASAWUF & PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2015**

**STUDI KOMPARASI KONTROL DIRI MAHASISWA JURUSAN FISIKA
DENGAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI ANGKATAN 2012 UIN
WALISONGO SEMARANG**

SKRIPSI

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



Oleh:

Ikhwana Maghfiroh

NIM: 114411036

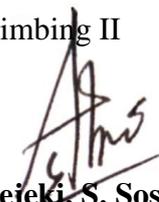
Semarang, 02 Juli 2015

Disetujui Oleh,

Pembimbing I


Dr. H. Abdul Muhaya, MA.
NIP. 196210181991011001

Pembimbing II


Sri Rejeki, S. Sos.i., M.Si.
NIP. 197903042006042001

PENGESAHAN

Skripsi Saudari **Ikhwana Maghfiroh** dengan **NIM 114411036** telah dimunaqasyahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal: 31 Juli 2015

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana (S.1) dalam Ilmu Ushuluddin Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

Pembimbing I

Dr. H. Abdul Muhaya, MA.
NIP. 19621018 1991011 001

Pembimbing II

Sri Rejeki, S.Sos.i, M.Si.
NIP. 19790304 2006042 001

Sekretaris Sidang,

Tsuwaibah, M.Ag.
NIP. 19720712 200604 2 001

Ketua Sidang,

Mokh. Syahroni, M. Ag
NIP. 19720515 199603 1 002



Penguji I

Firtivati, S. Psi, M. Si
NIP. 19690725 200501 2 002

Penguji II

Drs. H. Nidhomun Ni'am, M.Ag
NIP. 19690602 199703 1 002

DEKLARASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ikhwana Maghfiroh

NIM : 114411036

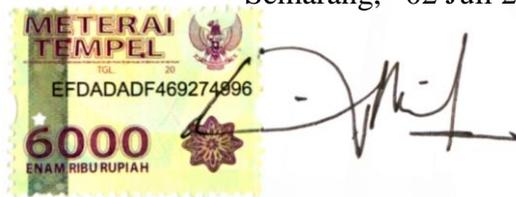
Jurusan : Tasawuf Psikoterapi

Fakultas : Ushuliddin

Judul Skripsi : Studi Komparasi Mahasiswa Jurusan Fisika Dengan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2012 UIN Walisongo Semarang

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 02 Juli 2015



Ikhwana Maghfiroh

NIM: 114411036

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 3 (tiga) eksemplar

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada

Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin

IAIN Walisongo Semarang

Di Semarang

Assalamu'alaikumWr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Ikhwana Maghfiroh

NIM : 114411036

Jurusan : Ushuluddin/TP

Judul Skripsi : Kontrol Diri Mahasiswa UIN Walisongo

Semarang (Studi Perbandingan Mahasiswa Jurusan

Fisika Angkatan 2012 dan

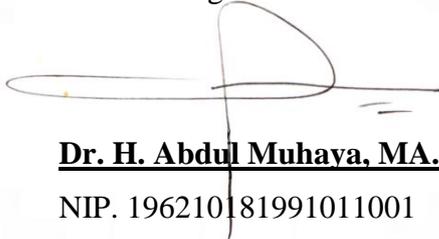
Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2012 UIN Walisongo

Semarang)

Dengan ini telah saya setuju dan mohon agar segerah diujikan. Demikian atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikumWr. Wb.

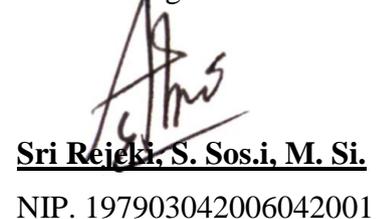
Pembimbing I



Dr. H. Abdul Muhaya, MA.
NIP. 196210181991011001

Semarang, 02 Juli 2015

Pembimbing II



Sri Rejeki, S. Sos.i, M. Si.
NIP. 197903042006042001

MOTTO

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.”

(QS. Ar-Rad: 28)

ABSTRAK

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Dalam dunia tasawuf kontrol diri dikenal dengan istilah *muraqabah*, yaitu suatu bentuk urusan hati seseorang manusia dengan merasa diawasi oleh Allah SWT dalam semua gerak-geriknya, dan diamnya. Sehingga muncul rasa takut untuk berbuat sesuatu yang tidak disenangi oleh Allah SWT. Dengan adanya kontrol diri, fikiran dan perasaan, akal dan hatinya terhindar dari kehancuran moral. Mahasiswa dengan latar belakang agama yang diharapkan bisa menjalankan ilmu agamanya dalam kehidupan sehari-hari, karena agama adalah salah satu pengontrol dalam bertingkah laku sesuai dengan norma sosial. Namun kenyataannya pengetahuan agama yang diterima tidak bisa dijadikan pengontrol bagi seseorang.

Penelitian ini berjudul “*studi komparasi kontrol diri mahasiswa jurusan fisika dengan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2012 UIN Walisongo Semarang*” yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2012. Penelitian ini dimaksud untuk menjawab permasalahan adakah perbedaan kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2012.

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan lapangan (*field research*). Penentuan sample dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan teknik tersebut sample yang diambil sebanyak 70 mahasiswa, 29 dari mahasiswa jurusan fisika dan 41 dari mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala. Analisis data yang digunakan adalah uji *t-test* yaitu *independent sample test* dengan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 16.0 *for windows*.

Hasil uji hipotesis *independent sample test* diperoleh hasil signifikan 0,048 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kontrol diri yang signifikan antara mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dan mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2012. Hal ini dipengaruhi karena kebiasaan yang kelompok terima berbeda sehingga materi-materi yang diperoleh kedua jurusanpun juga berbeda, sehingga mempunyai olahan otak yang berbeda dan kontrol diri yang berbeda pula.

Kata kunci : kontrol diri, *muraqabah*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

“Dengan Nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang”

Dengan mengawali kalimat Bismillahirrahim, Segala Syukur senantiasa aku panjatkan kepada Allah SWT, yang tak henti-hentinya melimpahkan cinta dan kasih sayang-Nya, serta segala kenikmatan-Nya yang telah diberikan kepada-penulis, serta tak kunjung usai penulis mendapat Petunjuk dan Hidayah-Nya.

Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang menunjukkan kepada manusia tentang kebenaran sehingga mampu menunjukkan kemanusiaan kita di muka bumi sebagai hamba yang senantiasa bersujud kepada-Nya.

Penyelesaian skripsi ini, bukanlah semata-mata upaya dan usaha pribadi, berkat bimbingan, dorongan dan bantuan semua pihak yang berada di sekeliling penulis, sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai prasyarat terakhir dalam menempuh pembelajaran di Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, Untuk itu ucapan terimakasih yang tak terhingga penulis tunjukkan kepada :

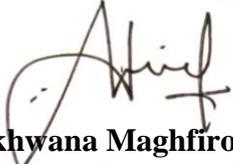
1. Yang terhormat Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag. selaku Rektor IAIN Walisongo Semarang
2. Yang terhormat Dr. H. Mukhsin Jamil. M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan seluruh staf-stafnya yang mengarahkan gagasan saya sehingga dapat dirumuskan dan disusun sebagai skripsi.
3. Yang Terhormat Dr. H. Sulaiman Al Kumayi M.A selaku ketua Jurusan Tasawuf Psikoterapi dan Ibu Fitriyati, S.Pi, M.Psi, selaku sekretaris Jurusan Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang.
4. Pembimbing skripsi, Dr. H. Abdul Muhaya, MA, selaku Pembimbing I dan Sri Rejeki, S.Sos.i, M.Si, selaku Pembimbing II karena dengan bimbingan, pengarahan dan petunjuknya selama penyusunan skripsi, penulis mampu mengembangkan dan mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini.

5. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang, yang telah memberi bimbingan dan arahan dalam proses belajar di kuliah ataupun dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak Samsul dan Ibu Juma'iyah, kedua orang tuaku, atas cinta dan kasih sayang serta kekuatan doa restu *Panjenengan*, penulis mampu melalui semua cobaan dalam hidup.
7. Saudaraku tercinta M. Lukman Juraimi, Yayuk sulisty, dedek Umar, M. Fadholi, terimakasih atas semua dukungannya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
8. Buat calon imamku saya berterimah kasih atas dukungan dan motivasinya
9. Keluargaku Bala Sufi 2011, kalian bagian hidupku terindah.
10. Teman-teman organisasi, baik intra maupun ekstra, terimakasih atas pembelajaran keorganisasiannya.
11. Keluarga baruku, keluarga besar kos pucuk 41 mbak mita, syifa, azizah, Rt Ima, dhita, mba asma, anisa, mba fatma, puji, yunita, mba almas dan lekqod lia aqodah. Terimah kasih atas semuanya.
12. Teman-teman KKN 64 POSKO 16 atas dukungannya.
13. Sahabat-sahabat yang mengasihi, yang tak kenal lelah selalu mensupport serta memotivasi dan mendo'akan penulis untuk terus berjuang.

Dan kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, karena keterbatasan ruang. Kepada semua pihak penulis berdoa semoga kita dipermudah dalam setiap urusan-Nya.

Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini membawa manfaat bagi penulis khususnya dan para pembaca umumnya. Amin

Semarang, 02 Juli 2015


Ikhwana Maghfiroh

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata bahasa Arab yang dipakai dalam penulisan skripsi ini berpedoman pada “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” yang dikeluarkan berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Agama Dan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan RI tahun 1987. Pedoman tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kata Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṣ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	kadan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	esdan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	...‘	Koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef

ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	...'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

b. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia terdiri dari vokal tunggal dan vokal rangkap.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ	Fathah	A	a
ِ	Kasrah	I	i
ُ	Dhammah	U	u

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ...ي	Fathah dan ya	Ai	a dan i
َ...و	Fathah dan wau	Au	a dan u

Contohnya: الشفاء : asy-syifā'

2. Kata sandang qamariyah, yaitu kata sandang yang ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya huruf /l/.

Contohnya: القلم : al-qalamu

g. Penulisan kata

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

Contohnya:

وَأَنَّ اللَّهَ لَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ : wa innallāha lahuwa khair
ar-rāziqīn
wa innallāha lahuwa
khairurrāziqīn

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN DEKLARASI	iv
HALAMAN NOTA PEMBIMBING	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN ABSTRAKSI	vii
KATA PENGANTAR	viii
HALAMAN TRANSLITERASI	xi
DAFTAR ISI	xix
DAFTAR TABEL	xx
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Tinjauan Pustaka	10
F. Sistematika Penulisan Skripsi	14
BAB II : KAJIAN TEORI	
A. Kontrol Diri	16
1. Pengertian kontrol diri	16
2. Jenis dan aspek kontrol diri	25
3. Faktor yang mempengaruhi kontrol diri	27
B. Jurusan Fisika dan Tasawuf Psikoterapi	28
1. Mahasiswa jurusan fisika	28
2. Mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi	31
C. Pengaruh perbedaan jurusan fisika dan tasawuf psikoterapi terhadap kontrol diri	34

D. Hipotesis.....	41
BAB III : METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	42
B. Variable penelitian.....	43
C. Definisi operasional variable.....	44
D. Subyek penelitian.....	45
a. Populasi.....	45
b. Sample.....	46
E. Metode penelitian.....	47
F. Teknik analisis data.....	50
G. Uji validitas dan reliabilitas instrument.....	51
1. Uji validitas instrument.....	51
2. Uji reliabilitas instrument.....	53
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gamabaran Umum UIN Walisongo Semarang.....	56
B. Deskripsi data penelitian.....	60
C. Uji persyaratan analisis.....	66
1. Uji normalitas.....	66
2. Uji homogenitas.....	69
3. Pengujian hipotesis penelitan.....	70
D. Pembahasan.....	72
BAB V : PENUTUP	
A. Kesimpulan	78
B. Saran-Saran	79

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

BIODATA

DAFTAR TABEL

- Tabel 1 Skor Skala Likert
- Tabel 2 Blue Print Skala kontrol dir
- Tabel 3 Rangkuman Analisis Reliabilitas Instrument
- Tabel 4 Deskripsi Data
- Tabel 5 Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data
- Tabel 6 Hasil Uji Normalitas
- Tabel 7 Hasil Uji Homogenitas
- Tabel 8 Hasil Uji T-test

DAFTAR LAMPIRAN – LAMPIRAN

- Lampiran A Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument
- Lampiran B Skala Penelitian kontrol diri
- Lampiran C Tabulasi data Penelitian Skala kontrol diri mahasiswa jurusan fisika dan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi
- Lampiran D Jumlah Skor Nilai Skala Penelitian kontrol diri
- Lampiran E Hasil - hasil SPSS 16.0 FOR WINDOWS
- Lampiran F Surat - surat

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan generasi mudah harapan bangsa. Ditangan para pelajar masa depan suatu bangsa dan Negara akan ditentukan. Pelajar sebagai bagian dari generasi muda harapan bangsa merupakan calon pemimpin dimasa yang akan datang, dengan demikian kondisi Negara dimasa depan akan diwarnai oleh kualitas generasi muda saat ini. Semakin berkualitas generasi mudanya, maka semakin maju suatu bangsa dan Negara.

Terkait itu, pendidikan adalah usaha manusia (pendidik) dengan penuh tanggung jawab membimbing anak didik ke kedewasaan sebagai suatu usaha yang mempunyai tujuan sewajarnya bila melakukan usaha menilai hasil usaha dalam mendidik untuk mengetahui sejauh manakah tujuan atau cita-cita yang ingin dicapai itu sudah terwujud atau terlaksana dalam usaha-usaha yang telah dijalankan.¹

Dalam mencapai cita-cita yang ingin dicapai sering muncul perbuatan kita sehari-hari pada umumnya disertai oleh perasaan perasaan tertentu, yaitu perasaan senang atau tidak senang. Perasaan senang atau tidak senang yang selalu menyertai perbuatan kita sehari-hari disebut warna efektif, warna efektif ini kadang-kadang lemah atau samar-samar

¹ Sumardi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, (Yogyakarta:Raja Grafindo Persada,1998), hlm. 123.

saja. Dalam hal warna efektif yang kuat maka perasaan-perasaan menjadi lebih mendalam, lebih luas dan lebih terarah. Perasaan-perasaan ini disebut emosi.²

Emosi berkembang semenjak individu lahir. Emosi muncul pada awal kehidupan, mulai bayi menunjukkan reaksi yang umum atas rangsangan yang diterimanya kemudian ia mulai dapat membedakan rangsangan yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Adanya perbedaan membuat anak mulai dapat membedakan emosi takut, marah, gembira dan kemudian bertambah lagi dengan emosi benci, iri hati dan cinta, pada saat anak masuk sekolah maka pola reaksi emosinya menjadi lengkap.³

Emosi dimulai dengan rangsangan. Rangsangan ini haruslah sejalan dengan perhatian dan dorongan untuk dapat merangsang timbulnya emosi yang sepenuhnya, perhatian dan perasaan seseorang terhadap sesuatu hal di luar dirinya menentukan timbulnya emosi.⁴ Timbulnya emosi dari rangsangan dari luar dan dalam individu. Rangsangan yang berasal dari dalam individu seperti kondisi fisik dan psikis individu yang bersumber dari lingkungan individu seperti keluarga, sekolah dan sebagainya.

² Sarlito Wirawan, *Pengantar Umum Psikologi*, (Jakarta: Bintang Bulan, 1996), hlm. 51.

³ Siti Meichati, *Kesehatan mental*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1983), hlm. 19

⁴ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1983), hlm. 140.

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun, reaksi positif saja tidak cukup karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis. Kontrol emosi seharusnya tidak membahayakan fisik dan psikis individu. Artinya, dengan mengontrol emosi fisik dan psikis individu harus membaik.

Kontrol diri sebagai cara individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan diri dalam dirinya. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terjadi dilingkungan tempat tinggalnya.

Dengan adanya kontrol diri, fikiran dan perasaan, akal dan hatinya terhindar dari kehancuran dan kejahatan moral. Tapi jika unsur pengontrol telah hilang, maka lemahlah jiwanya dan lemah pula dorongan untuk berbuat baik serta lemahnya kepribadiannya, sebab semua itu telah terkalahkan oleh dorongan yang kuat untuk berbuat maksiat seperti menipu, mamalsu, berkhianat, korupsi, dan kemungkar-kemungkar lainnya. Maka jatuhlah pribadi orang tersebut dalam lembah kenistaan, terjadi kemosrotan moral dan akhlak. Padahal akhlak mulialah yang menjadi ukuran tinggi rendahnya pribadi seseorang.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri Walisongo yaitu jurusan fisika dan jurusan tasawuf psikoterapi, kedua jurusan tersebut mempunyai latar belakang yang berbeda, mahasiswa yang kuliah mengambil jurusan fisika memiliki cara mengelola emosi serta mengontrol diri yang berbeda dengan mahasiswa yang mengambil jurusan tasawuf dan psikoterapi. Diliat dari perbedaan dalam pengolahan otak kiri dan kanan yang digunakan kedua jurusan sangatlah berbeda.

Kecerdasan manusia dipengaruhi oleh pengalaman sehari-hari, kesehatan fisik dan mental, porsi latihan yang diterima, ragam hubungan yang dijalani, dan berbagai faktor lain. Ditinjau dari segi ilmu saraf, semua sifat kecerdasan itu bekerja melalui atau dikendalikan oleh otak beserta jaringan saraf yang terletak diseluruh tubuh.⁵

Otak merupakan organ tubuh yang paling kompleks. Otak memproduksi pikiran-sadar yang menakjubkan, kesadaran akan diri dan lingkungan, serta kemampuan untuk melakukan pilihan bebas dalam berhadapan dengan dunia. Otak juga menghasilkan dan menstrukturkan pemikiran kita, memungkinkan kita memiliki perasaan, dan menjembatani kehidupan spiritual, kesadaran akan makna, nilai, dan konteks yang sesuai untuk memahami pengalaman. Otak menjadi jembatan antara kehidupan batin dan lahiriah.⁶

⁵ Danah Johar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berfikir Integralistik Dan Holistik Untuk Memaknai kehidupan*, terj. Rahma Astuti, dkk. (Bandung: MIZAN, 2000), hlm. 35

⁶ Danah Johar dan Ian Marshall, *Op, Cit*, hlm. 36

Otak mempunyai tiga bagian dasar: batang atau “ otak reptil ”, system limbic atau “otak mamalia” dan neokorteks. Masing-masing mempunyai stuktur syaraf tertentu dan mengatur tugas-tugas tertentu. Yang pertama yaitu batang atau otak reptile. Bagian ini bertanggung jawab atas fungsi-fungsi motor sensor, pengetahuan tentang realitas fisik yang berasal dari pancaindra. Perilaku yang ada dalam otak reptil berkaitan dengan insting mempertahankan hidup. Disekitar otak reptil ini terdapat system limbik yang sangat kompleks dan luas, atau mamalia. Bagian ini fungsinya bersifat emosional dan kognitif, yaitu menyimpan perasaan, pengalaman yang menyenangkan, memori, dan kemampuan belajar. System limbik adalah panel control utama yang menggunakan informasi dari indra penglihat, pendengaran, sensai tubuh. Kemudian informasi tersebut didistribusikan ke bagian pemikir didalam otak, yaitu neokorteks. Bagian otak neokorteks ini merupakan tempat bersemayamnya kecerdasan. Proses yang berasal dari pengaturan ini adalah penalaran, berfikir secara intelektual, pembuatan keputusan, perilaku waras, bahasa, kendali motoric sadar, ideasi (penciptaan gagasan) nonverbal.⁷

Tiga bagian otak tadi dibagi menjadi belahan kanan dan belahan kiri, kedua belahan ini dikenal sebagai “otak kanan” dan “otak kiri”. Proses berfikir otak kiri bersifat logis, sekuensial, linear, dan rasional.⁸ Sedangkan otak kanan bersifat acak, tidak teratur, intuitif, dan holistik.

⁷ Bobbi Deporter dan Mike Hernacki, *Quantum Learning: Membiasakan Belajar Nyaman Dan Menyenangkan*, (Bandung: Mizan Media Utama, 2002), hlm 28

⁸ *Ibid.*, hlm. 36

Cara berfikirnya sesuai dengan cara-cara untuk mengetahui yang bersifat nonverbal, seperti perasaan dan emosi.⁹ Kedua belahan otak tersebut memiliki sifat yang berbeda sehingga keduanya berbeda pula dalam mengatur emosi serta control dirinya.

Ilmu fisika adalah sains atau ilmu tentang alam dalam makna yang terluas. Fisika mempelajari gejala alam yang tidak hidup atau materi dalam lingkup ruang dan waktu. Para fisikawan atau ahli fisika mempelajari perilaku dan sifat materi dalam bidang yang sangat beragam, mulai dari partikel submikroskopis yang membentuk segala materi (fisika partikel) hingga perilaku materi alam semesta sebagai satu kesatuan kosmos.¹⁰ Sehingga mereka yang kuliah di jurusan fisika lebih dikenal berfikir dengan menggunakan otak kiri.

