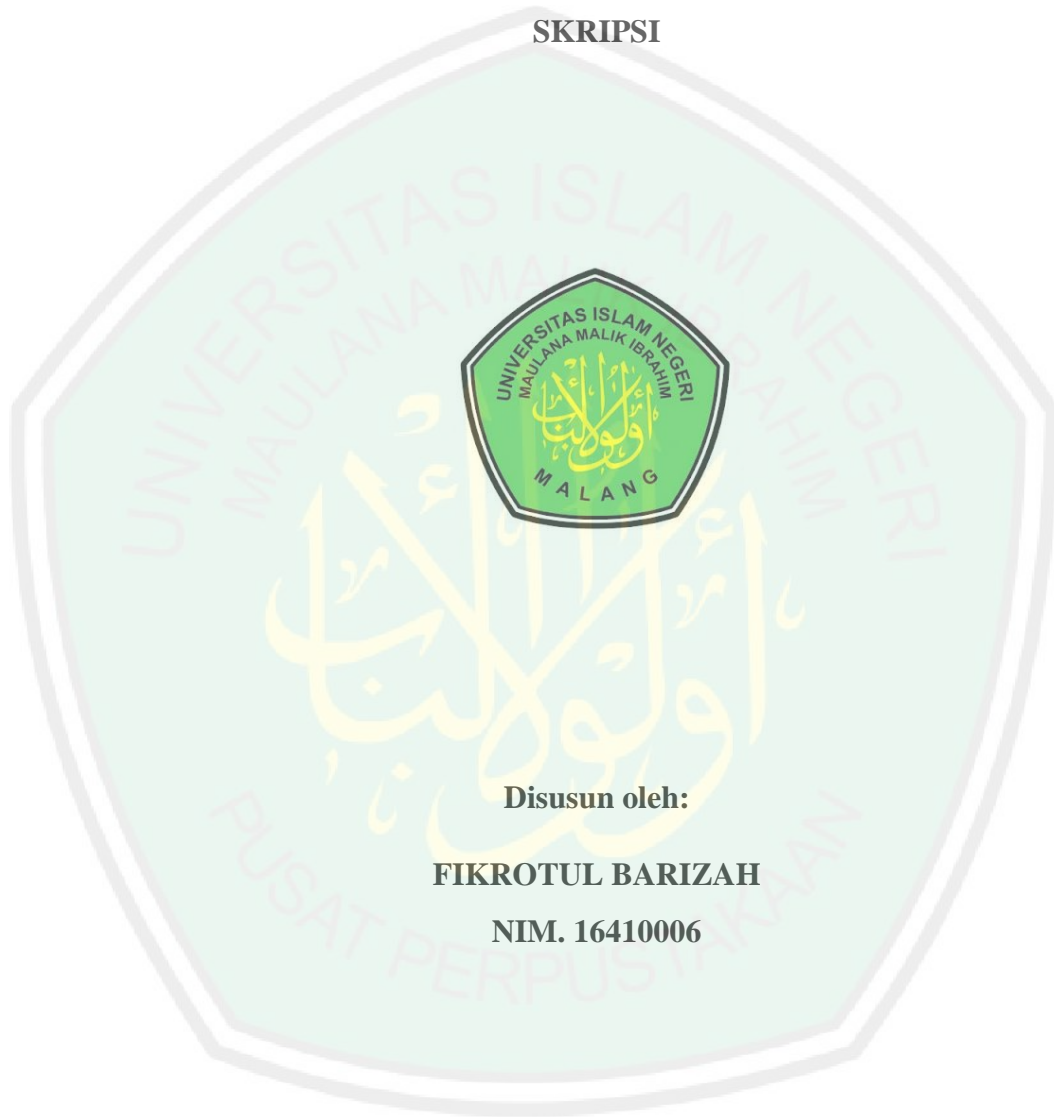


**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP REGULASI DIRI MAHASISWA  
YANG MENGHAFALKAN AL QUR'AN DI HTQ UIN MALANG**

**SKRIPSI**



**Disusun oleh:**

**FIKROTUL BARIZAH**

**NIM. 16410006**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2020**

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP REGULASI DIRI MAHASISWA  
YANG MENGHAFALKAN AL-QUR'AN DI HTQ UIN MALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana  
Psikologi (S.Psi)

Oleh:

**Fikrotul Barizah**  
**NIM. 16410006**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2020**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP REGULASI DIRI MAHASISWA  
YANG MENGHAFALKAN AL-QUR'AN DI HTQ UIN MALANG**

**SKRIPSI**

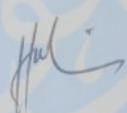
Oleh:

**Fikrotul Barizah**

**NIM. 16410006**

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing Skripsi



**Dr. Ahmad Khudori Soleh, M.Ag**

**NIP. 19681124 200003 1001**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



**Dr. Siti Mahmudah, M.Si**

**NIP. 196710291994032001**



HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

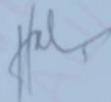
PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP REGULASI DIRI MAHASISWA  
YANG MENGHAFALKAN AL-QUR'AN DI HTQ UIN MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 13 April 2020

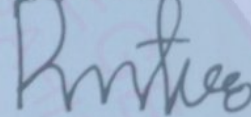
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



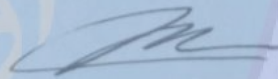
Dr. A. Khudori Soleh, M.Ag  
NIP. 19700813 200112 1 001

Penguji Utama



Dr. Rahmat Aziz, M.Si  
NIP.19681124 200003 1 001

Ketua Penguji



Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP.19671029 199403 2 001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi  
tanggal, April 2020

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP.19671029 199403 2 001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Fikrotul Barizah

NIM : 16410006

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “**Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Mahasiswa yang Menghafalkan al-Qur’an di HTQ UIN Malang**”, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika kemudian har ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-bearnya dan apabila pernyataan tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 2020



**Fikrotul Barizah**

**NIM. 16410006**

## MOTTO

“Miliki keyakinan yang tak tergoyahkan pada dirimu untuk menjadi semua yang kamu inginkan”

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, maka apabila engkau telah selesai (dari urusan itu) tetaplah bekerja keras (untuk urusan lain) ” (Q.S Al-Insyroh : 5-7)





## HALAMAN PERSEMBAHAN

*“Bismillahirrohmanirrohim..”*

Ya Allah.. Dzat yang Maha Agung atas segala kekuasaan-Nya, terimakasih atas segala ilmu pengetahuan yang telah Engkau curahkan kepada hamba, sehingga hamba masih dapat menimba ilmu hingga saat ini

Sholawat serta salam semoga selalu tercurah dan terlimpah kepada junjungan nabi besar Muhammad SAW, karena beliauah yang telah membawa kita dari jaman kebodohan menuju jaman yang penuh dengan cahaya keilmuan. Rasa syukur selalu hamba lantunkan kepada Allah SWT, karena pertolongan yang Engkau berikan, hamba mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan lancar.

Terimakasih untuk abi dan umi yang tak henti-hentinya berjuang demi memberikan pendidikan terbaik untuk anak-anaknya. Terimakasih atas do'a yang selalu dipanjatkan kepada Tuhan, sehingga skripsi ini dapat berjalan dengan lancar Terimakasih kepada semua guru saya yang telah menghantarkan ilmunya dan selalu membimbing dengan penuh kesabaran. Semoga Allah membalasnya dengan sebaik-baiknya balasan.

*“Alhamdulillahirobbil' aalamin..”*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur selalu penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ” pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur’an di HTQ Malang” sebagai syarat guna mendapatkan gelar sarjana (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

Karya ini tidak akan pernah selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag., selaku rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si., selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Ahmad Khudori Soleh, M.Ag., selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, nasihan, motivasi, dan banyak ilmu kepada penulis.
4. Bapak dan ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, karena telah mendidik, memberikan ilmu kepada penulis selama di perkuliahan.



5. Seluruh responden peneliti yakni mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2016.

Malang, 2020

Fikrotul Barizah



## DAFTAR ISI

|                                    |          |
|------------------------------------|----------|
| HALAMAN SAMPUL .....               | i        |
| HALAMAN JUDUL.....                 | ii       |
| HALAMAN PERSETUJUAN.....           | iii      |
| HALAMAN PENGESAHAN.....            | iv       |
| SURAT PERNYATAAN.....              | v        |
| MOTTO .....                        | vi       |
| HALAMAN PERSEMBAHAN .....          | vii      |
| KATA PENGANTAR .....               | viii     |
| DAFTAR ISI.....                    | x        |
| DAFTAR TABEL.....                  | xiii     |
| DAFTAR GAMBAR .....                | xiv      |
| DAFTAR LAMPIRAN.....               | xv       |
| ABSTRAK .....                      | xv       |
| <br>                               |          |
| <b>BAB I : PENDAHULUAN.....</b>    | <b>1</b> |
| A. Latar Belakang Penelitian ..... | 1        |
| B. Rumusan Masalah .....           | 6        |
| C. Tujuan .....                    | 6        |

|                |  |           |
|----------------|--|-----------|
|                | D. Manfaat .....   | 7         |
| <b>BAB II</b>  | <b>: KAJIAN PUSTAKA.....</b>   | <b>8</b>  |
|                | A. Efikasi Diri.....   | 8         |
|                | 1. Definisi Efikasi Diri .....   | 8         |
|                | 2. Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri .....   | 10        |
|                | 3. Fungsi-Fungsi Efikasi Diri .....  | 14        |
|                | 4. Dimensi-Dimensi Efikasi Diri.....   | 17        |
|                | 5. Efikasi Diri dalam Perspektif Islam .....   | 20        |
|                | B. Regulasi Diri .....   | 22        |
|                | 1. Definisi Regulasi Diri.....   | 22        |
|                | 2. Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri.....   | 24        |
|                | 3. Fase-Fase Regulasi Diri .....   | 28        |
|                | 4. Dimensi-Dimensi Regulasi Diri .....   | 34        |
|                | 5. Regulasi Diri dalam Perspektif Islam.....   | 37        |
|                | C. Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Mahasiswa<br>Yang Menghafalkan Al Quran..... | 39        |
|                | D. Hipotesis Penelitian.....   | 41        |
| <b>BAB III</b> | <b>: METODE PENELITIAN.....</b>  | <b>42</b> |
|                | A. Jenis Penelitian.....   | 42        |
|                | B. Identifikasi Variabel Penelitian.....   | 42        |
|                | C. Definisi Operasional .....  | 43        |
|                | D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....   | 44        |

|  |           |
|--|-----------|
| E. Teknik Pengumpulan Data.....                        | 47        |
| F. Validitas dan Reliabelitas.....                     | 49        |
| G. Uji Asumsi .....                                    | 51        |
| 1. Uji Normalitas .....                                | 51        |
| 2. Uji Linieritas .....                                | 51        |
| H. Uji Hipotesis .....                                 | 51        |
| 1. Analisis Deskriptif .....                           | 52        |
| 2. Analisis Regresi Linier Sederhana .....             | 53        |
| <b>BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>  | <b>54</b> |
| A. Pelaksanaan penelitian .....                        | 54        |
| 1. Profil Hai'ah Tahfidz Qur'an (HTQ UIN Malang) ..... | 54        |
| 2. Waktu dan Tempat Penelitian .....                   | 56        |
| 3. Jumlah Subjek Penelitian .....                      | 56        |
| 4. Hambatan-Hambatan Saat Penelitian.....              | 56        |
| B. HASIL PENELITIAN.....                               | 57        |
| 1. Uji Validitas dan Reliabelitas.....                 | 57        |
| a. Uji Validitas.....                                  | 57        |
| b. Uji Reliabelitas .....                              | 60        |
| 2. Uji Asumsi.....                                     | 61        |
| a. Uji Normalitas .....                                | 61        |
| b. Uji Linieritas.....                                 | 62        |
| 3. Uji Hipotesis.....                                  | 63        |
| a. Uji Analisis Deskriptif.....                        | 63        |



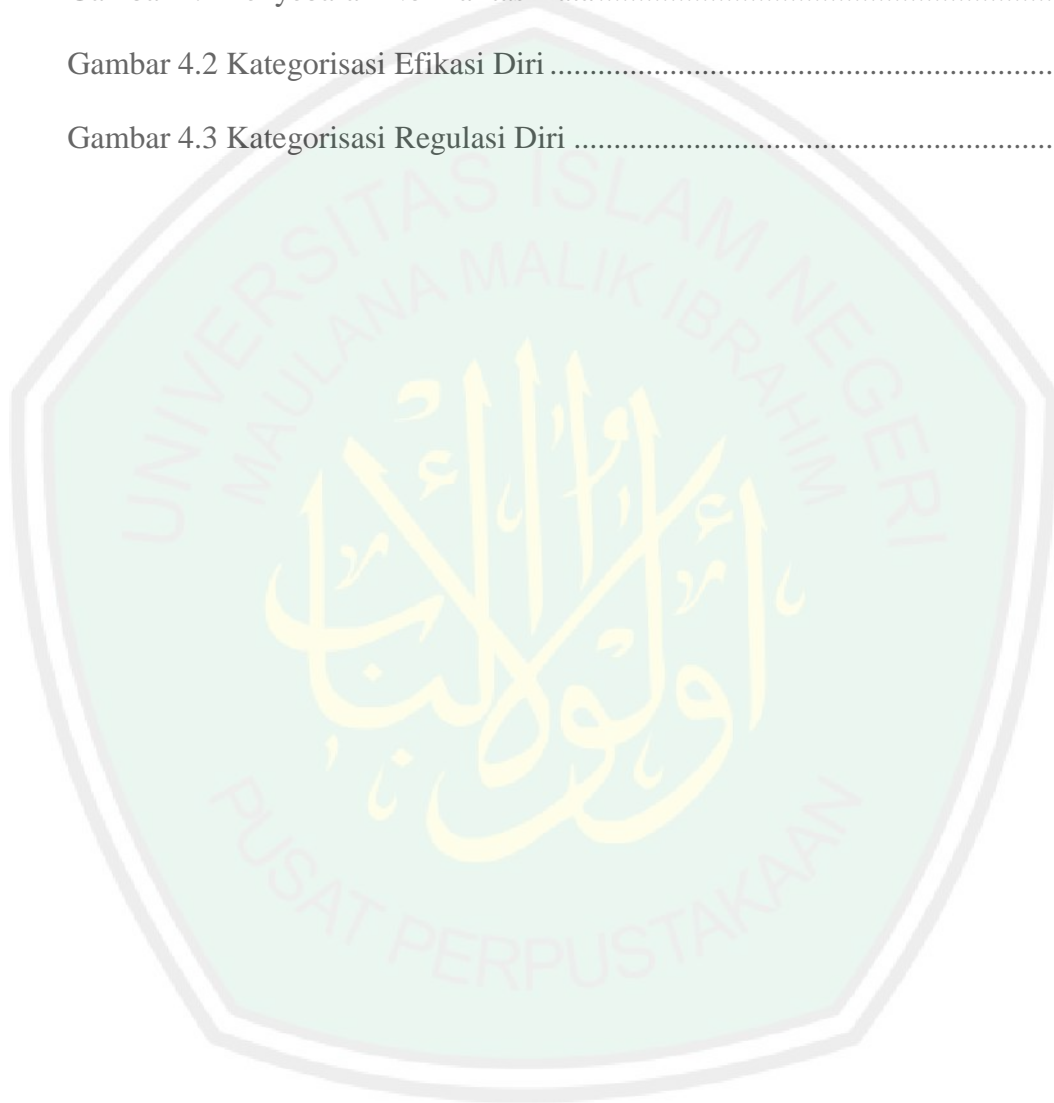
|  |              |
|--|--------------|
| b. Kategorisasi Data.....  | 64           |
| c. Uji Regresi Linier Sederhana .....  | 68           |
| C. PEMBAHASAN .....  | 70           |
| 1. Tingkat efikasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-<br>Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....                   | 70           |
| 2. Tingkat regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-<br>Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....                  | 72           |
| 3. Pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa<br>penghafal al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim<br>Malang..... | 74           |
| <b>BAB V : PENUTUP .....</b>   | <b>77</b>    |
| A. Kesimpulan .....  | 77           |
| B. Saran.....  | 79           |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>  | <b>.....</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>   | <b>.....</b> |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 3.1 Blueprint Skala Efikasi Diri .....      | 48 |
| Tabel 3.2 Blueprint Skala Regulasi Diri .....     | 48 |
| Tabel 4.1 Uji Validitas Skala Efikasi Diri .....  | 58 |
| Tabel 4.2 Uji Validitas Skala Regulasi Diri ..... | 59 |
| Tabel 4.3 Uji Reliabelitas Skala .....            | 61 |
| Tabel 4.4 Uji Normalitas .....                    | 61 |
| Tabel 4.5 Uji Linieritas .....                    | 63 |
| Tabel 4.6 Deskripsi Data .....                    | 64 |
| Tabel 4.7 Norma Kategorisasi .....                | 64 |
| Tabel 4.8 Kategorisasi Efikasi Diri .....         | 65 |
| Tabel 4.9 Kategorisasi Regulasi Diri .....        | 66 |
| Tabel 4.10 Model Summary .....                    | 68 |
| Tabel 4.11 Anova .....                            | 69 |
| Tabel 4.12 Coefficients .....                     | 70 |

## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Pikir Variabel.....    | 41 |
| Gambar 4.1 Penyebaran Normalitas Data..... | 62 |
| Gambar 4.2 Kategorisasi Efikasi Diri.....  | 66 |
| Gambar 4.3 Kategorisasi Regulasi Diri..... | 67 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|   |     |
|---|-----|
| Lampiran 1 profil HTQ UIN Malang.....         | 86  |
| Lampiran 2 Skala Penelitian .....             | 92  |
| Lampiran 3 Validitas Dan Reliabelitas .....   | 97  |
| Lampiran 4 Uji Normalitas .....               | 101 |
| Lampiran 5 Uji Linieritas.....                | 102 |
| Lampiran 6 Deskripsi Data .....               | 103 |
| Lampiran 7 Uji Regresi Linier Sederhana ..... | 104 |
| Lampiran 8 Skor Variabel.....                 | 105 |
| Lampiran 9 Kategorisasi Data.....             | 117 |



## ABSTRAK

**Fikrotul Barizah, 16410006**, Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Mahasiswa Yang Menghafalkan Al-Qur'an Di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020.

**Dosen Pembimbing: Dr. Ahmad Khudori Soleh, M.Ag**

Kata Kunci: Efikasi Diri, Regulasi Diri

---

Efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melakukan tugas atau tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. Regulasi diri merupakan usaha individu untuk mengubah responnya yang berupa tindakan, pemikiran, perasaan keinginan dan performasi. Memiliki dua peran sekaligus sebagai seorang mahasiswa dan seorang penghafal al-Qur'an bukanlah hal yang mudah. Dengan kesibukan sebagai seorang mahasiswa, kegiatan menghafalkan al-Qur'an juga harus berjalan dengan semestinya. Seorang mahasiswa penghafal al-Qur'an membutuhkan efikasi diri yang baik dan regulasi diri yang baik pula agar dapat mencapai tujuannya.

Penelitian ini bertujuan untuk 1. Mengetahui tingkat efikasi diri pada mahasiswa penghafal al Qur'an di Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang 2. Mengetahui tingkat regulasi diri pada mahasiswa penghafal al Qur'an di Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 3. Mengetahui Seberapa besar pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa penghafal al Qur'an.

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang diukur menggunakan skala efikasi diri yang didasari teori yang dikemukakan oleh Bandura dan skala regulasi diri yang didasari teori yang dikemukakan oleh Zimmermen. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Subjek penelitian adalah mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang menjadi anggota Hai'ah Tahfidz Qur'an (HTQ) angkatan 2016 yang berjumlah 66 sampel mahasiswa. Analisis yang dilakukan adalah analisis deskripsi dan analisis regresi linier sederhana.

Hasil pengolahan data diketahui bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2016 menunjukkan 1, Tingkat efikasi diri mayoritas berada pada kategori sedang yakni 66,7% (44 orang). 2. Tingkat regulasi diri mayoritas berada pada kategori sedang yakni 62,1% (41 orang). Kemudian 3. Hasil regresi linier sederhana menunjukan pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri sebesar 49,7%. Dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang menandakan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

## ABSTRACT

**Fikrotul Barizah, 16410006**, The Effect of Self-Efficacy on Student Self-Regulation Who Memorizes Al-Qur'an at HTQ of Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang, Undergraduate Thesis, faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang, 2020.

**Supervisor: Dr. Ahmad Khudori Soleh, M.Ag**

Keywords: Self-Efficacy, Self-Regulation

---

Self-efficacy is a person's belief in his ability to perform tasks or actions to achieve certain goals. Self-regulation is an individual's effort to change his response in the form of actions, thoughts, feelings of desire and performance. Having two roles at once as a student and a memorizer of the Qur'an is not easy. With his busy life as a student, the activities of memorizing the Qur'an must also proceed accordingly. A student who memorizes al-Qur'an needs good self-efficacy and good self-regulation to achieve his goals.

This study aims to 1. Know the level of self-efficacy of students memorizing the Qur'an at Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang. 2. Knowing the level of self-regulation of students memorizing the Qur'an at Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang. 3. Knowing how much influence the self-efficacy on self-regulation of memorizing students of the Qur'an.

This type of research uses a quantitative approach that is measured using a self-efficacy scale based on the theory put forward by Bandura and a scale of self-regulation based on a theory put forward by Zimmermen. The sampling technique in this study used a purposive sampling technique. The subject of the study was State Islamic University student of Maulana Malik Ibrahim Malang who was a member of Hai'ah Tahfidz Qur'an (HTQ) class of 2016 of 66 student samples. The analysis conducted is a description analysis and simple linear regression analysis.

The results of data processing revealed that students who memorized the Qur'an at HTQ Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang class of 2016 showed 1, the level of self-efficacy of the majority was in the medium category of 66.7% (44 people). 2. The level of self-regulation of the majority is in the medium category of 62.1% (41 people). Then 3. Simple linear regression results show the effect of self-efficacy on self-regulation of 49.7%. With a significance of 0,000 ( $p < 0.05$ ) which indicates that there is an effect of self-efficacy on self-regulation of students who memorize the Qur'an at HTQ Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang.

## ملخص البحث

فكرة البارزة، 16410006 ، تأثير الفعالية الذاتية على التنظيم الذاتي للطالب الذي يحفظ القرآن في هيئة تحفيظ القرآن جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج، بحث العلم، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج ، 2020.  
المشرف: د. أحمد خدوري خضار الماجستير

الكلمات المفتاحية : الفعالية الذاتية، التنظيم الذاتي

الفعالية الذاتية هي إيمان الشخص بقدراته على أداء المهام أو الإجراءات لتحقيق أهداف معينة. التنظيم الذاتي هو جهد الفرد لتغيير استجابته في شكل أفعال وأفكار ومشاعر الرغبة والأداء. ذات دورين، أي كطالب وحافظ للقرآن ليس بالأمر السهل. بحياته المزدهمة كطالب، يجب أن تضي أنشطة حفظ القرآن وفقًا لذلك. يحتاج الطالب الذي يحفظ القرآن إلى الفعالية الذاتية الجيدة والتنظيم الذاتي الجيد من أجل تحقيق أهدافه.

تهدف هذه الدراسة إلى 1. معرفة مستوى الفعالية الذاتية للطلاب الذين يحفظون القرآن في هيئة تحفيظ القرآن مولانا مالك إبراهيم مالانج. 2. معرفة مستوى التنظيم الذاتي للطلاب الذين يحفظون القرآن في هيئة تحفيظ القرآن مولانا مالك إبراهيم 3. معرفة مدى تأثير الفعالية الذاتية على التنظيم الذاتي لطلاب الحافظ القرآن.

يستخدم هذا النوع من البحث نهجًا كميًا يتم قياسه باستخدام مقياس الفعالية الذاتية استنادًا إلى النظرية التي طرحها باندورا ومقياس التنظيم الذاتي استنادًا إلى نظرية طرحها زيمرن. استخدمت تقنية أخذ العينات في هذه الدراسة تقنية أخذ العينات الهادفة. كان موضوع البحث طالب الجامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج الذين هم عضوًا في هيئة تحفيظ القرآن 2016 التي تضم 66 عينة من الطلاب. التحليل الذي أجري هو تحليل الوصف وتحليل الانحدار الخطي البسيط.

كشفت نتائج معالجة البيانات أن الطلاب الذين حفظوا القرآن في هيئة تحفيظ القرآن جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج الفقراء الطبقة 2016 أظهرت 1 ، كان مستوى الفعالية الذاتية للأغلبية في فئة متوسطة من 66.7 ٪ (44 شخصًا). 2. مستوى التنظيم الذاتي للأغلبية هو في الفئة المتوسطة بنسبة 62.1 ٪ (41 شخصًا). ثم 3. نتائج الانحدار الخطي البسيطة تظهر تأثير الفعالية الذاتية على التنظيم الذاتي بنسبة 49.7 ٪. مع أهمية 0,000 ( $p < 0,05$ ) مما يشير إلى وجود تأثير للكفاءة الذاتية على التنظيم الذاتي للطلاب الذين يحفظون القرآن في هيئة تحفيظ القرآن جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج.





## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Al Qur'an merupakan wahyu yang diturunkan oleh Allah SWT kepada Nabi Muhammad melalui Malaikat Jibril yang menjadi pedoman hidup manusia hingga akhir zaman. Mempelajarinya merupakan sebuah kewajiban bagi umat islam, tidak hanya mempelajarinya namun juga memahami dan mengamalkannya. Al Qur'an merupakan mutiara hikmah, apabila dengan membacanya saja merupakan suatu amal ibadah apalagi dengan menghafalkannya.

Menghafal al Qur'an adalah sebuah kegiatan yang tidak hanya menyita waktu, bahkan menyita tenaga dan juga biaya. Dalam prosesnya, seorang yang menghafalkan al Qur'an harus pandai menggunakan waktunya untuk menambah hafalannya. Tidak hanya itu, seorang penghafal al Qur'an juga diharuskan untuk terus mengulang hafalan yang telah dimilikinya. Menghafalkan al Qur'an bukanlah sebuah proses yang sebentar, namun membutuhkan proses yang panjang dan berliku. Dalam proses menghafalkan al Qur'an tidak hanya melibatkan proses kognitif saja, namun juga dibutuhkan tekak yang kuat dan kedisiplinan agar dapat mencapai target yang telah ditentukan.

Mahasiswa merupakan mereka yang telah lulus dari jenjang sekolah menengah akhir (SMA) atau sederajat. Tugas seorang mahasiswa hendaknya memenuhi tuntutan akademik yang ada di kampus. Namun berbeda dengan mahasiswa biasanya, seorang mahasiswa penghafal al Qur'an memiliki dua tanggung jawab yang harus sama-sama ia laksanakan. Mahasiswa penghafal al Qur'an disamping ia harus memenuhi tuntutan akademik di jurusannya, ia juga harus menambah hafalan untuk memenuhi target yang telah ia tetapkan.

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan salah satu kampus yang mewadahi mahasiswa yang menghafalkan al Qur'an. Mahasiswa yang menghafalkan al Qur'an menyetorkan hafalannya di Ha'iah Tahfidzul Qur'an (HTQ). Mahasiswa yang menjadi anggota Ha'iah Tahfidzul Qur'an (HTQ) bisa menyetorkan hafalannya kepada ustadz atau ustadzah yang ada disana.

Menjadi mahasiswa penghafal al Qur'an tidak semudah yang kita bayangkan. Selain menjadi mahasiswa dengan segudang kesibukan di dunia kampus, seorang penghafal al Qur'an juga harus bisa membagi waktunya untuk menambah hafalannya. Namun tidak jarang pada saat setoran ayat yang disetorkan tidak sesuai dengan target yang telah ditentukan. Seperti yang telah dituturkan salah satu mahasiswa penghafal al Qur'an sebagai berikut:

“ menghafalkan Al Quran dengan kuliah sangat banyak godaan nya. Mulai dari tugas kuliah yang menumpuk, belum lagi kegiatan di luar kampus.

Kadang susah bagi waktu buat nambah hafalan. Seringkali setoranku tidak mencapai target juga karena sibuk dengan perkuliahan dan tugas-tugasnya. Sampai akhirnya aku berfikir apa aku bisa menyelesaikan hafalanku dengan tetap kuliah.”

Dari penuturan salah satu anggota Ha'iah Tahfidzul Qur'an (HTQ) ini dapat disimpulkan bahwa ia sangat kesulitan dalam membagi waktu antara kuliah dan menambah hafalan. Tak jarang karena kesibukannya di perkuliahan, ia jadi kesulitan untuk mencapai target setoran yang telah ditetapkan sebelumnya. Hal ini menyebabkan ia menjadi pesimis terhadap kelanjutan studinya maupun penyelesaian hafalan al Qur'annya. Ia sering merasa tidak mampu untuk melanjutkan kedua nya secara bersamaan.

Selain itu, berdasarkan pengamatan peneliti terhadap mahasiswa penghafal al Qur'an yang lain, terdapat juga kendala yang menghambat mereka seperti kemalasan, bosan dan jenuh. Hal ini akan berdampak buruk bagi kelancaran menghafalkan al Qur'an. Terdapat beberapa hal yang dapat menghindarkan mahasiswa penghafal al Qur'an dari hal buruk diatas, selain berkomitmen dengan sungguh-sungguh untuk menghafalkan al Qur'an, mahasiswa penghafal al Qur'an harus memiliki keyakinan yang kuat untuk menghafalkan al Qur'an dan regulasi diri yang baik.

Menurut Schunk (2012) seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi, ia dapat melakukan usaha yang besar dan bertahan ketika terdapat kesulitan yang menghadang dalam pencapaian tujuannya. Selain itu, seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi, ia mampu mengatur diri

nya dan terdapat keyakinan yang kuat bahwa ia mampu mencapai tujuan yang di tetapkannya. Hal ini dapat memotivasi dirinya untuk mencapai tujuan.

Penelitian yang dilakukan oleh Wilda Faza & Erin Ratna Kustanti yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Efikasi Diri Menghafal Al Qur’an Pada Santri Hafidz Pondok Pesantren Modern Al Qur’an Dan Roudlotul Huffadz” menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial orang tua dengan efikasi diri menghafal al Qur’an pada santri hafidz di pondok 'Pesantren Modern al Qur’an dan Roudlotul Huffadz dengan koefisien korelasi 0,323 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin tinggi pula efikasi diri penghafal al Quran.

Amalia (2017) dalam penelitiannya mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara *hardiness* dan efikasi diri terhadap regulasi diri penari tradisional di Samarinda. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *hardiness* dan efikasi diri seorang penari tersebut maka akan memiliki regulasi diri yang baik.

Selain memiliki efikasi diri atau keyakinan yang kuat dalam menghafalkan al Qur’an, seorang penghafal al Qur’an juga harus memiliki regulasi diri yang baik. Hal ini dikarenakan jika individu memiliki regulasi diri yang baik, ia akan memfokuskan pikirannya dan bertindak sesuai dengan target yang hendak ia capai.

Zimmerman dan Schunk (Schunk, 2012) mengatakan bahwa regulasi diri merupakan proses individu mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakannya menuju tujuan yang ingin dicapainya. Sedangkan menurut Taylor (2009) regulasi diri adalah sebuah kontrol diri dan faktor internal dari individu yang dapat mengarahkan tindakannya meliputi pengamatan, penilaian dan respon diri.

Menurut Jati Ariati (2014) regulasi diri mencakup beberapa aspek. Aspek kesinambungan, aspek kesesuaian dan aspek fokus antara tujuan yang ingin dicapai dengan tindakan yang dilakukan. Regulasi diri tidak dilakukan sendirian saja, namun harus ada kesesuaian dengan lingkungan dan hubungan dengan Tuhan.

Penelitian yang dilakukan oleh Ni Luh A.I & Nicholas Simarmata (2014) berasumsi bahwa ada hubungan positif antara regulasi diri dengan perencanaan karir remaja putri di Bali. Hal ini dapat dilihat dari regulasi diri mereka yang baik, ketika mereka mengelola informasi dan potensi yang mereka peroleh tanpa mengabaikan peran sosial mereka.

Chairani & Subandi (2010) dalam bukunya “psikologi santri penghafal al Qur’an” memaparkan bahwa terdapat tiga konteks dinamika regulasi diri remaja penghafal al Qur’an yaitu, intrapersonal (diri sendiri), interpersonal (lingkungan), dan metapersonal (Tuhan). Regulasi intrapersonal inilah yang menjadi upaya seorang penghafal al Qur’an untuk mengarahkan tindakannya menuju kepada suatu yang ia rencanakan. Secara kognitif regulasi intrapersonal diarahkan pada penetapan, pemeliharaan dan



pencapaian tujuan dengan menerapkan strategi-strategi untuk menjaga hafalan secara kualitas dan kuantitas.

Dari paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa penghafal al Qur'an harus mampu mengarahkan dirinya pada tujuan yang hendak ia capai. Dalam hal ini seorang penghafal al Qur'an harus memiliki keyakinan dan tekad yang kuat dan regulasi diri yang baik. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri penghafal al Qur'an.

#### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat efikasi diri pada mahasiswa penghafal al Qur'an di Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?
2. Bagaimana tingkat regulasi diri pada mahasiswa penghafal al Qur'an di Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?
3. Seberapa besar pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa penghafal al Qur'an di Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

#### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian didasarkan pada rumusan masalah di atas adalah:

1. Mengetahui tingkat efikasi diri pada mahasiswa penghafal al Qur'an di Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Mengetahui tingkat regulasi diri pada mahasiswa penghafal al Qur'an di Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Mengetahui Seberapa besar pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa penghafal al Qur'an

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap wawasan keilmuan psikologi. Selain itu, diharapkan dapat menjadi referensi maupun perbandingan pada penelitian yang akan datang mengenai efikasi diri dan regulasi diri penghafal al Qur'an.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman dan pengetahuan yang diperoleh di perkuliahan dan peristiwa yang terjadi di lapangan.

###### **b. Bagi mahasiswa penghafal al Qur'an**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu mahasiswa yang menghafalkan al Qur'an untuk membangun regulasi diri yang baik

dan dapat meningkatkan efikasi diri nya dalam menghafalkan al Qur'an.

c. Bagi peneliti lain

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan atau bahan perbandingan penelitian selanjutnya. Khususnya mengenai pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri penghafal al Qur'an.





## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Efikasi Diri

##### 1. Definisi Efikasi Diri

Efikasi diri adalah teori yang dicetuskan oleh Bandura, seorang tokoh yang menciptakan teori mengenai belajar sosial. Bandura mengartikan efikasi diri sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melakukan tugas atau tindakan untuk mencapai tujuan tertentu (Ghufron & Risnawati, 2010). Individu yang memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya, akan terus berusaha dalam pencapaian tujuan yang ditentukan dan bertahan ketika terdapat hambatan yang menghalangi jalannya dalam pencapaian tujuan.

Menurut Bandura individu yang memiliki keyakinan yang kuat pada dirinya atas kemampuannya mengakibatkan individu tersebut berusaha dengan giat untuk mencapai suatu tujuan. Namun sebaliknya, jika individu tersebut kurang memiliki keyakinan yang kuat atas kemampuan dirinya sendiri, ia akan mengurangi usahanya dan mudah menyerah ketika dihadapkan pada suatu hambatan.

Myers (Sulistyawati, 2010) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi ketika ia tidak berhasil dalam mencapai tujuannya, ia akan memikirkan strategi yang baru dan bekerja lebih keras. Ketika hambatan menghampiri ia cenderung



tenang dan memikirkan solusi bukan memikirkan kekurangan dalam dirinya.

Ormrod (2009) menjelaskan bahwa efikasi diri adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu. Baron dan Byrne (dalam Ghufron & Risnawati, 2017) mendefinisikan efikasi diri sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif, berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Feist & Feist, 2013).

Betz dan Hackett (Jufri, 1999) mengatakan bahwa pada dasarnya efikasi diri merupakan hasil dari proses kognitif yang berbentuk keputusan, keyakinan atau harapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau suatu tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Berdasarkan definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan yang ada pada dalam diri individu mengenai kemampuannya dalam mencapai suatu tujuan. Keyakinan

inilah yang menyebabkan individu berusaha dengan keras dan tidak mudah putus asa.

## 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Menurut (Ormrod, 2009) terdapat faktor yang mempengaruhi efikasi diri yaitu keberhasilan dan kegagalan pembelajaran sebelumnya, kesuksesan dan kegagalan orang lain, kesuksesan dan kegagalan dalam kelompok yang lebih besar. Sedangkan menurut Bandura (Adhim, 2016) Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri antara lain sebagai berikut:

- a. Sifat tugas yang dihadapi. Situasi atau jenis tugas yang dihadapi menuntut individu mengerjakannya dengan kinerja yang lebih berat daripada situasi atau jenis tugas lainnya. Hal demikian akan mempengaruhi penilaian individu terhadap kemampuannya.
- b. Insentif eksternal. Insentif berupa hadiah yang diberikan oleh orang lain atas keberhasilan individu dalam pencapaian tugas seperti pujian, hadiah dan sebagainya.
- c. Status atau peran. Derajat sosial dalam lingkungan individu akan mempengaruhi penghargaan orang lain atas dirinya dan kepercayaan diri nya sendiri, sehingga efikasi diri nya juga akan tinggi.
- d. Informasi tentang kemampuan diri. Efikasi diri individu bisa meningkat atau mungkin menurun tergantung informasi yang diterimanya positif atau negatif.

Menurut Jess Feist & Feist (2010) efikasi diri dapat dipengaruhi oleh empat faktor, sebagai berikut:

- a. Pengalaman menguasai sesuatu. Pengalaman menguasai sesuatu meruoakan performa masa lalu. Secara umum performa yang berhasil akan meningkatkan efikasi diri seseorang, sedangkan pengalaman yang gagal akan menurunkan tingkat efikasi diri. setelah efikasi diri kuat dalam diri seseorang melalui serangkaian keberhasilan, maka dampak dari kegagalan tersebut dapat diatasi dengan memperkuat motivasi apabila individu tersebut mengalami hambatan.
- b. Modeling sosial. Pengalaman terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sama dalam mengerjakan suatu tugas akan meningkatkan efikasi diri individu dalam mengerkajikan tugas yang sama. Begitu juga sebaliknya, kegagalan seseorang terhadap mengerjakan suatu tugas akan menurunkan efikasi diri individu dan individu akan mengurangi usaha yang dilakukannya.
- c. Persuasi sosial. Individu diarahkan berdasarkan saran, nasihat, dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimiliki dapat membantu tercapainya tujuan yang diinginkan.
- d. Kondisi fisik dan emosional. Emosi yang kuat biasanya akan mengurangi performa, saat seseorang mengalami ketakutan yang

kuat, kecemasan atau tingkat stres yang tinggi, kemungkinan akan mempunyai ekspektasi efikasi yang rendah.

Tinggi rendahnya efikasi diri individu dalam mencapai tujuan sangat beragam. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Bandura (Anwar, 2009) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat efikasi diri seseorang, yaitu:

a. Budaya

Budaya mempengaruhi efikasi diri melalui nilai, kepercayaan, dan proses pengaturan diri yang berfungsi sebagai sumber penilaian efikasi diri dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan efikasi diri.

b. Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin juga sangat mempengaruhi efikasi diri hal ini dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan Bandura (1997) yang menyatakan bahwa wanita efikasi diri nya lebih tinggi dalam mengelola perannya wanita yang memiliki peran selain sebagai ibu rumah tangga, juga sebagai wanita karir akan memiliki efikasi diri yang tinggi dibandingkan dengan pria yang bekerja.

c. Sifat dari Tugas yang dihadapi

Derajat dari kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu akan mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri semakin kompleks suatu tugas yang dihadapi maka akan semakin rendah individu tersebut menilai kemampuannya.

Sebaliknya jika individu tersebut dihadapkan pada tugas yang sederhana, maka akan semakin tinggi individu tersebut menilai kemampuannya.

d. Insentif Eksternal

Bandura menyatakan bahwa salah satu faktor yang meningkatkan efikasi diri adalah insentif eksternal, yakni insentif atau hadiah yang diberikan orang lain kepada individu atas keberhasilannya dalam melakukan suatu tugas.

e. Status atau Peran Individu dalam Lingkungan

Individu yang memiliki status tinggi akan memperoleh derajat kontrol yang lebih besar sehingga efikasi diri yang dimilikinya juga tinggi. Sebaliknya individu yang memiliki kontrol yang kecil akan memiliki efikasi diri yang rendah.

f. Informasi tentang Kemampuan Diri

Individu akan memiliki efikasi diri tinggi, jika ia mendapat informasi yang positif mengenai dirinya, sedangkan individu yang mendapat informasi yang negatif tentang dirinya, ia akan memiliki efikasi diri yang rendah.

Sedangkan menurut Greenberg dan Baron (Maryati, 2008) mengatakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri, yaitu:

- a. Pengalaman langsung, sebagai pengalaman mengerjakan suatu tugas dimasa lalu (sudah melakukan tugas yang sama sebelumnya).



- b. Pengalaman tidak langsung, sebagai hasil observasi terhadap pengalaman orang lain dalam melakukan tugas yang sama.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi efikasi diri adalah sifat tugas yang dihadapi, insentif eksternal, status atau peran, informasi tentang kemampuan diri.