Sedangkan ilmu tasawuf menurut al-Ghozali dalam kitabnya *ihyak' ulumuddin*, tasawuf adalah ilmu yang membahas cara-cara seseorang mendekati diri kepada Allah. Ilmu tasawuf adalah ilmu yang mempelajari usaha membersihkan diri, berjuang memerangi hawa nafsu, mencari jalan kesucian dengan jalan ma'rifat menuju keabadian, saling mengingatkan antar manusia, serta berpegang teguh pada janji Allah dan mengikuti syariat Rosullah SAW dalam mendekati diri dan mencapai Ridho-Nya. Menurut Al-Junaid al-Baghdadi tasawuf adalah bersihnya hati dari hal-hal yang berhubungan dengan keduniawian, memutuskan kebiasaan-kebiasaan hidup manusia, memadamkan sifat-sifat buruk

⁹ *Ibid.*, hlm, 38

¹⁰ <http://fisikadedek.blogspot.com/2013/05/mengenal-definisi-fisika.html>

manusia, menjauhi tuntutan hawa nafsu, mendekati sifat-sifat kerohanian, mengkaji ilmu hakikat, mementingkan keutamaan yang bersifat kekal, selalu memberi nasehat kepada umat, benar-benar segala perbuatannya semata-mata karena Allah SWT.¹¹

Tren-tren yang berkaitan dengan spiritualitas memiliki akar yang kuat dalam temuan riset neurosains. Para ahli menemukan bahwa pada tingkat fungsional otak menunjukkan fungsi yang sangat kaya dan kompleks. Selain kemampuan mem-*back-up* kegiatan-kegiatan rasional (yang melibatkan indra), memori persepsi dan berfikir, juga kegiatan yang bersifat emosional, seperti merasa atau mengekspresikan diri secara emosional, otak juga menjadi semacam “pabrik” atau mesin penggerak yang disebut spiritualitas.¹²

Pengalaman spiritual yang dialami oleh mahasiswa tasawuf psikoterapi merupakan keadaan spiritual yang menggambarkan bahwa mahasiswa kuliah di jurusan tasawuf dan psikoterapi dikenal dengan otak kanan yang lebih berperan. Sehingga kedua jurusan tersebut saling berbeda dalam pengolahan hemisfernya.

Dengan pendidikan yang diterima oleh mahasiswa yang diharapkan bisa menjalankan ilmu agamanya dalam kehidupan sehari-hari, karena agama adalah petunjuk untuk manusia yang berakal untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat juga sebagai salah satu

¹¹ Asep Umar Ismail, dkk. *Tasawuf*, (Jakarta: Pustaka Studi Wanita UIN Jakarta, 2005), hlm., 60

¹² Taufik Pasiak, *Tuhan Dalam Otak Manusia: Mewujudkan Kesehatan Spritual Berdasarkan Neurosains*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2012), hlm, 38

kontrol dalam bertindak, namun kenyataan pendidikan agama yang mereka terima tidak bisa jadi pengontrol moral bagi mereka, bahkan sering kita temui ada mahasiswa dan mahasiswi boncengan dan bergandengan tangan di area kampus, ada pula mereka yang pacaran ditempat kos sehingga memicu kecemasan warga hingga dilaporkan oleh aparat kepolisian, dan beberapa kasus kriminal yang dialami mahasiswa ini.¹³ Dari masalah yang muncul diatas kedua jurusan baik dari mahasiswa jurusan fisika dan tasawuf psikoterapi mengalami kontrol diri terhadap moral yang rendah, sehingga tidak ada perbedaan keduanya dalam kontrol diri mereka.

Peneliti tertarik untuk meneliti kontrol diri Mahasiswa jurusan fisika dan tasawuf psikoterapi yang seharusnya memiliki kontrol yang berbeda bila dilihat dengan cara pengolahan hemofir yang berbeda, yaitu dengan judul studi komparasi muraqabah mahasiswa jurusan fisika dengan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2012 UIN Walisongo Semarang

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yakni:

1. Bagaimana kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012?
2. Bagaimana kontrol diri mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi angkatan 2012?

¹³ [http://Dua Mahasiswa Universitas Islam Negeri \(UIN\) Walisongo Terlibat Pencurian Laptop Milik Teman Satu Kos - Gemamedia News.htm](http://Dua%20Mahasiswa%20Universitas%20Islam%20Negeri%20(UIN)%20Walisongo%20Terlibat%20Pencurian%20Laptop%20Milik%20Teman%20Satu%20Kos%20-%20Gemamedia%20News.htm) (20-02-2015)

3. Adakah perbedaan kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa tasawuf psikoterapi angkatan 2012?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin peneliti capai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk mengetahui kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012
- 2) Untuk mengetahui kontrol diri mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2012
- 3) Untuk mengetahui perbedaan kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2012

D. Manfaat Penelitian

- a) Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan secara teoritik, khususnya dalam pengembangan dan pembahasan konsep kontrol diri yang baik.

- b) Secara Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan bisa dijadikan bahan pertimbangan dalam mengelola kontrol diri dengan baik. Sehingga dapat menjaga akhlak mulianya.

E. Tinjauan Pustaka

Sejauh pengetahuan peneliti selama mengkaji karya-karya ilmiah yang berhubungan dengan kontrol diribelum ada penelitian dengan judul yang sama persis. Namun dalam tinjauan pustaka peneliti menemukan beberapa karya ilmiah yang sedikit memiliki kemiripan dengan judul penelitian yaitu “kontrol diri mahasiswa (studi perbandingan mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan jurusan tasawuf psikoterapi angkatan 2012)” antara lain sebagai berikut:

Skripsi yang ditulis Lailatul Badiya, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta 2013, yang berjudul “*Pengaruh Empati dan Self –control Terhadap Agresifitas Remaja SMA Negeri Kota Tangerang Selatan*” dalam skripsi ini diuraikan peneliti bahwa ada beberapa pengaruh IV yang terdapat dalam penelitian ini, IV dalam penelitian ini adalah empati dengan aspek-aspeknya yaitu *perspektif taking, fantasy, empathic concern, personal distress*. Serta self control dengan aspek-aspeknya yaitu *behavior control, cognitive control, dan desesional control*. Yang mana menunjukkan pengaruh yang signifikan antara empati dan self-control terhadap agresifitas remaja.¹⁴

Skripsi yang ditulis oleh Nurfauiyanti, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sarif Hidayatullah Jakarta 2010, yang berjudul “*Hubungan Pengendalian Diri (Self- Control) dengan Agresifitas*

¹⁴ Lailatul Badriyah, *Pengaruh Empati dan Self- Control Terhadap Agresifitas Remaja SMA Negeri Tangerang Selatan*, (Skripsi: Program SI UIN Sarif Hidayatullah Jakarta, 2013), (digilib_PDF_diundo_20/1/2015, pukul 10:30 AM)

Anak Jalanan” dalam skripsi ini diuraikan bahwa ada hubungan yang negatif antara pengendalian diri dengan agresifitas anak jalanan, semakin tinggi tingkat penegndalian anak jalanan, maka semakin rendah agresifitasnya.¹⁵

Skripsi yang ditulis oleh Yudi Eko Prasetyo¹⁶, mahasiswa fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta 2013, yang berjudul “*Upaya Guru PAI Meningkatkan Self-Control Bagi Remaja (Studi Kasus di SMA Plus YPHB Bogor)*” dalam skripsi ini diuraikan faktor pendukung dan penghambat terhadap peningkatan *self control* di SMA PLUS YPHB Bogor.

Skripsi yang ditulis oleh Nur’ainy, mahasiswa jurusan tarbiyah program studi pendidikan agama islama (STAIN) Ponorogo 2008, yang berjudul “*Pengembangan Self Control Siswa di SMK PGRI 2 Ponorogo Melalui Penanaman Nilai-nilai Agama*” dalam skripsi ini ditemukan bahwa (a) pengembangan self- control siswa di SMK Ponorogo melalui kegiatan-kegiatan keagamaan yang dilaksanakan secara rutin dan terprogram, (b) perkembangan self control siswa berkembang dengan baik dari kelas satu sampai kelas tiga, (c) factor lingkungan seperti sekolah yang selalu menerapkan kedisiplinan secara demokratis menjadi factor pendukung sedangkan lingkungan keluarga khususnya orang tua yang

¹⁵ Nurfauiyanti, *Hubungan Pengendalian Diri (Self- Control) dengan Agresifitas Anak Jalanan*, (Skripsi: Program S1 UIN Sarif Hidayatullah Jakarta, 2010), (digilib_file PDF_diundo_19/11/2014_pukul 5:30 PM)

¹⁶ Yudi Eko Prasetyo, *Upaya Guru PAI Meningkatkan Self-Control Bagi Remaja (Studi Kasus di SMA Plus YPHB Bogor)*, (Skripsi: Program S1 Universitas Negeri Jakarta, 2013), (digilib_file DPF_diundo_23/2/2015/ pukul 9:48 AM)

kurang memberikan contoh baik kepada anaknya menjadi factor penghambat bagi perkembangan self control siswa di SMK PGRI 2 Ponorogo.¹⁷

Tesis yang ditulis oleh Resca Hajwan Sutman, mahasiswi program Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon 2010, yang berjudul “*Pengaruh Self-Control dan Perilaku Agresi Terhadap Motivasi Belajar Siswa di SMK Muhammadiyah II Kuningan*” dalam skripsi ini diuraikan (1). *self control* (X1) terbukti berpengaruh secara signifikan terhadap motivasi belajar siswa (Y), yakni sebesar 46%. Artinya jika *self control* pada diri siswa tinggi, maka motivasi belajarnya tinggi, (2). Perilaku agresi (X2) terbukti berpengaruh secara signifikan terhadap motivasi belajar siswa (Y), yakni sebesar 9,2%. Artinya jika perilaku agresi pada diri siswa tinggi, maka motivasi belajarnya cenderung menurun (3). Taraf signifikan pengaruh *self control* (X1) dan perilaku agresi (X2) terhadap motivasi belajar siswa (Y), yakni sebesar 48,6%. Artinya *self control* tinggi sedangkan perilaku agresi rendah maka motivasi belajar akan tinggi.¹⁸

Skripsi yang ditulis oleh Henggar Mahardenta Windrawan, mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan Universitas

¹⁷ Nur'ainy, *Pengembangan Self Control Siswa di SMK PGRI 2 Ponorogo Melalui Penanaman Nilai-nilai Agama*, (Skripsi: Program S1 STAIN Ponorogo, 2008), (digilib_file PDF_diundo_23/2/2015 pukul 9:48 AM)

¹⁸ Resca Hajwan Sutman, *Pengaruh Self-Control dan Perilaku Agresi Terhadap Motivasi Belajar Siswa di SMK Muhammadiyah II Kuningan*, (Tesis: Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon 2010), (digilib_PDF_diundo_23/2/2015 pukul:9:32 AM)

Negeri Surabaya 2014, yang berjudul “*Hubungan antara Kontrol Diri Dan Kesenian Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja*” dalam skripsi ini diuraikan bahwa adanya hubungan negative antara control diri dengan kecanduan *game online* pada remaja dan adanya hubungan positif antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja.¹⁹

Skripsi yang ditulis oleh Sulastri, mahasiswa fakultas Ushuluddin jurusan Tasawuf & Psikoterapi Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang 2013, yang berjudul “ *Hubungan Muraqabah dengan Perilaku Agresif Siswa MA NU Miftahul Falah Kudus* ” dalam skripsi ini diuraikan bahwa ada hubungan negative yang sangat signifikan antara Muraqabah dengan perilaku agresif siswa MA NU Miftahul Falah Kudus. Yaitu semakin tinggi muraqabah siswa maka akan semakin rendah perilaku agresifnya.²⁰

Dalam masing-masing judul penelitian diatas, peneliti menemukan adanya perbedaan dalam segi tema penelitian maupun pembahasan dengan penelitian yang akan peneliti kaji, yaitu terlatak pada pembahasannya kontrol diri (studi perbandingan mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2012).

¹⁹ Hengger Mahardenta Windrawan, *Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Kesenian Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja*, (Skripsi: Program S1 Universitas Negeri Surabaya, 2014)

²⁰ Sulastri, *Hubungan Muraqabah Dengan Perilaku Agresif Siswa MA NU Miftahul Falah Kudus*, (Skripsi: Program S1 Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang, 2013)

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan diperlukan dalam rangka mengarahkan tulisan agar runtut, sistematis, dan mengerucut pada pokok permasalahan, sehingga memudahkan pembaca untuk memahami kandungan suatu karya ilmiah. Adapun sistematika penulisan skripsi terdiri dari tiga bagian, yaitu bagian muka, bagian isi dan bagian akhir.

a. Bagian Muka

Pada bagian ini memuat halaman judul, abstrak penelitian, persetujuan pembimbing, pengesahan, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar dan daftar lampiran.

b. Bagian Isi

Bagian ini berisi dari beberapa bab, yang masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab dengan susunan sebagai berikut:

Bab I yaitu pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II yaitu berisikan landasan teori kontrol diri mahasiswa (studi perbandingan mahasiswa jurusan fisika dengan mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi) berisikan: (A) kontrol diri meliputi (pengertian kontrol diri, jenis dan aspek kontrol diri, factor yang mempengaruhi kontrol diri). (B) mahasiswa meliputi

(pengertian mahasiswa, otak, latar belakang mahasiswa jurusan fisika dan tasawuf dan psikoterapi) . (D) Hipotesis.

Bab III Metodologi Penelitian yang berisikan: jenis penelitian, variabel penelitian, definisi oprasional variabel, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, uji validitas dan reabilitas instrumen.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Menguraikan tentang deskripsi data hasil penelitian, uji persyaratan hipotesis, pengujian hipotesis penelitian, pembahasan hasil peneliaian.

Bab V kesimpulan dan saran. Bab ini berisikan kesimpulan dan saran-saran.

c. Bagian Akhir

Bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran yang mendukung pembuatan skripsi

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsive.¹

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi dari lingkungannya. Selain itu juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola factor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku.

Menurut Thompson, kontrol diri (self control) adalah keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai hasil-hasil yang diinginkan lewat tindakannya sendiri. Sedangkan kontrol diri itu sendiri menurut Berk adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma social.²

Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menghambat dan mencegah impuls-impuls agar tidak muncul dalam

¹ Kartini Kartono, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1999), hal 38.

² D. Gunarsa, *Dari Anak Sampai Usia Lanjut : Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*, (Jakarta : PT BPK Gunung Mulia, 2004), hal. 251

bentuk tingkah laku yang melanggar atau bertentangan dengan standar moral.³

Calhoun dan Acocello mendefinisikan kontrol diri (self-control) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologi, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Yang mana Kontrol diri ini merupakan suatu kecakapan individu dalam membaca situasi diri dan lingkungan. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola factor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai dengan untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu kompromi dengan orang lain, dan menutupi perasaannya. ⁴

Snyder dan Gangestad yang dikutip oleh Nurfauliyanti, 2010, mengatakan bahwa konsep mengenai control diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam sikap dan berpendirian efektif.

Goldfried dan merbaum yang mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan

³ Liebert R.M, *Development Psychology*, (New Delhi : Prentice Hall of India, 1979), hlm. 506

⁴ M. Nur Ghufron & Rini Risnawati, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm.,21

mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Menurut Mahoney dan Thoresen yang dikutip oleh M Nur Ghufron, 2010, control diri merupakan jalinan yang secara utuh (integrative) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan control diri tinggi sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi social yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsive terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi social, bersikap hangat dan terbuka.⁵

Ketika berinteraksi dengan orang lain, seseorang akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi dirinya, yaitu perilaku yang dapat menyelamatkan interaksinya dari akibat negative yang disebabkan karena respon yang dilakukannya. Kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan mengatasi berbagai hal merugikan yang mungkin terjadi yang berasal dari luar.

Calhoun dan Acocello, mengemukakan dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara kontinu. Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak

⁵ *Ibid.*, hlm. 22

mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dilakukan pengontrolan diri agar dalam pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.⁶

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Menurut konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energy emosi ke saluran eksperimen yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Konsep ilmiah menitik beratkan pada pengendalian. Tetapi, tidak sama artinya dengan penekanan. Ada dua kriteria yang menentukan apakah kontrol emosi dapat diterima secara sosial atau tidak. Kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun, reaksi positif saja tidak cukup karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis. Kontrol emosi seharusnya tidak membahayakan fisik dan psikis individu. Artinya, dengan mengontrol emosi fisik dan psikis individu harus membaik.⁷

Menurut Abin Syamsuddin Makmun, berpendapat bahwa emosi itu didefinisikan sebagai suatu suasana yang kompleks (a complex

⁶ M. Nur Ghufon & Rini Risnawati, *Op, cit*, hlm. 23

⁷ *Ibid.* 24

feeling state) dan getaran jiwa (a stride up state) yang menyertai atau muncul sebelum atau sesudah terjadinya perilaku.⁸

Hurlock (dalam M. Ghufron 2010) menyebutkan tiga kriteria emosi, yaitu:

- 1) Dapat melakukan control diri yang bisa diterima secara social.
- 2) Dapat memahami seberapa banyak control yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
- 3) Dapat menilai situasi secara kritis sebelum meresponnya dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

Sedangkan Daniel Goleman dalam bukunya kecerdasan emosi menyebutkan tiga kriteria agar emosi tetap terkendali:⁹

- 1) Mengelolah dengan baik perasaan-perasaan implusif dan emosi-emosi yang menekan.
- 2) Tetap teguh, tetap positif, dan tidak goyah bahkan dalam situasi yang sangat berat.
- 3) Berfikir dengan jernih dan tetap terfokus kendati dalam tekanan.

Adapun dalam pandangan tasawuf, kontrol diri adalah dengan ber-*murāqabah* kepada Allah. *Murāqabah* berakar dari kata *raqaba* (راقب) yang berarti menjaga, mengawal, menanti dan mengamati. Dan dapat diartikan dengan mendekati diri atau kewaspadaan atau

⁸Abin Syamsudin Makmum, *Psikologi Kependidikan Perangkat Sistem Pengajaran Modul* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002), hlm. 114.

⁹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta:PT. Gramedia Pustaka Utama, 1999) hlm, 130

peringatan¹⁰. Istilah *murāqabah* pada konsentrasi penuh waspada, dengan segenap jiwa, pikiran, dan imajinasi, serta pemeriksaan yang hamba mengawasi dirinya sendiri dengan cermat atas keadaan lahir sehingga menghasilkan terpeliharanya suasana hati yang jernih dan sehat. Kejernihan dan kesehatan hati terukur dalam dari kemampuan hati yang menjalankan fungsinya.¹¹ Bisa disimpulkan *murāqabah* adalah pengawasan, karna apabila seseorang mengawasi sesuatu dia akan mengamati, menantikan, menjaga dan mengawalinya.

Sedangkan menurut imam al-Qusyairy yang di kutip oleh Mustafa Zuhri (1979), *murāqabah* ialah keadaan seseorang sepenuh hati bahwa Allah selalu melihat dan mengawasi kita. Tuhan mengetahui seluruh gerak-gerik kita dan bahkan apa-apa yang terlintas dalam hati diketahui oleh Allah.¹²

Menurut Ja'far bin Nasir¹³ salah seorang sufi ketika beliau ditanya mengenai *murāqabah*. Beliau menjelaskan bahwa *murāqabah*

¹⁰ Totok Jumantoro dan Samsul munir amin, *Kamus Ilmu Tasawuf*, cet.1, Amzah, 2005, hal.,150

¹¹ Amatullah Amstrong, *Khazanah Istilah Sufi: Kunci Memasuki Dunia Tasawuf*, terj. M.S. Nasrullah dan Ahmad Baihaquni, (Bandung: Mizan, 1996), cet. 1 hlm. 197

¹² Mustafa Zuhri, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*, PT Bina Ilmu, Surabaya, 1979, hlm. 216.

¹³ Bernama lengkap Abu Ja'far Muhammad ibn Muhammad ibn al-hasan al-Tūsī Lahir pada 18 Februari 1201 M/597 H di ūs, al-Kāzimiyyah dekat Baghdad sebuah tempat yang berada di atas sebuah bukit, di samping lembah sungai Kasyaf, dekat ke kota Masyad di Timur Laut Persia, yang menjadi kota pendidikan terkenal pada masa itu. Ia lebih dikenal dengan nama Nahīr al-Dīn al-hūsī (di Barat dikenal dengan Tusi). Al-Tusi wafat pada 26 Juni 672 H/1272-4 M di Kazhmain dekat Baghdad

adalah kewaspadaan terhadap batin sendiri dikarenakan adanya kesadaran akan pengawasan Allah SWT terhadap setiap pemikiran.¹⁴

Dalam *ihya' ulumuddin* yang dijelaskan oleh al-Murta'isy kontrol diri adalah menjaga batin terhadap pengawasan yang ghoib dengan setiap saat dan perkataan. Orang yang senantiasa dalam kondisi *murāqabah* berarti merasa selalu terawasi dan terlihat Tuhan, pikiran dan perasaannya senantiasa terkontrol dan bekerja dalam batas-batas ketentuan hokum, sehingga melahirkan perilaku (moral) yang luhur.¹⁵

Al-Ghazali membagi *murāqabah* menjadi tiga¹⁶:

- a. *Murāqabah* pada keta'atan, bentuknya berupa ikhlas, pemeliharaan adab dan menjaga adab dari bahaya-bahaya.
- b. *Murāqabah* pada kemaksiatan, berupa taubat, sesal, meninggalkan perbuatan maksiat, malu berbuat dengan bertafakkur.
- c. *Murāqabah* pada perbuatan mubah, bentuknya berupa memelihara adab, dengan pengakuan Tuhan sebagai pemberi nikmat dan bersyukur atas nikmat itu.

Murāqabah adalah hal atau kondisi yang sangat penting, sebab segala kegiatan spiritual dan segala perilaku dan perbuatan pada hakikatnya ditujukan untuk pendekatan diri kepada Allah. Hal yang

¹⁴ Abd al-Karim ibn Hawazin al-Qusyairi, *Risalah al-Qusyairiyah*, terj. Ahsin Muhammad, (Bandung: Pustaka, 1994), hlm. 157 .