### 3. Fungsi-Fungsi Efikasi Diri

Menurut Bandura (Maryam, 2015) terdapat empat fungsi efikasi diri sebagai berikut:

#### a. Fungsi Kognitif

Pengaruh efikasi diri dalam proses kognitif ini sangatlah beragam. Pertama, individu yang memiliki efikasi diri yang kuat akan mempengaruhi tujuan dalam dirinya. Semakin kuat efikasi diri yang dimilikinya maka akan semakin tinggi pula tujuan yang ditetapkannya dan memperkuat tujuan tersebut dengan sebuah komitmen. Kedua, individu yang memiliki efikasi diri yang kuat akan mempengaruhi dirinya dalam menentukan strategi-strategi antisipasi apabila usaha yang dilakukannya terdapat hambatan. Komponen fungsi kognitif diantaranya adalah adanya penilaian dan perasaan subjektif, cenderung bertindak, dan regulasi emosi (Djohan, 2009).

#### b. Fungsi Motivasi

Efikasi diri mendukung motivasi dalam berbagai cara dan menentukan tujuan-tujuan yang diciptakan individu bagi dirinya sendiri dengan seberapa besar ketahanan individu terhadap kegagalan. Motivasi sangat berperan dalam menentukan tingkah laku dan terhadap proses-proses dimana motif-motif yang dipelajari diperoleh (Calvin & Gardner, 1993).

#### c. Fungsi Afeksi

Efikasi diri memegang peranan penting dalam kecemasan, yaitu mengontrol stres yang terjadi dan mengatur perilaku untuk menghindari suatu kecemasan. Semakin kuat efikasi diri, individu semakin berani menghadapi tindakan yang menekan dan mengancam. Sedangkan bagi individu yang tidak dapat mengatur situasi yang mengancam akan mengalami kecemasan yang tinggi.

#### d. Fungsi Selektif

Pada fungsi ini efikasi diri akan mempengaruhi individu dalam pemilihan aktivitas atau tujuan. Individu akan melakukan atau memilih aktivitas atau tujuan yang memungkinkan dirinya dapat mencapainya. Sebaliknya individu akan menghindari keadaan atau aktivitas yang ia yakin bahwa ia tidak mampu melakukan atau melaluinya.

Sedangkan menurut Bandura (1997) menjelaskan terdapat fungsi efikasi diri terhadap aktivitas individu sebagai berikut:

## 1. Pilihan Perilaku

Adanya efikasi diri yang dimiliki, individu akan menetapkan tindakan apa yang akan ia lakukan dalam menghadapi suatu tugas untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.

### a. Pilihan Karir

Efikasi diri merupakan mediator yang cukup berpengaruh terhadap pemilihan karir seseorang. Bila seseorang merasa mampu melaksanakan tugas-tugas dalam karir tertentu maka biasanya ia akan memilih karir tersebut.

### b. Kuantitas usaha dan keinginan untuk bertahan pada suatu tugas

Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi biasanya akan berusaha keras untuk menghadapi kesulitan dan bertahan dalam mengerjakan suatu tugas bila mereka telah mempunyai keterampilan prasyarat. Sedangkan individu yang mempunyai efikasi diri yang rendah akan terganggu oleh keraguan terhadap kemampuan diri dan mudah menyerah bila menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas.

### c. Kualitas Usaha

Penggunaan strategi dalam memproses suatu tugas secara lebih mendalam dan keterlibatan kognitif dalam belajar memiliki hubungan yang erat dengan efikasi diri yang tinggi. Siswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung akan memperlihatkan penggunaan kognitif dan strategi belajar yang lebih bervariasi.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa fungsi efikasi diri terhadap aktivitas individu yaitu fungsi kognitif, fungsi afeksi, fungsi motivasi, fungsi selektif, pilihan perilaku, pilihan karir, Kuantitas usaha dan keinginan untuk bertahan pada suatu tugas, dan Kualitas usaha.

#### 4. Dimensi- Dimensi Efikasi Diri

Menurut Bandura (Gufon & Risnawati, 2010) efikasi diri setiap individu akan berbeda-beda berdasarkan tiga dimensi sebagai berikut:

##### a. Tingkat (*Level*)

Kemampuan manusia dalam mengerjakan tugas-tugas berbeda dalam tingkat kesukarannya. Hal ini dikarenakan kemampuan diri individu berbeda-beda. Terdapat manusia yang mempunyai kemampuan yang tinggi pada tugas-tugas yang sederhana dan bahkan tugas yang rumit yang membutuhkan kemampuan yang besar. Manusia yang mempunyai kemampuan yang tinggi biasanya memilih tugas yang sesuai dengan kemampuan dirinya. Keyakinan individu berimplikasi pada pemilihan tingkah laku berdasarkan hambatan atau tingkat kesulitan suatu tugas atau aktivitas (Pinasti, 2011).

##### b. Keluasan (*Generality*)

Dimensi keluasan berhubungan dengan penguasaan individu terhadap suatu bidang dalam tugas tertentu. Individu bisa saja menyatakan bahwa dirinya menguasai banyak bidang atau terbatas

pada bidang tertentu untuk menyelesaikan tugasnya. Individu yang memiliki kemampuan yang tinggi akan mampu menguasai banyak bidang untuk menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan, sedangkan individu yang memiliki kemampuan yang rendah hanya akan menguasai bidang-bidang tertentu saja dalam menyelesaikan suatu tugas. Keluasan (*generality*) bervariasi dalam jumlah dari dimensi yang berbeda-beda, diantaranya tingkat kesamaan aktivitas, perasaan dimana kemampuan ditunjukkan (tingkah laku, kognitif, afektif), ciri kualitatif situasi, dan karakteristik individu menuju kepada siapa perilaku itu ditujukan (Anwar, 2009). Keyakinan individu berimplikasi pada pemilihan tingkah laku, perilaku, dan tindakan berdasarkan hambatan atau tingkat kesulitan suatu tugas atau aktivitas yang sedang dialami oleh individu (Pinasti, 2011).

c. Kekuatan (*Strength*)

Dimensi ini menekankan pada tingkat kemantapan individu pada keyakinannya. Bagaimana individu mampu menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukannya akan membuahkan hasil yang sesuai dengan apa yang telah direncanakan. Kemampuan ini menjadi dasar individu untuk melakukan usaha yang keras, bahkan ketika terjadi hambatan dalam suatu pekerjaannya. Dimensi kekuatan biasanya berkaitan langsung dengan dimensi tingkat level, dimana semakin tinggi taraf kesulitan suatu tugas dan aktivitas, maka



semakin lemah keyakinan individu yang dirasakan untuk menyelesaikannya (Pinasti, 2011).

Menurut Smith, dkk (dalam Sya'dullah, 2011) indikator dari efikasi diri mengacu pada dimensi efikasi diri yaitu tingkat (*level*), keluasan (*generality*), dan kekuatan (*stength*), dengan melihat tiga dimensi ini maka terdapat beberapa indikator dari efikasi diri, yaitu:

- a. Yakin dapat melakukan tugas tertentu; individu yakin dapat melakukan tugas tertentu yang mana individu sendirilah yang menetapkan tugas (target) apa yang harus diselesaikan.
- b. Yakin dapat memotivasi diri untuk melakukan tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas.
- c. Yakin bahwa individu mampu berusaha dengan keras, gigih dan tekun dalam rangka meyelesaikan tugas dengan menggunakan segala daya yang dimiliki.
- d. Yakin bahwa dirinya mampu bertahan menghadapi hambatan dan kesulitan yang muncul serta mampu bangkit dari kegagalan.
- e. Yakin dapat menyelesaikan prmasalahan diberbagai situasi atau kondisi.

Berdasarkan pendapat tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa dimensi efikasi diri adalah tingkat (*level*), keluasan (*generality*), dan kekuatan (*stength*).

## 5. Efikasi Diri dalam Perspektif Islam

Sesuai dengan pengertian efikasi diri yang telah dijelaskan sebelumnya, dalam al-Qur'an Allah SWT telah menegaskan bahwa setiap manusia pasti mampu menghadapi masalah yang sedang dihadapinya, karena Allah SWT telah memberi manusia tersebut kemampuan. Sebagaimana firman Allah SWT dalam al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 286 sebagai berikut:

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

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir.” (Q. S al-Baqarah: 286)

Ayat diatas dapat disimpulkan bahwa Allah SWT tidak akan membebani hamba-Nya diluar batas kemampuannya. Sehingga dalam diri seorang hamba akan timbul bahwa apapun yang terjadi pasti akan bisa terlewati. Kemampuan ini bukanlah tanpa sebab, dibalik itu semua merupakan kemampuan yang diberikan Allah SWT kepada hamba-Nya. Ayat di atas juga mengisyaratkan bahwa setiap manusia memiliki kemampuan sebagai bekal untuk menjalani hidup, maka

setiap manusia hendaknya meyakini bahwa ia memiliki banyak kemampuan yang dapat menjadi bekal dalam kehidupannya. Kemampuan tersebut tidak akan timbul apabila seorang hamba tidak meyakini bahwa ia mampu. Maka dari itu manusia harus memiliki keyakinan yang kuat bahwa ia memiliki kemampuan untuk menghadapi sebuah masalah dalam kehidupannya.

Ayat diatas merupakan sebuah anjuran bagi umat Islam untuk senantiasa meningkatkan efikasi dirinya. Agama Islam pun juga menganjurkan umatnya untuk selalu berpikir positif terhadap apa yang terjadi pada dirinya.

Selain Q.S al-Baqarah ayat 286 yang menjelaskan bahwa Allah SWT memerintahkan umat Islam untuk memiliki keyakinan atas kemampuannya, Allah SWT juga berfirman dalam surat Nahl ayat 78,

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۗ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ (٧٨)

“ dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur” (Q.S An Nahl 78)

Dari ayat diatas diketahui bahwa Allah menjadikan manusia dari seorang hamba yang tidak mengetahui suatu apapun, Allah berikan pendengaran, penglihatan dan hati. Sehingga dari ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa Allah memerintahkan umat

manusia agar senantiasa yakin bahwa Allah akan memberikan hamba-Nya kemampuan sebagai bekal untuk kehidupannya.

## B. Regulasi Diri

### 1. Definisi Regulasi Diri

Para ahli berbeda pendapat dalam memaknai regulasi diri. Taylor (2009) memaknai regulasi diri sebagai cara individu dalam mengontrol dan mengarahkan tindakannya. Individu yang mengetahui tentang dirinya, termasuk kepribadiannya serta kemauan dan konsep masa depannya. Individu merencanakan suatu tujuan dan menggapainya dengan menggunakan keahlian sosial dan regulasi diri.

Sedangkan Schunk (2012) memaknai regulasi diri sebagai tindakan yang memiliki maksud dan tujuan, kemudian melakukan suatu tindakan yang terarah, serta memantau strategi-strategi dan tindakan-tindakan yang terarah pada tujuan yang hendak di capai dan memastikan tercapainya tujuan.

Menurut Bandura (Veronica, 2010) akar dari regulasi diri adalah teorinya tentang sosial kognitif. Ia mengatakan bahwa kepribadian individu dibentuk oleh perilaku, lingkungan dan kognisi. Ketiga komponen ini, saling mempengaruhi dalam pembentukan kepribadian individu. Kemudian Bandura mengembangkan *self system* untuk memaparkan tentang konsistensi perilaku individu. *Self system* merupakan kumpulan struktur kognitif yang terdiri atas persepsi, evaluasi, dan regulasi diri. *Self system* memungkinkan individu untuk

mengevaluasi perilakunya pada masa lalu, untuk selanjutnya menghindari perilakunya tersebut terulang di masa yang akan datang. Kemudian dengan adanya evaluasi ini, individu dapat mengontrol dirinya atau disebut dengan regulasi diri.

Menurut Zimmerman yang dikutip oleh Fitria Dwi Rizanti (2013) dalam skripsinya, regulasi diri berkaitan dengan bagaimana individu mengaktualisasikan dirinya dengan menampilkan serangkaian tindakan yang ditunjukkan pada pencapaian target. Dalam pencapaian targetnya tersebut mengacu pada pikiran, perasaan dan tingkah laku dalam membuat suatu perencanaan terarah.

Baumister (Chairani & Subandi, 2010) mengartikan regulasi diri sebagai usaha individu untuk mengubah responnya yang berupa tindakan, pemikiran, perasaan keinginan dan performasi. Regulasi diri berperan sebagai sistem internal dari individu untuk bergerak atau menjauh dari sesuatu terkait adanya berbagai tuntutan. Suatu tindakan dimunculkan sebab adanya kontrol terhadap suatu yang diterima individu dari hasil performa yang dimunculkan (Carver & Scheier, dalam Chairani & Subandi, 2010).

Sedangkan menurut Pintrich dan Groot (Wulandari, 2010) memberikan istilah regulasi diri dalam belajar dengan istilah self regulation learning, yaitu suatu kegiatan belajar yang diatur oleh diri sendiri, yang didalamnya individu mengaktifkan pikiran, motivasi dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan belajarnya.



Dari pengertian diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa regulasi diri merupakan cara individu untuk mengarahkan tindakannya pada tindakan yang memiliki tujuan dan dapat memantau strategi-strategi yang dilakukan untuk mencapai tujuannya serta mengevaluasi tindakan yang telah dilakukannya.

## 2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Faktor yang mempengaruhi regulasi diri dibagi menjadi dua, faktor intern dan faktor ekstern. Bandura (dalam Alwisol, 2009) mengemukakan, tindakan manusia dalam hal regulasi diri merupakan hasil dari faktor internal dan eksternal. Faktor-faktor tersebut dijelaskan sebagai berikut:

### 1) Faktor Internal

Faktor internal mempengaruhi regulasi diri individu dalam tiga hal yaitu:

#### a. Observasi Diri

Observasi diri dilakukan berdasarkan pada kualitas dan kuantitas penampilan dan lain sebagainya. Individu harus bisa mengontrol penampilan dan tingkah lakunya. Apa yang di observasi seseorang tetap tergantung bagaimana konsep diri dan minatnya.

#### b. Penilaian dan pengendali diri

Penilaian diri ini disesuaikan dengan tingkah laku dan standar diri individu, membandingkan antara tingkah laku dengan norma yang

berlaku di masyarakat atau dengan perilaku orang lain, menilai berdasarkan aktivitas yang sedang dilakukan dan lain sebagainya.

c. Reaksi diri

Setelah melakukan observasi dan penilaian diri, individu akan melakukan evaluasi terhadap dirinya. Baik itu penilaian positif maupun penilaian negatif. Kemudian dari penilaian itu akan di berikan hadiah atau hukuman bagi diri sendiri. Namun tidak selalu reaksi afektif ini muncul, hal ini dikarenakan fungsi kognitif yang kurang maksimal sehingga mempengaruhi evaluasi negatif atau positif menjadi kurang bermakna secara individual.

2) Faktor eksternal

Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dengan dua cara, yakni:

a. Standar

Faktor ini memberikan standar acuan dalam mengevaluasi tingkah laku. Faktor lingkungan yang berkolaborasi dengan pengaruh-pengaruh pribadi, membentuk standar evaluasi diri. Dengan adanya pengalaman berinteraksi dengan lingkungan luas, memungkinkan seseorang menaikan standar yang dipakai untuk mengevaluasi dirinya.

b. Penguatan (*Reinforcement*)

Tidak semua orang puas dengan hadiah intinsik atau hadiah yang berasal dari diri nya sendiri. Namun sebagian orang membutuhkan

penghargaan secara eksternal. Ketika individu mampu memenuhi standar tingkah laku tertentu, penguatan perlu dilakukan baik secara intrinsik maupun ekstrinsik, sebagai penguatan tingkah laku tersebut bisa dilakukan lagi atau tidak.

Sedang menurut Ormord (2009), menyatakan bahwa regulasi diri dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya sebagai berikut:

a. Self efficacy

Secara umum, self-efficacy adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu. Peserta didik yang memiliki self efficacy yang tinggi akan meningkatkan penggunaan kognitif dan strategi self regulated learning. Individu yang merasa mampu menguasai suatu keahlian atau melaksanakan suatu tugas akan lebih siap untuk berpartisipasi, bekerja keras. Lebih ulet dalam menghadapi kesulitan, dan mencapai level yang lebih tinggi.

b. Motivasi

Motivasi adalah sesuatu yang menghidupkan (energize), mengarahkan dan mempertahankan perilaku; motivasi membuat individu bergerak, menempatkan mereka dalam suatu arah tertentu, dan menjaga mereka agar terus bergerak. Individu cenderung akan lebih efisien mengatur waktunya dan efisien dalam belajar apabila memiliki motivasi belajar. Motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang (intrinsik) cenderung akan lebih memberikan hasil

positif dalam proses belajar dan meraih prestasi yang baik. Motivasi ini akan lebih stabil bila dibandingkan dengan motivasi yang berasal dari luar diri (ekstrinsik). Walaupun demikian bukan berarti motivasi dari luar diri (ekstrinsik) tidak penting. Kedua jenis motivasi ini sangat berperan dalam proses belajar.

c. Tujuan (goal)

Merupakan penetapan tujuan apa yang hendak dicapai seseorang. Goal merupakan kriteria yang digunakan individu untuk memonitor kemajuan mereka dalam belajar. Goal memiliki dua fungsi dalam self regulated learning yaitu menuntun individu untuk memonitor dan mengatur usahanya dalam arah yang spesifik. Selain itu goal juga merupakan kriteria bagi individu untuk mengevaluasi performansi mereka.

Menurut Zimmerman dan Pons (Gufron & Risnawati, 2010) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri. Berikut ini adalah ketiga faktor tersebut:

a. Individu

Faktor individu ini meliputi hal-hal dibawah ini:

- 1) Pengatahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu maka akan semakin membantu individu dalam melakukan regulasi.

2) Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan regulasi diri dalam diri individu.

3) Tujuan yang ingin dicapai, semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan regulasi diri.

b. Perilaku

Perilaku mengacu pada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi pada diri individu.

c. Lingkungan

Teori sosial kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.

Berdasarkan faktor-faktor yang telah dijelaskan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa ketiga faktor tersebut sangat mempengaruhi regulasi diri dan saling berhubungan, yakni faktor pribadi yang kembali pada individu sendiri, kemudian faktor perilaku individu tersebut, dan yang terakhir faktor lingkungan.

### 3. Fase-Fase Regulasi Diri

Menurut Zimmerman (Pajares & Urdan, 2006) regulasi diri diartikan sebagai pemikiran, perasaan dan perilaku yang dilakukan oleh



individu, yang telah direncanakan dan selalu berubah perputarannya sesuai dengan umpan balik yang berpengaruh pada pencapaian tujuan yang telah ditargetkan sebelumnya.

Fase perputaran regulasi diri ini mencakup atas tiga fase umum, yakni fase perencanaan, fase pelaksanaan dan reaksi diri (evaluasi).

Penjelasan atas fase berikut akan dipaparkan sebagai berikut:

a. Fase Perencanaan

Fase perencanaan merupakan fase dimana terjadi suatu proses persiapan pelaksanaan sebelum adanya usaha untuk bertindak dan berpengaruh pada usaha-usaha yang akan dilakukan. Pada fase perencanaan ini terdapat dua tugas penting dalam regulasi diri, yakni:

a) Analisis Tugas

Locke & Latham, 1990 (dalam Schunk & Zimmerman 1998) mendefinisikan analisis tugas sebagai penetapan atau penentuan hasil belajar yang ingin dicapai oleh seorang individu. Hal yang harus dilakukan pada analisis tugas ini yaitu menentukan tujuan dan merencanakan strategi. Tujuan disini diartikan sebagai penentuan hasil apa yang hendak dicapai. Bentuk yang kedua dari analisis tugas yakni merencanakan strategi. Strategi ini merupakan suatu proses sekaligus sebuah tindakan individu yang memiliki tujuan dan terarah menuju tujuan yang ingin dicapainya. Pemilihan strategi yang tepat dapat meningkatkan prestasi dengan

mengembangkan kognitif, afeksi dan gerak motorik. Pemilihan strategi ini masih dapat berubah-ubah tentunya dengan penyesuaian yang tepat baik dari faktor individu itu sendiri maupun dari lingkungan sekitar.

b) Keyakinan Motivasi Diri

Analisis tugas dan perencanaan strategi menjadi dasar bagi *self motivation beliefs* yang meliputi *self-efficacy*, *outcome expectation*, minat intrinsik atau penilaian (*valuing*), dan orientasi tujuan. *Self efficacy* berhubungan dengan kepercayaan diri seseorang pada kemampuannya untuk mencapai tujuan yang telah ditargetkan. Sedangkan *outcome expectation* berhubungan dengan harapan-harapan seseorang terhadap keberhasilan mencapai sesuatu dari apa yang telah ia usahakan.

b. Fase Pelaksanaan

Pada fase pelaksanaan melibatkan proses yang terjadi selama usaha tersebut berlangsung dan pengaruhnya terhadap persiapan pelaksanaan yang telah dibuat dan tindakan yang dilakukan dengan melakukan kontrol terhadap tindakannya. Pada fase ini, terdapat dua tugas penting dalam regulasi diri yakni:

a) Kontrol Diri

Hal ini mengacu usaha individu untuk menyadari kinerja mereka, kondisi lingkungan, dan efek yang dihasilkannya (Zimmerman & Paulsen, 1995). Proses kontrol diri seperti mengintruksi diri sendiri,

membandingkan performa, memfokuskan perhatian, dan merancang strategi, sangat membantu seseorang untuk berkonsentrasi dan memaksimalkan usahanya untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

b) Observasi Diri

Proses ini merujuk pada penelusuran seseorang terhadap tindakan yang ditampilkan, kondisi lingkungan, dan akibat yang ditimbulkan. Tujuan yang jelas pada fase perencanaan dapat mempermudah observasi diri, karena sudah jelas tujuannya terfokus pada pencapaian target dan kejadian di sekitarnya.

c. Fase Refleksi Diri

Pada fase ini, melibatkan proses yang terjadi setelah adanya usaha-usaha yang dilakukan pada fase sebelumnya dan memengaruhi reaksi individu terhadap pengalamannya. Pada fase refleksi diri terdapat dua proses penting dalam regulasi diri yakni:

a. Penilaian Diri

Penilaian diri mencakup evaluasi diri terhadap tindakan yang telah dilakukan individu dalam upaya mencapai target yang telah direncanakan dan juga menjelaskan penyebab tercapainya tujuan.

Penilaian diri ini mencakup upaya individu untuk membandingkan informasi yang telah diperolehnya dengan mengontrol diri dengan standar yang telah ditetapkan pada fase perencanaan.

### b. Reaksi Diri

Reaksi diri yang muncul secara terus menerus akan berpengaruh pada fase perencanaan dan akan berdampak pada tindakan yang dilakukan pada masa depan terhadap target yang telah direncanakan.

Menurut Pintrich (2000) fase-fase regulasi diri dikelompokkan ke dalam empat fase yaitu perencanaan, monitoring diri, kontrol, dan evaluasi dimana dalam setiap fase aktivitas regulasi diri tersusun ke dalam empat area, yaitu kognitif, motivasional/afektif, behavioral, dan kontekstual.

- a. Fase pertama, proses regulasi diri dimulai dengan perencanaan, dimana aktivitas-aktivitas penting di dalamnya seperti serangkaian tujuan yang diinginkan atau tujuan khusus yang diminta setelah tugas (penetapan tujuan yang ditargetkan). Bidang kognitif ini adalah aktivisasi/penggerakan atau pengetahuan sebelumnya tentang bahan dan pengetahuan metakognisi (pengakuan kesulitan-kesulitan yang tercakup dalam tugas-tugas yang berbeda, identifikasi pemahaman, pengetahuan tentang strategi menghafal. Bidang motivasional/afeksi adalah penggerakan kepercayaan motivasi (self-efficacy, tujuan, minat pribadi) dan emosi. Bidang perilaku (behavioral) adalah perencanaan waktu dan usaha untuk mencapai target. Sedang bidang kontekstualnya adalah penggerakan persepsi berkenaan dengan menghafal al-Qur'an.

- b. Fase kedua adalah monitoring diri, suatu fase yang membantu mahasiswa yang menghafalkan a-Qur'an menjadi sadar atas keadaan kognisi, motivasi, penggunaan waktu dan usaha, betapa pun kondisi dan konteks itu.
- c. Fase ketiga adalah aktifitas kontrol, meliputi pemilihan dan penggunaan strategi pengendalian pikiran (penggunaan strategi kognitif dan metakognitif), motivasi dan emosi (strategi motivasional dan strategi kontrol emosi, yang praktis berhubungan dengan pengaturan waktu dan usaha, dan kontrol terhadap bermacam-macam kendala dalam menghafalkan al-Qur'an, dan kontrol terhadap lingkungan sekitar.
- d. Fase keempat adalah refleksi atau evaluasi, yang meliputi pertimbangan atau putusan, evaluasi yang berkenaan dengan hafalannya, membandingkannya dengan kriteria yang ditetapkan (oleh diri sendiri atau ustadz/ustadzah) sebelumnya, atribusi/sifat yang dibuat berkenaan dengan penyebab keberhasilan atau kegagalan, reaksi afektif yang dialami atas hasil, sebagai konsekuensi atas atribusi yang dibuat, dan pilihan perilaku yang bisa diikuti dalam masa yang akan datang.

Dari penjelasan tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa regulasi diri terdiri dari empat fase yaitu pertama fase perencanaan, kemudian yang kedua fase monitoring diri, ketiga fase aktivitas kontrol, dan yang terakhir adalah fase refleksi atau evaluasi.



#### 4. Dimensi-Dimensi Regulasi Diri

Menurut Zimmerman (dalam Ghufron dan Risnawati, 2010) regulasi diri memiliki tiga aspek yaitu:

##### a. Metakognitif

Matlin mengartikan metakognitif sebagai proses yang penting. Metakognitif merupakan pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir. Kemudian Zimmerman dan Pons menambahkan bahwa terdapat poin dalam metakognitif seseorang yang melakukan regulasi diri yaitu perencanaan, pengorganisasian, pengukuran diri, dan mengintruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya dalam hal belajar. Adapun indikator dari perencanaan seperti merencanakan tujuan, merencanakan menggunakan waktu dalam menyelesaikan hafalan, merencanakan strategi yang efektif dalam menghafal al-Qur'an. Kemudian untuk indikator monitor diri yaitu memantau kegiatan, dan memantau hafalan. Selanjutnya untuk indikator evaluasi yakni evaluasi perencanaan, evaluasi penggunaan waktu dan evaluasi hasil hafalan al Qur'an.

##### b. Motivasi

Menurut Zimmerman (1990) motivasi dalam regulasi diri merupakan pengelolaan diri dalam belajar yang meliputi motivasi, keyakinan diri, dan atribusi. Berdasarkan aspek motivasi, terdapat motivasi ekstrinsik, intrinsik dan kontrol keyakinan (Hidayat,

2013). Adapun indikator dari kontrol keyakinan yakni tidak mudah putus asa, meyakini dapat menyelesaikan hafalan dengan baik dan menyelesaikan kuliahnya. Kemudian untuk indikator motivasi ekstrinsik yakni belajar dengan baik dan mampu menghafalkan al Qur'an dengan baik, memperoleh pujian / membanggakan orang tua. Kemudian untuk indikator motivasi intrinsik yaitu menghafalkan al Qur'an atas kemauan diri nya sendiri.

c. Perilaku

Zimmerman dan Schank mengatakan perilaku sebagai upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku ini Zimmerman dan Pons mengatakan bahwa individu memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan. Adapun indikator dari dimensi perilaku adalah menyeleksi, memanfaatkan, serta menciptakan lingkungan yang mendukung. Untuk indikator meyeleksi yakni dapat memilih kegiatan yang bermanfaat atau tidak. Kemudian untuk indikator memanfaatkan dan menciptakan lingkungan yang mendukung yakni mengerti dan mengupayakan agar lingkungannya tetap kondusif.

Zimmerman (Ormrod, 2008) mengungkapkan bahwa jika pemikiran dan tindakan kita berada dibawah kontrol kita, bukan

dikontrol orang lain dan kondisi disekitar kita, kita dikatakan individu yang mengatur diri. Individu yang memiliki kemampuan regulasi diri yaitu individu yang memiliki dimensi-dimensi dari regulasi diri, yaitu:

a. Standar dan Tujuan yang Ditetapkan Sendiri

Sebagaimana manusia yang mengatur diri, kita cenderung memiliki standar- standar yang umum bagi perilaku kita, standar yang menjadi

kriteria untuk mengevaluasi performa kita dalam situasi–situasi spesifik. Kita juga membuat tujuan – tujuan tertentu yang kita anggap bernilai dan yang menjadi arah dan sasaran perilaku kita. Memenuhi standar-standar dan tujuan tujuan kita memberi kita kepuasan (self satisfaction), meningkatkan self-efficacy kita, memacu untuk meraih yang lebih besar lagi (Ormrod (2008).

b. Memonitor Diri (Self-monitoring)

Memonitor diri adalah mengamati diri sendiri saat sedang melakukan sesuatu. Agar membuat kemajuan kearah tujuan – tujuan yang penting, kita harus sadar tentang seberapa baik yang sedang kita lakukan dan ketika kita melihat diri kita sendiri membuat kemajuan ke arah tujuan-tujuan kita, maka kita mungkin melanjutkan usaha-usaha kita (Schunk & Zimmerman, dalam Ormord, 2008). Sejalan dengan itu, Mace et.al (Schunk, 2012) mengatakan bahwa pemantauan diri (self monitoring) mengacu

pada penekanan perhatian pada beberapa aspek perilaku seseorang dan sering dipadukan dengan pencatatan frekuensi atau intensitasnya.

c. Evaluasi Diri

Evaluasi diri adalah penilaian terhadap performa atau perilaku sendiri. Evaluasi diri terdiri dari penilaian diri atas kinerja terkini dengan membandingkan tujuan seseorang dan reaksi diri pada penilaian tersebut dengan mempertimbangkan kinerja yang tercatat, yang tidak diterima, dan sebagainya. Evaluasi diri yang positif membuat siswa merasa yakin untuk belajar dan memotivasi mereka untuk terus bekerja dengan rajin karena mereka percaya mereka mampu membuat kemajuan lebih jauh (Schunk, 2012).

d. Konsekuensi yang Ditetapkan Sendiri atas Kesuksesan atau Kegagalan

Konsekuensi disini artinya adalah individu bisa memberikan penguatan ataupun hukuman atas perilaku yang mereka lakukan. Individu bisa memberikan penguatan pada diri mereka ketika berhasil menyelesaikan tujuan – tujuan mereka. Dan mereka juga bisa membuat konsekuensi hukuman pada diri mereka sendiri, ketika mereka melakukan sesuatu yang tidak memenuhi standar performa mereka sendiri.

## 5. Regulasi Diri dalam Perspektif Islam

Allah selalu memerintahkan manusia untuk senantiasa mengontrol segala bentuk tindakannya sesuai dengan tujuan hidup manusia dan menyerahkan segala hasil usahanya hanya kepada Allah SWT. Dalam al-Qur'an Allah telah berfirman dalam Q.S al-Baqarah ayat 112 dan 281:

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ (١١٢)

“(tidak demikian) bahkan barangsiapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati” (Q.S al-Baqarah: 112)

وَاتَّقُوا يَوْمًا تُرْجَعُونَ فِيهِ إِلَى اللَّهِ ثُمَّ تُوَفَّى كُلُّ نَفْسٍ مَا كَسَبَتْ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ (٢٨١)

“dan peliharalah dirimu dari (azab yang terjadi pada) hari yang pada waktu itu kamu semua dikembalikan kepada Allah. Kemudian masing-masing diri diberi balasan yang sempurna terhadap apa yang telah dikerjakannya, sedang mereka sedikitpun tidak dianiaya (dirugikan)” (Q.S al-Baqarah 281)

ان الذين ءامنوا والذين هاجروا وجاهدوا فى سبيل الله اولئك يرجون رحمت الله ۗ  
والله غفور رحيم

“dan takutlah pada hari (ketika) kamu semua dikembalikan kepada Allah. Kemudian setiap orang diberi balasan yang sempurna sesuai dengan apa yang telah dilakukannya, dan mereka tidak dizalimi (dirugikan)” (Q.S al-Baqarah: 218)

Dari ketiga ayat diatas kita sebagai umat manusia dapat mengambil ibrah bahwa sebagai manusia hendaknya kita harus bisa mengontrol diri dan bertanggung jawab untuk selalu berada pada jalur kebenaran sesuai dengan tujuan hidup manusia. Selain itu, sebagai



manusia kita juga di perintahkan untuk senantiasa berserah diri dan melakukan perbuatan yang baik sesuai dengan kemampuan kontrol masing-masing. Bentuk iktiar yang disebutkan dalam tiga ayat diatas tentunya sesuai dengan konteks regulasi diri.

#### **6. Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Mahasiswa Yang Menghafalkan Al Qur'an**

Setiap individu pasti memiliki harapan dan cita-cita yang ingin dicapainya. Dalam usaha pencapaiannya individu harus memiliki kekuatan untuk mengontrol dirinya. Dengan adanya kekuatan inilah individu mampu mengontrol tindakan, emosi, dan cara berpikirnya. Selanjutnya dengan adanya kontrol diri, individu mampu menyusun strategi-strategi yang tepat dalam pencapaian tujuannya.

Zimmerman dan Schunk (Schunk, 2012) mengatakan bahwa regulasi diri merupakan proses individu mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakannya menuju tujuan yang ingin dicapainya. Seorang penghafal al Qur'an yang memiliki regulasi diri yang tinggi maka ia akan mampu mengontrol dirinya untuk mencapai tujuannya baik secara akademis maupun target hafalan al Qur'annya. Regulasi diri mencakup beberapa aspek yaitu aspek metakognitif, motivasi dan perilaku.

Penelitian yang dilakukan oleh Muslimah (2016) dengan judul "Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menghafalkan al Qur'an Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang" yang dilakukan pada 109 sampel mahasiswa yang mendapat beasiswa Program Beasiswa

Santri Berprestasi (PBSB) memperoleh hasil korelasi sebesar  $-0.467$  dengan nilai signifikansi  $0.000$  ( $p < 0.001$ ). hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafalkan al Qur'an.

Selain memiliki regulasi diri yang tinggi, seorang mahasiswa penghafal al Qur'an juga harus memiliki efikasi diri yang kuat, karena dengan adanya efikasi diri yang kuat akan menghindarkannya dari keputusasaan ketika terdapat hambatan dalam pencapaian tujuannya. Baron dan Byrne (dalam Ghufron & Risnawati, 2010) mendefinisikan efikasi diri sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan.

Penelitian Kusumawati dan Cahyani (2013) mengenai "Peran Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Pada Pelajaran Matematika Ditinjau Dari Jenis Kelamin" yang dilakukan pada 166 siswa SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, diperoleh  $r = 0,802$  dengan taraf signifikan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Sumbangan efektif efikasi diri terhadap regulasi diri sebesar  $r^2 = 64,4\%$ . Hal ini menunjukkan 35,6% regulasi diri ditentukan oleh faktor lain seperti jenis kelamin, pengetahuan, motivasi, dan kemauan diri. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara efikasi diri dengan regulasi diri pada siswa dan ada perbedaan regulasi diri berdasarkan jenis kelamin.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Sulistyawati (2010) dengan judul "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Self Efficacy* Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi" menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara dukungan sosial dengan self efficacy mahasiswa dalam menyusun skripsi.

Selain itu pula menurut penelitian yang dilakukan oleh Layin Tanal Zulfa (2014) dengan judul “ Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Self Efficacy* dalam Menghafal al Qur’an pada Santri Komplek Aisyah Yayasan Ali Maksum Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta” memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan *self efficacy* dalam menghafalkan al Qur’an.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa penghafal al Qur’an yang memiliki efikasi diri yang kuat dan memiliki regulasi diri yang baik, ia mampu mengatur dirinya dengan banyak kegiatan yang dijalani setiap hari. Pengaturan diri yang baik membuat individu yakin bahwa yang dilakukan dapat berjalan dengan baik, mengetahui mana yang menjadi prioritas dan tidak terlalu mengambil pusing mengenai apa yang dijalankan membuat ini menjadi lebih mudah. Jika terjadi suatu hambatan dalam proses pencapaiannya, maka ia akan mencari jalan keluar terbaik.

**Gambar 2.1 Kerangka Pikir Variabel**



## 7. Hipotesis

Sesuai dengan kerangka pemikiran yang telah dikemukakan di atas, maka hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini adalah “adanya pengaruh antara efikasi diri dengan regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al Qur’an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.







## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan yang menggunakan metode penelitian kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional, dimana didalamnya mempelajari hubungan antara dua variabel atau lebih (Noor, 2011). Teknik penelitian kuantitatif menggunakan statistik sebagai analisis data, sehingga analisis kuantitatif dinamakan juga analisis statistik karena menggunakan statistik sebagai alat bantu untuk menganalisis data.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu objek penelitian atau titik perhatian dalam sebuah penelitian atau variabel merupakan objek penelitian yang bervariasi (Arikunto, 2006). Menurut Priyono (2008) variabel terbagi menjadi dua, variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*).

Variabel bebas merupakan variabel yang ada atau terjadi mendahului variabel terikat. Variabel bebas ini adalah variabel yang menjelaskan terjadinya fokus atau topik penelitian. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang diakibatkan atau dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat ini merupakan variabel yang dijelaskan dalam fokus atau

topik penelitian (Priyono, 2008). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel tersebut antara lain:

- a. Variabel bebas (X) : efikasi diri
- b. Variabel terikat (Y) : regulasi diri

### C. Definisi Operasioanl Variabel

Definisi operasional adalah sebuah definisi dari variabel yang telah dirumuskan berdasarkan karakteristik yang ada yang nantinya variabel tersebut dapat diamati (Azwar, 2007). Definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Efikasi diri

efikasi diri merupakan keyakinan yang ada pada dalam diri individu mengenai kemampuannya dalam mencapai suatu tujuan. Keyakinan inilah yang menyebabkan individu berusaha dengan keras dan tidak mudah putus asa. Dalam penelitian ini, yang menjadi indikator adalah tiga dimensi dalam efikasi diri yaitu: a) Tingkat (*level*), dimensi ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kemampuan antar individu dalam mengerjakan tugas. b) Keluasan (*generality*), pada dimensi ini berhubungan dengan cakupan penguasaan individu terhadap suatu bidang. c) Kekuatan (*strength*), dimensi ini menjelaskan bagaimana individu memiliki kemantapan atas keyakinannya. Individu yang memiliki kemantapan dalam dirinya

untuk melakukan sesuatu, ia tidak akan mudah berputus asa ketika menghadapi permasalahan dalam tujuannya.

b. **Regulasi diri**

Regulasi diri merupakan cara individu untuk mengarahkan tindakannya pada tindakan yang memiliki tujuan dan dapat memantau strategi-strategi yang dilakukan untuk mencapai tujuannya serta mengevaluasi tindakan yang telah dilakukannya. Dalam penelitian ini, yang menjadi indikator adalah tiga dimensi dalam regulasi diri yaitu:

a) Metakognitif, dimensi ini menjelaskan tentang kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasi, monitoring dan mengevaluasi diri. b) Motivasi, dimensi ini berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki individu. Dengan adanya motivasi, individu memiliki dorongan dalam dirinya, otonomi dan kepercayaan diri untuk mencapai target yang telah ditetapkan. c) Perilaku, pada dimensi ini menjelaskan upaya individu dalam mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan ataupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya.

**D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling**

1. **Populasi**

Menurut Sugiyono (2016) populasi adalah suatu wilayah yang digeneralisasikan dimana subjek yang akan diteliti memiliki kualitas dan karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti yang kemudian

akan diambil sebuah kesimpulan. populasi pada penelitian ini sebanyak 659 responden yang merupakan anggota Ha'iah Tahfidzul Qur'an (HTQ) angkatan 2016.

## 2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2016). Selanjutnya menurut Arikunto (2006) jika subjek kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua. Namun jika subjek penelitian jumlahnya besar maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%. Maka pada penelitian ini peneliti mengambil 10% dari populasi anggota Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebanyak 66 responden.

## 3. Teknik Sampling

Menurut Sugiyono (2009) teknik sampling merupakan cara yang digunakan untuk menentukan sampel. Terdapat dua cara teknik sampling yakni probability sampling dan non probability sampling. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik non probability sampling yakni purposive sampling. Menurut Arikunto (2006) purposive sampling dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Teknik ini memiliki syarat-syarat yaitu:

- a. Pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.

- b. Subyek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subyek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi (*key subjectif*).
- c. Penentu karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan.

Berdasarkan syarat-syarat diatas, maka peneliti mengambil sampel dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang yang menjadi anggota Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ).
- b. Sampel diambil dari beberapa fakultas yang ada di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Kemudian dari data yang ada di HTQ UIN Malang didapat data bahwa terdapat 6 fakultas yang mahasiswa nya menjadi anggota HTQ (Ha'iah Tahfidzul Qur'an) UIN Malang agkatan 2016. Kemudian dari 66 sampel dibagi kedalam 6 fakultas tersebut. Sehingga di dapat setiap fakultas diambil 11 mahasiswa untuk di ambil data dalam penelitian ini.

| No. | Fakultas  | Jumlah |
|-----|-----------|--------|
| 1.  | Psikologi | 11     |
| 2.  | Saintek   | 11     |
| 3.  | Tarbiyah  | 11     |
| 4.  | Ekonomi   | 11     |
| 5.  | Humaniora | 11     |



|    |          |    |
|----|----------|----|
| 6. | Syari'ah | 11 |
|    | Total    | 66 |

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah penyebaran angket. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert dan alatnya adalah skala efikasi diri dan skala regulasi diri. Menurut Azwar (2013) menyatakan bahwa skala likert merupakan perangkat pertanyaan atau pernyataan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan atau pernyataan tersebut. Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert.