¹⁵ Sanerya Hendrawan, *Spiritual Management: From Personal Enlightenment Towards God Corporate Governance*, (Bandung: Mizan, 2009), hlm. 41

¹⁶ Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Dar Ihya'il Kutub al-Arabiyah, Juz 4, hlm. 386.

penting dalam murāqabah ini adalah sikap konsisten terhadap perilaku yang baik, atau perilaku yang seharusnya dilakukan¹⁷.

Dalam firman Allah menjelaskan bahwa Dia mengawasi segala tingka laku hamba-Nya.

إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ۝

“*Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu*”
(Qs. An-Nisa’ 4:1)

وَكَانَ اللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ رَّقِيبًا ۝

“*dan adalah Allah Maha mengawasi segala sesuatu*” (Qs. Al-Ahzab 33:52)

Murāqabah dalam tradisi sufi adalah kondisi batin dimana orang memposisikan dirinya pada keadaan waspada dan kosentrasi penuh, sehingga segala fikiran dan perasaannya selalu terfokus pada kesadaran diri yang mantap.¹⁸

Menurut Freud, mental manusia diibaratkan sebagai dua buah kamar, yang satu kecil dan terang serta bersih, dan kamar yang indah ini dinamainya sebagai ego (jiwa sadar), sedang kamar yang satunya adalah kamar yang cukup besar dan luas tetapi gelap-gulita, kotor dan didalamnya banyaka binatang seperti serangga maupun serigala, harimau dan sebagainya. Kamar yang besar tetapi bobrok dinamainya Id

¹⁷ Moenir Nahwi Tohir, *Menjelajahi Eksistensi Tasawuf Meniti Jalan Menuju Tuhan*, (Jakarta: PT. as-Salam Sejahtera, 2012) hlm, 101

¹⁸ *Ibid.*

(bawah sadar). Diantara kedua kamar tersebut ada sebuah gang, disana ada seorang penjaga yang bernama super ego (hati nurani), dia selalu menjaga dan mengontrol kebersihan dan keindahan kamar kecil tadi.¹⁹

Demikianlah, kendatipun ada sang penjaga (unsur pengontrol), tetapi sewaktu-waktu bisa juga lalai, maka ada juga yang lolos dari kamar yang gelap-gulita dan memasuki kamar yang indah tadi. Kalau sudah keluar satu binatang, maka tercelalah pribadi seseorang dalam pandangan masyarakat.

Selagi didalam diri manusia masih ada sang pengontrol / penjaga dan ia tidak lengah, maka orang tersebut akan selalu menadapatkan penilaian baik dari masyarakatnya. Tetapi bila si penjaga (pengontrol) lengah atau tidak sama sekali, maka akan nampaklah kelakuanya sangat buruk, sebab nampak berbagai sifat binatang dari kepribadianya.²⁰

Dengan adanya kontrol diri pada setiap pribadi dari seluruh masyarakat, maka akan baiklah seluruh hal-ikhwal mereka, mereka selalu lurus dalam segala urusan dan sikap. Hidup ini teratur sesuai dengan planning, langkah demi langkhkah kehidupan bisa dilalui dengan mudah, kapan seseorang harus mandiri, bekerja, mempunyai anak dan membina rumah tangga. Semua berjalan sesuai dengan apa yang kita rencanakan.

¹⁹ Takhrudin, L.T, *Pribadi Pribadi Yang Berpengaruh*, (Jogjakarta: PT. Alma'arif, 1991), hlm. 144

²⁰ *Ibid.*, hlm. 145

Kontrol diri pada seseorang pada dasarnya dapat mengantarkan orang untuk mencapai keutamaanya, kehidupan yang suci, beradab dan berbudaya tinggi. Kehidupan yang cocok dengan predikat dirinya sebagai makhluk yang paling dimuliakan Tuhan.²¹

Berdasarkan penjelasan diatas, maka kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak dalam batas-batas ketentuan hukum, sehingga melahirkan perilaku (moral) yang luhur. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah lakunya.

2. Jenis dan Aspek Kontrol Diri

Avrill menyebut kontrol diri dengan sebutan control personal, yaitu kontrol perilaku (behavior control), kontrol kognitif (cognitive control), dan mengontrol keputusan (decisional control)²².

a. Kontrol Perilaku (Behavior Control)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (regulated administration) dan kemampuan memodifikasi stimulus

²¹ *Ibid.*, hlm, 147

²² M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Op, cit*, hlm 29

(stimulus modifiability). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikendaki dihadapi.

b. Kontrol Kognitif (Cognitive Control)

Kontrol Kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (information gain) dan melakukan penilaian (appraisal). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan itu dengan sebagaimana pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memerhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Mengontrol Keputusan (Decisional Control)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Control diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

3. Factor-faktor Yang Memengaruhi Kontrol Diri

Sebagaimana factor psikologis lainnya, control diri dipengaruhi oleh beberapa factor. Diantaranya yaitu factor internal (dari diri individu) dan factor eksternal (lingkungan individu)²³.

a) Factor Internal

Factor yang ikut adil terhadap control diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin membaik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

b) Factor Eksternal

Factor eksternal diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang

²³ M. Nur Ghufron & Rini Risnawati, *Op, cit*, hlm. 32

B. Jurusan Fisika dan Tasawuf Psikoterapi

1. Mahasiswa jurusan fisika

Fisika adalah upaya memahami perilaku alam dan mbingkainya menjadi bagan berpikir yang logis. Bagan berpikir itu disusun dari konsep-konsep dan kaitan-kaitan logis antara konsep-konsep itu. Konsep-konsep terus berkembang, yakni dimunculkan atau diubah sesuai kebutuhan. Bagan berpikir itu terus disangsikan sehingga harus dihadapkan dengan pengujian-pengujian melalui eksperimen dan pengamatan. Eksperimen dan pengamatan digunakan terutama untuk membuktikan kesalahan bagan berpikir itu yang pada akhirnya justru untuk meyakinkan diri kita akan kekokohan bagan berpikir itu. Bagan berpikir itulah yang disebut teori. Kebenaran sebuah teori tidak dapat dibuktikan karena memang tidak ada cara untuk membuktikannya.

Fisika sebenarnya bukan hanya urusan sekolah atau kuliah sehingga tidak harus terpenjara di ruang-ruang kelas atau laboratorium-laboratorium jurusan Fisika. Fisika ada di mana-mana. Fisika adalah salah satu jalan yang ditempuh manusia untuk mengenal Tuhan yang menciptakan mereka dan alam tempat mereka tinggal. Fisika adalah upaya memahami perilaku alam dan merumuskan hukum-hukum yang mengatur perilaku itu.²⁴ Sehingga cita-cita ilmu

²⁴ M. Frachani Rosyid, *Fisika Dasar; jilid I Mekanika*, (Sleman: Periuk, 2015), hlm v

fisika hanyalah menemukan kaidah-kaidah atau pola-pola yang sering disebut hukum alam.

Dalam prakteknya, fisika juga merupakan pioner bagi hampir semua pengembangan teknologi yang telah ada maupun yang sedang dirancang. Untuk mampu membangun teknologi secara mandiri, maka suatu bangsa harus memiliki ilmuwan-ilmuwan dan insinyur-insinyur yang berkualitas. Untuk dapat memiliki ilmuwan dan insinyur yang berkualitas, maka pendidikan untuk mereka harus dilakukan secara sungguh-sungguh. Salah satu cerminan keseriusan dalam melangsungkan pendidikan nampak pada keseriusan para ilmuan dan calon ilmuwan untuk terus melakukan kajian yang mendalam serta pengembangan terhadap bidang ilmu mereka masing-masing.

Yang dipelajari oleh ilmu fisika sangat beragam dan memiliki rentang yang begitu luas. Dari segi ukuran, objek yang dipelajari ilmu fisika bervariasi dari yang berukuran sangat kecil (partikel-partikel elementer: elektron, proton, positron, neutron, meson, muon, kaon, dan lain-lain) hingga yang berukuran sangat besar (bintang, tata surya, galaksi, bahkan seluruh kosmos ini).

Dari segi fase zat, Objek material yang dipelajari oleh ilmu fisika ada yang berfase cair, padat, dan gas. Ada juga yang memiliki fase keempat yang dikenal sebagai plasma. Selain itu objek-objek material ilmu fisika dapat pula dibedakan apakah berupa benda-benda

hidup (mengalami metabolisme dan reproduksi) ataukah benda-benda mati.

Dari segi kelajuan, objek material ilmu fisika memiliki rentang kelajuan yang sangat panjang dari yang diam (akuaduk, jembatan-jembatan, bangunan-bangunan), yang berkelajuan rendah (orang berjalan, gerobak sapi), berkelajuan sedang (kereta api, mobil), berkelajuan tinggi (pesawat terbang, jet), berkelajuan sangat tinggi (partikel-partikel elementer) sampai dengan yang memiliki kelajuan mendekati atau sama dengan cahaya.

Pola-pola keteraturan alam akan dimodelkan dengan pola-pola matematis (berupa persamaan atau grafik)²⁵ sehingga peran matematika sangat urgent dalam perkembangan ilmu sains terlebih pada ilmu fisika. Seorang fisikawan yang sedang menyusun sebuah teori bagi suatu gejala alam, sesungguhnya sedang memindahkan konsep yang berada di balik gejala alam itu ke dalam dunia matematika, yang biasanya berupa objek-objek matematis dan kaitan antara objek-objek itu semisal persamaan-persamaan atau grafik-grafik.

Adapun materi yang dipelajari dari jurusan fisika UIN Walisongo Semarang adalah fisika dasar 1 dan II, mekanika, elektronika dasar I dan II, termodinamika, listrik magnet, gelombang, optika, fisika modern, biologi umum, kimia umum, fisika zat padat,

²⁵ M. Farchani Rosyid, dkk. *Kajian Konsep Fisika 1*, Solo: Platinum, 2008, hlm.05

pemrograman komputer, prakarya fisika, kalkulus, praktikum fisika dasar I dan II, praktikum elektronika dasar I dan II, praktikum gelombang, praktikum optika.²⁶

Berdasarkan dari materi perkuliahan diatas yang dipelajari oleh mahasiswa fisika, mereka lebih cenderung menggunakan otak kiri yang bersifat logis, sekuensial, linear, dan rasional.

2. Mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Tasawuf menurut Syekh Ali Jum'ah adalah metode pendidikan spiritual dan prilaku yang membentuk seorang muslim hingga mencapai tingkat ihsan. Kata ikhsan memerlukan fokus perhatian kepada pembersihan jiwa manusia dari seluruhpenyakit-penyakitnya yang menjauhkan manusia dari Allah Swt. dan meluruskan penyimpangan- penyimpangan karakter dan prilaku dalam segala hal yang berkaitan hubungan manusia dengan Allah, hubungan antarmanusia, dan dengan ego diri.²⁷

Terminologi lain yang menunjukan tasawuf adalah pembersihan hati, giat ibadah, lembuat berakhlak, merekonstruksi keadaan zhair dan bathin untuk mendapatkan kebahagiaan abadi,

²⁶ TIM Penyusun, *Buku Panduan Program Sarjanah (S.1) Dan Diplomat 3 (D.3) IAIN Walisongo Tahun Akademik 2011/2012*, Kementerian Agama Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang, 2011, hlm.242-243,

²⁷ Syekh Ali Jum'ah, *Kupas Tuntas Ibadah-ibadah Yang Diperselisihkan*,(Jakarta : Khazanah Intelektual, 2007), hlm.. 142

zuhud kepada dunia, selalu ingat akhirat, dan bersungguh-sungguh di dalam taat dan takwa kepada Allah Swt.²⁸

“Tasawuf dalam bidang keilmuan mengisyaratkan bahwa tasawuf yang dimaksud adalah ilmu tasawuf, yang diyakini sebagai jalan (tarekat) menuju Tuhan. Sementara tasawuf sebagai bentuk amalan, menggambarkan bentuk perilaku dan langka-langka yang harus ditempuh oleh seseorang dalam menjalankan kehidupan sufistik. Kemudian tasawuf sebagai sikap dan pemikiran, menempatkan pada suatu pemikiran tasawuf yang dapat diaplikasikan dalam sikap hidup sehari-hari dalam menghadapi tantangan kehidupan.”²⁹

Tasawuf menurut al-Ghozali dalam kitabnya *Ihya' ulumuddin*, tasawuf adalah ilmu yang membahas cara-cara seseorang mendekati diri kepada Allah. Ilmu tasawuf adalah ilmu yang mempelajari usaha membersihkan diri, berjuang memerangi hawa nafsu, mencari jalan kesucian dengan jalan ma'rifat menuju keabadian, saling mengingatkan antar manusia, serta berpegang teguh pada janji Allah dan mengikuti syariat Rosullah SAW dalam mendekati diri dan mencapai Ridho-Nya. Menurut Al-Junaid al-Baghdadi tasawuf adalah bersihnya hati dari hal-hal yang berhubungan dengan keduniawian, memutuskan kebiasaan-kebiasaan hidup manusia, memadamkan sifat-sifat buruk manusia, menjauhi tuntutan hawa nafsu, mendekati sifat-sifat kerohanian, mengkaji ilmu hakikat, mementingkan keutamaan yang bersifat kekal, selalu

²⁸ Abu Muhammad Rahim. *At-Tasawuf al-ladzi Nuriduhu* . (Kairo: Maktabah Umul-Qura. 2009), hlm.20

²⁹ Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, M.A. *Sufi Healing*, (Jakarta:Penerbit Erlangga, 2012), hlm. 13

memberi nasehat kepada umat, benar-benar segala perbuatannya semata-mata karena Allah SWT.³⁰

Melalui pengertian diatas bahwa tasawuf adalah pendidikan untuk menempuh keadaan spiritual dengan pembersihan hati manusia terhadap akhlak mazmumah. Dimana akhlak mazmumah terbentuk dari emosi-emosi yang timbul dari hati yang menafikan pengawasan Allah (murāqabah) sehingga perbuatan-perbuatannya hanya datang dari kepentingan emosi tersebut. Di dalam bertasawuf manusia harus memperhatikan ibadah secara zahiriah dan batiniyah. Ibadah zahiriyah yaitu ibadah amaliah seorang hamba kepada Tuhannya. Sedangkan Ibadah batniyah menutup mata akan keserakahan untuk memiliki dunia dan membuka mata bathin.

Adapun mata kuliah yang ditempuh oleh jurusan ini meliputi: filsafat umum, muthala'ah, muhadatsah, reading comprehension, conversation, statistika, metodologi peneitian kuantitatif dan kualitatif, sejarah perkembangan tasawuf, tasawug II dan III, tarekat dan suluk, Tasawuf Sosial, Psikologi Sufistik, Sufi Healing I, II,dan III, konseling sufistik, tafsir ayat-ayat sufistik, ESQ, Psikologi Umum, psikologi faal, psikologi abnormal, psikologi sosial, psikologi agama, psikologi perkembangan, psikologi kepribadian, psikologi konseling, pengukuran psikologi, psikologi eksperimen, psikologi klinis,

³⁰ Asep Umar Ismail, dkk. *Tasawuf*, (Jakarta: Pustaka Studi Wanita UIN Jakarta, 2005), hlm., 60

psikoterapi, psikoneuroimologi, ilmu kesehatan dasar, psikiatri, psikofarmaka dan obat tradisional, filsafat etika.³¹

Berdasarkan dari materi perkuliahan yang dipelajari oleh mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi diatas, mereka lebih cenderung berfikir dengan otak kanan yang bersifat acak, tidak teratur, intuitif, dan holistic.

C. Pengaruh Perbedaan Jurusan Fisika dan Tasawuf Psikoterapi Terhadap Kontrol Diri

Kecerdasan manusia dipengaruhi oleh pengalaman sehari-hari, kesehatan fisik dan mental, porsi latihan yang diterima, ragam hubungan yang dijalani, dan berbagai factor lain. Di tinjau dari segi ilmu saraf, semua sifat kecerdasan itu bekerja melalui atau dikendalikan oleh otak beserta jaringan saraf yang terletak diseluruh tubuh.³²

Otak merupakan organ tubuh yang paling kompleks. Otak memproduksi pikiran-sadar yang menakjubkan, kesadaran akan diri dan lingkungan, serta kemampuan untuk melakukan pilihan bebas dalam berhadapan dengan dunia. Otak juga menghasilkan dan menstrukturkan pemikiran kita, memungkinkan kita memiliki perasaan, dan menjembatani kehidupan spiritual, kesadaran akan makna, nilai, dan konteks yang sesuai

³¹ TIM Penyusun, *Buku Panduan Program Sarjana (S.1) Dan Diplomat 3 (D.3) IAIN Walisongo Tahun Akademik 2011/2012*, Kementerian Agama Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang, 2011, hlm, 258-259

³² Danah Johar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berfikir Integralistik Dan Holistik Untuk Memaknai kehidupan*, (Bandung: MIZAN, 2000), hlm. 35

untuk memahami pengalaman. Otak menjadi jembatan antara kehidupan batin dan lahiriah.³³

Otak mempunyai tiga bagian dasar: batang atau “ otak reptil ”, system limbic atau “otak mamalia” dan neokorteks. Masing-masing mempunyai stuktur syaraf tertentu dan mengatur tugas-tugas tertentu. Yang pertama yaitu batang atau otak reptile. Bobbi Deporter dan mike Hernacki menunjukkan bahwa otak reptil bertanggung jawab atas fungsi-fungsi motor sensor, yaitu pengetahuan tentang realitas fisik yang berasal dari pancaindra. Otak ini berkaitan dengan insting dan mempertahankan hidup.³⁴ Otak reptil terdiri dari ceberum (otak kecil), pons (jembatan) dan medulla oblongata. Dua bagian terakhir bersama-sama dengan mesenpholan membentuk batang otak yang menjadi jembatan antara belahan otak dan saraf tulang belakang. Perannya sangat penting yaitu mengatur pernapasan dan koordinasi gerakan tubuh.³⁵

Disekeliling otak reptil terdapat system limbic yang sangat kompleks dan sangat luas, atau otak mamalia. System limbic ini terletak dibagian tengah otak yang fungsinya bersifat emosional dan kognitif, yaitu menyimpan emosional, pengalaman menyenangkan, memori, kemampuan belajar dan mengendalikan bioritme, seperti pola tidur, rasa lapar, dan haus, tekanan darah, detak jantung, gairah seks, temperature dan kimia

³³ *Ibid.*, hlm. 36

³⁴ Bobbi Deporter dan Mike Hernacki, *Quantum Learning: Membiasakan Belajar Nyaman Dan Menyenangkan*, (Bandung: Mizan Media Utama, 2002), hlm. 26-28

³⁵ Taufik Pasiak, *Tuhan Dalam Otak Manusia: Mewujudkan Kesehatan Spiritual Berdasarkan Neurosains*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2012), hlm. 72

tubuh, metabolisme dan sistem kekebalan.³⁶ Neokorteks yang terbungkus disekitar bagian atas dan sisi-sisi limbic, yang mengisi 80% dari seluruh materi otak, adalah tempat kecerdasan yang mengatur pesan-pesan yang diterima melalui indera penglihat, pendengaran dan sensasi tubuh, yang menimbulkan proses penalaran, berfikir intelektual, pembuatan keputusan, perilaku waras, bahasa, kendali motorik sadar dan ideasi (penciptaan gagasan) nonverbal. Dalam neokorteks, semua kecerdasan tinggi berada, seperti kecerdasan linguistik, matematika, visual, kinestetik, musik, antarpribadi dan juga intuisi. Intuisi adalah kemampuan menerima atau menyadari informasi yang tidak dapat diterima kelima indera.³⁷

Taufik Pasiak menyebutkan bahwa otak depan (neokorteks) terdiri dari dua bagian, yaitu otak besar dan diencephalons yang tertanam diantara dua belahan otak besar berupa bongkahan-bongkahan (lobus) yang terbelah menjadi dua dengan ukuran persis sama. Alur alur yang membaginya dikenal sebagai fissure longitudinal. Belahan yang disebut dengan hemisfer. Jadi, ada hemisfer kiri dan hemisfer kanan, yang selanjutnya dikenal dengan otak kiri dan otak kanan. Sebagaimana ditemukan Roger Sperry, otak kiri mengatur hal-hal yang bersifat rasional, terutama matematika. Otak kanan mengatur hal-hal yang bersifat irasional, terutama yang bersifat intuitif.³⁸

³⁶ Bobbi Deporter dan Mike Hernacki, *op. cit.*, hlm. 28-30

³⁷ *Ibid.*, hlm 28-30

³⁸ Taufik Pasiak, *op.cit.*, hlm. 66

Bobbi Deporter dan Mike Hernacki menyebutkan bahwa cara berpikir otak kiri bersifat logis, sekuensial, linear, dan rasional. Walaupun berdasarkan realita, ia mampu melakukan penafsiran abstrak dan simbolis. Ekspresi berfikirnya dengan cara verbal, menulis, membaca, asosiasi auditorial, menempatkan detail dan fakta, fonetik dan simbolisme.³⁹ Adapun Lobus otak yang menyokong kulit otak (korteks serebri) dalam berfikir rasional, terdiri dari: 1) lobus frontal (di dahi) yang bertanggung jawab untuk kegiatan berfikir, berencana dan menyusun konsep, 2) lobus occipital (dibelakang kepala) yang bertanggung jawab mengatur kinerja penglihatan, 3) lobus temporal (diseputar telinga) yang bertanggung jawab terhadap persepsi suara dan bunyi, dan 4) lobus parietal (di puncak kepala) yang bertanggung jawab untuk berpikir terutama pengaturan memori.⁴⁰ Belajar dengan kurikulum tertentu adalah untuk tujuan ini. Anak didik diarahkan untuk dapat meraih kemampuan dasar yang pragmatis. Seperti anak diperintahkan untuk menghafal perkalian, rumus matematika, fisika, dan kimia, serta menghafal tata aturan bahasa. Cara seperti ini bertujuan mendorong pengaktifan otak untuk berfikir. Ia diprogramkan untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang sudah jelas, baku dan rasional. Kegiatan berfikir seperti diatas dialami mahasiswa jurusan fisika yang cenderung berfikir menggunakan otak kirinya.