Dengan skala likert, variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut sebagai acuan untuk menyusun instrument yang digunakan berupa pertanyaan atau pernyataan yang dibuat. Sumanto (2014) juga mengungkapkan dalam skala Likert terdapat dua bentuk pernyataan, yaitu pernyataan bentuk positive (favorable) yang berfungsi untuk mengukur sikap positif, dan bentuk pernyataan negatif (unfavorable) yang berfungsi untuk mengukur sikap negatif. Skala psikologi dalam penelitian ini sebagai berikut:

##### **a. Skala Efikasi Diri**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala efikasi diri yang mengacu pada dimensi-dimensi yang dikemukakan Bandura (Gufon

& Risnawati, 2010) yakni tingkat (*level*), keluasan (*generality*), kekuatan (*strength*).

**Tabel 3.1**  
**Blueprint Skala Efikasi Diri**

| Variabel     | Sub-Variabel | Indikator   | No.Item<br><i>Favorable</i> | No.Item<br><i>Unfavorable</i> |
|--------------|--------------|---|-----------------------------|-------------------------------|
| Efikasi Diri | Level        | a. Kemampuan mengerjakan tugas yang sederhana<br>b. Kemampuan mengerjakan tugas yang rumit                | 1, 2, 3                     | 10, 11, 12                    |
|              | Keluasan     | a. Penguasaan terhadap bidang atau situasi yang terbatas<br>b. Penguasaan pada banyak bidang atau situasi | 4, 5, 6                     | 13, 14, 15                    |
|              | Kekuatan     | a. Kemantapan diri terhadap kemampuannya<br>b. Menghadapi hambatan  | 7,8, 9                      | 16, 17, 18                    |

b. Skala Regulasi Diri

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala regulasi diri yang mengacu pada teori Zimmerman (dalam M. Ghufron dan Risnawati, 2010) yakni metakognitif, motivasi, perilaku.

**Tabel 3.2**  
**Blueprint Skala Regulasi Diri**

| Variabel      | Sub-Variabel | Indikator  | No.Item<br><i>Favorable</i> | No.Item<br><i>Unfavorable</i> |
|---------------|--------------|--|-----------------------------|-------------------------------|
| Regulasi Diri | Metakognitif | a. Membuat perencanaan<br>b. pengorganisasian<br>c. Mengintruksikan diri | 1, 2, 3,4                   | 12, 13, 14, 15                |

|  |          |  |              |                |
|--|----------|--|--------------|----------------|
|  |          | d. Pengukuran diri   |              |                |
|  | Motivasi | a. Kontrol keyakinan<br>b. Motivasi intrinsik<br>c. Motivasi ekstrinsik                        | 5, 6, 7      | 16, 17, 18     |
|  | Perilaku | a. Pengaturan diri<br>b. Menyeleksi<br>c. Memanfaatkan lingkungan<br>d. menciptakan lingkungan | 8, 9, 10, 11 | 19, 20, 21, 22 |

## F. Validitas dan Reliabelitas

### 1. Uji Validitas

Dalam penelitian ini menggunakan uji coba lapangan yang disebut dengan pilot study. Metode ini penting untuk membangun validitas isi dari suatu instrument dan untuk memperbaiki pertanyaan-pertanyaan, format, atau skala yang mungkin tidak sesuai untuk diterapkan. Pengujian dilakukan dengan mengkorelasikan skor pada masing-masing item dengan skor totalnya. Perhitungan validitas dari sebuah instrumen dapat menggunakan rumus Korelasi Product Moment atau yang di kenal dengan Korelasi Pearson dengan rumus :

$$r_{xy} = \frac{N \sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{(N \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2)(N \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2)}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y

$\sum xy$  = Jumlah perkalian antara variabel x dan Y

$\sum x^2$  = Jumlah dari kuadrat nilai X

$\sum y^2$  = Jumlah dari kuadrat nilai Y

$(\sum x)^2$  = Jumlah nilai X kemudian dikuadratkan

$(\sum y)^2$  = Jumlah nilai Y kemudian dikuadratkan .....(Arikunto, 2002)

Kemudian untuk memudahkan perhitungan uji validitas, peneliti menggunakan SPSS 16.0 *for windows* untuk menghapus atau mengeliminasi item-item yang dirasa tidak valid.

## 2. Uji Reliabelitas

Uji reliabelitas instrument dalam penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang dibantu dengan program SPSS 16.0 *for windows*. Koefisien reliabelitas berada pada rentang antara 0 sampai dengan 1,00. Jika koefisien reliabelitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabelitasnya. Sebaliknya, koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendahnya reliabelitas (Azwar, 2007). Berikut merupakan rumus dari *Alpha Cronbach*,

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right)$$

Keterangan:

$r_i$  = reliabelitas instrumen

$k$  = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum s_i^2$  = jumlah varians butir

$s_t^2$  = varians total..... (Sugiono, 2011)

## **G. Uji Asumsi**

### **1. Uji Normalitas**

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, langkah awal yang harus dilakukan adalah uji normalitas. Menurut Imam Ghozali (2016) uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah data persamaan regresi berdistribusi normal atau tidak. Persamaan regresi dikatakan baik apabila memiliki variabel terikat dan variabel bebas yang berdistribusi mendekati normal atau normal. Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji *Kolomogrov-Sminov*. Menurut Kadir (2015) jika  $p \geq 0,05$  maka data terdistribusi normal, dan jika  $p \leq 0,05$  maka data terdistribusi tidak normal. Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*.

### **2. Uji Linieritas**

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) memiliki hubungan yang signifikan atau tidak. Adapun kriteria untuk melihat apakah kedua variabel berhubungan secara linier atau tidak yakni sebagai berikut:

- a. Jika skor  $p < 0,05$  maka kedua variabel dinyatakan linier
- b. Jika skor  $p > 0,05$  maka kedua variabel dinyatakan tidak linier

## **H. Uji Hipotesis**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan dua jenis analisis, yakni analisis deskripsi dan analisis regresi sederhana. Kedua analisis tersebut



dilakukan dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*.berikut merupakan pemaparan dari kedua analisis.

### 1. Analisis Deskriptif

Uji deskriptif data digunakan untuk mengkategorisasikan dan mengukur tingkat efikasi diri dan tingkat regulasi diri. Penggunaan kategorisasi untuk variabel berjenjang dapat menggunakan mean hipotetik dan standar deviasi dengan bantuan analisis frekuensi dari IBM SPSS 16.0 *for windows*. Berikut cara yang dapat digunakan untuk mengukur mean hipotetik dan standar deviasi:

#### a. Menghitung Mean Hipotetik

Menghitung mean hipotetik dengan menggunakan rumus berikut:

$$M = \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \times \Sigma \text{ aitem}$$

Keterangan:

M : mean hipotetik

i Max : skor tertinggi aitem

i Min : skor terendah aitem

$\Sigma$  aitem : jumlah aitem dalam skala

#### b. Menghitung Standar Deviasi

Setelah nilai mean didapat, langkah berikutnya yakni menghitung standar deviasi (SD), adapun rumus untuk menghitung standar deviasi (SD) adalah sebagai berikut:

$$SD = \frac{1}{2} (i \text{ Max} - i \text{ Min})$$

Keterangan:

SD : standar deviasi

i Max : skor tertinggi aitem

i Min : skor terendah aitem

c. Kategorisasi

Standar pembagian kategori mengikuti norma sebagai berikut:

| Kategorisasi | Norma                             |
|--------------|-----------------------------------|
| Tinggi       | $X > (M + 1SD)$                   |
| Sedang       | $(M - 1SD) \geq X \leq (M + 1SD)$ |
| Rendah       | $X < (M - 1SD)$                   |

## 2. Analisis Regresi Linier Sederhana

Menurut Sugiyono (2016) pengujian dengan analisis regresi linier sederhana ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Adapun rumus yang digunakan adalah:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = nilai yang diprediksi

a = konstanta atau apabila harga  $X=0$

b = koefisien regresi

X = nilai variabel independen

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Pelaksanaan Penelitian

##### 1. Profil Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Maulana Malik

###### Ibrahim Malang

Ha'iah Tahfizh Al-Qur'an terletak di Masjid Ulul Albab lantai 1 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Awalnya Ha'iah Tahfizh Al-Qur'an (HTQ) bernama Jam'iyah Qura' Wal Huffadz (JQH). Pertama kali Jam'iyah Qura' Wal Huffadz (JQH) sudah sejak tahun 2000 M. Saat itu Ustadz Syamsul Ulum, M.Ag dan Ustadzah Ismatul Diniyah telah memulai kegiatan menyimak bagi mahasiswa yang memiliki keinginan kuat untuk menghafalkan al-Qur'an. Ketika itu mahasiswa yang aktif setoran sudah mulai melakukan sosialisasi dan publikasi sederhana melalui kamar-kamar di Ma'had Sunan Ampel Aly (MSAA).

Waktu demi waktu Jam'iyah Qura' Wal Huffadz (JQH) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mulai dirintis pada tahun 2001, berangkat dari adanya beberapa mahasiswa yang hafal al-Qur'an baik sudah hafal 30 juz maupun yang dalam tahap menghafal yang mengadakan tadarus di Masjid at-Tarbiyah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Berangkat dari cita-cita luhur kampus UIN Malang yang ingin menjadikan mahasiswa sebagai insan Ulul Albab, pada hari

Jum'at 23 November 2001 M / 8 Ramadhan 1442 H disepakati untuk membentuk organisasi yang berorientasi pada pembelajaran al-Qur'an, terutama pada Hafidz Qur'an.

Ketika itu Jam'iyah Qura' Wal Huffadz (JQH) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diresmikan oleh ibu Hj. Faiqoh, M.Hum., sebagai direktur ponpes dan perguruan tinggi islam Depag RI dengan nama "Jam'iyah Qura' Wal Huffadz (JQH)" UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada tanggal 21 November 2002 M / 17 Ramadhan 1423 H. Kemudian dengan merujuk pada Surat Tugas No: E III/Kp.01.1/ 368/ 2003, tertanggal 1 April 2003 M, Jam'iyah Qura' Wal Huffadz (JQH) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang resmi bernaung dibawah Bimbingan Lembaga Kajian al-Qur'an dan Sains (LKQS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang secara fungsional berada di bawah naungan Pembantu Rektor III UIN Maulana Malik Ibrahim Malang bidang kemahasiswaan. Selanjutnya pada 1 November 2007, Jam'iyah Qura' Wal Huffadz (JQH) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dialihkan di bawah naungan Ma'had Sunan Ampel Aly (MSAA) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan dikeluarkannya Surat Tugas No: Un 03 Ma'had/Kp.01.1/ 08/ 2007 dan tetap bernaung di bawah Pembantu Rektor III.

Kemudian atas gagasan dari forum senat rektorat UIN Malang dan dengan keluarnya surat keputusan rektor Nomor.Un.3/ Kp.07.5/ 1551/ 2009 tanggal 7 September 2009, pada tanggal 17 Ramadhan

1430 H / 25 September M Jam'iyah Qura' Wal Huffadz (JQH) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang resmi berganti nama menjadi Ha'iah Tahfizh al-Qur'an (HTQ) dan berada di bawah naungan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Nama Ha'iah Tahfizh al-Qur'an (HTQ) ini terinspirasi dari nama sebuah lembaga huffadz yang terletak di Jeddah, Arab Saudi, dengan harapan tujuan organisasi untuk membangun semangat akademik yang qur'ani di kalangan mahasiswa dapat terwujud dengan baik. Di bawah kepemimpinan Drs. H. Imam Muslimin, M.Ag., Ha'iah Tahfizh al-Qur'an (HTQ) merupakan sebuah organisasi yang bergerak pada bidang al-Qur'an yang mendukung program universitas dalam mengantarkan mahasiswa menjadi ulama profesional yang intelek dan intelektual profesional yang ulama.

Perjalanan suatu organisasi sama halnya dengan perjalanan manusia. Tidak ada manusia yang dilahirkan secara sempurna. Saat baru dilahirkan seorang manusia hanya bisa menangis dan tidur. Hal ini sama dengan sebuah organisasi. Namun seiring bergantinya masa, manusia tersebut akan tumbuh menjadi insan taqwim.

## **2. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan dalam kurun waktu 2 minggu. Terhitung sejak tanggal 11-24 november 2019 yang dilaksanakan di hai'ah tafidz Qur'an (HTQ).



### 3. Hambatan-Hambatan Saat Penelitian

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan skala kuesioner secara online. Sehingga yang menjadi hambatan pada penelitian ini adalah kesediaan atau antusias responden untuk mengisi kuesioner. Karena kesediaan atau antusias responden untuk mengisi kuesioner kurang, maka waktu yang dibutuhkan untuk memenuhi jumlah sampel pun juga cukup lama. Sehingga menyebabkan proses selanjutnya seperti input data dan yang lainnya juga otomatis tertunda.

#### B. Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, hasil dapat dikelompokkan yang mengacu pada kriteria pengkategorisasian yang didasarkan pada asumsi bahwa skor subjek terdistribusi secara normal (Azwar, 2006).

##### 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

###### a. Uji Validitas

Pengujian validitas skala pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan SPSS 16.0 for windows. Aitem skala pada penelitian ini dapat dilihat validitasnya dengan membandingkan antara  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  untuk derajat kebebasan (*degrees of freedom / df*) =  $N-2$ , dengan  $N$  = banyaknya sampel. Aitem dikatakan valid apabila  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Pada penelitian ini

banyaknya sampel ( $N$ ) = 66 dengan besar  $df = 66-2$  dengan taraf signifikansi 5% sehingga didapat  $r_{tabel}$  sebesar 0,2423. Hasil dari pengujian validitas instrumen pada penelitian ini dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.1

## Hasil Uji Validitas Skala Efikasi Diri

| Variabel     | Sub-Variabel | Indikator   | F       | UF         | Aitem valid         | Aitem gugur |
|--------------|--------------|---|---------|------------|---------------------|-------------|
| Efikasi Diri | Level        | a. Kemampuan mengerjakan tugas yang sederhana<br>b. Kemampuan mengerjakan tugas yang rumit                | 1, 2, 3 | 10, 11, 12 | 1, 2, 3, 10, 11, 12 |             |
|              | Keluasan     | a. Penguasaan terhadap bidang atau situasi yang terbatas<br>b. Penguasaan pada banyak bidang atau situasi | 4, 5, 6 | 13,14, 15  | 5,6,14, 15          | 4, 13       |
|              | Kekuatan     | a. Kemantapan diri terhadap kemampuannya<br>b. Menghadapi hambatan  | 7,8, 9  | 16, 17, 18 | 7, 8, 9, 16, 17, 18 |             |

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa skala efikasi diri terdiri dari 18 aitem. pada aspek level terdiri atas 6 aitem yang valid, kemudian pada aspek keluasan terdiri atas 4 aitem yang valid dan 2 aitem yang gugur, begitu juga pada aspek kekuatan terdapat 6 aitem yang valid. Dari hasil uji validitas skala menunjukkan bahwa terdapat 2 aitem yang gugur dikarenakan nilai pada aitem yang gugur  $< 0,2423$ . Sehingga jumlah aitem yang valid pada skala efikasi diri ditetapkan sebanyak 16 aitem. Hasil uji validitas skala regulasi diri dijelaskan pada tabel 4.2 berikut:

**Tabel 4.2**

**Hasil Uji Validitas Regulasi Diri**

| Variabel      | Sub-Variabel  | Indikator   | F            | UF             | Aitem Valid            | Aitem gugur    |
|---------------|---------------|---|--------------|----------------|------------------------|----------------|
| Regulasi Diri | Meta-kognitif | a. Membuat perencanaan<br>b. Pengorganisasian<br>c. Mengintruksi-kan diri<br>d. Pengukuran diri | 1, 2, 3,4    | 12, 13, 14, 15 | 1, 2, 3, 4, 12, 13, 15 | 14             |
|               | Motivasi      | a. Kontrol keyakinan<br>b. Motivasi intrinsik<br>c. Motivasi ekstrinsik                         | 5, 6, 7      | 16,17, 18      | 5, 6, 16, 17,          | 7, 18          |
|               | Perilaku      | a. Pengaturan diri<br>b. Menyeleksi<br>c. Memanfaafkan lingkungan<br>d. Menciptakan lingkungan  | 8, 9, 10, 11 | 19, 20, 21, 22 | 8, 9, 10, 11           | 19, 20, 21, 22 |

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa skala regulasi diri terdiri dari 22 aitem. pada aspek metakognitif memiliki 7 aitem valid, kemudian untuk aspek motivasi terdapat 4 aitem yang valid dan 2 aitem gugur. Selanjutnya aspek perilaku memiliki 4 aitem yang valid dan 4 aitem yang gugur. Dari hasil uji validitas yang telah dilakukan maka diketahui bahwa terdapat 7 aitem yang gugur. Hal ini disebabkan karena nilainya  $<0,2423$ . Sehingga jumlah aitem valid yang ditetapkan pada skala regulasi diri sejumlah 15 aitem.

**b. Uji Reliabilitas**

Pada penelitian ini uji reliabilitas instrumen menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang dibantu dengan program SPSS 16.0 for windows. Koefisien reliabilitas berada pada rentang antara 0 sampai dengan 1,00. Jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendahnya reliabilitas (Azwar, 2007).

Dari hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan kepada kedua skala di atas dapat dikatakan bahwa kedua skala tersebut reliabel. Hal ini karena kedua skala tersebut nilainya mendekati angka 1,00 yakni 0,836 dan 0,796. Sehingga kedua skala tersebut layak untuk dijadikan instrument pada penelitian yang

dilakukan. Hal ini dapat dilihat secara ringkas pada tabel berikut:

**Tabel 4.3**  
**Hasil Uji Reliabelitas Skala**

| Skala         | Koefisien Alpha | Keterangan |
|---------------|-----------------|------------|
| Efikasi Diri  | 0.836           | Reliabel   |
| Regulasi Diri | 0.796           | Reliabel   |

c. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data terdistribusi secara normal ataukah tidak. Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kolmogorov-smirnov test. Jika  $p \geq 0,05$  maka data terdistribusi normal, dan jika  $p \leq 0,05$  maka data terdistribusi tidak normal. Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*. Ringkasan hasil uji normalitas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

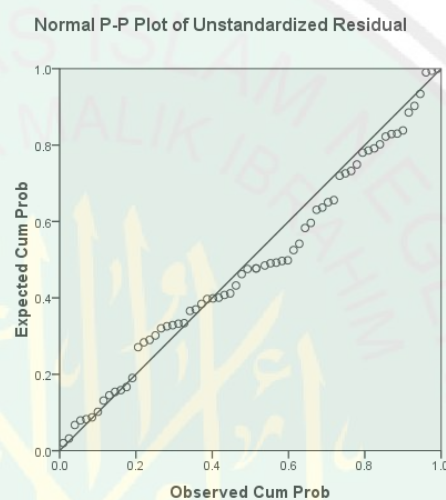
**Tabel 4.4**

**Uji Normalitas**

|                        | Unstandardized Residual |
|------------------------|-------------------------|
| N                      | 66                      |
| Kolmogorov-Smirnov     | .876                    |
| Z                      | .426                    |
| Asymp. Sig. (2-Tailed) |                         |



Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa hasil uji normalitas sebesar 0,426. Hal ini menandakan bahwa nilai signifikansinya  $> 0,05$  yang menandakan bahwa data terdistribusi secara normal. Adapun grafik penyebaran datanya sebagai berikut:



**Gambar 4.1 Penyebaran Normalitas Data**

#### **b. Uji Linieritas**

Uji linieritas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat ataukah tidak. Pengujian linieritas ini dilakukan dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*. Hasil pengujian yang telah dilakukan menunjukkan nilai 0,038. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) dikarenakan  $0,038 < 0,05$ . Hasil pengujian linieritas ditunjukkan pada tabel berikut:

**Tabel 4.5 Uji Linieritas****ANOVA Table**

|           |                          | Sum of Squares | df | Mean Square | F      | Sig. |
|-----------|--------------------------|----------------|----|-------------|--------|------|
| regulasi  | Between (Combined)       | 2662.802       | 28 | 95.100      | 4.899  | .000 |
| * efikasi | Groups                   |                |    |             |        |      |
|           | Linearity                | 1680.022       | 1  | 1680.022    | 86.553 | .000 |
|           | Deviation from Linearity | 982.780        | 27 | 36.399      | 1.875  | .038 |
|           | Within Groups            | 718.183        | 37 | 19.410      |        |      |
|           | Total                    | 3380.985       | 65 |             |        |      |

**d. Uji Hipotesis**

**a. Analisis Deskriptif**

Analisis data dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kategorisasi pada masing-masing skala penelitian. Dalam analisis ini terdapat beberapa tahapan analisis yang dilakukan dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*. Tahapan pertama yang dilakukan adalah mencari means (rata-rata), standart deviation (standar deviasi), nilai maksimum dan nilai minimum. Berdasarkan data yang telah didapat, maka deskripsi data dari variabel efikasi diri dan regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.6****Deskripsi Data**

|               | <b>Min</b> | <b>Max</b> | <b>Mean</b> | <b>Std. Deviation</b> |
|---------------|------------|------------|-------------|-----------------------|
| Efikasi Diri  | 25         | 59         | 42,79       | 8,013                 |
| Regulasi Diri | 25         | 58         | 42,98       | 7,212                 |

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dijelaskan bahwa pada skala efikasi diri memiliki nilai minimum 25 dan nilai maksimum sebesar 59 dengan mean sebesar 42,79 dan standar deviasinya sebesar 8,013. Sedangkan pada skala regulasi diri memiliki nilai minimum 25 dan nilai maksimum sebesar 58 dengan mean sebesar 42,98 dan standar deviasinya sebesar 7,212.

**b. Deskripsi Kategori Data**

Skor yang digunakan untuk mencari kategorisasi data pada penelitian ini yaitu menggunakan nilai hipotetik yang dapat dilihat pada tabel 4.6 dengan norma sebagai berikut:

**Tabel 4.7****Norma Kategorisasi**

| <b>Kategorisasi</b> | <b>Norma</b>                      |
|---------------------|-----------------------------------|
| Tinggi              | $X > (M + 1SD)$                   |
| Sedang              | $(M - 1SD) \geq X \leq (M + 1SD)$ |
| Rendah              | $X < (M - 1SD)$                   |

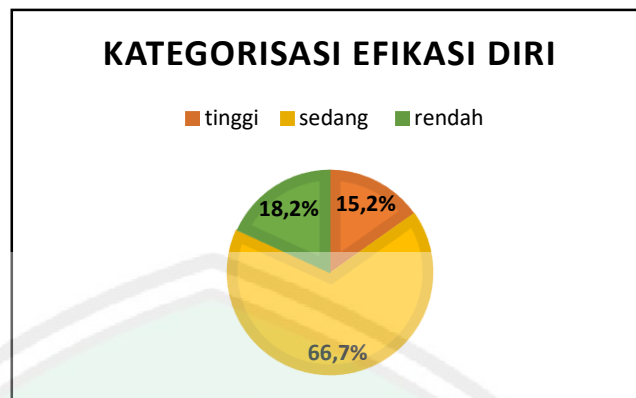
Berdasarkan norma yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat diperoleh analisis tingkat efikasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 4.8**

**Kategorisasi Efikasi Diri**

| <b>Kategori</b> | <b>Norma</b>                      | <b>F</b> | <b>Presentase</b> |
|-----------------|-----------------------------------|----------|-------------------|
| Tinggi          | $X > (M + 1SD)$                   | 10       | 15,2%             |
| Sedang          | $(M - 1SD) \geq X \leq (M + 1SD)$ | 44       | 66,7%             |
| Rendah          | $X < (M - 1SD)$                   | 12       | 18,2%             |
| <b>Total</b>    |                                   | 66       | 100%              |

Dari tabel 4.8 dapat diketahui bahwa mahasiswa penghafal al-Qur'an UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2016 yang memiliki efikasi diri dalam kategori tinggi sejumlah 15,2% (10 orang), dan yang memiliki kategori sedang sejumlah 66,7% (44 orang), kemudian dalam kategori rendah sejumlah 18,2% (12 orang). Diagram efikasi diri pada subjek penelitian dijelaskan pada gambar 4.2 berikut ini:



**Gambar 4.2 Kategorisasi Efikasi Diri**

Berdasarkan diagram yang ada diketahui bahwa kategorisasi kebutuhan efikasi diri terbanyak terletak pada kategori sedang yakni sebesar 66,7%. Hal ini menandakan bahwa mahasiswa penghafal al-Qur'an memiliki tingkat efikasi diri pada taraf sedang yakni sejumlah 44 orang. Selanjutnya untuk kategorisasi pada skala regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an akan dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 4.9**

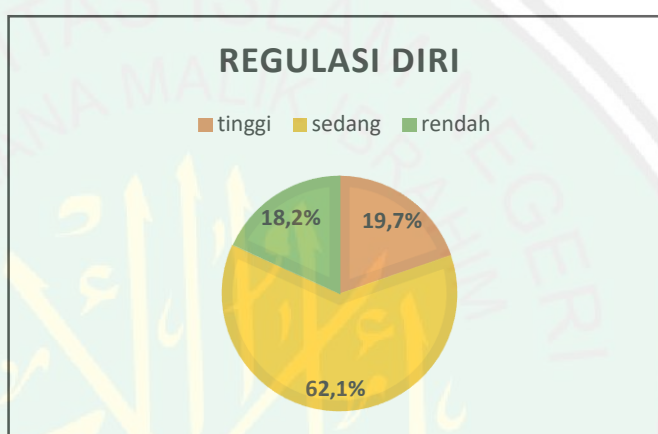
**Kategorisasi Regulasi Diri**

| Kategori     | Norma                             | F  | Presentase |
|--------------|-----------------------------------|----|------------|
| Tinggi       | $X > (M + 1SD)$                   | 13 | 19,7%      |
| Sedang       | $(M - 1SD) \geq X \leq (M + 1SD)$ | 41 | 62,1%      |
| Rendah       | $X < (M - 1SD)$                   | 12 | 18,2%      |
| <b>Total</b> |                                   | 66 | 100%       |

Dari tabel 4.9 dapat diketahui bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



angkatan 2016 yang memiliki regulasi diri dalam kategori tinggi sejumlah 19,7% (13 orang), dan yang memiliki kategori sedang sejumlah 62,1% (41 orang), kemudian dalam kategori rendah sejumlah 18,2% (12 orang). Diagram regulasi diri pada subjek penelitian dijelaskan pada gambar 4.3.



Gambar 4.3 Kategori Regulasi Diri

Berdasarkan diagram yang ada diketahui bahwa kategorisasi kebutuhan regulasi diri terbanyak terletak pada kategori sedang yakni sebesar 62,1%. Hal ini menandakan bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat regulasi diri pada taraf sedang yakni sejumlah 41 orang.

### c. Uji Regresi Linier Sederhana

Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan untuk melihat ada tidaknya pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri. pengujian hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*. adapun hasil analisis nya sebagai berikut:

**Tabel 4.10**

**Model Summary<sup>b</sup>**

| Model | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1     | .705 <sup>a</sup> | .497     | .489              | 5.15534                    |

a. Predictors: (Constant), efikasi

b. Dependent Variable: regulasi

### **Hasil Analisis Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri**

Berdasarkan tabel 4.10 diketahui nilai koefisien determinasi sebesar 0,497. Hal ini menandakan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh sebesar 49,7% terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, sedangkan 50,3% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

Kemudian langkah selanjutnya yakni menganalisis dampak dari efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an. Hasil uji F dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.11**

**ANOVA<sup>b</sup>**

| Model |            | Sum of Squares | df | Mean Square | F      | Sig.              |
|-------|------------|----------------|----|-------------|--------|-------------------|
| 1     | Regression | 1680.022       | 1  | 1680.022    | 63.212 | .000 <sup>a</sup> |
|       | Residual   | 1700.963       | 64 | 26.578      |        |                   |
|       | Total      | 3380.985       | 65 |             |        |                   |

a. Predictors: (Constant), efikasi

b. Dependent Variable: regulasi

--

berdasarkan tabel 4.11, dapat dilihat bahwa taraf signifikansi yang didapat sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menandakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, yang berarti ada pengaruh yang nyata variabel efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Hal ini juga di dukung dari hasil nilai F hitung sebesar 63,212 dengan  $df_1$  (derajat kebebasan pembilang) = 1 dan  $df_2$  (derajat kebebasan penyebut) = 64. Selanjutnya membandingkan antara F tabel dengan df (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan antara df (pembilang dan penyebut) didapat nilai sebesar 3,99. Maka F hitung

lebih besar dari pada F tabel ( $63,212 > 3,99$ ). Sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Kemudian yakni melihat koefisien regresi dari variabel independent. Hasil pengujian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.12 Coefficients<sup>a</sup>

| Model |            | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | T     | Sig. |
|-------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|------|
|       |            | B                           | Std. Error | Beta                      |       |      |
| 1     | (Constant) | 15.836                      | 3.473      |                           | 4.560 | .000 |
|       | Efikasi    | .635                        | .080       | .705                      | 7.951 | .000 |

a. Dependent Variable: regulasi

Berdasarkan tabel 4.12 dapat diketahui bahwa perhitungan regresi pada taraf signifikansi 0,05, didapat nilai signifikansi senilai 0,000. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $< 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi efikasi diri terhadap regulasi diri. adapun nilai *Standardized Coefficients (beta)* sebesar 0,705. Artinya variabel efikasi diri berpengaruh terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an.

### C. Pembahasan

Berdasarkan hasil olah data dan hasil analisisnya yang telah dilakukan secara bertahap, maka didapatkan beberapa temuan berdasarkan hasil analisis data. Adapun beberapa hasil aan dipaparkan sebagai berikut:

1. Tingkat efikasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Tingkat efikasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang, yakni sebanyak 66,7% atau dapat diartikan sebanyak 44 mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang tergolong sedang. Kemudian untuk kategori rendah memiliki kuantitas kategori terendah kedua setelah kategori tinggi yakni sebesar 18,2% atau sebanyak 12 mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang rendah. Untuk kategori tinggi memiliki frekuensi sebesar 15,2% atau dapat diartikan terdapat 10 mahasiswa yang memiliki efikasi diri pada kategori tinggi.

Hal ini menandakan bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi proses menghafalkan al-Qur'an. Efikasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ yang tergolong sedang ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ selalu yakin dengan kemampuan yang dimilikinya yakni menghafalkan al-Qur'an.

Selain itu, efikasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ yang tergolong sedang ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ memiliki kemampuan untuk menghafal al-Qur'an dengan baik dan memiliki kemampuan



penguasaan pada bidang yang lebih luas. Tidak hanya itu, mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ juga tidak mudah putus asa apabila dihadapkan pada kesulitan ketika menghafalkan al-Qur'an dan mampu menyelesaikan permasalahan diberbagai situasi dan kondisi.

Keberagaman tingkat efikasi diri mahasiswa tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi sosial atau verbal, dan keadaan psikologis dan emosional (Bandura, 1995). Selanjutnya, Robbins (2001) mengemukakan, bahwa semakin tinggi efikasi diri seseorang, maka semakin besar kepercayaan diri atau keyakinan terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam tugas. Caprara, Scabini, dan Regalia (2006) mengemukakan bahwa efikasi diri tidak datang dengan sendirinya, tetapi merupakan hasil dari berbagai pengetahuan dan tanggung jawab, hubungan yang beragam, tugas-tugas yang bermanfaat, dan interaksi dengan orang lain.

## 2. Tingkat regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Tingkat regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang, yakni sebanyak 62,1% atau dapat diartikan sebanyak 41 mahasiswa memiliki tingkat regulasi diri yang tergolong sedang. Kemudian untuk kategori tinggi memiliki kuantitas kategori terendah kedua setelah kategori tinggi yakni sebesar 19,7% atau

sebanyak 13 mahasiswa memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi. Untuk kategori rendah memiliki frekuensi sebesar 18,2% atau dapat diartikan terdapat 12 mahasiswa yang memiliki regulasi diri pada kategori rendah.

Dengan kategori sedang yang didapat, berarti mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ dapat mengontrol tindakannya untuk mencapai tujuan dengan baik. Tujuan tersebut tidak lain adalah menghafalkan al-Qur'an sampai 30 juz. Selain itu, dengan kategori sedang yang didapat maka mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ mampu secara baik merencanakan tujuan yang hendak dicapainya. Tidak hanya itu, mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ juga mampu mengontrol tindakannya dan kemudian mengevaluasi tindakan yang telah ia lakukan.

Selanjutnya dengan kategori sedang yang didapat, mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ mampu memotivasi dirinya untuk menghafalkan al-Qur'an walaupun berada pada kondisi yang tidak memungkinkan sekalipun. Misalkan saja ketika sibuk dengan aktivitas kampus, terserang sakit atau halangan lainnya. Selain itu pula mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ juga mampu memanfaatkan lingkungan dan menciptakan lingkungan yang kondusif. Dimana hal itu akan mendukungnya dalam mencapai tujuan yang hendak dicapai yakni menghafalkan al-Qur'an.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Susanto (2006) yang mengatakan bahwa keberhasilan individu dalam menjalani sesuatu termasuk penacapaian prestasi baik dalam pendidikan maupun bidang lainnya tidak ditentukan oleh IQ nya, namun salah satunya adalah regulasi diri. Kemudian menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Suci (2008) didapatkan hasil bahwa dengan kemampuan regulasi diri yang lebih baik, maka individu akan dapat mengembangkan dan mengatur rencana sehingga tujuan yang diinginkannya dapat tercapai.

3. Pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa penghafal al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan hasil analisis yang telah didapat tentang pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan Taraf signifikansi yang didapat yaitu 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Hal ini juga di dukung dari hasil nilai F hitung sebesar 63,212 dengan  $df_1$  (derajar kebebasan pembilang) = 1 dan  $df_2$  (derajat kebebasan penyebut) = 64. Selanjutnya membandingkan antara F tabel dengan  $df$  (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan antara  $df$  (pembilang dan penyebut) didapat nilai sebesar 3,99. Maka F hitung lebih besar dari pada F tabel ( $63,212 > 3,99$ ). Sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang menandakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang

menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Selanjutnya berdasarkan hasil analisis juga diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,497. Hal ini menandakan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh sebesar 49,7% terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, sedangkan 50,3% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini. Faktor lain tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal tersebut dapat berupa kondisi emosi atau kebiasaan yang dilakukan. Kemudian faktor eksternal dapat berupa lingkungan tempat tinggal atau nutrisi yang didapatkan (Yusuf, 2015).

Penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian Kusumawati dan Cahyani (2013) tentang “Peran Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Pada Pelajaran Matematika Ditinjau dari Jenis Kelamin”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dengan regulasi diri menghasilkan  $(r) = 0,802$  dengan taraf signifikan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan  $(R^2)$  sebesar  $0,644 \times 100 \% = 64,4\%$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan regulasi diri.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2017) tentang “Pengaruh Hardiness dan Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri ”Hasil

penelitian menunjukkan bahwa : (1) ada pengaruh positif dan signifikan hardiness terhadap regulasi diri penari tradisional dengan koefisien ( $\beta$ ) = 0.270, serta nilai t hitung > t tabel ( $2.500 > 2.001$ ) dan nilai p = 0.015 ( $p < 0.05$ ); (2) ada pengaruh positif dan signifikan efikasi diri terhadap regulasi diri penari tradisional dengan koefisien ( $\beta$ ) = 0.533, serta nilai t hitung > t tabel ( $4.936 > 2.001$ ) dan nilai p = 0.000 ( $p < 0.05$ ); (3) ada pengaruh positif dan signifikan hardiness dan efikasi diri terhadap regulasi diri pada penari tradisional dengan nilai f hitung > f tabel ( $31.146 > 3.15$ ) dan nilai p = 0.000 ( $p < 0.05$ ). Kontribusi pengaruh ( $R^2$ ) hardiness dan efikasi diri terhadap regulasi diri adalah sebesar 0.514.

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan sebelumnya, maka pada efikasi diri terhadap regulasi diri terdapat pengaruh yang positif. Menurut Ormrod (2009) memaparkan bahwa efikasi diri merupakan penilaian seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan tertentu. Kemudian Baron dan Byrne (Ghufron, 2010) mengartikan efikasi diri sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuannya dalam menyelesaikan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan yang ada. Mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an ketika ia memiliki efikasi diri yang baik ia akan mampu mengatur dirinya dengan banyak kegiatan yang dilaluinya setiap hari. Pengaturan diri yang baik atau regulasi diri yang baik akan membuat mahasiswa tersebut yakin bahwa yang dilakukannya akan berjalan



dengan baik, tau kegiatan mana yang menjadi prioritasnya dan tidak mudah putus asa dengan hambatan yang sewaktu-waktu bisa menghadangnya.





## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan mengenai pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2016 adalah sebagai berikut:

1. Tingkat efikasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang, artinya bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi proses menghafalkan al-Qur'an. Selain itu mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ selalu yakin dengan kemampuan yang dimilikinya yakni menghafalkan al-Qur'an. Selain itu, efikasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ yang tergolong sedang ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ memiliki kemampuan untuk menghafal al-Qur'an dengan baik dan memiliki kemampuan penguasaan pada bidang yang lebih luas. Tidak hanya itu, mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ juga tidak mudah putus asa apabila dihadapkan pada kesulitan ketika

menghafalkan al-Qur'an dan mampu menyelesaikan permasalahan diberbagai situasi dan kondisi.

2. Tingkat regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang, artinya bahwa mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ dapat mengontrol tindakannya untuk mencapai tujuan dengan baik. Tujuan tersebut tidak lain adalah menghafalkan al-Qur'an sampai 30 juz. Selain itu, mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ mampu secara baik merencanakan tujuan yang hendak dicapainya. Tidak hanya itu, mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ juga mampu mengontrol tindakannya dan kemudian mengevaluasi tindakan yang telah ia lakukan. Kemudian, mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ mampu memotivasi dirinya untuk menghafalkan al-Qur'an walaupun berada pada kondisi yang tidak memungkinkan sekalipun. Misalkan saja ketika sibuk dengan aktivitas kampus, terserang sakit atau halangan lainnya. Selain itu pula mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ juga mampu memanfaatkan lingkungan dan menciptakan lingkungan yang kondusif. Dimana hal itu akan mendukungnya dalam mencapai tujuan yang hendak dicapai yakni menghafalkan al-Qur'an.
3. Pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang secara keseluruhan menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan.

Sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang menandakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Selanjutnya berdasarkan hasil analisis juga diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,497. Hal ini menandakan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh sebesar 49,7% terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, sedangkan 50,3% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini. Faktor lain tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal tersebut dapat berupa kondisi emosi atau kebiasaan yang dilakukan. Kemudian faktor eksternal dapat berupa lingkungan tempat tinggal atau nutrisi yang didapatkan.

## **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti sadar terhadap kekurangan yang terdapat pada penelitian ini. Sehingga, untuk bahan pertimbangan peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak, yakni:

### **1. Bagi subjek penelitian**

Bagi mahasiswa yang menghafalkan al-Qur'an di HTQ UIN Maliki Malang agar selalu semangat dalam proses menghafalkan al-Qur'an dan harus tau kegiatan apa yang harus di prioritaskan. Tidak kalah penting mahasiswa juga harus memperhatikan beberapa hal



yang dapat mendukung pencapaian tujuan (hafal al-Qur'an 30 juz) seperti memiliki teman yang mendukung, lingkungan yang kondusif, semangat menghafal yang baik dan lain sebagainya.

2. Bagi orang tua

Diharapkan untuk orang tua dapat memberikan dukungan dengan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dan selalu memotivasi karena hal tersebut dapat meningkatkan kontrol diri mahasiswa untuk terus menghafalkan al-Qur'an.