³⁹ Bobbi Deporter dan Mike Hernacki, *op.cit.* hlm, 36

⁴⁰ *Ibid.*, hlm. 68

Adapun otak kanan, berfikirnya bersifat acak, tidak teratur, intuitif, dan holistic. Ia mampu mengetahui hal-hal yang bersifat nonverbal seperti perasaan dan emosi, kesadaran yang tidak berkenaan dengan perasaan (merasakan kehadiran suatu benda atau orang), kesadaran spasial, pengenalan bentuk dan pola, music, seni, kepekaan warna, kretivitas dan visualisasi.⁴¹ Selain itu, dalam otak manusia juga terkenal dengan god spot yang menjadi sentral kesadaran mistik.

Dalam otak tersedia berbagai kemampuan dasar yang dibutuhkan manusia. Kemampuan untuk membangun dunia, mengenal tuhan dan merasakan kehadiran-Nya, disana tersedia “god spot”- titik Tuhan, yang menjadi sentral kesadaran mistik dan perilaku spiritual. Kasanggupan otak manusia yang sungguh luar biasa yang merupakan karunia besar dari Allah Swt. Padanya ada keseimbangan antara kesanggupan mempertahankan hidup dengan kesanggupan membangun kehidupan itu sendiri antara kesanggupan intelektual dengan kesanggupan spiritual.

Akan tetapi, sebagaimana disebutkan dimuka, kemampuan dasar otak seperti itu, apabila tidak ditumbuh kembangkan, bisa jadi rusak dan hancur, atau fungsinya diambil alih oleh kepentingan-kepentingan tidak seharusnya. Seperti kemampuan lobus frontal yang bertanggung jawab untuk kegiatan berfikir berencana dan menyusun konsep, bila tidak ditumbuh kembangkan dalam kerangka berfikir, berencana, dan menyusun konsep-konsep yang baik, maka ia akan diambil alih untuk kepentingan-

⁴¹ Bobbi Deporter dan Mike Hernacki, *op.cit.* hlm 37-38

kepentingan kejahatan atau kepuasan nafsu syahwat. Kemampuan intuitif dan holistic, bila tidak ditumbuhkan dalam kerangka keyakinan yang benar kepada Allah maka ia dapat diambil alih untuk kepentingan pedukunan atau mempertuhan sesuatu selain Allah.

Rasa religius para ilmuwan berbentuk suatu kekaguman yang mempesona pada keharmonisan hukum alam, yang menampakan suatu superioritas kecerdasan. Menurut Albert Esteen agama terdiri dari seuntai kekeaguman yang sederhana, terhadap suatu kekeuatan supra yang tak terbatas. Semakin jauh kemajuan evolusi spiritual umat manusia, semakin pasti jalan menuju religiusitas sejati.⁴²

Riyadhoh (latihan ruhani) dalam tasawuf, pada suatu sisi adalah untuk tujuan ini. Pada sisi lain untuk menyalahkan perangkat-perangkat hati, yaitu hampa quantum yang utamanya berada pada koneksi jaringan sel-sel saraf jantung dan otak. Riyadhoh ialah pembiasaan diri dan pengondisian jiwa pada suatu kondisi ruhani, meninggalkan sifat-sifat buruk atau melekatkan sifat-sifat kesempurnaan melalui dzikir, puasa, ibadah sunnah, dan lain sebagainya.⁴³

Penyambungan koneksi semua jalur saraf (neural tracts) dan jaringan saraf (neural network) secara sekaligus dengan cara beribadah yang khusu' dan istiqomah dapat melahirkan kemampuan berfikir unitif, berfikir spiritual atau berfikir transenden. Sebagaimana ditemukan pare

⁴² [http://Spiritualitas Menurut Albert Einstein _ chillinaris.html/](http://Spiritualitas_Menurut_Albert_Einstein_-_chillinaris.html/) diundo (11/08/2015, pukul: 16:54)

⁴³ M. Yuniyatullah Delta Auliyah, *Melejitkan Kecerdasan Hati & Otak menurut Petunjuk Al-Quran dan Neurologi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2005), hlm. 58

dan Linas, berfikir transenden berasal dari osilasi sel-sel saraf.⁴⁴ Tulis Danah Zohar “penelitian Wolf Singer dan Charles Gray tentang problem ikatan (binding problem) menunjukkan bahwa sel-sel saraf diseluruh bagian otak berosilasi secara serentak (simultan) pada frekuensi yang sama (± 40 Hz) ketika sel-sel tersebut mencerap objek yang sama. Osilasi yang koheren (padu) ini memberikan kesatuan (unity) dalam persepsi”⁴⁵ ibadah yang khusu’ hanya mencerap satu objek “Tuhan”. Oleh sebab itu, ibadah yang khusu’ dapat melahirkan hal-hal yang transenden “akhlak mulia”.

Di lihat definisi akhlak Abu Hamid al-Ghozali pemikir transenden. Ia menulis akhlak ialah suatu kondisi ruhani dalam jiwa, berakar padanya, yang dapat melahirkan reaksi-reaksi secara mudah dan reflex, tidak memerlukan pemikiran dan pertimbangan.⁴⁶ Kegiatan spiritual atau transenden seperti diatas dialami mahasiswa tasawuf psikoterapi sehingga mereka cenderung dikenal dengan olahan otak kanannya.

Dari beberapa penjelasan diatas memberikan bukti bahwa otaklah yang melatar belakang kecerdasan sehingga berpengaruh pada kontrol diri individu, baik cara kerja otak kiri ataupun otak kanan.

⁴⁴ Danah Zohar dan Ian Marshall, *op.cit.* hlm. 61

⁴⁵ *Ibid.*, hlm. 62

⁴⁶ Al-Ghozali, *Ihya' Ulumuddin*, jil. II, hlm. 52

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan ada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data⁴⁷. Sehingga hipotesis merupakan suatu kesimpulan yang belum teruji kebenaran dan kevalidannya secara pasti dan tepat. Artinya ia masih harus dibuktikan kebenarannya.

Berdasarkan landasan teori diatas maka hipotesis dalam penelitian ini adalah: ada perbedaan kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi angkatan 2012.

⁴⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 96

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Pendekatan yang dilakukan peneliti ini adalah jenis metode penelitian kuantitatif. Karena penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data tempat tertentu yang alamiah tetapi peneliti melakukan perlakuan dalam pengumpulan data misalnya kuesioner/angket¹. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan menggunakan metode statistik².

Jenis penelitian yang penulis gunakan adalah penelitian lapangan (*Field Research*) dengan menggunakan pendekatan kuantitatif (suatu pengumpulan dan pengukuran data yang berbentuk angka-angka), dan dengan metode angket dengan teknik komparatif. Metode ini digunakan untuk mengumpulkan keterangan seluas-luasnya mengenai kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa tasawuf psikoterapi angkatan 2012.

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan; Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 12

² Saifundin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), hlm. 5

Penelitian komparatif diarahkan untuk mengetahui apakah antara dua atau lebih dari dua kelompok ada perbedaan dalam aspek atau variabel yang diteliti.³

B. Variable Penelitian

Kata “variabel” berasal dari bahasa Inggris *variable* dengan arti: ”ubahan”, “faktor tak tetap”, atau “gejala yang dapat diubah-ubah”⁴. John W. mendefinisikan variabel sebagai berikut: *Variables are the conditions or characteristics that the experimenter manipulates, controls, or observes*⁵. (Variabel adalah kondisi atau karakter yang digerakkan, dikontrol, atau diobservasi oleh para peneliti). Variabel dapat diarahkan sebagai sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Seringkali dinyatakan variabel penelitian sebagai faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti⁶.

Dalam penelitian ini, adapun variable yang digunakan adalah: mahasiswa jurusan fisika dan Tasawuf Psikoterapi (sebagai variable X) dan kontrol diri (sebagai variable Y)

³ Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), Cet. 1, hlm. 56.

⁴ Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), hlm. 36.

⁵ Best John W., *Research in Education*, (America: Prentice Hall, 1981), hlm. 59

⁶ Sugiharto, *Teknik Sampling*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama), 2001, hlm. 2

C. Definisi Operasional Variable

➤ Kontrol diri adalah suatu kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif, kontrol diri sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak dalam batas-batas ketentuan hukum, sehingga melahirkan perilaku (moral) yang luhur. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil teori dari Imam al-Ghozali sehingga dapat diambil aspek sebagai berikut :

- 1) Kontrol perilaku indikatornya berupa mengontrol pada keta'atan (menjaga adab dari bahaya), mengontrol pada kemaksiatan (malu berbuat dosa), mengontrol pada perbuatan mubah (memelihara adab).
- 2) Kontrol kognitif indikaornya berupa mengontrol pada keta'atan (ikhlas), mengontrol pada kemaksiatan (tobat, sesal, bertafakur atas ke-Esahan Tuhan), mengontrol pada perbuatan mubah (menyadari bahwa Tuhan yang memberi nikmat).
- 3) Kontrol keputusan indikatornya berupa mengontrol pada ketaatan (menyempurnakan ibadah), mengontrol pada kemaksiatan (tobat), mengontrol pada perbuatan mubah (syukur ni'mat).

Semakin tinggi skor yang yang dicapai oleh subjek penelitian berarti semakin tinggi control yang dimilikinya dan begitu pula sebaliknya.

➤ mahasiswa jurusan fisika dan tasawuf psikoterapi

mahasiswa jurusan fisika adalah mahasiswa yang mempelajari perilaku dan sifat materi dalam bidang yang sangat beragam, mulai dari partikel submikroskopis yang membentuk segala materi (fisika partikel) hingga perilaku materi alam semesta sebagai satu kesatuan kosmos seperti materi fisika, mekanika, elektronika, termodinamika, listrik magnet, gelombang dan optika. Sedangkan mahasiswa jurusan tasawuf adalah mahasiswa yang menempuh kuliah tasawuf, tasawuf adalah pendidikan untuk menempuh keadaan spiritual dengan pembersihan hati manusia terhadap akhlak mazmumah.

D. Subjek Penelitian

Subyek penelitian merupakan sumber utama data penelitian yang memiliki data mengenai variabel-variabel yang diteliti dan akan dikenai kesimpulan dari hasil penelitian tersebut.

a) Populasi

Penentuan populasi merupakan langkah pertama yang harus diperhatikan dalam melakukan suatu penelitian. Populasi merupakan suatu kelompok subyek yang hendak dikenai generalisasi

hasil penelitian.⁷ Sutrisno hadi menyatakan bahwa populasi adalah seluruh subyek yang dimaksud untuk diteliti yang paling sedikit mempunyai satu sifat yang sama.⁸

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa jurusan fisika dengan mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi.

b) Sample

Sample menurut sugiyono adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Apa yang dipelajari dari sample itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Sample yang diambil dari populasi haruslah representatif (mewakili) yaitu benar-benar mencerminkan populasinya.⁹ Maka yang menjadi subjek penelitian disini adalah mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dan mahasiswa jurusan tasawuf terapi angkatan 2012.

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sample dengan pertimbangan tertentu.¹⁰ Sample yang digunakan adalah mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 karena mahasiswa angkatan 2012 dianggap sudah menerima materi pokok yaitu materi yang

⁷ Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, cet.1,2005), hlm. 77

⁸ Sutrisno Hadi, *Statistik jilid 2*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1983), hlm. 220

⁹ Sugiyono, *Op, Cit*, hlm. 62

¹⁰ *Ibid.*, hlm, 124

fokus pada materi-materi jurusan, begitu juga mahasiswa tasawuf psikoterapi angkatan 2012.

Suharsimi Artkunto menjelaskan untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subyek kurang dari 100 lebih baik diambil semuanya, sehingga merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah populasinya besar dapat diambil 10-15% atau 20-25%, tergantung pada pertimbangan tertentu.¹¹

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah mahasiswa UIN Walisongo Semarang jurusan fisika angkatan 2012 dengan jumlah 29 mahasiswa dan mahasiswa UIN Walisongo Semarang jurusan tasawuf psikoterapi angkatan 2012 dengan jumlah 41 mahasiswa. Jumlah keseluruhan sample yang digunakan adalah 70 mahasiswa.

E. Metode Pengumpulan Data

1) skala

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.¹² Skala yang digunakan adalah skala kontrol

¹¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: PT. Melton Putra, 1991), Cet. VII, hlm. 107

¹² Sugiyono, *op.cit*, hlm. 136

diri berdasarkan teori Avriil dan Al-Ghozali yang disusun oleh peneliti sendiri.

Kategori jawaban yang digunakan dalam skala ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1: Skor Skala Likert

No.	Kategori	Favorable	Unfavorable
1	Sangat Setuju (SS)	5	1
2	Setuju (S)	4	2
3	Ragu-Ragu (RG)	3	3
4	Tidak Setuju (TS)	2	4
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang positif atau mendukung terhadap sikap obyek. Pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal negatif yakni tidak mendukung atau kontra terhadap sikap obyek yang hendak di ungkap.¹³

Untuk mempermudah dalam penyusunan skala kontrol diri, maka terlebih dahulu dibuat tabel spesifikasi kontrol diri dalam tabel.

¹³SaifuddinAzwar, *op. cit.*, h. 98.

Tabel 2: Blue Prit skala kontrol diri

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Kontrol perilaku	a. Kontrol pada keta'atan (menjaga adab dari bahaya)	1, 25, 37, 3	26, 2, 38, 33	8 Aitem
		b. Kontrol pada kemaksiatan (meninggalkan maksiat, malu berbuat dosa)	27, 28, 29	4, 5, 8, 39, 56	8 Aitem
		c. Kontrol pada perbuatan mubah (memelihara adab)	6, 30, 41, 31,57	40, 42, 7	8 Aitem
2	Kontrol kognitif	a. Kontrol pada keta'atan (ikhlas)	9, 43, 58*, 10	44, 59, 14*, 15	8 Aitem
		b. Kontrol pada kema'siatan (sesal, bertafakur atas ke-Esahan Tuhan)	11, 45, 46,	60, 61, 12, 62	7 Aitem
		c. Kontrol pada perbuatan mubah (menyadari bahwa	47,16, 48*	13, 34, 50	6 Aitem

		Tuhan yang memberi nikmat)			
3	Kontrol keputusan	a. Kontrol pada keta'atan (menyempurnakan ibadah)	17, 63, 18, 53	49, 19, 64*	7 Aitem
		b. Kontrol pada kemaksiatan (tobat)	20*, 32*, 21	51, 52, 35	6 Aitem
		c. Kontrol pada perbuatan mubah (syukur ni'mat)	22,36, 54	24, 55*, 23	6 Aitem
Jumlah					64 Aitem

*. Aitem yang gugur

F. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil penelitian merupakan nilai mentah yang harus diolah terlebih dahulu. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik. Melalui analisis statistik diharapkan dapat menyediakan data–data yang dapat dipertanggung jawabkan untuk menarik kesimpulan yang benar dan untuk mengambil keputusan yang baik terhadap hasil penelitian. Alasan yang mendasari karena statistik merupakan cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan, dan menganalisa dan penyelidikan yang berwujud

angka–angka. Alasan lain karena statistik bersifat objektif dan bersifat universal dalam arti dapat digunakan dalam hampir semua bidang penelitian.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini akan diolah dengan metode statistik, karena data yang diperoleh berwujud angka dan metode statistik dapat memberikan hasil yang objektif. Metode analisis data ini dibantu dengan menggunakan program SPSS (statistical Product and Service Solutions) versi 16.0 for Windows.

Dalam penelitian teknik analisis yang digunakan pada data untuk menjawab hipotesis diatas dilakukan dengan menggunakan metode analisis T-tes yang dihitung dengan perhitungan manual dan SPSS 16.

Kegunaan utama teknik T-tes untuk membandingkan rata-rata dua kelompok kasus.¹⁴

G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument

1. Uji Validitas Instrument

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurannya.¹⁵ Dalam artian suatu alat pengukur dapat dikatakan

¹⁴ Jonathan Sarwono, *Statistik Itu Mudah: Panduan Lengkap Untuk Belajar Komputasi Statistik Menggunakan SPSS*, (Yogyakarta: C.V. Andi Offset, 2009), hmn., 148

¹⁵ Saifuddin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, Cet. I, 1997), h. 5

valid atau sah apabila alat ukur tersebut telah digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.¹⁶

Validitas instrument dalam penelitian ini dipertimbangkan melalui validitas kontrak, (*construct validity*). Dalam hal ini setelah instrument dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu.¹⁷

Sugiyono menerangkan bahwa instrument yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.¹⁸ Validitas isi diperoleh melalui analisis rasional atau *professional judge* terhadap alat ukur yang dilakukan dengan seksama oleh ahli-ahli sehingga alat ukur hanya memuat isi yang relevan dan tidak keluar dari batasan-batasan tujuan ukur. Profesional *judgment* dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing skripsi.

Uji instrument dilakukan terhadap mahasiswa UIN Walisongso, dengan jumlah keseluruhan sebanyak 80 mahasiswa. Uji instrument ini dilakukan pada tanggal 10 juni 2015. Uji validitas dilakukan dengan cara membandingkan isi skala dengan tabel spesifikasi atau kisi-kisi instrument yang telah disusun. Pengujian validitas tiap butir

¹⁶ Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2012), hlm. 173.

¹⁷ Saifuddin Azwar, *op. cit.* hlm. 177

¹⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2008), Cet 2, hlm. 168.

digunakan analisis item yaitu mengkorelasikan skor tiap butir dengan skor total. Dengan bantuan program SPSS 16.0 for windows dapat diketahui melalui kolom *corrected item – item correlation*.

Berdasarkan batas nilai signifikansi korelasi antara variabel yaitu 0,05, sehingga aitem dikatakan valid jika nilai signifikansi korelasi $<0,05$, aitem dikatakan tidak valid jika nilai signifikansi korelasi $>0,05$.

Berdasarkan uji validitas item yang di lakukan terhadap 64 aitem skala kontrol diri, terdapat 57 aitem yang valid dan 7 aitem yang dinyatakan gugur. Koefisien korelasi yang dinyatakan valid berkisar antara 0,227 sampai dengan 0,676. Aitem yang gugur adalah nomor. 14, 20, 32, 48, 55, 58, 64 Adapun koefisien korelasi yang gugur berkisar antara 0,057 sampai dengan 0,198.

2. Uji Reliabilitas

Sugiyono menjelaskan bahwa instrumen yang reliabilitas adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.¹⁹ Reliabilitas menurut Azwar sebenarnya mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengukuran yang tidak reliable akan menghasilkan skor yang tidak dapat dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi diantara

¹⁹ *Ibid*, hlm. 121

individu lebih ditentukan oleh faktor *error* (kesalahan) dari pada faktor perbedaan yang sesungguhnya.²⁰

Azwar menerangkan bahwa reliabilitas dinyatakan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Makin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas dan sebaliknya koefisien yang rendah akan semakin mendekati angka 0.²¹ Pengukuran reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus *Alfa Cronbach* karena setiap satu skala dalam penelitian ini disajikan dalam sekali waktu saja pada sekelompok responden (*single trial administration*).²² Selain itu, *Alfa Cronbach* digunakan ketika pengukuran tes sikap yang mempunyai aitem standar pilihan atau dalam bentuk esai. *Alfa Cronbach* pada prinsipnya termasuk mengukur homogenitas yang didalamnya memfokuskan dua aspek heterogenitas dari tes tersebut.²³

Reliabilitas skala model ini ditunjukkan oleh besaran koefisien *alpha* yang berkaitan dengan kesalahan baku pengukuran. Artinya, semakin besar nilai *alpha* maka akan semakin kecil kesalahan tingkat pengukuran, dengan kata lain konsistensi indikator instrumen penelitian memiliki keterandalan. Penghitungan estimasi reliabilitas

²⁰ Saifudin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cet. I, 1997), hlm .67

²¹ Sugiyono. *Op.,cit.,*, hlm

²² Saifudin Azwar, *op.cit.,*, hlm.83

²³ Sukardi, *Metodologi Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*, (PT. Bumi Aksara, 2009), hlm.133

penelitian ini dilakukan dengan bantuan program computer SPSS (*statistical Product and Service Solutions*) versi 16.0 for Windows.

Dengan bantuan paket program SPSS 16.0 for windows ditampilkan hasil analisis reliabilitas instrumen. Ringkasan analisis *alpha* instrumen selengkapnya tersebut dalam tabel berikut:

Tabel 3: Ringkuman Analisis Reliabilitas Instrument

Responden	Variable	Koefisien Reliabilitas Alpha	Keterangan
Mahasiswa UIN Walisongo Semarang	Kontrol diri	0,902	<i>Reliable</i>

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kanca Penelitian

1. Sejarah Berdirinya UIN Walisongo Semarang

Berdirinya kampus UIN Walisongo dulu bernama IAIN Walisongo secara resmi 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.¹

Keberadaan UIN Walisongo pada awalnya tidak dapat dipisahkan dari kebutuhan masyarakat santri di Jawa Tengah akan terselenggaranya lembaga pendidikan tinggi yang menjadi wadah pendidikan pasca pesantren. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa Jawa Tengah adalah daerah yang memiliki basis pesantren yang sangat

¹ <http://pramudikaardi.wordpress.com/mengenal/lebih/dekat/uin/walisongo/semarang>, diunduh (29/04/2015, pukul 02:42 PM)

besar. Dengan demikian di satu sisi lembaga pendidikan tinggi ini harus mampu memposisikan diri sebagai penerus tradisi pesantren, sementara di sisi lain ia harus memerankan diri sebagai lembaga pendidikan tinggi yang melakukan diseminasi keilmuan, sebagaimana layaknya perguruan tinggi.²

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.³

IAIN Walisongo bertransformasi menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo sejak 19 Desember 2014 bersamaan dengan dua UIN yang lain, yaitu UIN Palembang dan UIN Sumut. Peresmian dan penandatanganan prasasti dilakukan oleh Presiden Joko Widodo di Istana Merdeka.