3. Bagi lembaga Hai'ah Tahfidz Qur'an (HTQ) UIN Malang

Bagi pengurus maupun ustad/ustadzah diharapkan lebih mengamati, mengayomi sekaligus tetap berusaha mengantarkan mahasiswa-mahasiswa UIN Malang menjadi ahlul qur'an. Selain itu pula diharapkan bagi ustad/ustadzah memberikan motivasi ataupun arahan kepada mahasiswa agar semakin percaya diri terhadap kemampuannya dalam menghafalkan al Qur'an.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan memperhatikan faktor lain seperti pengetahuan, motivasi, dan disiplin diri atau volition (kemauan diri) dan faktor lain yang dapat mempengaruhi regulasi diri agar menjadi warna baru bagi penelitian selanjutnya. selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat mengambil subjek yang lebih banyak dari penelitian saat ini karena terdapat kemungkinan hasil peneliti berbeda dengan hasil penelitian saat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

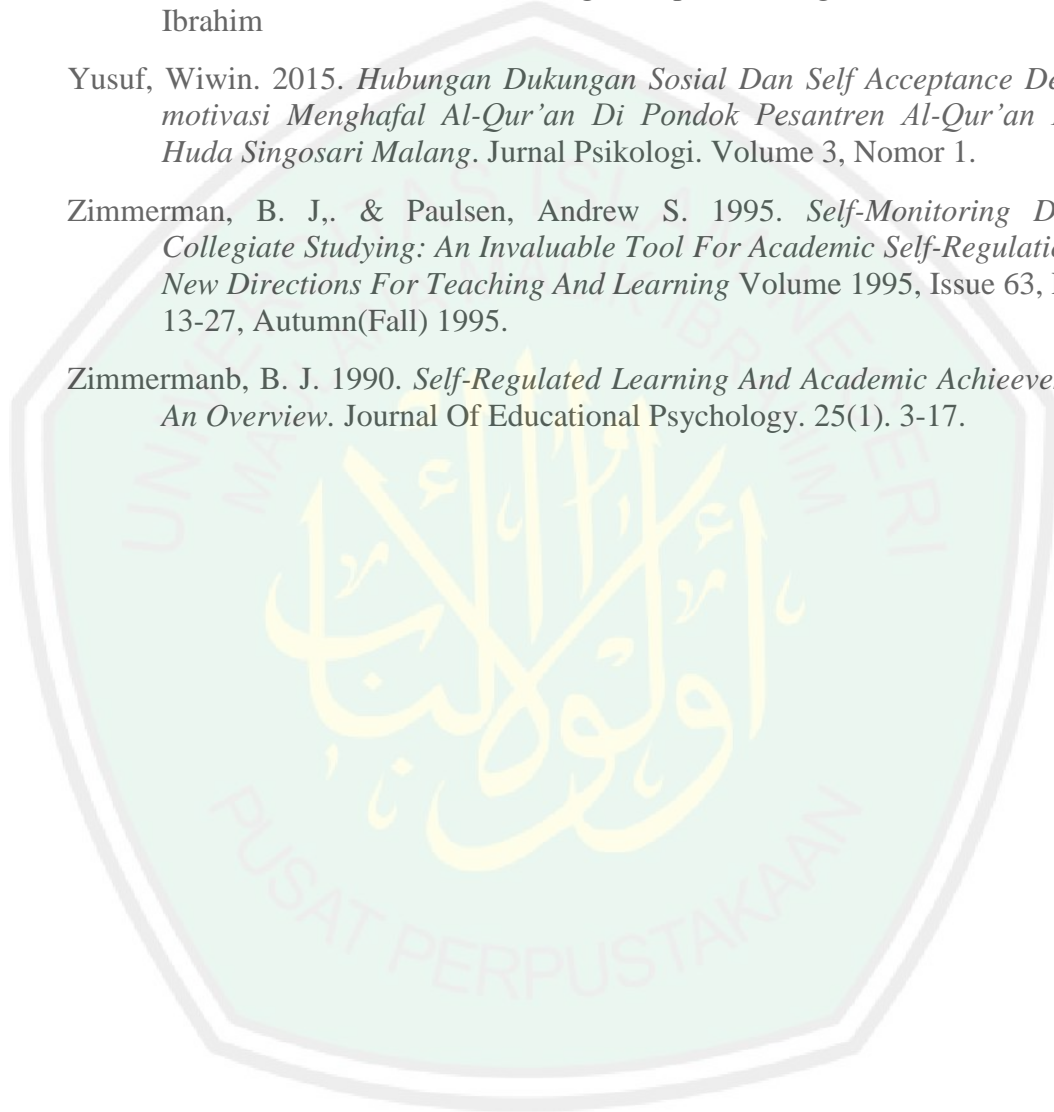
- Adhim, Mohammad Fauzil. 2016. *Pengaruh Efikasi Diri dan Motivasi Menghafal terhadap Prestasi Menghafal AlQuran Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2013*. Skripsi. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Amalia. 2017. *Pengaruh Hardiness Dan Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Studi Pada Penari Tradisional Samarinda*. Psikoborneo, Vo.5, No.4
- Anwar, A. I. D. 2009. Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara. Skripsi. Medan: Universitas Sumatra Utara
- Ariati, Jati,dkk. 2014. *Regulasi Diri Mahasiswa Berprestasi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Jurnal Psikologi Undip Vol.13 No. 1
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2007. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 2013. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. 1995. *Self Efficacy in Changing Societies*. USA. Cambridge: University Press.
- Bandura, A. 1997. *Self- Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Caprara, G. V., Scabibi, E., Regalia, C. 2006. The Impact of Perceived Family Efficacy Beliefs on Adolescent Development . in F. Pajares., & T. Urdan (Eds). *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents* (pp. 97-115). Connecticut: Information Age Publishing, Inc.
- Chairani, Lisy & Subandi. 2010. *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Djohan. 2009. *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Best Publisher
- Faza, Wilda dan Erin Ratna Kustanti. 2018. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Efikasi Diri Menghafal Alquran Pada Santri Hafidz Di*

- Pondok Pesantren Modern Alquran Dan Raudlotul Huffadz.* Jurnal Empati, Vol.7, No.1
- Feist, J & Feist, Gregory. 2010. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika
- Feist, J & Feist, J. G. (2013). *Teori Kepribadian* (Edisi ke-7). Jakarta : Salemba Humanika.
- Ghufron, M. & Risnawati N, R. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawati. 2010. *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar Ruzz Media
- Hall, Calvin & Lindzey, Gardner. 1993. *Psikologi Kepribadian Teori-Teori Psikodinamik (Klinis)*. Yogyakarta: Kanisius
- Hidayat, Akhmad. 2013. *Hubungan Regulasi Diri Dengan Prestasi Belajar Kalkulus II Ditinjau Dari Aspek Metakognisi, Motivasi, Dan Perilaku*. Jurnal Elektronik Pendidikan Matematika Tadulako. Volume 1, Nomer 1.
- Jufri, M. 1999. *Efikasi Diri, Keterampilan Belajar Dan Penyesuaian Diri Sebagai Prediktor Prestasi Akademik Mahasiswa Tahun I*. Yogyakarta: Tesis (Tidak Diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada
- Kadir. 2015. *Statistika Terapan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Kusnumawati, Paramitha dan Berliana Henu Cahyani. 2013. *Peran Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Pada Pelajaran Matematika Ditinjau Dari Jenis Kelamin*. Jurnal SPIRITS, Vol.4, No.1
- Luh Arick Istriyanti, Ni dan Nicholas Simarmata. 2014. *Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Perencanaan Karir Pada Remaja Putri Di Bali*. Bali: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udatana. Jurnal Psikologi Udayana. Vol. 1. No. 2
- Maryam, Siti. 2015. *Self Efficacy Anak Didik Pemasarakatan di Lapas Anak Kelas IIA Blitar*. Skripsi. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim
- Maryati, I. 2008. *Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Keyakinan Diri (Self-Efficacy) Dengan Kreatifitas Pada Siswa Akselerasi*. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Muslimah. 2016. *Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Menghafalkan Al-Qur'an Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Skripsi. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim
- Noor, Juliansyah. 2011. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Ormrod, J. E. 2009. *Psikologi Pendidikan: Membantu Siswa Tumbuh Dan Berkembang*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Ormrod, J. E. 2009. Psikologi Pendidikan: *Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Ormrod, J.E. 2008. Psikologi Pendidikan *Membantu Siswa Tumbuh Dan Berkembang Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Pajares, F. & T. Urdan. 2006. *Self-Efficacy Beliefs Of Adolscents*. Connecticut: Information Age Publishing.
- Pinasti, Woro. 2011. Pengaruh Self-Efficacy, Locus Of Control, Dan Faktor Demografis Terhadap Kematangan Karir Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
- Pintrich, P.R. 2000. The Role Of Goal Orientation In Self-Regulated Learning. In M. Bokaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds) *Handbook Of Self-Regulation* (Pp.452-502). San Diego, CA: Academic Press.
- Priyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.
- Rizanti, Fitria Dwi. 2013. *Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menghafalkan Al-Qur'an Pada Mahasantri Ma'had Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya*. Jurnal Character Vol. 02, No. 01. Surabaya: Fakultas Ilmu Psikologi
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. 1998. *Self-Regulated Learning: From Teaching To Self-Reflective Practice*, New York, NY: Guilford Press.
- Schunk, Dale H. 2012. *Teori-Teori Pembelajaran Perspektif Pendidikan*. terj. Eva Hamidah dan Rahmat Fajar. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suci, Rema Rahma. 2008. Perbedaan *Self-Regulated* Pada Mahasiswa Yang Bekerja Dan Mahasiswa Yang Tidak Bekerja. *Inquiry*, 01, 01, 34-48.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyawati. 2010. *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Self Efficacy Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi*. Skripsi. Jakarta: Universitas Islam Negeri Jakarta
- Sumanto. 2014. *Teori dan Aplikasi Metode Penelitian*. Yogyakarta: CAPS (Center Of Academic Publishing Service)
- Susanto, Jandy. 2006. Mengembangkan Kemampuan Self Regulation Untuk Meningkatkan Keberhasilan Akedemik Siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 07, 64-71.
- Taylor, dkk. 2009. *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana Prenada Group



- Veronica Damay, R. 2010. *Pengembangan Paket Pelatihan Regulasi Diri Untuk Siswa SMP*. Skripsi. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Wulandari, Ayu. 2010. Hubungan Antara Tingkat Regulasi Dengan Tingkat Prokrastinasi Mahasiswa Angkatan 2003-2006 Fakultas Psikologi Uin Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Malang: Uin Maulana Malik Ibrahim
- Yusuf, Wiwin. 2015. *Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Acceptance Dengan motivasi Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Nurul Huda Singosari Malang*. Jurnal Psikologi. Volume 3, Nomor 1.
- Zimmerman, B. J., & Paulsen, Andrew S. 1995. *Self-Monitoring During Collegiate Studying: An Invaluable Tool For Academic Self-Regulation*. In *New Directions For Teaching And Learning* Volume 1995, Issue 63, Pages 13-27, Autumn(Fall) 1995.
- Zimmerman, B. J. 1990. *Self-Regulated Learning And Academic Achievement: An Overview*. *Journal Of Educational Psychology*. 25(1). 3-17.







# LAMPIRAN-LAMPIRAN

## LAMPIRAN 1

### Profil Hai'ah Tahfidzul Qur'an (HTQ) UIN Malang

Ha'iah Tahfizh al-Qur'an (HTQ) memiliki visi dan misi yakni:

Visi:

Terwujudnya kampus qur'ani dalam segala bidang yang bercirikan intelektualitas, spiritualitas dan moralitas.

Misi:

Membentuk ahli-ahli qur'an lafzhan (hafal lafadz nya), wa ma'nani (hafal makna kandungannya), wa amalan ( mengamalkannya pada aktivitas sehari-hari), wa takalluman (membagi nya pada orang lain). Serta membangun semangat akademik yang Qur'ani dikalangan mahasiswa.

Ha'iah Tahfizh al-Qur'an (HTQ) juga memiliki motto lembaga sebagai berikut:

*“Sebaik-baik kamu adalah orang yang belajar al-Qur'an dan mengajarkannya kepada orang lain.”*

Kemudian Fungsi dan Tujuan Lembaga Ha'iah Tahfizh al-Qur'an (HTQ) adalah:

#### 1) Fungsi

Ha'iah Tahfizh al-Qur'an (HTQ) berfungsi sebagai wadah pengkaji, penghafal, dan pencinta al-Qur'an.

## 2) Tujuan

- a) Membentuk mahasiswa yang berkepribadian tinggi, berwawasan keal-qur'anan dan mampu mentransformasikan nilai-nilai al-qur'an dalam kehidupan masyarakat.
- b) Membina kader huffadz dan para pecinta al-qur'an yang berilmu dan konsisten serta bertanggung jawab kepada hafalan al-qur'an, pemahaman dan pengamalan isi ajaran al-qur'an.
- c) Mendukung dan membantu program kampus dalam mengantar mahasiswa menjadi ulama profesional yang intelek dan intelektual profesional yang ulama.

## PRESTASI

Adapun prestasi yang dicapai oleh HTQ UIN Maliki Malang adalah sebagai berikut:

- a) Tahun 2003

Pada Musabaqoh Tilawatil Qur'an forum silaturahmi Qurra' Wal Huffazh se-Malang Raya, Maret 2004

1. Juara I cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 5 juz tilawah
2. Juara I cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 10 juz
3. Juara III cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 5 juz tilawah
4. Juara III cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 30 juz
5. Juara III cabang Tilawatil Qur'an remaja putri

Pada Seleksi Tilawatil Qur'an XVIII (STQ XVIII) tingkat Nasional di Bengkulu,  
Juli 2004

1. Juara III cabang Tafsir Bahasa Inggris dan MHQ 30 juz

b) Tahun 2004

Pada Musabaqoh Tilawatil Qur'an XXI tingkat Kotamadya Malang

1. Juara I cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 5 juz tilawah
2. Juara I cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 10 juz
3. Juara I cabang Tafsir Bahasa Indonesia
4. Juara II cabang Musabaqoh Tilawatil Qur'an Remaja putra
5. Juara II cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 20 juz
6. Juara III cabang Musabaqoh Tilawatil Qur'an Remaja putri
7. Juara III cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 10 juz

c) Tahun 2005

1. Juara III cabang Musabaqoh Fahmil Qur'an tingkat Prov. Jawa Timur di  
Sumenep-Madura
2. Juara I cabang Tafsir Bahasa Inggris putri
3. Juara I cabang Musabaqoh Khoththil Qur'an putri

d) Tahun 2006

1. Juara III cabang Tafsir Bahasa Inggris tingkat Nasional di Kendari-  
Sulawesi
2. Seleksi Musabaqoh Hifzhil Qur'an dan Hadits tingkat Nasional di  
KEDUBES Saudi Arabia setiap tahun di Jakarta

3. Mendapat kepercayaan sebagai mu'allim al-Qur'an Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Malang

e) Tahun 2007

1. Juara Harapan I MTQ 2007 Se-Jawa Timur cabang Musabaqoh Syarhil Qur'an di Blitar
2. Juara Harapan I dan II MTQ 2007 Se-Jawa Timur cabang Khoththil Qur'an di Blitar
3. Juara III MTQ 2007 Se-Jawa Timur cabang Tafsir Bahasa Inggris di Blitar
4. Imam Wahyudi Karimullah, Duta Bahasa Jawa Timur

f) Tahun 2008

Pada Musabaqoh Tilawatil Qur'an Se-Malang Raya di Kepanjen, 20 Maret 2008

1. Juara II cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 5 juz tilawah putra
2. Juara III cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 5 juz tilawah putra
3. Juara I cabang Musabaqoh Hifzhil Qur'an 5 juz tilawah putri
4. Juara I cabang Khitobah Qur'an
5. Juara II cabang Puitisasi Qur'an
6. Juara I cabang MTQ remaja putra
7. Juara III cabang Musabaqoh Kaligrafi Al-Qur'an Naskah
8. Juara I cabang Musabaqoh Fahmil Qur'an (team I putra)
9. Juara III cabang Musabaqoh Fahmil Qur'an (team II putri)



## g) Tahun 2009

1. Juara I Tafsir B. Arab pada Perkemahan Wirakarya Nasional ke X se-Nasional di Jambi
2. Delegasi Tafsir B. Inggris Perkemahan Wirakarya Nasional ke X se-Nasional di Jambi
3. Juara I Tafsir B. Inggris Putri pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember
4. Juara II Tafsir B. Inggris Putra pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember
5. Juara III MSQ Beregu pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember
6. Juara Harapan I MFQ Beregu pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember
7. Juara Harapan II MHQ 5 Juz Tilawah pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember
8. Delegasi MHQ 10 Juz Putra pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember
9. Delegasi MHQ 30 Juz Putri pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember
10. Delegasi MFQ pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember
11. Delegasi MSQ pada MTQ Ke-XXIII Tingkat Provinsi Jawa Timur di Kab. Jember

h) Tahun 2013-2015

1. Juara 1 Tafsir Bahasa Indonesia Se-Jatim di UINSA oleh Gus Nur Hadi
2. Juara 2 Tafsir Bahasa Indonesia Se-Jatim di Odoj oleh Gus Nur Hadi
3. Juara 3 Debat Bahasa Arab di MTQ regional di UTM dan Best Speaker oleh Gus Arja dan Gus Umam
4. Juara 1 MHQ 10 Juz di MTQ regional di UTM oleh Gus Fariq
5. Juara 2 MHQ 5 juz tillawah IPPBMM se- Jawa Madura di UIN Tulungagung oleh Gus Fariq
6. Juara 1 Tillawah Putra di UTM oleh Gus Nur Hidayah
7. Juara 2 Tilawah putri di UTM oleh Ning Illiya
8. Juara 3 tillawah Tartil

## LAMPIRAN 2

### SKALA PENELITIAN

#### Identitas diri

Nama :  
 NIM :  
 Jenis Kelamin :  
 No. Telepon :

#### Petunjuk Pengisian

Sebelum anda mengerjakan bacalah kalimat-kalimat pernyataan di bawah ini dan pertimbangkan jawabannya dengan sebaik-baiknya. Kemudian berilah tanda cheklist (√) pada pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan anda. Pernyataan di bawah ini mengukur efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa penghafal al-Qur'an di HTQ UIN Malang angkatan 2016.

Pilihlah jawaban yang sesuai dengan petunjuk di bawah ini:

Sangat sering : Jika pernyataan tersebut sangat sering anda lakukan  
 Sering : Jika pernyataan tersebut sering anda lakukan  
 Tidak sering : Jika pernyataan tersebut tidak sering anda lakukan  
 Sangat tidak sering : Jika pernyataan tersebut sangat tidak sering anda lakukan

Terima Kasih\_Selamat Mengerjakan

## Skala 1

### Efikasi Diri

| NO  | PERNYATAAN  | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1.  | Saya menambah hafalan saya setiap hari  |    |   |    |     |
| 2.  | Saya mengulang hafalan saya sebelumnya setiap hari seussai menyetorkan hafalan yang baru      |    |   |    |     |
| 3.  | Saya mampu menambah hafalan ketika tugas kuliah menumpuk                                      |    |   |    |     |
| 4.  | Saya tetap bisa konsentrasi ketika suasana sangat gaduh                                       |    |   |    |     |
| 5.  | Saya tetap menambah hafalan saya walaupun saya sibuk dengan aktivitas kampus                  |    |   |    |     |
| 6.  | Saya suka menghafal al qur'an tanpa ada yang mengganggu                                       |    |   |    |     |
| 7.  | Saya yakin bisa menghafal 30 juz  |    |   |    |     |
| 8.  | Ketika saya rasa ayat yang saya hafalkan sangat sulit, saya tetap berusaha menghafalkannya    |    |   |    |     |
| 9.  | Walaupun saya sedang lelah dengan aktivitas kampus, saya tetap berusaha menambah hafalan saya |    |   |    |     |
| 10. | Saya jarang menambah hafalan  |    |   |    |     |
| 11. | Saya menambah hafalan saya saja tanpa memurajaah nya  |    |   |    |     |
| 12. | Ketika tugas kuliah sangat banyak saya kurang memperhatikan hafalan saya                      |    |   |    |     |
| 13. | Saya tidak dapat berkonsentrasi ketika suasana sangat ramai                                   |    |   |    |     |
| 14. | Saya tidak memiliki waktu untuk menambah hafalan saya   |    |   |    |     |

|     |  |  |  |  |  |
|-----|--|--|--|--|--|
| 15. | saya kesulitan dalam menjaga hafalan saya                    |  |  |  |  |
| 16. | Saya ragu dengan kemampuan saya menghafal al Qur'an          |  |  |  |  |
| 17. | Saya tidak bisa membagi tugas antara kuliah dengan menghafal |  |  |  |  |
| 18. | Saya murajaah ketika akan setoran saja                       |  |  |  |  |





## Skala 2

### Regulasi Diri

| NO  | PERNYATAAN  | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1.  | Saya merencanakan waktu untuk menambah hafalan  |    |   |    |     |
| 2.  | Untuk memudahkan hafalan, saya menandai ayat-ayat al-Qur'an yang sama                                 |    |   |    |     |
| 3.  | Saya memantau kegiatan saya supaya tau kemajuan dan kekurangan dalam diri yang harus diperbaiki       |    |   |    |     |
| 4.  | Saya mengevaluasi hasil hafalan saya kepada ustadz/ustazah  |    |   |    |     |
| 5.  | Saya yakin dapat menyelesaikan hafalan al Quran saya hingga 30 juz                                    |    |   |    |     |
| 6.  | Saya menghafal al Qur'an karena ingin menjaga al Qur'an dalam diri saya                               |    |   |    |     |
| 7.  | Saya ingin membuat orang tua saya bangga atas hafalan al Qur'an saya                                  |    |   |    |     |
| 8.  | Saya tetap menghafalkan al Quran meskipun tugas kuliah sangat banyak                                  |    |   |    |     |
| 9.  | Saya akan memilih kegiatan yang bermanfaat atau tidak sebelum melakukannya                            |    |   |    |     |
| 10. | Lingkungan tempat tinggal saya mendukung kegiatan menghafal saya                                      |    |   |    |     |
| 11. | Saya berusaha menciptakan hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar agar tidak terjadi kesenjangan |    |   |    |     |
| 12. | Saya tidak membuat jam khusus untuk menambah hafalan  |    |   |    |     |

|     |  |  |  |  |  |
|-----|--|--|--|--|--|
| 13. | Saya tidak menggunakan strategi khusus dalam menghafalkan al qur'an              |  |  |  |  |
| 14. | Saya merasa sudah lancar sehingga tidak perlu murajaah                           |  |  |  |  |
| 15. | Saya belum puas dengan perolehan hafalan saya                                    |  |  |  |  |
| 16. | Saya ragu dapat mengingat semua hafalan saya                                     |  |  |  |  |
| 17. | Saya merasa tidak mampu menghafalkan al Qur'an                                   |  |  |  |  |
| 18. | Saya menghafalkan al Quran karena paksaan dari orang tua                         |  |  |  |  |
| 19. | Ketika tugas kuliah menumpuk saya tidak sempat untuk menambah hafalan saya       |  |  |  |  |
| 20. | Saya melakukan semua kegiatan yang saya sukai                                    |  |  |  |  |
| 21. | Saya tidak terbiasa meminta bantuan ketika saya merasa kesulitan dalam menghafal |  |  |  |  |
| 22. | Saya acuh dengan lingkungan sekitar  |  |  |  |  |