² ibid

³ ibid

2. Berbagai jurusan tersedia di Perguruan Tinggi Islam ini, seperti⁴ :

A. Fakultas Dakwah dan Komunikasi dengan jurusan:

- 1) Komunikasi dan Penyiaran Islam (Islamic Communications and Broadcasting)
- 2) Bimbingan dan Penyuluhan Islam (Islamic Guidance and Counseling)
- 3) Manajemen Dakwah (Propagation management)
- 4) Pengembangan Masyarakat Islam (Islamic Community Development)

B. Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam memiliki jurusan:

- 1) Perbankan Syari'ah (Islamic Banking)
- 2) Ekonomi Islam (Sharia Economics)

C. Fakultas Syariah memiliki jurusan:

- 1) Hukum Keluarga /Ahwal Shakhsiyyah (Islamic Family Law)
- 2) Hukum Pidana Islam /Jinayah Siyasa (Criminal Law & Islamic State Structure)
- 3) Hukum Ekonomi Syari`ah/Muamalat (Islamic Economics)
- 4) Falak (Islamic Astronomy)

D. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan memiliki jurusan:

- 1) Pendidikan Agama Islam (Islamic Education)
- 2) Pendidikan Bahasa Arab (Arabic Education)

⁴ ibid

- 3) Manajemen Pendidikan Islam (Islamic Educational Management)
- 4) Tadris (Pendidikan) Bahasa Inggris (English Education)
- 5) Tadris (Pendidikan) matematika (Mathematics Education)
- 6) Tadris (Pendidikan) Biologi (Biology Education)
- 7) Tadris (Pendidikan) Kimia (Chemistry Education)
- 8) Tadris (Pendidikan) Fisika (Physics Education)
- 9) Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (Madrasah Ibtidaiyah Teacher Education)
- 10) Pendidikan Guru Raudhatul Athfal (Raudhatul Athfal Teacher Education)

E. Fakultas Ushuluddin memiliki jurusan:

- 1) Perbandingan Agama (Comparative Religion)
- 2) Akidah dan Filsafat (Aqidah Philosophy)
- 3) Tafsir Hadits (Tafsir Hadith)
- 4) Tasawuf dan Psikoterapi (Tasawuf and Psychotherapy)

3. Visi dan Misi UIN Walisongo Semarang

UIN Walisongo Semarang memiliki Visi yaitu menjadi: Universitas Islam Riset Terdepan Berbasis pada Kesatuan Ilmu Pengetahuan untuk Kemanusiaan dan Peradaban. Untuk mencapai Visi tersebut, UIN Walisongo Semarang melakukan langkah-langkah diantaranya:

- Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran IPTEKS berbasis kesatuan ilmu pengetahuan untuk menghasilkan lulusan professional dan berakhlak al-karimah.
- Meningkatkan kualitas penelitian untuk kepentingan Islam, ilmu dan masyarakat.
- Menyelenggarakan pengabdian yang bermanfaat untuk pengembangan masyarakat.
- Menggali, mengembangkan dan menerapkan nilai-nilai kearifan local.
- Mengembangkan kerjasama dengan berbagai lembaga dalam skala regional, nasional, dan internasional.
- Mewujudkan tata pengelolaan kelembagaan professional berstandar internasional.
- Melahirkan lulusan yang memiliki kapasitas akademik dan profesional dengan keluhuran budi yang mampu menerapkan dan mengembangkan kesatuan ilmu pengetahuan;
- Mengembangkan riset dan pengabdian kepada masyarakat yang kontributif bagi peningkatan kualitas kehidupan masyarakat dalam beragama, berbangsa dan bernegara.

B. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di UIN Walisongo Semarang pada tanggal 12 Juni 2015. Data dikumpulkan melalui 70 subjek yang menjadi

sampel, yang terbagi menjadi menjadi 2 kelompok, yaitu: 29 mahasiswa jurusan tadrif fisika dan 41 mahasiswa dari jurusan tasawuf psikoterapi.

Berdasarkan atas analisis deskripsi terhadap data-data penelitian dengan menggunakan paket program SPSS 16.0 for windows, didapatkan data yang memberkan gambaran mengenai rata-rata data, simpangan baku, nilai minimum dan nilai maksimum. Tabulasi deskripsi data penelitian. Berikut hasil SPSS deskriptif statistic.

Tabel 4: Deskriptif Statistic

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
	Statistic						
TF	29	92	136	228	5689	196.17	4.01
TP	41	90	157	247	8492	207.12	3.59
Valid N (listwise)	29						0

Ada cara lain untuk menganalisis data deskripsi penelitian, yakni dengan cara yang lebih manual namun diharapkan mampu membaca secara lebih jelas kondisi siswa termasuk dalam kategorinya:

1. Analisis Data Deskripsi Penelitian Mahasiswa Jurusan Tadris Fisika

Analisis ini bertujuan untuk memberikan deskripsi subjek penelitian berdasarkan data dari variable yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis data data (Lampiran E) yang tersedia, dibutuhkan lagi perhitungan untuk menentukan:

- a. Nilai batas minimum, mengendalikan seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada butir jawaban yang mempunyai jawaban terendah atau 1. Dengan jumlah aitem 57 aitem. Sehingga batas nilai minimum adalah jumlah responden X bobot pertanyaan X bobot jawaban = $1 \times 57 \times 1=57$
- b. Nilai batas maksimum, mengendalikan seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada butir jawaban yang mempunyai skor tinggi atau 5. Dengan jumlah aitem 57 aitem. Sehingga batas nilai miaksimum adalah jumlah responden X bobot pertanyaan X bobot jawaban = $1 \times 57 \times 5=285$
- c. Jarak antara batas maksimum dan batas minimum = $285-57=228$
- d. Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori: $228:5=45.6$

Dengan perhitungan seperti itu akan diperoleh realitas sebagai berikut:

$$\begin{array}{cccccc} 57 & 102.6 & 148.2 & 193.8 & 239.4 & 285 \\ \hline \end{array}$$

Gambar tersebut dibaca:

Interval 57 – 102,6 = sangat rendah

102,6 – 148,2 = rendah

148,2 – 193,8 = cukup

193,8 – 239,4 = tinggi

239,4 – 285 = sangat tinggi

Hasil olahan data dapat dikategorikan menjadi 3 yaitu 1 mahasiswa (dengan interval skor nilai berkisar antara 102,6 – 148,2) dalam kondisi kontrol diri yang rendah, 15 mahasiswa (dengan interval skor nilai berkisar antara 148,2 – 193,8) dalam kondisi kontrol diri yang cukup, 13 mahasiswa (dengan interval skor nilai berkisar antara 193,8 – 239,4) dalam kondisi kontrol diri yang tinggi. Berdasarkan hasil penggolongan interval tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa jurusan tadaris fisika memiliki kontrol diri yang tinggi. Penggolongan interval ini bisa dilihat dari hasil frekuensi dengan bantuan SPSS 16.0 for windows pada lampiran.

2. Analisis Data Deskripsi Penelitian Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi

Analisis ini bertujuan untuk memberikan deskripsi subjek penelitian berdasarkan data dari variable yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis data data (Lampiran E) yang tersedia, dibutuhkan lagi perhitungan untuk menentukan:

- a. Nilai batas minimum, mengendalikan seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada butir jawaban yang mempunyai jawaban terendah atau 1. Dengan jumlah aitem 57 aitem. Sehingga batas nilai minimum adalah jumlah responden X bobot pertanyaan X bobot jawaban = $1 \times 57 \times 1=57$
- b. Nilai batas maksimum, mengendalikan seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada butir jawaban yang mempunyai skor tinggi atau 5. Dengan jumlah aitem 57 aitem. Sehingga batas nilai miaksimum adalah jumlah responden X bobot pertanyaan X bobot jawaban = $1 \times 57 \times 5=285$
- c. Jarak antara batas maksimum dan batas minimum = $285-57=228$
- d. Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori: $228:5=45.6$

Dengan perhitungan seperti itu akan diperoleh realitas sebagai berikut:

57 102.6 148.2 193.8 239.4 285

Gambar tersebut dibaca:

Interval 57 – 102,6 = sangat rendah

102,6 – 148,2 = rendah

148,2 – 193,8 = cukup

193,8 – 239,4 = tinggi

239,4 – 285 = sangat tinggi

Hasil olahan data dapat dikategorikan menjadi 3 yaitu 13 mahasiswa (dengan interval skor nilai berkisar antara 148,2 – 193,8) dalam kondisi kontrol diri yang cukup, 26 mahasiswa (dengan interval skor nilai berkisar antara 193,8 – 239,4) dalam kondisi kontrol diri yang tinggi, 2 mahasiswa (dengan interval skor nilai berkisar antara 239,4 – 285) dalam kondisi kontrol diri yang sangat tinggi. Berdasarkan hasil penggolongan interval tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi diri mempunyai kontrol diri yang tinggi. Penggolongan interval ini bisa dilihat dari hasil frekuensi dengan bantuan SPSS 16.0 for windows pada lampiran.

Pengelompokan kondisi masing-masing variable terlihat dalam tabel sebagai berikut

Tabel 5: Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data

Kategori	Kelompok perbandingan 70	
	TF (Tadris Fisika)	TP (Tasawuf Psikoterapi)
Sangat Rendah	-	-
Rendah	1 (3,4%)	
Cukup	15 (51,7%)	13 (31,7%)
Tinggi	13 (44,9%)	26 (63,4%)
Sangat Tinggi	-	2 (4,9%)

3. Uji Persyaratan Analisis

Untuk melakukan analisis uji t pada uji hipotesis memerlukan beberapa asumsi, diantaranya uji normalitas dan uji homogenitas variansi.

1) Uji Normalitas

Data dari variabel penelitian diuji normalitas sebarannya dengan menggunakan program SPSS 16.0 for windows yaitu menggunakan teknik *one-sample kolmogorov-smirnov test*. Uji tersebut dimaksudkan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi variable-variabel penelitian. Kaidah yang digunakan dalam penentuan sebaran normal atau tidaknya adalah jika ($p > 0,05$) maka sebarannya adalah normal, namun jika ($p < 0,05$) maka sebarannya tidak normal. Jika ($p > 0,05$) dapat diartikan bahwa tidak ada perbedaan yang sangat signifikan antara frekuensi teoritis dan kurva normal sehingga dapat

disimpulkan bahwa sebaran untuk variabel tergantung adalah normal.

Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6: Hasil Uji Normalitas

Mahasiswa Jurusan Tadris Fisika

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		TF
N		29
Normal Parameters ^a	Mean	196.17
	Std. Deviation	21.600
Most Extreme Differences	Absolute	.152
	Positive	.128
	Negative	-.152
Kolmogorov-Smirnov Z		.821
Asymp. Sig. (2-tailed)		.511
a. Test distribution is Normal.		

Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		TP
N		41
Normal Parameters ^a	Mean	207.12
	Std. Deviation	22.987
Most Extreme Differences	Absolute	.094
	Positive	.085
	Negative	-.094
Kolmogorov-Smirnov Z		.605
Asymp. Sig. (2-tailed)		.858
a. Test distribution is Normal.		

Berdasarkan hasil uji Normalitas menunjukkan bahwa sebaran skor skala kontrol diri pada seluruh kelompok memiliki sebaran normal. Dengan nilai signifikansi 0,511 ($p > 0,05$) untuk mahasiswa jurusan tadrifisika (TF) angkatan 2012 dan nilai signifikansi 0,858 ($p > 0,05$) untuk mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi (TP) angkatan 2012 UIN Walisongo Semarang.

2) Uji Homogenitas

Data dari variabel penelitian diuji homogenitasnya dengan menggunakan program SPSS 16.0 for windows. Uji Homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians antar kelompok yang dibandingkan (kelompok mahasiswa tadrifisika angkatan 2012 dan mahasiswa tasawuf psikoterapi angkatan 2012) dalam uji komparatif, identik atau tidak. Dalam uji komparatif disyaratkan masing masing kelompok memiliki varians yang homogen, sehingga layak untuk dibandingkan. Uji homogenitas dilakukan dengan *One-Way Anova*. Setelah dilakukan pengolahan data, tampilan output dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 7: Hasil Uji Homogenitas

Test Of Homogeneity Of Variances

Kontrol diri

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.685	1	68	.411

Berdasarkan hasil uji SPSS pada tabel di atas menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini homogen. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi 0,411. Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka berdasarkan kriteria pengambilan keputusan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan varians antara kelas mahasiswa

jurusan tadris fisika dan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi adalah homogeny.

3) Pengujian Hipotesis Penelitian

Pengujian hipotesis penelitian bertujuan untuk membuktikan kebenaran dari hipotesis yang diajukan. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi angkatan 2012.

Setelah dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas kemudian barulah dilakukan uji T. Yaitu menganalisis data untuk mengetahui hasil T serta signifikansinya dengan menggunakan rumus T-Test dengan analisa “*Independent-Sample T Test*”. Uji ini digunakan untuk menguji signifikansi beda rata-rata dua kelompok.⁵

Tabel 8: Hasil Uji Hipotesis

Group Statistics

VAR00002	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
kelompok TF	29	196.17	21.600	4.011
TP	41	207.12	22.987	3.590

⁵ C. Trihendradi, *Step by Step SPSS 20 Analisis Data Statistik*, 2012, h. 121

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
kelompok	Equal variances assumed	.685	.411	-2.012	68	.048	-10.950	5.442	-21.808	-.091
	Equal variances not assumed			-2.034	62.674	.046	-10.950	5.383	-21.708	-.191

Pada tabel di atas dari hasil uji analisis Independent Samples Test diperoleh nilai rata-rata (mean) berdasarkan nilai pada kelompok mahasiswa jurusan tadaris fisika (TF) 196.17 dan kelompok tasawuf psikoterapi (TP) 207.12. Dengan nilai T sebesar -2.012 dengan

signifikansi 0,048 sehingga ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan perubahan atau peningkatan nilai rata-rata kontrol diri yang signifikan antara kelompok mahasiswa jurusan fisika dan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diterima adalah adanya perbedaan dalam kontrol diri kelompok mahasiswa jurusan tadris fisika dan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi, hal ini dipengaruhi karena kebiasaan yang kelompok terima berbeda. Materi-materi yang diperoleh kedua jurusan yang berbeda sehingga mempunyai olahan otak yang berbeda pula.

Kecerdasan manusia dipengaruhi oleh pengalaman sehari-hari, kesehatan fisik dan mental, porsi latihan yang diterima, ragam hubungan yang dijalani, dan berbagai factor lain. Di tinjau dari segi ilmu saraf, semua sifat kecerdasan itu bekerja melalui atau dikendalikan oleh otak beserta jaringan saraf yang terletak diseluruh tubuh.⁶

Sebagaimana ditemukan Roger Sperry, otak kiri mengatur hal-hal yang bersifat rasional, terutama matematika. Otak kanan mengatur hal-hal yang bersifat irasional, terutama yang bersifat intuitif.⁷

⁶ Danah Johar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berfikir, Integralistik Dan Holistik Untuk Memaknai kehidupan*, (Bandung: MIZAN, 2000), hlm. 35

⁷ Taufik Pasiak, *Tuhan Dalam Otak Manusia: Mewujudkan Kesehatan Spritual Berdasarkan Neurosains*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2012), hlm, 66

Dari materi-materi yang diterima selama perkuliahan mahasiswa jurusan fisika lebih dikenal dengan olahan otak kiri, dan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi lebih dikenal dengan olahan otak kanan sehingga keduanya mempunyai olahan himosfer yang berbeda pula.

Sebagaimana peneliti jelaskan dalam bab 2 bahwa kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya.

Menurut konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energy emosi ke saluran eksperimen yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Konsep ilmiah menitik beratkan pada pengendalian.

Pengendalian emosi dikendalikan oleh kebiasaan dalam berfikir. Dari kedua jurusan memiliki kebiasaan yang berbeda dalam olahan otaknya, sehingga dari kedua jurusan memiliki kontrol diri yang berbeda.

Sedangkan kontrol diri itu sendiri menurut Berk adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial.⁸

Berdasarkan hasil perhitungan secara statistik dari variabel kontrol diri dari mahasiswa jurusan fisika diperoleh 3 subyek dari 29 orang, 1 orang atau 3,4 % termasuk dalam kategori rendah, dan 15 subyek dari 29 orang atau 51,7% termasuk dalam kategori cukup. Dan 13 subyek dari 29

⁸ D. Gunarsa, *Dari Anak Sampai Usia Lanjut : Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*, (Jakarta : PT BPK Gunung Mulia, 2004), hal. 251

orang atau 44,9% termasuk dalam kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri mahasiswa jurusan fisika UIN Walisongo Semarang adalah cukup. Cukupnya kontrol diri mahasiswa jurusan fisika dapat didefinisikan bahwa mahasiswa jurusan fisika tidak termasuk tinggi maupun rendah. Hal ini dibuktikan ketika mahasiswa melihat sepasang pria dan wanita duduk sangat dekat tidak merasa canggung. Hal ini dikarenakan beberapa hal. Diantaranya adalah karena seringnya bersama-sama sehingga pria dan wanita ini sudah merasa seperti saudara.⁹ Sebagaimana diungkapkan oleh M. Nur Ghufron (2010), faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu).

Berbeda dengan hasil perhitungan secara statistik dari variabel kontrol diri dari mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi diperoleh 3 subyek dari 41 orang atau 31,7% termasuk dalam kategori cukup dan 26 subyek dari 41 orang atau 63,4% termasuk dalam kategori tinggi. Dan 2 subyek dari 41 orang atau 4,9% termasuk dalam kategori sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi UIN Walisongo Semarang adalah tinggi. Ini artinya terjadi perbedaan yang signifikan antara kontrol diri mahasiswa jurusan fisika dengan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi.

Ketika kedua jurusan dibiasakan dengan materi-materi perkuliahan yang diterima, sehingga materi yang diterima keduanya biasa diolah

⁹ Wawancara dengan beberapa mahasiswa jurusan fisika

dengan cara perfikir masing-masing. Mahasiswa jurusan fisika yang lebih diarahkan dengan olahan kirinya dan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi lebih dikenal dengan olahan otak kanannya.

Kontrol diri dalam dunia tasawuf dikenal dengan *muraqabah*. *muraqabah* ialah keadaan seseorang sepenuh hati bahwa Allah selalu melihat dan mengawasi. Tuhan mengetahui seluruh gerak-gerik dan bahkan apa-apa yang terlintas dalam hati diketahui oleh Allah.¹⁰ *Muraqabah* ialah keadaan menjaga hati bagi Yang Menjaga, menyibukkan hati dengan Dia, berpaling hati kepadaNya, perhatian hati kepadaNya dan terarahnya hati kepadaNya.¹¹

Muraqabah merupakan salah satu sifat yang harus dimiliki oleh seorang muslim. Karena dengan muraqabah inilah, seseorang dapat menjalankan ketaatan kepada Allah SWT dimanapun ia berada, hingga mampu mengantarkannya pada derajat seorang mu'min sejati. Demikian pula sebaliknya, tanpa adanya sikap seperti ini, akan membawa seseorang pada jurang kemaksiatan kepada Allah kendatipun ilmu dan kedudukan yang dimilikinya.

Muraqabah terdiri dari dua derajat :

- Pertama derajat para *shadiqin*, yang mana dalam tingkat ini para *muqarrabin* dalam kondisi pemuliaan dan pengagungan. Yaitu qalbu tenggelam dalam pengawasan keagungan tersebut dalam tunduk di bawah *haybah*. Sama sekali tidak tersisa lagi baginya

¹⁰ Mustafa Zuhri, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*, (Surabaya, PT Bina Ilmu, 1979), hlm.

¹¹ Ismail Yakub, *Ihya' al-Ghozali*, (Jakarta: C.V. FAIZAN), hlm., 110

keleluasaan untuk berpaling dengan yang lain. *Muraqabah* ini tidak memandang lebih jauh perincian pahalanya.

- Yang kedua adalah *muraqabah ashhab al-Yamin*, ini adalah *muraqabah*nya orang-orang *wara'* diantara *ashhab al-Yamin*. Mereka adalah orang yang lahir dan batinnya dikuasai pengawasan Allah. Namun pengawasan Yang Maha Agung tidak menggelisahkan mereka.¹²

Berkaitan dengan subyek penelitian ini mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi, ada beberapa mahasiswa yang memiliki kontrol diri (*muraqabah*) yang sangat tinggi. Golongan *muraqabah* yang sesuai dengan susunan *muraqabah* di atas adalah hanya masuk kedalam susunan *muraqabah alshab al yamin*. Di atas dijelaskan bahwa bagian dari *muraqabah alshab al-yamin* adalah orang-orang yang *wara'* dari golongan kanan, yaitu suatu kaum yang mempunyai keyakinan bahwa Allah melihat zahirah dan batiniah dalam hatinya.

Dari penjelasan diatas mengenai *muraqabah*, terlihat bahwa *muraqabah* merupakan suatu bentuk urusan hati seseorang manusia dengan merasa diawasi oleh Allah SWT. dalam semua gerak-geriknya, diamnya. Sehingga muncul rasa takut untuk berbuat sesuatu yang tidak disenangi oleh Allah SWT.

Seorang mahasiswa yang hatinya merasa diawasi oleh Allah yang senantiasa menjalankan perintah Allah dan menjahui larangan Allah akan

¹² Totok Jumantoro, *Kamus Ilmu Tasawuf*, Amzah, Jakarta, 2005, hlm. 152

menghasilkan kontrol diri yang baik. Dengan adanya kontrol diri pada setiap pribadi akan baik pula hal-hwal dan amal perbuatannya. Sehingga pikiran dan perasaan, akal dan hatinya terhindar dari kehancuran dan kejahatan moral.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan kontrol diri mahasiswa jurusan fisika angkatan 2012 dengan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi angkatan 2012 UIN Walisongo Semarang.

1. Berdasarkan hasil perhitungan secara statistik dari variabel kontrol diri dari mahasiswa jurusan fisika diperoleh 3 subyek dari 29 orang, 1 orang atau 3,4 % termasuk dalam kategori rendah, dan 15 subyek dari 29 orang atau 51,7% termasuk dalam kategori cukup. Dan 13 subyek dari 29 Orang atau 44,9% termasuk dalam kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri mahasiswa jurusan fisika UIN Walisongo Semarang adalah cukup.
2. Berdasarkan hasil perhitungan secara statistik dari variabel kontrol diri dari mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi diperoleh 3 subyek dari 41 orang atau 31,7% termasuk dalam kategori cukup dan 26 subyek dari 41 orang atau 63,4% termasuk dalam kategori tinggi. Dan 2 subyek dari 41 orang atau 4,9% termasuk dalam kategori sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi UIN Walisongo Semarang adalah tinggi

3. Hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat ada perbedaan kontrol diri yang signifikan antara mahasiswa jurusan fisika dan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi. Hasil tersebut bisa dilihat dari hasil uji hipotesis diperoleh hasil signifikan 0,048 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kontrol diri yang signifikan antara mahasiswa jurusan fisika dan mahasiswa jurusan tasawuf psikoterapi. Berdasarkan hasil perhitungan ini maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

B. SARAN

Berkaitan dengan hasil penelitian ini, maka peneliti mengajukan saran yang dapat disampaikan sebagai berikut:

1. Bagi semua mahasiswa UIN Walisongo diharapkan mampu mengelolah kontrol dirinya dengan baik sehingga dapat menjaga akhlak mulianya dan mampu menjalankan TRIETIKA (etika diniyah, etika ilmiah, dan etika ukhuwah) dengan sesuai.
2. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini merupakan penelitian yang masih dasar sehingga perlu adanya penelitian yang lebih mendalam lagi tentang kontrol diri untuk menguatkan hasil penelitian ini sehingga mampu melahirkan sebuah teori yang baru.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Dar Ihya'il Kutub al-Arabiyah, Juz 4
- Amstrong Amatullah, *Khazanah Istilah Sufi: Kunci Memasuki Dunia Tasawuf*, terj. M.S. Nasrullah dan Ahmad Baihaquni, Bandung: Mizan, 1996
- Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: PT. Melton Putra, 1991
- Azwar Saifundin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001
- Badriyah Lailatul, *Pengaruh Empati dan Self- Control Terhadap Agresifitas Remaja SMA Negeri Tangerang Selatan*, Skripsi: Program SI UIN Sarif Hidayatullah Jakarta, 2013
- Deporter Bobbi dan Mike Hernacki, *Quantum Learning: Membiasakan Belajar Nyaman Dan Menyenangkan*, Bandung: Mizan Media Utama, 2002
- Ghufron M. Nur & Rini Risnawati, *Teori-teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010
- Gunarsa D., *Dari Anak Sampai Usia Lanjut : Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*, Jakarta : PT BPK Gunung Mulia, 2004
- Goleman, Daniel, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, Jakarta:PT. Gramedia Pustaka Utama, 1999
- Hadi Sutisno, *Statistik jilid 2*, Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1983
- Hendrawan Sanerya, *Spiritual Management: From Personal Enlightenment Towards God Corporate Governance*, Bandung: Mizan, 2009

- John Best W., *Research in Education*, America: Prentice Hall, 1981
- Johar Danah dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berfikir Integralistik Dan Holistik Untuk Memaknai kehidupan*, Bandung: MIZAN, 2000
- Kartono Kartini, *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1999
- Liebert R.M, *Development Psychology*, New Delhi : Prentice Hall of India, 1979
- Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, Jakarta: Bumi Aksara, 1999
- Meichati, Siti, *Kesehatan mental*, Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1983
- Nur'ainy, *Pengembangan Self Control Siswa di SMK PGRI 2 Ponorogo Melalui Penanaman Nilai-nilai Agama*, Skripsi: Program S1 STAIN Ponorogo, 2008
- Nurfaujiyanti, *Hubungan Pengendalian Diri (Self- Control) dengan Agresifitas Anak Jalanan*, Skripsi: Program S1 UIN Sarif Hidayatullah Jakarta, 2010
- Pasiak Taufik, *Tuhan Dalam Otak Manusia: Mewujudkan Kesehatan Spritual Berdasarkan Neurosains*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2012
- Prasetyo Yudi Eko, *Upaya Guru PAI Meningkatkan Self-Control Bagi Remaja (Studi Kasus di SMA Plus YPHB Bogor)*, Skripsi: Program S1 Universitas Negeri Jakarta, 2013
- Rahim, Abu Muhammad. *At-Tasawuf al-ladzi Nuriduhu* . Kairo: Maktabah Umul-Qura. 2009
- Rosyid, M. Frachani, *Fisika Dasar; jilid I Mekanika*, Sleman: Periuk, 2015

- Rosyid, M. Farchani, dkk. *Kajian Konsep Fisika 1*, Solo: Platinum, 2008
- Sudijono Anas, *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2009
- Sugiharto, *Teknik Sampling*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001
- Sukmadinata, Nana Syaodih, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005
- Sulastrri, *Hubungan Muraqabah Dengan Perilaku Agresif Siswa MA NU Miftahul Falah Kudus*, Skripsi: Program S1 Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang, 2013
- Surakhmad Winarno, *Pengantar Penelitian Ilmiah 9 Dasar Metode Teknik*, Bandung: Tarsito, 1990
- Takhrudin, L.T, *Pribadi Pribadi Yang Berpengaruh*, Jogjakarta: PT. Alma'arif, 1991
- Tohir Moenir Nahwi, *Menjelajahi Eksistensi Tasawuf Meniti Jalan Menuju Tuhan*, Jakarta: PT. as-Salam Sejahtera, 2012
- Umar Asep Ismail, dkk. *Tasawuf*, Jakarta: Pustaka Studi Wanita UIN Jakarta, 2005
- Walgito, Bimo, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Yogyakarta: Andi Offset, 1983
- <http://fisikadedek.blogspot.com/2013/05/mengenal-definisi-fisika.html>

<http://digilib.sunanampel.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=jtptiain-gdl-s1>

2006-srijatmout-1429

[http://Dua Mahasiwa Universitas Islam Negeri \(UIN\) Walisongo Terlibat Pencurian](http://Dua%20Mahasiwa%20Universitas%20Islam%20Negeri%20(WIN)%20Walisongo%20Terlibat%20Pencurian)

Laptop Milik Teman Satu Kos - Gemamedia News.htm (20-02-2015)

Lampiran A : Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen
Uji Validitas Skala Kontrol Diri

		TOTAL
TOTAL	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	80
VAR00001	Pearson Correlation	.410(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00002	Pearson Correlation	.257(*)
	Sig. (2-tailed)	.021
	N	80
VAR00003	Pearson Correlation	.530(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00004	Pearson Correlation	.239(*)
	Sig. (2-tailed)	.032
	N	80
VAR00005	Pearson Correlation	.313(**)
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	80
VAR00006	Pearson Correlation	.452(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00007	Pearson Correlation	.600(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00008	Pearson Correlation	.563(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00009	Pearson Correlation	.287(**)
	Sig. (2-tailed)	.010
	N	80
VAR00010	Pearson Correlation	.406(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00011	Pearson Correlation	.287(**)
	Sig. (2-tailed)	.010
	N	80
VAR00012	Pearson Correlation	.585(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00013	Pearson Correlation	.432(**)
	Sig. (2-tailed)	.000

	N	80
VAR00014	Pearson Correlation	.058
	Sig. (2-tailed)	.612
	N	80
VAR00015	Pearson Correlation	.522(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00016	Pearson Correlation	.303(**)
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	80
VAR00017	Pearson Correlation	.476(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00018	Pearson Correlation	.241(*)
	Sig. (2-tailed)	.031
	N	80
VAR00019	Pearson Correlation	.227(*)
	Sig. (2-tailed)	.050
	N	80
VAR00020	Pearson Correlation	.220
	Sig. (2-tailed)	.050
	N	80
VAR00021	Pearson Correlation	.498(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00022	Pearson Correlation	.620(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00023	Pearson Correlation	.548(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00024	Pearson Correlation	.437(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00025	Pearson Correlation	.456(*)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00026	Pearson Correlation	.286(*)
	Sig. (2-tailed)	.010
	N	80
VAR00027	Pearson Correlation	-.329(**)
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	80
VAR00028	Pearson Correlation	.558(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80

VAR00029	Pearson Correlation	.345(**)
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	80
VAR00030	Pearson Correlation	.607(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00031	Pearson Correlation	.242(*)
	Sig. (2-tailed)	.031
	N	80
VAR00032	Pearson Correlation	.075
	Sig. (2-tailed)	.508
	N	80
VAR00033	Pearson Correlation	.348(**)
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	80
VAR00034	Pearson Correlation	.616(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00035	Pearson Correlation	.548(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00036	Pearson Correlation	.320(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00037	Pearson Correlation	.435(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00038	Pearson Correlation	.676(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00039	Pearson Correlation	.493(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00040	Pearson Correlation	.453(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00041	Pearson Correlation	.571(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00042	Pearson Correlation	.527(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00043	Pearson Correlation	.315(**)
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	80
VAR00044	Pearson Correlation	.562(**)

	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00045	Pearson Correlation	.566(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00046	Pearson Correlation	.251(*)
	Sig. (2-tailed)	.025
	N	80
VAR00047	Pearson Correlation	.322(**)
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	80
VAR00048	Pearson Correlation	.078
	Sig. (2-tailed)	.494
	N	80
VAR00049	Pearson Correlation	.312(**)
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	80
VAR00050	Pearson Correlation	.637(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00051	Pearson Correlation	.369(**)
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	80
VAR00052	Pearson Correlation	.421(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00053	Pearson Correlation	.241(*)
	Sig. (2-tailed)	.031
	N	80
VAR00054	Pearson Correlation	.233(*)
	Sig. (2-tailed)	.037
	N	80
VAR00055	Pearson Correlation	.190
	Sig. (2-tailed)	.092
	N	80
VAR00056	Pearson Correlation	.326(**)
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	80
VAR00057	Pearson Correlation	.237(*)
	Sig. (2-tailed)	.034
	N	80
VAR00058	Pearson Correlation	.137
	Sig. (2-tailed)	.226
	N	80
VAR00059	Pearson Correlation	.549(**)
	Sig. (2-tailed)	.000

	N	80
VAR00060	Pearson Correlation	.330(**)
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	80
VAR00061	Pearson Correlation	.253(*)
	Sig. (2-tailed)	.024
	N	80
VAR00062	Pearson Correlation	.441(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00063	Pearson Correlation	.417(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	80
VAR00064	Pearson Correlation	.198
	Sig.(2-tailed)	.078
	N	80

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

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

Reliabilitas Skala Control Diri

[DataSet0]

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	64

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Bersama ini saya memohon bantuannya untuk meluangkan waktu guna mengisi daftar pernyataan yang saya lampirkan. Informasi ini saya perlukan untuk menyelesaikan skripsi pada program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin. Saya sangat berharap kejujuran dan kemurnian atas jawaban yang diberikan. Saya menjamin semua jawaban yang diberikan akan dirahasiakan sesuai dengan kode etik ilmiah. Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban adalah benar. Dalam lembar angket di bawah ini terdapat beberapa pernyataan. Isilah pernyataan tersebut dengan jujur menurut pendapat, perasaan dan keadaan anda sendiri, bukan menurut pendapat hukum maupun pendapat orang lain. Pilihlah salah satu dari lima (5) alternatif jawaban dengan memberikan tanda silang (X) pada jawaban yang sesuai.

SS : Sangat Setuju

ST : Setuju

RG: Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Setiap jawaban yang diberikan merupakan bantuan yang tidak ternilai harganya bagi penyelesaian dan tercapainya tujuan tersebut. Untuk kesediaan dan kerjasamanya saya ucapkan banyak terima kasih.

IDENTITAS DIRI

Nama :(boleh inisial)

Jenis Kelamin : Laki – laki / Perempuan (*)

Jurusan :

Angkatan :

NO	Pernyataan	SS	ST	RG	TS	STS
1	Saya akan menjahui teman saya yang suka menggosib					
2	Saya akan bersikap kasar kepada teman yang menyinggung perasaan saya					
3	Saya akan berbicara sopan dengan orang yang membicarakan aib saya					
4	Saya tidak malu jika saya bergandengan dengan lawan jenis saya					
5	Jika saya terdesak tidak punya uang saya akan mengambil punya orang lain					
6	Jika ada berita tidak baik tentang aib teman saya, sebisa mungkin saya menyimpannya sendiri					
7	Saya lebih suka berteriak ketika memanggil teman yang jaraknya jauh, dari pada menghampirinya					
8	Saya akan berdandan menarik didepan pacar saya					
9	saya tidak akan membalas jika ada orang yang mefitna saya					
10	Saya anggap teman orang yang menyakiti saya					
11	Saya suka mencari hikma dibalik masalah/ kesulitan yang saya alami					
12	Saya tidak sukamembicarakan kejelekan orang lain					
13	Bagi saya, menceritakan gosib terbaru teman yang baru jadian adalah hal yang menyenangkan diwaktu luang					
14	Saya sering berharap imbalan setelah membantu orang lain					
15	Saya tidak akan mengeluh jika rencana saya tidak sesuai dengan kenyataan					
16	Saya selalu melakukan puasa senin kamis					
17	Saya suka membantu teman yang lagi ada masalah					

NO	Pernyataan	SS	ST	RG	TS	STS
18	Saya sering menundah-nundah waktu sholat					
19	Saya selalu menyadari setiap kesalahan yang saya perbuat					
20	Saya tidak iri melihat sahabat saya lebih sukses dari pada saya					
21	Saya akan berfoya-foya dengan dengan apa yang saya dapatkan					
22	Saya marah jika teman saya lebih berhasil dari pada saya					
23	Saya tidak suka berduan dengan lawan jenis saya					
24	Saya akan melakukan apa saja sesuai dengan keinginan saya					
25	saya tidak mengizinkan lawan jenis saya berkunjung sendiri dikos saya					
26	Saya akan menolak ajakan pacar keluar malam					
27	Saya tidak pernah bergandengan tangan dengan lawan jenis saya dimanapun					
28	Saya lebih memilih diam dari pada ikut membicarakan kejelekan orang lain					
29	Saya suka melihat laki-laki dan perempuan duduk berseblahan					
30	Saya kadang-kadang usil sama teman					
31	Saya akan marah jika rencana saya gagal					
32	Saya sering mengulangi kesalahan saya					
33	Saya selalu membaca doa sehabis melakukan sesuatu					
34	Saya akan tetap tersenyum kepada orang lain walaupun dia membenci saya					
35	Saya akan menyusun strategi untuk membalas kenakalan teman yang dilakukan kepada saya					
36	Jika saya dibonceng pacar saya akan berpegangan pada dia					
37	Saya akan mengandeng pacar saya didepan teman-teman saya					
38	Meskipun ada orang yang berbuat jahat pada saya, saya diam saja					
39	Saya sudah biasa memanggil teman dekat saya dengan julukan yang jelek					
40	Saya tidak akan membalas orang yang memaki saya					
41	Saya membenci orang yang mengaduahkan					

NO	Pernyataan	SS	ST	RG	TS	STS
	kenakalan saya					
42	Saya akan memarahi pacar saya jika dia berani memegang tangan saya					
43	Saya percaya Allah memberikan yang terbaik kepada saya, meskipun itu berupah musibah					
44	Saya yakin dengan istilah “sesudah kesulitan pasti ada kemudahan”					
45	Saya suka bolos kuliah, ketika lagi malas					
46	Saya sering mengeluh dengan masalah yang saya hadapi					
47	Saya bunuh orang yang berani menyakiti keluarga saya					
48	Saya sering lupa ber- <i>istigfar</i> sehabis melakukan kesalahan					
49	Saya sering melakukan sholat malam supaya merasa dekat dengan Allah					
50	Saya ber- <i>infaq</i> setiap minggu sebagai wujud rasa syukur					
51	Saya akan menerima tamu lawan jenis saya pada malam hari, meskipun kami hanya berduan					
52	Saya selalu tersenyum dengan orang-orang yang saya temui dimanapun					
53	Saya kan membalas perbuatan jahat teman saya kepada saya					
54	Saya akan mebiarkan pacar saya menyentuh saya					
55	Saya suka mengejek teman dengan sengaja hanya untuk sekedar iseng					
56	Saya biasa saja meskipun berbuat kesalahan					
57	Saya membiasakan membaca al-Quran setiap hari					

**Tabulasi Data Skala Kontrol Diri Mahasiswa Jurusan Fisika UIN Walisongo
Semarang Angkatan 2012**

Lampiran C : Tabulasi Data Uji Coba
Kontrol Diri (Mahasiswa Jurusan Fisika)

Responden jawaban aitem nomer

1	3	4	1	3	4	5	3	4	4	3	5	1	2	2	2	3	4	3	4
2	4	2	1	5	5	4	4	2	4	4	5	2	2	4	4	4	4	2	4
3	1	5	4	4	5	4	4	2	4	4	5	1	4	4	3	3	4	5	4
4	3	3	3	4	5	4	3	4	4	2	4	3	2	2	3	3	4	3	4
5	3	4	4	5	3	4	3	4	2	3	5	3	4	5	3	3	3	5	4
6	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	3	4	2	4
7	4	5	3	5	3	4	5	3	4	3	4	3	4	4	5	3	3	2	3
8	2	4	3	3	5	5	4	2	5	2	4	2	4	4	3	3	4	2	4
9	2	5	3	4	5	4	4	3	4	3	4	2	3	4	2	5	4	2	3
10	2	3	1	5	5	3	2	2	2	4	5	4	1	3	4	2	4	2	5
11	3	4	1	3	5	5	4	2	3	4	4	3	2	2	3	3	4	2	4
12	1	5	3	5	5	5	1	5	3	5	1	5	1	4	4	3	5	2	3
13	1	3	2	5	5	5	4	3	5	3	4	3	4	5	2	3	3	2	4
14	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	3
15	1	2	1	4	5	4	2	4	4	3	5	2	2	4	4	3	4	3	4
16	4	4	1	5	5	5	5	5	5	3	4	4	5	2	3	5	5	3	3
17	3	4	4	4	5	4	3	4	2	2	4	3	2	4	4	4	3	3	4
18	3	4	3	5	5	5	4	3	3	4	5	3	2	4	3	3	4	3	4
19	4	4	3	4	5	4	2	5	4	4	4	2	3	2	5	4	4	3	3
20	2	4	3	3	5	3	4	3	2	3	3	4	2	4	2	3	3	4	3
21	2	3	1	5	4	4	2	3	3	3	5	3	2	3	2	3	4	2	5
22	2	4	4	5	5	4	4	3	2	3	5	2	1	4	2	3	4	3	4
23	4	2	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	1	4	3	4	3	2	3
24	3	4	2	5	4	1	5	4	3	3	4	4	2	3	4	4	5	2	2
25	4	4	1	3	2	2	5	4	3	4	1	5	2	5	5	5	5	5	5
26	3	3	3	5	5	4	4	1	5	3	4	4	2	4	5	4	5	5	4
27	1	5	2	5	2	1	5	1	3	2	4	2	5	3	1	3	1	1	1
28	3	4	4	5	5	3	2	1	4	3	4	3	5	5	4	2	3	2	3
29	3	4	4	4	4	3	2	2	5	3	4	3	4	4	3	2	3	1	2

2 5 5 4 2 4 2 2 4 1 4 2 5 4 5 5 4 4 1
2 2 4 5 2 5 5 5 5 1 4 2 4 2 2 4 1 1 4
3 4 3 5 4 4 3 3 4 3 4 4 4 3 3 4 5 5 3
3 4 4 3 3 3 3 4 3 3 2 4 3 3 4 5 3 4 3
3 5 4 5 2 3 4 3 3 3 4 2 3 3 2 4 4 5 3
3 4 4 4 3 3 4 3 4 4 4 4 3 3 5 4 4 4 4
4 3 2 4 2 5 5 4 4 2 4 2 4 4 3 4 3 4 3
4 3 3 2 2 3 1 2 5 3 4 2 3 2 4 5 3 5 4
4 4 4 1 3 4 3 2 5 2 3 3 2 3 3 3 3 5 3
4 2 4 2 2 3 1 3 2 2 3 1 2 5 2 5 4 4 3
3 5 4 3 3 5 3 1 3 3 1 3 3 1 5 3 1 3 3
2 2 3 3 3 4 2 3 4 3 4 4 4 3 3 3 5 5 2
5 5 3 5 2 5 5 5 4 2 4 2 4 3 4 4 5 5 4
3 4 4 4 3 4 5 4 4 2 3 4 2 3 4 4 4 4 4
4 5 4 3 2 4 3 4 4 2 2 4 2 2 4 1 4 3 3
3 3 4 5 5 3 5 3 2 2 3 4 5 4 3 3 4 3 4
4 4 5 3 2 4 4 4 3 2 4 4 3 4 5 5 4 4 2
4 4 4 4 4 4 2 4 3 3 4 3 4 3 3 4 4 5 4
4 4 4 4 3 3 4 4 3 3 2 4 4 3 4 2 4 3 5
4 2 3 3 2 3 2 1 3 2 3 3 4 2 3 4 4 4 3
1 4 4 4 4 5 2 5 3 2 2 3 2 4 5 3 4 5 2
3 4 4 4 3 3 4 5 4 4 4 4 3 4 4 4 5 5 3
3 1 2 2 3 1 3 3 3 2 3 3 4 3 4 3 3 2 3
3 2 3 4 2 4 4 3 4 4 3 4 2 3 4 2 4 3 2
2 4 3 5 1 5 3 3 5 5 5 3 3 5 5 4 5 2 5
2 4 4 5 3 5 3 5 4 4 4 5 5 4 2 5 4 4 2
5 1 1 1 2 3 2 2 3 3 2 1 1 1 1 1 1 1 1
5 4 3 5 3 3 4 4 3 3 4 5 4 5 5 3 5 2 4
4 4 3 4 2 3 3 4 3 4 3 4 1 4 4 3 4 4 1

4 4 4 2 3 5 1 4 5 3 4 4 3 4 4 2
4 2 2 5 2 1 1 2 5 4 4 3 2 2 4 5
2 3 4 3 4 5 5 4 5 3 3 4 3 3 3 2
3 3 4 3 4 4 3 2 3 4 3 3 3 4 4 5
4 3 3 5 4 3 5 2 5 2 4 3 4 3 3 5
3 4 3 3 1 4 1 3 1 1 3 3 4 4 3 2
4 3 4 5 4 5 3 3 4 4 3 5 5 2 3 5
2 5 3 2 4 3 5 5 3 3 3 3 2 5 5 2
2 3 4 3 4 2 3 4 5 3 3 2 2 3 4 3
2 3 3 2 5 5 2 3 1 4 3 3 2 3 2 3

4 4 4 1 4 4 3 3 2 3 3 3 5 4 4 3
 2 3 4 3 5 2 3 2 2 5 4 5 2 3 4 3
 1 5 4 5 5 5 4 4 5 5 3 3 5 5 5 5
 3 3 4 4 5 4 4 3 5 4 3 4 5 2 2 5
 2 3 2 3 5 5 1 4 3 2 3 3 2 4 4 5
 4 2 5 5 5 4 4 5 3 1 4 4 4 2 5 5
 3 4 4 5 5 5 4 5 4 3 2 3 5 3 4 4
 4 3 3 4 5 5 5 3 5 4 3 4 3 4 5 4
 3 4 4 3 5 4 5 4 1 2 4 3 4 4 5 4
 2 3 4 3 4 3 5 4 5 4 3 2 3 4 3 3
 2 2 2 5 5 5 4 2 5 3 3 2 5 4 3 5
 2 3 3 5 5 5 3 4 5 3 4 3 5 5 4 5
 3 2 3 2 4 1 3 3 2 3 2 1 2 2 1 4
 5 5 5 3 4 2 3 3 4 3 3 3 4 3 3 1
 5 3 3 5 3 5 4 5 4 5 3 5 2 4 5 5
 4 3 4 5 5 5 4 4 2 5 5 4 4 5 5 4
 5 2 5 5 1 3 1 2 3 5 1 5 3 1 1 1
 5 5 3 5 3 5 4 5 4 4 4 3 5 3 5 5
 5 5 4 3 4 4 3 4 4 4 3 3 4 1 4 3

			Jumlah
2	2	4	189
2	4	4	184
5	4	4	210
2	4	4	192
2	5	5	205
3	4	3	189
4	4	5	211
3	3	4	190
2	2	4	184
1	3	4	167
5	4	3	183
3	4	4	191
3	5	5	224
5	5	4	213
4	5	4	185
3	4	5	218
4	5	4	212
3	4	4	215
3	4	5	207

4	3	5	182
2	5	5	192
4	4	4	214
2	3	3	149
4	2	4	188
3	5	5	222
4	4	5	228
3	3	5	136
4	5	3	219
3	4	3	190

**Tabulasi Data Skala Kontrol Diri Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi
UIN Walisongo Semarang Angkatan 2012**

Lampiran C: Tabulasi Uji Kontrol Diri (mahasiswa tasawuf psikoterapi)

Responden	jawaban aitem nomer																					
1	4	4	3	4	5	5	4	3	4	5	5	2	3	4	4	4	5	5	3	3	5	
2	4	3	4	2	5	3	4	4	2	4	5	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	
3	3	1	2	4	4	4	2	3	3	2	4	2	3	4	3	4	4	5	3	4	4	
4	3	4	3	3	5	1	2	4	4	4	4	2	5	2	3	3	4	2	4	3	3	
5	3	4	2	1	5	3	4	1	3	3	4	4	1	3	2	2	5	1	3	2	1	
6	4	1	1	1	5	1	3	1	1	5	5	2	1	4	1	4	5	2	5	1	2	
7	3	3	5	1	4	3	3	4	3	1	1	3	4	3	3	4	4	3	1	3	3	
8	4	5	4	4	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2	3	4	
9	4	4	3	5	5	4	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	5	3	3	3	4	
10	3	1	2	4	5	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3	4	
11	4	4	5	2	4	4	4	3	1	4	5	1	4	3	4	3	4	4	3	4	4	
12	3	2	2	4	5	4	3	4	2	2	2	2	2	2	5	3	4	4	3	3	4	4
13	3	4	2	5	5	4	5	3	4	3	5	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	
14	3	4	4	5	5	5	5	5	2	3	4	2	2	5	2	3	5	4	5	4	4	
15	3	1	2	4	4	4	2	4	2	4	5	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	
16	3	4	4	4	5	3	5	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	5	5	
17	4	4	3	4	5	3	4	3	4	4	5	2	4	5	2	3	4	3	4	3	5	
18	4	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	2	4	5	4	4	5	4	5	4	5	
19	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	1	5	4	4	5	4	5	4	4	4	
20	3	4	1	3	5	4	2	3	2	2	5	3	3	4	3	3	4	2	3	4	3	
21	4	1	2	3	5	5	3	4	4	2	5	2	4	3	3	2	4	3	4	4	4	
22	3	2	1	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	
23	2	4	2	3	5	3	2	2	4	3	4	4	1	4	3	5	3	4	2	4	4	
24	2	3	4	5	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	5	4	3	
25	3	4	4	5	5	4	5	2	5	2	4	3	3	5	5	4	2	4	5	4	4	
26	3	4	4	4	5	5	3	4	5	5	5	4	4	5	5	2	2	4	4	4	4	
27	2	4	3	1	4	5	4	2	1	2	4	3	3	5	3	4	2	4	5	3	3	
28	4	2	2	3	5	4	4	2	3	3	4	2	3	4	3	4	3	4	2	3	2	
29	4	2	1	4	3	4	2	2	4	4	3	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	
30	1	5	2	5	5	4	5	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	
31	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	4	4	4	5	4	
32	3	4	2	4	3	5	1	3	4	4	5	2	5	4	3	3	3	4	2	5	3	
33	4	4	5	5	3	3	4	4	5	4	2	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	
34	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	2	5	4	5	4	4	4	5	
35	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	2	5	4	5	4	2	4	4	

36 5 5 5 5 5 4 5 5 5 5 5 5 5 2 5 4 5 5 2 4 4
37 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 2 5 4 5 5 2 5 5
38 5 5 5 4 5 4 5 5 4 4 5 5 5 2 5 4 5 4 2 4 4
39 5 5 5 4 4 4 5 5 4 4 4 4 5 2 4 4 5 5 2 4 5
40 5 5 4 4 5 5 4 4 4 4 5 5 5 2 4 5 5 4 2 4 4
41 5 5 5 5 5 5 4 4 4 4 4 4 4 2 5 4 5 5 2 4 4

5 4 3 3 3 4 5 2 5 3 4 4 4 5 5 5 3 4 4 4 3 5
5 3 4 3 3 3 3 2 4 4 3 4 5 4 5 3 4 4 3 2 3 5
4 2 4 3 3 3 3 1 3 3 3 5 2 3 3 5 2 5 2 4 3 5
4 4 4 2 4 5 3 2 3 4 4 4 4 5 3 5 4 3 4 3 3 5
4 2 1 2 2 2 5 3 3 1 3 3 5 5 1 1 5 5 4 1 1 3
4 2 1 5 5 2 1 5 5 1 4 5 1 5 4 5 1 1 4 1 5 5
3 5 2 5 5 5 4 1 3 3 3 4 5 3 3 1 4 5 3 3 5 5
4 4 2 3 4 4 4 3 3 2 4 4 5 4 4 4 2 4 4 4 3 4
5 5 3 5 5 5 4 3 2 2 3 4 4 5 5 5 2 5 2 4 5 5
4 4 2 3 4 3 4 2 5 2 3 4 5 4 4 4 4 3 4 2 4 5
3 3 2 2 3 2 5 2 3 4 3 3 4 4 3 4 5 5 2 4 2 5
5 3 4 2 2 4 3 2 4 2 2 3 5 4 4 5 4 4 3 3 4 4
4 3 1 3 3 3 4 1 3 3 4 3 4 3 3 3 1 3 4 3 3 4
5 5 1 5 5 4 4 4 4 3 5 4 5 5 4 5 4 5 5 3 4 5
4 4 2 2 4 2 2 3 4 4 2 3 2 4 3 4 2 4 3 4 3 5
4 3 4 2 4 2 4 3 5 1 5 5 4 4 4 4 4 4 4 3 2 5
2 3 4 3 3 3 4 2 5 4 4 4 3 4 4 5 5 5 4 3 3 5
5 4 2 4 4 4 5 1 1 4 5 4 4 5 4 4 4 5 5 4 2 5
4 4 4 4 4 4 4 2 5 4 4 4 4 4 5 5 4 5 4 4 4 5
4 3 3 4 3 3 3 2 2 4 2 3 2 5 3 3 1 2 3 4 3 1
5 3 2 2 1 4 5 2 4 3 2 3 5 4 5 3 4 2 4 2 1 4
3 4 3 4 2 2 4 3 4 2 4 2 1 4 4 4 4 4 4 4 4 4
4 3 4 2 1 4 3 3 3 2 3 2 1 2 4 4 2 3 3 2 2 2
3 3 2 3 4 3 1 2 3 1 1 4 4 4 5 5 1 5 4 3 3 3
4 5 4 4 2 2 4 3 3 1 4 4 4 3 3 3 4 5 5 3 4 4
5 5 5 3 4 2 4 3 4 2 4 3 5 5 4 5 5 4 4 5 2 5
4 3 3 4 3 4 3 4 3 2 4 3 3 3 4 4 3 2 3 3 3 4
4 3 3 4 3 4 3 4 3 2 3 2 2 2 2 3 2 4 3 3 4 4
4 4 3 4 3 4 3 4 3 2 4 2 3 3 4 3 3 2 4 2 3 5
4 4 5 5 4 3 3 4 3 1 4 3 3 3 3 4 4 4 4 4 4 4
4 5 5 1 4 4 2 2 5 2 4 4 4 4 4 5 5 5 5 5 2 5
2 3 4 3 3 3 3 3 3 4 5 4 1 1 5 5 3 3 4 2 4 2
4 5 3 3 4 4 4 1 4 4 3 4 4 3 3 4 4 2 4 3 5 4
5 5 5 5 4 1 5 4 4 4 2 4 4 4 5 5 5 4 5 5 5 2
5 5 4 5 2 1 5 5 5 4 1 4 4 5 5 5 5 4 4 5 5 3

5 4 5 5 1 2 5 5 5 5 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 2
 5 5 5 5 1 1 5 5 5 5 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 2
 4 5 4 4 1 2 2 1 2 4 1 1 4 2 4 4 4 2 1 5 5 3
 5 5 4 5 2 2 5 4 5 5 1 4 4 4 5 4 5 4 5 5 4 5
 5 5 4 5 1 1 5 4 4 5 2 4 4 5 5 5 5 4 5 5 5 2
 4 5 4 5 1 1 5 5 5 5 1 4 4 4 4 4 4 4 5 5 4 2

5 5 3 5 5 4 3 5 4 5 5 4 4 5 233
 5 3 3 4 3 3 3 4 5 4 3 3 4 4 206
 5 3 3 4 3 4 4 4 3 4 4 2 4 5 191
 5 3 4 5 1 3 3 4 2 3 2 3 5 4 197
 5 1 3 5 1 1 1 5 2 4 3 4 2 1 157
 5 5 4 5 4 1 5 5 5 2 5 1 5 4 183
 5 3 3 3 3 3 5 5 5 3 5 2 4 4 195
 4 3 2 5 4 4 4 3 5 5 4 4 4 5 214
 5 4 3 5 4 4 3 5 5 5 5 3 4 5 220
 5 2 4 5 4 3 3 5 3 4 4 2 4 4 201
 5 2 3 5 3 3 3 4 4 4 4 4 3 3 197
 5 5 4 3 2 3 3 3 4 3 5 3 4 5 195
 5 4 3 3 3 3 3 4 4 4 3 3 3 4 190
 5 4 3 5 4 3 3 5 5 4 5 4 4 4 233
 5 4 3 5 3 3 3 3 2 4 4 2 3 4 187
 5 5 3 3 2 4 4 5 2 4 4 2 4 4 215
 5 4 4 5 3 4 4 3 4 5 3 3 5 4 216
 5 4 4 5 4 5 5 4 4 5 5 4 4 4 238
 5 5 4 4 4 5 5 4 4 4 4 4 4 5 239
 1 3 3 4 4 3 3 4 2 3 3 4 4 3 173
 5 2 3 2 2 3 3 2 2 5 2 2 3 3 180
 4 4 5 4 4 5 2 5 3 3 4 5 5 4 205
 4 3 4 4 4 2 2 4 4 3 3 4 3 2 173
 3 2 5 2 5 5 2 5 3 2 1 5 4 3 183
 4 3 4 5 3 2 3 5 3 4 2 5 4 3 210
 4 3 5 5 3 5 5 5 5 4 3 5 5 5 235
 2 4 4 5 5 3 4 5 2 4 4 4 3 3 191
 2 4 4 4 3 3 4 5 2 3 4 3 2 3 179
 3 3 4 5 3 3 4 5 2 3 3 4 4 3 184
 2 3 4 4 4 3 3 5 3 3 4 5 5 4 213
 2 2 5 5 3 1 4 5 4 2 5 4 5 5 220
 4 2 1 1 2 3 2 1 2 3 3 3 3 3 175
 5 4 2 3 5 3 4 4 5 3 4 4 5 5 215

2	4	4	5	4	4	2	2	3	2	1	3	3	3	228
4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	232
5	4	3	5	3	4	4	5	5	4	5	3	3	4	247
4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	244
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	209
4	4	4	3	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	231
5	4	3	4	4	4	4	4	3	4	5	3	3	4	233
5	4	4	4	2	2	4	4	3	4	4	4	3	4	225

Lampiran D : Tabulasi Data Try Out Kontrol Diri

Responden jawaban aitem nomer

1	3	3	2	4	2	2	2	3	2	4	5	3	4	5	4	3	3	4	3	4	3	4	4	5
2	4	1	3	3	5	4	5	4	4	3	5	5	2	5	5	4	4	4	3	5	4	5	5	5
3	5	5	3	5	5	4	5	3	3	2	4	3	5	1	3	3	1	5	5	3	4	5	5	5
4	5	5	5	3	5	3	4	4	5	5	5	3	4	4	5	5	5	4	3	4	4	4	5	3
5	4	4	3	1	5	4	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	2	4	4
6	4	4	3	4	5	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4
7	3	3	4	4	5	5	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	5	4	3	3	3
8	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	2	4	2	3	4	5	4	4	4
9	4	4	4	5	5	1	4	4	5	5	5	4	1	4	2	2	3	5	3	4	3	2	5	2
10	3	4	3	5	5	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3
11	5	1	3	3	3	2	2	4	5	5	5	5	3	3	4	5	3	4	2	3	2	4	5	1
12	4	4	4	5	5	5	2	5	4	4	5	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	4	5	4
13	2	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	2	4	1	3	3	3	2	3	2	4	3	4	4
14	3	4	3	5	4	5	5	3	4	5	5	4	1	5	4	3	3	4	4	2	3	4	4	5
15	2	1	3	5	5	5	2	2	2	2	3	2	2	5	4	3	4	1	5	1	5	5	5	4
16	3	4	4	5	5	3	4	2	1	3	5	5	3	4	1	5	3	3	4	2	4	5	4	5
17	1	5	1	1	5	2	1	1	1	2	5	2	1	5	1	3	2	4	2	5	3	1	3	1
18	3	4	5	4	4	5	3	3	4	4	5	5	3	2	1	4	3	4	3	5	5	4	1	3
19	3	5	4	5	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	2	4	3	5	3	5	4	3	2	3
20	2	4	4	2	5	4	2	2	4	4	4	4	2	4	5	2	4	4	2	4	2	2	2	4
21	3	2	3	4	5	4	2	3	5	2	4	3	3	2	3	5	3	4	5	2	3	2	3	4
22	2	4	3	1	5	5	5	1	4	4	5	3	3	4	3	3	4	1	2	2	4	4	3	5
23	2	5	4	4	5	5	4	2	1	4	5	5	5	5	5	4	3	4	3	5	3	5	5	5
24	3	2	2	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4
25	4	3	2	4	5	3	2	3	4	2	5	4	4	5	5	4	3	4	4	4	4	2	5	2
26	4	3	3	3	2	2	2	3	4	2	5	4	2	2	1	2	4	4	2	4	3	4	3	2
27	2	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4
28	4	2	4	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	2	2	3	4	2	2	4	4
29	2	5	3	3	5	4	2	3	4	3	4	4	2	4	4	3	2	4	2	4	4	3	4	5
30	2	4	3	5	5	5	5	1	5	3	5	3	1	3	5	5	3	3	5	5	2	4	4	4
31	3	2	2	5	5	4	3	3	4	4	5	3	2	2	2	3	3	4	4	2	2	4	4	3
32	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5
33	4	3	3	5	5	1	4	1	4	3	5	3	3	2	5	5	2	5	1	5	5	2	5	4
34	3	4	4	1	5	4	3	5	4	3	5	4	2	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4
35	3	2	1	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	3	4	3
36	2	4	2	3	5	3	2	2	4	3	4	4	1	4	3	5	3	4	2	4	4	4	3	4
37	2	3	4	5	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	5	4	3	3	3	2
38	3	4	4	5	5	4	5	2	5	2	4	3	3	5	5	4	2	4	5	4	4	4	5	4
39	2	4	4	4	5	5	3	4	5	5	5	4	4	5	5	1	2	4	4	4	4	5	5	5

40 2 4 3 1 4 5 4 2 1 2 4 3 3 5 3 4 2 4 5 3 3 4 3 3
41 4 2 2 3 5 4 4 2 3 3 4 2 3 4 3 4 3 4 2 3 2 4 3 3
42 4 2 1 4 3 4 2 2 4 4 3 2 4 4 2 4 2 4 2 4 2 4 4 3
43 1 5 2 5 5 4 5 5 2 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 3 4 4 4 5
44 4 4 2 4 4 4 4 4 4 4 4 5 4 4 4 2 4 4 4 5 4 4 5 5
45 3 4 2 4 3 5 1 3 4 4 5 2 5 4 3 3 3 4 2 5 3 2 3 4
46 4 4 5 5 3 3 4 4 5 4 2 4 3 4 4 4 2 4 4 4 4 4 5 3
47 5 5 5 4 5 4 5 5 5 4 5 4 5 2 5 4 5 4 4 4 4 5 5 5
48 4 4 4 4 5 4 4 4 5 5 5 4 4 2 5 4 5 4 2 4 4 5 5 4
49 5 5 5 5 5 4 5 5 5 5 5 5 5 2 5 4 5 5 2 4 4 5 4 5
50 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 2 5 4 5 5 2 5 5 5 5 5
51 5 5 5 4 5 4 5 5 4 4 5 5 5 2 5 4 5 4 2 4 4 4 5 4
52 5 5 5 4 4 4 5 5 4 4 4 4 5 2 4 4 5 5 2 4 5 5 5 4
53 5 5 4 4 5 5 4 4 4 4 5 5 5 2 4 5 5 4 2 4 4 5 5 4
54 5 5 5 5 5 5 4 4 4 4 4 4 4 2 5 4 5 5 2 4 4 4 5 4
55 4 4 5 2 5 5 4 5 5 4 5 5 5 2 4 4 5 4 2 4 4 5 5 4
56 4 4 5 4 4 4 4 5 4 4 4 5 5 5 4 4 5 4 2 4 4 5 4 5
57 5 4 4 2 5 3 5 5 4 4 5 5 4 4 3 4 4 4 5 5 5 5 4 4
58 4 3 5 3 4 3 5 5 5 4 5 4 4 4 3 5 4 4 3 3 5 5 4 1
59 4 3 5 3 5 3 3 4 4 4 5 4 3 3 3 4 4 4 3 4 4 5 3 4
60 5 2 4 2 5 3 3 4 4 4 5 4 5 4 3 5 4 5 3 2 2 5 4 4
61 4 1 4 3 4 2 3 4 4 4 4 3 4 3 3 4 4 4 3 4 4 5 4 4
62 4 2 3 2 2 3 4 3 4 3 4 3 4 3 2 4 4 3 2 3 3 4 2 5
63 4 2 4 3 3 5 5 5 4 4 4 5 4 3 3 5 4 4 3 5 5 5 5 5
64 4 4 5 2 5 5 5 4 5 5 5 4 4 4 5 4 4 5 5 3 5 5 4 5
65 4 2 5 5 2 2 2 3 4 4 4 2 4 3 3 4 4 4 3 2 3 4 5 4
66 4 2 3 5 2 2 2 4 3 3 4 4 3 3 2 4 4 3 2 2 4 4 4 4
67 5 2 4 4 4 3 4 3 4 4 4 3 5 4 4 4 4 4 3 3 4 4 4 4
68 5 2 4 3 4 5 4 4 4 4 4 3 4 3 4 4 4 3 3 4 4 5 3 5
69 4 3 4 2 3 4 3 4 4 4 4 3 4 3 3 4 4 3 2 2 3 4 4 4
70 4 1 3 2 3 3 3 3 3 4 4 3 4 3 3 4 3 3 2 2 3 4 3 4
71 5 4 4 3 4 4 4 4 3 4 5 4 4 4 4 4 5 4 4 2 4 5 5 4
72 4 2 4 3 3 5 5 5 4 4 4 5 4 3 3 5 5 4 3 5 5 5 5 5
73 4 3 5 4 4 4 4 5 4 4 4 4 4 3 3 4 4 3 3 5 4 4 4 1
74 4 2 4 4 4 4 4 4 5 4 4 4 5 4 4 4 4 2 2 2 4 2 3 4
75 5 2 4 3 5 3 5 5 5 3 4 5 4 3 4 4 4 3 2 3 4 5 4 4
76 4 2 5 4 5 4 5 4 5 5 5 4 4 5 5 5 4 4 4 2 4 5 5 5
77 5 5 5 2 1 5 5 5 5 4 5 5 4 4 3 5 4 4 3 5 5 4 5 5
78 4 1 3 2 5 4 2 3 3 4 4 3 4 3 4 4 3 3 2 3 3 5 2 4
79 4 3 3 2 2 2 4 4 5 4 1 3 4 3 4 3 4 4 2 4 4 4 3 4
80 3 3 3 4 3 4 3 4 3 3 3 4 5 3 4 3 4 4 3 4 3 4 3 4

4 3 4 4 3 4 5 3 4 2 3 4 2 2 3 2 5 5 5 3 4 2 3 3 4
5 1 5 3 5 5 5 5 4 4 4 5 5 5 3 4 5 5 4 5 4 5 5 3 4
5 3 2 4 3 3 5 5 1 4 4 4 4 1 4 3 5 5 5 2 3 3 4 2 2
5 2 5 4 3 4 5 5 4 3 3 5 5 3 3 3 4 5 5 5 4 2 4 3 3
1 1 4 2 3 3 2 3 4 2 1 3 2 3 3 4 5 5 4 4 3 4 3 3 3
4 2 4 3 4 3 4 4 4 3 4 3 4 4 4 4 5 5 4 5 3 5 3 4 4
4 3 3 3 3 3 4 4 3 3 3 4 3 4 3 4 5 5 4 3 3 5 2 5 4
4 2 4 4 2 2 4 4 4 3 4 4 2 4 4 3 5 5 3 4 3 4 4 3 3
2 1 5 2 2 3 5 5 5 2 5 1 5 4 3 4 4 5 4 5 4 5 3 5 3
4 2 3 2 2 3 4 4 4 5 5 5 3 5 3 3 1 5 5 3 3 4 1 4 3
1 2 3 4 4 2 4 3 3 3 4 2 2 1 1 1 2 3 3 2 2 1 1 5 5
4 2 5 4 4 5 4 4 5 5 5 4 5 4 2 4 5 5 4 5 5 5 5 3 5
2 3 2 3 3 3 2 3 3 4 3 4 3 4 2 3 3 2 3 2 2 2 3 3 4
4 2 4 4 3 4 4 3 4 2 3 4 2 4 3 2 5 5 5 3 4 2 3 3 4
5 1 5 3 3 5 5 5 3 3 5 5 4 5 2 5 5 5 3 5 3 5 4 5 4
5 3 5 3 4 4 4 4 5 5 4 2 5 4 4 2 4 5 4 5 4 5 4 4 2
1 2 3 2 2 3 3 2 1 1 1 1 1 1 1 1 5 5 5 5 1 3 1 2 3
4 1 3 2 5 3 3 3 5 2 4 5 3 5 2 2 5 5 3 3 3 5 3 5 4
4 2 3 3 4 3 4 3 4 2 4 4 3 4 4 1 5 5 3 3 3 4 3 4 5
4 4 4 3 2 3 3 4 5 2 2 4 2 4 2 1 2 4 3 1 2 1 2 3 4
4 3 3 4 1 1 3 1 4 2 3 3 4 2 2 3 4 4 3 2 1 3 2 3 3
4 3 2 4 3 2 4 4 4 2 3 4 4 4 3 3 5 5 4 4 3 4 4 4 4
5 4 4 5 4 3 3 4 5 5 5 2 4 4 4 3 5 5 3 3 3 5 4 4 3
3 4 4 5 3 4 3 3 4 4 4 3 3 4 3 4 4 4 3 2 3 4 3 3 3
4 2 5 2 5 5 5 5 5 3 4 1 2 4 3 3 5 5 5 4 4 5 4 3 3
3 2 4 2 2 4 3 4 3 3 2 3 2 3 2 3 4 2 4 3 4 2 4 4 2
3 3 3 4 3 3 3 4 3 3 4 3 3 3 3 4 4 4 4 3 3 4 3 3 3
3 3 3 4 3 3 4 2 4 2 3 4 4 4 2 3 5 5 4 4 2 4 4 3 3
4 3 5 5 3 3 2 4 5 4 5 4 4 4 3 3 5 5 4 5 3 5 4 3 1
4 2 4 5 2 4 3 4 4 2 5 4 5 1 5 3 5 5 4 4 2 5 4 3 4
3 2 4 4 4 3 3 2 3 4 5 1 5 3 4 4 4 5 4 5 2 5 4 3 3
5 1 5 4 4 5 4 5 5 3 1 5 4 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 4 3
5 3 4 3 2 2 2 4 3 3 1 4 1 4 1 4 5 5 5 4 2 2 4 3 3
4 2 5 3 4 5 2 3 5 4 5 4 2 4 2 4 4 4 3 5 4 5 4 4 4
4 2 4 2 1 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 5 4 4 5 2 5 3 3 4
3 2 3 2 1 2 4 4 2 3 3 2 2 2 4 3 4 4 4 2 2 4 4 3 3
3 1 1 4 4 4 5 5 1 5 4 3 3 3 3 2 5 2 5 5 2 5 3 2 1
3 1 4 4 4 3 3 3 4 5 5 3 4 4 4 3 4 5 3 2 3 5 3 4 2
4 2 4 3 5 5 4 5 5 4 4 5 1 5 4 3 5 5 3 5 5 5 5 4 3
3 2 4 3 3 3 4 4 3 2 3 3 3 4 2 4 4 5 5 3 4 5 2 4 4
3 2 3 2 2 2 2 3 2 4 3 3 4 4 2 4 4 4 3 3 4 5 2 3 4
3 2 4 2 3 3 4 3 3 2 4 2 3 5 3 3 4 5 3 3 4 5 2 3 3

3 1 4 3 3 3 3 4 4 4 4 4 4 2 3 4 4 4 3 3 5 3 3 3
5 2 4 4 4 4 4 5 5 5 5 5 2 5 2 2 5 5 3 1 4 5 4 2 5
3 4 5 4 1 1 5 5 3 3 4 2 4 2 4 2 1 1 2 3 2 1 2 3 3
4 4 3 4 4 3 3 4 4 2 4 3 5 4 5 4 2 3 5 3 4 4 5 2 4
4 4 2 4 4 4 5 5 5 4 5 5 5 2 2 4 4 5 4 4 2 2 3 2 1
5 4 1 4 4 5 5 5 5 4 4 5 5 3 4 4 5 4 4 3 4 4 4 4 4
5 5 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 2 5 4 3 5 3 4 4 5 5 4 5
5 5 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 2 4 4 3 4 3 4 4 4 3 4 4
2 4 1 1 4 2 4 4 4 2 1 5 5 3 4 4 3 4 4 4 4 4 4 4 4
5 5 1 4 4 4 5 4 5 4 5 5 4 5 4 4 4 3 2 2 4 4 4 3 4
4 5 2 4 4 5 5 5 5 4 5 5 5 2 5 4 3 4 4 4 4 4 3 4 5
5 5 1 4 4 4 4 4 4 4 5 5 4 2 5 4 4 4 2 2 4 4 3 4 4
4 4 4 4 2 5 4 5 5 2 2 3 3 4 4 2 3 3 5 4 4 4 5 4 4
4 4 1 4 5 4 4 4 5 4 4 4 5 4 5 5 4 4 5 2 5 5 4 5 5
3 5 4 3 3 5 3 4 5 4 4 4 4 2 4 5 5 5 1 2 5 5 2 5 5
4 5 4 4 3 5 3 3 4 4 3 4 5 2 4 3 5 3 5 4 4 4 3 3 4
3 4 3 3 4 4 3 3 3 3 3 4 3 4 3 3 4 3 3 4 4 3 4 3 4
4 5 4 4 5 5 4 4 5 5 4 5 4 5 4 5 5 5 4 4 5 2 2 4 5
3 5 3 5 4 4 3 3 4 4 3 3 5 5 3 3 4 2 4 4 4 3 4 3 4
2 4 2 3 3 4 2 2 4 4 2 2 4 4 3 3 3 3 3 4 3 3 4 3 4
3 5 3 3 5 5 3 3 5 4 3 4 4 5 5 5 5 5 4 5 5 2 4 4 4
4 5 5 5 4 5 5 2 5 4 3 4 5 5 4 5 5 2 5 3 2 3 3 4 5
3 5 3 3 3 2 3 2 3 4 3 3 4 4 2 2 3 3 3 4 2 3 4 4 3
2 4 2 3 2 4 2 2 3 4 2 3 3 4 3 2 3 4 2 4 2 2 4 4 3
4 4 4 4 2 3 4 3 4 4 4 4 4 4 4 4 4 3 3 4 3 2 2 2 4
3 5 3 3 4 5 4 3 4 5 4 5 4 5 5 4 4 5 4 4 5 2 2 2 4
3 4 3 3 3 5 4 2 4 3 3 3 3 4 3 3 5 4 4 4 3 3 1 1 4
3 4 3 3 3 4 2 3 4 4 3 3 4 4 3 3 3 4 3 4 3 3 4 3 4
4 4 4 4 3 5 4 3 5 5 4 4 4 4 4 4 4 5 3 5 4 4 4 5 4
3 5 3 3 5 5 3 3 5 4 3 4 4 5 5 5 5 5 4 5 5 5 5 4 4
3 4 3 3 4 5 3 4 4 4 3 3 4 4 5 5 4 4 4 4 4 4 4 2 4
4 4 4 4 4 5 4 4 2 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 5 4 4 4 3 4 3
3 5 3 3 2 5 3 2 4 4 4 4 4 4 5 2 5 3 5 3 5 2 2 4 3 4
4 5 2 4 4 4 2 4 4 4 5 5 5 5 4 4 4 5 4 4 4 2 4 3 4
3 4 5 3 5 1 3 3 5 5 5 5 5 5 4 4 4 5 4 5 5 3 3 2 3
3 4 3 3 2 5 4 2 3 4 3 3 3 4 3 4 3 3 3 4 4 2 5 2 4
4 4 2 4 3 2 4 4 4 3 3 4 4 4 4 4 4 5 3 2 4 5 5 5
3 3 2 4 4 3 3 3 4 4 3 4 5 4 5 5 5 5 4 2 5 5 4 4

										jumlah
4	3	3	4	3	3	2	4	3	4	214
5	4	5	5	5	5	3	4	4	5	267
4	2	4	2	4	3	2	3	5	4	223
5	5	3	5	5	3	2	4	5	4	255
5	5	5	3	3	4	3	4	5	5	208
5	4	3	4	4	4	3	4	4	3	242
4	3	4	4	3	5	3	3	4	3	231
4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	234
4	5	5	4	4	4	4	3	3	5	233
5	5	4	3	3	5	4	4	5	4	233
3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	193
5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	269
3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	190
4	3	3	4	3	3	1	4	2	4	221
5	3	5	2	4	5	5	3	5	5	241
5	5	3	4	5	5	3	4	4	5	249
5	1	5	3	1	1	1	3	3	5	151
4	3	3	4	3	5	2	3	5	3	227
5	3	3	4	2	4	3	3	4	3	222
5	1	2	2	4	2	2	2	3	2	186
2	3	1	3	3	4	2	3	3	5	192
4	3	3	4	4	3	2	3	4	5	220
5	5	5	4	5	5	3	4	5	5	263
4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	214
5	5	4	4	4	4	3	4	5	4	240
2	5	4	1	2	4	2	4	4	4	193
4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	208
5	3	4	4	4	3	3	3	4	3	214
5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	238
5	5	4	3	4	3	5	5	5	5	242
3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	218
5	5	4	2	5	5	2	4	5	5	282
5	5	5	4	4	1	2	5	5	5	221
5	5	4	4	5	5	2	4	4	5	248
5	5	4	3	5	5	4	4	5	4	235
4	3	2	4	3	2	3	3	4	2	194
5	4	3	3	5	3	3	3	3	4	207
5	4	2	3	4	5	3	4	5	3	236
5	5	5	5	5	3	2	5	3	4	259
4	3	3	4	3	4	2	3	3	4	214

3	2	3	4	4	4	3	3	4	2	203
4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	208
5	5	4	4	4	5	4	4	4	3	240
4	5	5	3	4	4	4	1	3	2	241
3	3	3	4	2	2	1	1	5	1	191
4	5	5	4	4	5	5	3	5	3	243
3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	251
4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	257
3	3	4	4	5	2	5	5	4	3	275
3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	269
3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	232
4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	256
3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	258
4	3	3	4	4	2	3	4	4	4	249
4	3	3	4	4	5	3	4	4	3	247
5	3	4	4	4	3	1	5	5	3	260
5	2	2	2	5	5	2	4	5	3	251
3	1	3	3	4	3	3	4	4	3	239
4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	230
5	3	5	5	3	2	4	5	4	3	258
3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	231
4	4	2	5	4	4	4	4	4	4	205
2	4	2	4	4	4	4	4	4	2	255
4	4	2	4	3	4	2	2	4	3	261
4	3	2	3	3	4	4	4	4	3	210
4	4	1	3	4	4	4	3	4	4	200
5	5	1	4	3	5	5	2	5	3	236
4	4	1	5	5	5	5	5	5	5	255
4	4	3	5	3	3	4	4	4	3	218
3	2	4	4	3	2	3	3	4	2	204
3	3	5	4	4	3	5	5	5	5	260
4	5	4	4	5	5	3	5	5	4	270
3	3	4	4	4	3	2	3	4	5	236
3	2	4	4	3	2	2	4	4	4	237
4	4	4	5	2	4	4	3	3	4	237
4	1	4	3	5	3	4	3	4	4	255
4	4	3	2	3	4	4	2	4	4	256
3	3	5	5	4	2	4	2	2	2	209
4	4	5	5	1	2	4	2	2	2	220
4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	233

**Lampiran : Hasil Kontrol Diri Mahasiswa Jurusan Fisika dan
Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi**

Tabel Hasil Kontrol Diri

No	Mahasiswa Jurusan Fisika (TF)	Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi (TP)
1	189	233
2	184	206
3	210	191
4	192	197
5	205	157
6	189	183
7	211	195
8	190	214
9	184	220
10	167	201
11	183	197
12	191	195
13	224	190
14	213	233
15	185	187
16	218	215
17	212	216
18	215	238
19	208	239
20	182	173
21	192	180
22	214	205
23	149	173
24	188	183
25	222	210
26	228	235
27	136	191
28	219	179
29	190	184
30		213
31		220
32		175
33		215
34		228
35		232
36		247
37		244
38		209

39		231
40		233
41		225

Lampiran E: Hasil SPSS 16.0 FOR WINDOWS

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean		Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
TF	29	92	136	228	5689	196.17	4.011	21.600
TP	41	90	157	247	8492	207.12	3.590	22.987
Valid N (listwise)	29							

**UJI NORMALITAS
MAHASISWA JURUSAN FISIKA**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		TF
N		29
Normal Parameters ^a	Mean	196.17
	Std. Deviation	21.600
Most Extreme Differences	Absolute	.152
	Positive	.128
	Negative	-.152
Kolmogorov-Smirnov Z		.821
Asymp. Sig. (2-tailed)		.511
a. Test distribution is Normal.		

UJI NORMALITAS
MAHASISWA JURUSAN TASAWUF PSIKOTERAPI
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		TP
N		41
Normal Parameters ^a	Mean	207.12
	Std. Deviation	22.987
Most Extreme Differences	Absolute	.094
	Positive	.085
	Negative	-.094
Kolmogorov-Smirnov Z		.605
Asymp. Sig. (2-tailed)		.858
a. Test distribution is Normal.		

UJI HOMOGENITAS

Test of Homogeneity of Variances

Kontroldiri

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.685	1	68	.411

ANOVA

Kontroldiri					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2036.458	1	2036.458	4.049	.048
Within Groups	34200.528	68	502.949		
Total	36236.986	69			

UJI T-TEST

Group Statistics

	kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
kelompok	TF	29	196.17	21.600	4.011
	TP	41	207.12	22.987	3.590

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
kelompok	Equal variances assumed	.685	.411	-2.012	68	.048	10.950	5.442	21.808	-.091
	Equal variances not assumed			-2.034	62.674	.046	10.950	5.383	21.708	-.191



Panitia Pelaksana
ORIENTASI PENGENALAN AKADEMIK DAN KEMAHASISWAAN
OPAK 2011

BADAN EKSEKUTIF MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN IAIN WALISONGO SEMARANG

Sekretariat: Gedung Student Centre Kampus II Fakultas Ushuluddin, Jl. Prof. Dr. Hamka Km. 1 Semarang

Piagam Penghargaan

NOMOR: 04/Pan.OPAK /BEM-FU/IAIN-WS/IX/2011

Panitia Pelaksana Orientasi Pengenalan Akademik Dan Kemahasiswaan (OPAK) 2011 Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang memberikan penghargaan ini kepada:

Nama : IKHWANA MAGHFROH

NIM : 114411036

Yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan orientasi Pengenalan Akademik Dan Kemahasiswaan IAIN Walisongo Semarang, Dengan Tema: "Revitalisasi Sportifitas Intelektual Dan Humanisasi Keilmuan Ushuluddin" Tahun Akademik 2011/2012 pada tanggal 10 s/d 11 Agustus 2011 sebagai PESERTA dengan Nilai: Amat Baik/Baik/Cukup/Kurang.

Mengetahui,
Pembantu Dekan III
Fakultas Ushuluddin

H. Hasyim Muhammad,
NIP: 197203151997031002



Semarang, 26 September 2011

Panitia Pelaksana,
Orientasi Pengenalan Akademik Dan Kemahasiswaan
(OPAK) 2011 Fakultas Ushuluddin



Abdul Asep
Ketua



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO
MA'HAD WALISONGO
Kantor: Ma'had Walisongo Jl. Prof Hamka Kampus II IAIN Walisongo, Semarang 50185

Sertifikat

Nomor : 67/MA'HAD/VII/2012

Diberikan Kepada :

IKHWANA MAGHFIROH

Lahir di LAMONGAN Tanggal 15 NOPEMBER 1993 telah menyelesaikan studinya dengan predikat:

GOOD

dalam menempuh evaluasi belajar di MA'HAD WALISONGO Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo
Semarang Jawa Tengah pada tahun 2011/2012

Demikian sertifikat ini diberikan, semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 18 Juli 2012



Kabag Akademik,

Drs. H. Abdul Basith Z
19570604 198303 1 003

Pengasuh Ma'had Walisongo,

Dr. KH. Fadliolan Musyaffa', Lc. MA



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT (LP2M)

Jl. Walisongo No. 3-5 Semarang 50185 telp/fax. (024) 7615923 email: lppm.walisongo@yahoo.com

PIAGAM

Nomor : In.06.0/L.1/PP.06/1152/2014

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo Semarang, menerangkan bahwa:

Nama : IKHWANA MAGHFIROH

NIM : 114411036

Fakultas : Ushuluddin

Telah melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Angkatan ke-63 tahun 2014 di Kabupaten Batang dengan nilai :

.....84.....(.....4,0 / A.....)

Semarang, 2 Desember 2014

A.n. Rektor,

Ketua,



Dr. H. Sholihan, M. Ag.

NIP. 19600604 199403 1 004

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Ikhwana Maghfiroh
Jenis kelamin : Perempuan
Tempat, tanggal lahir : Lamongan, 15 Nopember 1993
Kewarganegaraan : Indonesia
Status perkawinan : Belum Kawin
Agama : Islam
Alamat lengkap : Dsn. Slempit, Ds. Pangkatrejo, Kec. Sugio,
Kab. Lamongan
Telepon / HP : 085 642 790 234
E-mail : swafinaardea@yahoo.co.id

LATAR BELAKANG PENDIDIKAN

» Formal

- 1998 - 1999 : RA Nurul Huda Slempit Pangkatrejo Sugio
Lamongan
- 1999 - 2005 : MI Nurul Huda Slempit Pangkatrejo Sugio
Lamongan
- 2005 - 2008 : SMP Negeri 3 Sugio Lamongan
- 2008 - 2011 : MA Sunan Drajat Paciran Lamongan
- 2011 - 2015 : Program Sarjana (S-1) di Universitas Islam
Negeri Semarang

» Non Formal

- 2005- 2008 : Ponpes Darul Ulum Medali
- 2009 – 2011 : Ponpes Sunan Drajat Paciran Lamongan
- 20011 : Santri MA'HAD UIN Walisongo Semarang