### LAMPIRAN 3

### VALIDITAS DAN RELIABELITAS

#### Validitas Dan Reliabelitas Efikasi Diri

Data sebelum diolah

Item-Total Statistics

|          | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Squared Multiple Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|----------|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| VAR00001 | 44.7727                    | 59.317                         | .599                             | .582                         | .795                             |
| VAR00002 | 44.5152                    | 62.931                         | .359                             | .357                         | .809                             |
| VAR00003 | 45.1061                    | 61.142                         | .491                             | .621                         | .802                             |
| VAR00004 | 45.0303                    | 66.153                         | .134                             | .348                         | .821                             |
| VAR00005 | 44.9394                    | 61.842                         | .443                             | .603                         | .804                             |
| VAR00006 | 44.1818                    | 62.643                         | .335                             | .385                         | .811                             |
| VAR00007 | 44.0000                    | 60.554                         | .513                             | .469                         | .800                             |
| VAR00008 | 44.1061                    | 61.850                         | .449                             | .622                         | .804                             |
| VAR00009 | 44.7424                    | 59.610                         | .591                             | .576                         | .796                             |
| VAR00010 | 44.8182                    | 60.582                         | .495                             | .455                         | .801                             |
| VAR00011 | 44.5152                    | 64.100                         | .235                             | .450                         | .817                             |
| VAR00012 | 44.7424                    | 59.579                         | .593                             | .536                         | .795                             |
| VAR00013 | 45.0455                    | 66.136                         | .082                             | .390                         | .828                             |
| VAR00014 | 44.7879                    | 58.693                         | .633                             | .614                         | .793                             |
| VAR00015 | 44.8333                    | 63.003                         | .304                             | .519                         | .813                             |
| VAR00016 | 44.3788                    | 62.085                         | .412                             | .460                         | .806                             |
| VAR00017 | 44.8182                    | 63.382                         | .330                             | .420                         | .810                             |
| VAR00018 | 44.5606                    | 62.896                         | .308                             | .384                         | .812                             |

Data valid

#### Item-Total Statistics

|          | Scale Mean if<br>Item Deleted | Scale Variance if<br>Item Deleted | Corrected Item-<br>Total Correlation | Squared Multiple<br>Correlation | Cronbach's<br>Alpha if Item<br>Deleted |
|----------|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|--|
| VAR00001 | 40.2727                       | 55.032                            | .600                                 | .574                            | .818                                   |
| VAR00002 | 40.0152                       | 58.446                            | .364                                 | .351                            | .832                                   |
| VAR00003 | 40.6061                       | 57.135                            | .464                                 | .607                            | .826                                   |
| VAR00005 | 40.4394                       | 57.358                            | .452                                 | .584                            | .827                                   |
| VAR00006 | 39.6818                       | 57.543                            | .384                                 | .378                            | .831                                   |
| VAR00007 | 39.5000                       | 56.100                            | .523                                 | .438                            | .823                                   |
| VAR00008 | 39.6061                       | 56.889                            | .496                                 | .615                            | .825                                   |
| VAR00009 | 40.2424                       | 55.325                            | .591                                 | .568                            | .819                                   |
| VAR00010 | 40.3182                       | 56.313                            | .491                                 | .450                            | .825                                   |
| VAR00011 | 40.0152                       | 59.523                            | .242                                 | .440                            | .840                                   |
| VAR00012 | 40.2424                       | 54.894                            | .625                                 | .532                            | .817                                   |
| VAR00014 | 40.2879                       | 54.670                            | .615                                 | .608                            | .817                                   |
| VAR00015 | 40.3333                       | 59.118                            | .267                                 | .469                            | .838                                   |
| VAR00016 | 39.8788                       | 57.154                            | .454                                 | .426                            | .827                                   |
| VAR00017 | 40.3182                       | 59.266                            | .307                                 | .406                            | .835                                   |
| VAR00018 | 40.0606                       | 57.904                            | .348                                 | .366                            | .833                                   |

#### Reliability Statistics

| Cronbach's<br>Alpha | Cronbach's<br>Alpha Based on<br>Standardized<br>Items | N of Items |
|---------------------|---|------------|
| .836                | .838  | 16         |

## Validitas Dan Reliabelitas Regulasi Diri

Data sebelum diolah

Item-Total Statistics

|          | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|----------|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| VAR00001 | 60.6515                    | 66.754                         | .488                             | .766                             |
| VAR00002 | 60.7879                    | 69.031                         | .340                             | .776                             |
| VAR00003 | 60.6818                    | 69.297                         | .439                             | .771                             |
| VAR00004 | 60.6515                    | 67.523                         | .486                             | .767                             |
| VAR00005 | 60.3030                    | 66.830                         | .523                             | .765                             |
| VAR00006 | 60.1515                    | 69.300                         | .427                             | .771                             |
| VAR00007 | 60.3939                    | 73.935                         | .115                             | .787                             |
| VAR00008 | 60.7727                    | 70.117                         | .378                             | .774                             |
| VAR00009 | 60.3939                    | 66.827                         | .501                             | .766                             |
| VAR00010 | 60.3788                    | 71.531                         | .326                             | .777                             |
| VAR00011 | 60.2121                    | 70.662                         | .352                             | .776                             |
| VAR00012 | 61.0000                    | 69.477                         | .347                             | .776                             |
| VAR00013 | 61.1667                    | 69.341                         | .317                             | .778                             |
| VAR00014 | 60.1364                    | 70.150                         | .279                             | .780                             |
| VAR00015 | 61.4697                    | 70.284                         | .238                             | .783                             |
| VAR00016 | 61.0606                    | 69.381                         | .360                             | .775                             |
| VAR00017 | 60.5152                    | 67.607                         | .427                             | .770                             |
| VAR00018 | 60.0909                    | 71.992                         | .215                             | .783                             |
| VAR00019 | 61.0000                    | 71.108                         | .276                             | .780                             |
| VAR00020 | 61.4242                    | 72.525                         | .166                             | .786                             |
| VAR00021 | 60.9091                    | 72.022                         | .183                             | .785                             |
| VAR00022 | 60.3030                    | 72.891                         | .154                             | .786                             |



Data valid

**Item-Total Statistics**

|          | Scale Mean if<br>Item Deleted | Scale Variance if<br>Item Deleted | Corrected Item-<br>Total Correlation | Cronbach's<br>Alpha if Item<br>Deleted |
|----------|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|--|
| VAR00001 | 40.0909                       | 43.007                            | .592                                 | .768                                   |
| VAR00002 | 40.2273                       | 45.348                            | .400                                 | .785                                   |
| VAR00003 | 40.1212                       | 46.293                            | .452                                 | .782                                   |
| VAR00004 | 40.0909                       | 44.853                            | .494                                 | .777                                   |
| VAR00005 | 39.7424                       | 43.886                            | .565                                 | .772                                   |
| VAR00006 | 39.5909                       | 45.969                            | .470                                 | .780                                   |
| VAR00008 | 40.2121                       | 46.631                            | .421                                 | .784                                   |
| VAR00009 | 39.8333                       | 44.387                            | .500                                 | .777                                   |
| VAR00010 | 39.8182                       | 48.059                            | .348                                 | .789                                   |
| VAR00011 | 39.6515                       | 47.584                            | .349                                 | .788                                   |
| VAR00012 | 40.4394                       | 46.681                            | .335                                 | .790                                   |
| VAR00013 | 40.6061                       | 47.104                            | .265                                 | .796                                   |
| VAR00015 | 40.9091                       | 46.576                            | .276                                 | .796                                   |
| VAR00016 | 40.5000                       | 46.377                            | .367                                 | .787                                   |
| VAR00017 | 39.9545                       | 46.813                            | .291                                 | .794                                   |

**Reliability Statistics**

| Cronbach's<br>Alpha | N of Items |
|---------------------|------------|
| .796                | 15         |

**LAMPIRAN 4**  
**UJI NORMALITAS**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

|                                |                | Unstandardized Residual |
|--------------------------------|----------------|-------------------------|
| N                              |                | 66                      |
| Normal Parameters <sup>a</sup> | Mean           | .0000000                |
|                                | Std. Deviation | 5.11553192              |
| Most Extreme Differences       | Absolute       | .108                    |
|                                | Positive       | .108                    |
|                                | Negative       | -.074                   |
| Kolmogorov-Smirnov Z           |                | .876                    |
| Asymp. Sig. (2-tailed)         |                | .426                    |

**LAMPIRAN 5**  
**UJI LINIERITAS**

**ANOVA Table**

|                       |                |                          | Sum of Squares | df | Mean Square | F      | Sig. |
|-----------------------|----------------|--------------------------|----------------|----|-------------|--------|------|
| regulasi *<br>efikasi | Between Groups | (Combined)               | 2662.802       | 28 | 95.100      | 4.899  | .000 |
|                       |                | Linearity                | 1680.022       | 1  | 1680.022    | 86.553 | .000 |
|                       |                | Deviation from Linearity | 982.780        | 27 | 36.399      | 1.875  | .038 |
|                       | Within Groups  |                          | 718.183        | 37 | 19.410      |        |      |
|                       | Total          |                          | 3380.985       | 65 |             |        |      |

**LAMPIRAN 6**  
**DESKRIPSI DATA**

**Descriptive Statistics**

|                    | N  | Minimum | Maximum | Mean  | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|-------|----------------|
| EFIKASI            | 66 | 25      | 59      | 42.79 | 8.013          |
| Valid N (listwise) | 66 |         |         |       |                |

**Descriptive Statistics**

|                    | N  | Minimum | Maximum | Mean  | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|-------|----------------|
| regulasi           | 66 | 25      | 58      | 42.98 | 7.212          |
| Valid N (listwise) | 66 |         |         |       |                |

## LAMPIRAN 7

### UJI REGRESI LINIER SEDERHANA

Model Summary<sup>b</sup>

| Model | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1     | .705 <sup>a</sup> | .497     | .489              | 5.15534                    |

a. Predictors: (Constant), efikasi

b. Dependent Variable: regulasi

ANOVA<sup>b</sup>

| Model |            | Sum of Squares | df | Mean Square | F      | Sig.              |
|-------|------------|----------------|----|-------------|--------|-------------------|
| 1     | Regression | 1680.022       | 1  | 1680.022    | 63.212 | .000 <sup>a</sup> |
|       | Residual   | 1700.963       | 64 | 26.578      |        |                   |
|       | Total      | 3380.985       | 65 |             |        |                   |

a. Predictors: (Constant), efikasi

b. Dependent Variable: regulasi

Coefficients<sup>a</sup>

| Model |            | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t     | Sig. |
|-------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|------|
|       |            | B                           | Std. Error | Beta                      |       |      |
| 1     | (Constant) | 15.836                      | 3.473      |                           | 4.560 | .000 |
|       | efikasi    | .635                        | .080       | .705                      | 7.951 | .000 |

a. Dependent Variable: regulasi



**LAMPIRAN 8**  
**SKOR VARIABEL**

Skor Variabel Efikasi Diri Sebelum Skor dioalah

| NAMA      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | TOTAL |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2  | 2  | 4  | 1  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 56    |
| Perempuan | 1 | 4 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2  | 1  | 3  | 1  | 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 48    |
| Perempuan | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4  | 4  | 3  | 1  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 56    |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 54    |
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4  | 3  | 3  | 1  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 51    |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 1  | 31    |
| Perempuan | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 49    |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 53    |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4  | 4  | 1  | 4  | 4  | 4  | 1  | 1  | 4  | 39    |
| Laki-laki | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1  | 3  | 1  | 1  | 2  | 2  | 4  | 2  | 1  | 44    |
| Perempuan | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 50    |
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2  | 4  | 2  | 1  | 3  | 1  | 1  | 1  | 2  | 41    |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3  | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 28    |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 3  | 2  | 2  | 35    |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 4  | 2  | 2  | 34    |
| Laki-laki | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1  | 4  | 1  | 3  | 2  | 1  | 1  | 2  | 3  | 34    |
| Perempuan | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3  | 1  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 43    |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 1  | 2  | 3  | 1  | 43    |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Laki-laki | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 43 |
| Perempuan | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 48 |
| Laki-laki | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 50 |
| Laki-laki | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 45 |
| Perempuan | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 1 | 54 |
| Laki-laki | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 48 |
| Laki-laki | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 45 |
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 50 |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 49 |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 57 |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 50 |
| Perempuan | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 46 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 38 |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 48 |
| Perempuan | 4 | 3 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 54 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 57 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 56 |
| Perempuan | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 41 |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 48 |
| Perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 54 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 59 |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 42 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 33 |
| Laki-laki | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 41 |
| Laki-laki | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 41 |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 53 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 43 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 3 | 1 | 4 | 59 |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 33 |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 38 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 52 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 43 |
| Laki-laki | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 44 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 60 |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 37 |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 57 |
| Laki-laki | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 48 |
| Perempuan | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 43 |
| Perempuan | 1 | 4 | 1 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 1 | 45 |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 65 |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 39 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 65 |
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 52 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 1 | 3 | 52 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 54 |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 60 |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 50 |
| Laki-laki | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 43 |

## Skor Variabel Efikasi Diri Setelah Skor diolah

| Nama      | 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | Total |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 53    |
| Perempuan | 1 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2  | 1  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 46    |
| Perempuan | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 54    |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 48    |
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 49    |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 2  | 4  | 4  | 4  | 1  | 26    |
| Perempuan | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 43    |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 47    |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4  | 4  | 1  | 4  | 4  | 1  | 1  | 4  | 31    |
| Laki-laki | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1  | 3  | 1  | 2  | 2  | 4  | 2  | 1  | 40    |
| Perempuan | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 44    |
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2  | 4  | 2  | 3  | 1  | 1  | 1  | 2  | 38    |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3  | 3  | 3  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 25    |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 3  | 2  | 2  | 32    |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 4  | 2  | 2  | 31    |
| Laki-laki | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1  | 4  | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 3  | 28    |
| Perempuan | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3  | 1  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 36    |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 3  | 1  | 37    |
| Laki-laki | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3  | 2  | 3  | 1  | 3  | 3  | 3  | 2  | 40    |
| Perempuan | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2  | 4  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 41    |
| Laki-laki | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 48    |
| Laki-laki | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 40    |
| Perempuan | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2  | 2  | 3  | 2  | 4  | 3  | 4  | 1  | 48    |
| Laki-laki | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2  | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 42    |
| Laki-laki | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2  | 4  | 3  | 2  | 1  | 3  | 1  | 4  | 43    |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 48 |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 47 |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 51 |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 46 |
| Perempuan | 2 | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 42 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 34 |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 43 |
| Perempuan | 4 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 47 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 52 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 50 |
| Perempuan | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 38 |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 43 |
| Perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 49 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 52 |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 38 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 31 |
| Laki-laki | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 37 |
| Laki-laki | 1 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 37 |
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 49 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 40 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 1 | 4 | 55 |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 30 |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 35 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 46 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 35 |
| Laki-laki | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 42 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 54 |



|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 32 |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 51 |
| Laki-laki | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 44 |
| Perempuan | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 38 |
| Perempuan | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 1 | 41 |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 59 |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 35 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 59 |
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 46 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 3 | 48 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 51 |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 56 |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 45 |
| Laki-laki | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 38 |

Skor Variabel Regulasi Diri Sebelum Skor dioalah

| Nama      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | Total |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 1  | 4  | 70    |
| Perempuan | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4  | 4  | 4  | 1  | 4  | 1  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 1  | 4  | 68    |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 1  | 2  | 3  | 2  | 2  | 4  | 3  | 64    |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 66    |
| Laki-laki | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 1  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 76    |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 1  | 4  | 4  | 1  | 4  | 1  | 53    |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 69    |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4  | 4  | 1  | 1  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 58    |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4 | 4  | 4  | 1  | 2  | 4  | 1  | 1  | 1  | 4  | 1  | 1  | 2  | 4  | 45    |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3  | 3  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 4  | 4  | 1  | 1  | 2  | 3  | 60    |
| Perempuan | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 4  | 64    |
| Perempuan | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3  | 3  | 1  | 1  | 4  | 1  | 1  | 2  | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 57    |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 46    |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2  | 3  | 1  | 1  | 4  | 1  | 1  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 57    |
| Perempuan | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 4  | 58    |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 73    |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 1  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 56    |
| Laki-laki | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2  | 3  | 2  | 2  | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 60    |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2  | 2  | 2  | 3  | 1  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 4  | 58    |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 3  | 4  | 67    |
| Laki-laki | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3  | 4  | 2  | 2  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 2  | 4  | 68    |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 1  | 50    |
| Perempuan | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 1  | 1  | 3  | 4  | 3  | 1  | 4  | 4  | 69    |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Laki-laki | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 59 |
| Laki-laki | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 54 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 77 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 2 | 4 | 63 |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 67 |
| Perempuan | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 71 |
| Perempuan | 4 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 57 |
| Laki-laki | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 52 |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 65 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 74 |
| Perempuan | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 66 |
| Perempuan | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 73 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 65 |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 61 |
| Perempuan | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 4 | 1 | 1 | 62 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 75 |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 51 |
| Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 45 |
| Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 54 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 59 |
| Laki-laki | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 72 |
| Laki-laki | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 57 |
| Perempuan | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 2 | 4 | 65 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 2 | 2 | 4 | 53 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 65 |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 60 |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 3 | 59 |
| Laki-laki | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 54 |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 72 |
| Laki-laki | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 61 |
| Laki-laki | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 73 |
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 66 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 1 | 2 | 4 | 60 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 4 | 64 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 71 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 74 |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 82 |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 4 | 77 |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 71 |
| Perempuan | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 72 |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 84 |
| Perempuan | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 1 | 1 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 64 |
| Laki-laki | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 56 |

Skor Variabel Regulasi Diri Setelah Skor diolah

| Nama      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 15 | 16 | 17 | Total |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 50    |
| Perempuan | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4  | 4  | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 47    |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 1  | 2  | 43    |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 45    |
| Laki-laki | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4  | 4  | 3  | 3  | 1  | 3  | 4  | 50    |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 1  | 31    |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 48    |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4  | 4  | 1  | 1  | 2  | 2  | 3  | 38    |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4  | 4  | 1  | 2  | 1  | 1  | 1  | 25    |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3  | 3  | 2  | 1  | 1  | 2  | 4  | 43    |
| Perempuan | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 42    |
| Perempuan | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 33    |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 30    |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 35    |
| Perempuan | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 34    |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 52    |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 3  | 2  | 39    |
| Laki-laki | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2  | 3  | 2  | 2  | 1  | 1  | 4  | 38    |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 39    |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 48    |
| Laki-laki | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3  | 4  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 46    |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 34    |
| Perempuan | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4  | 4  | 4  | 2  | 1  | 1  | 3  | 46    |



|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Laki-laki | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 38 |
| Laki-laki | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 40 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 54 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 3 | 4 | 43 |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 46 |
| Perempuan | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 48 |
| Perempuan | 4 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 42 |
| Laki-laki | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 32 |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 43 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 50 |
| Perempuan | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 46 |
| Perempuan | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 51 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 44 |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 38 |
| Perempuan | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 44 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 52 |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 35 |
| Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 29 |
| Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 37 |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 39 |
| Laki-laki | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 4 | 48 |
| Laki-laki | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 36 |
| Perempuan | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 45 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 42 |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 1 | 45 |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 38 |
| Laki-laki | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 33 |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 50 |
| Laki-laki | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 41 |
| Laki-laki | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 48 |
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 45 |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 42 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 46 |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 51 |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 50 |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 58 |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 58 |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 48 |
| Perempuan | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 47 |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 58 |
| Perempuan | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 42 |
| Laki-laki | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 45 |

**LAMPIRAN 9**  
**KATEGORISASI DATA**

Kategorisasi Data Variabel Efikasi Diri

| NAMA      | 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | total | kategorisasi |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|--------------|
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 53    | tinggi       |
| Perempuan | 1 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2  | 1  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 46    | sedang       |
| Perempuan | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 54    | tinggi       |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 48    | sedang       |
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 49    | sedang       |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 2  | 4  | 4  | 4  | 1  | 26    | rendah       |
| Perempuan | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 43    | sedang       |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 47    | sedang       |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4  | 4  | 1  | 4  | 4  | 1  | 1  | 4  | 31    | rendah       |
| Laki-laki | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1  | 3  | 1  | 2  | 2  | 4  | 2  | 1  | 40    | sedang       |
| Perempuan | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 44    | sedang       |
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2  | 4  | 2  | 3  | 1  | 1  | 1  | 2  | 38    | sedang       |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3  | 3  | 3  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 25    | rendah       |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 3  | 2  | 2  | 32    | rendah       |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 4  | 2  | 2  | 31    | rendah       |
| Laki-laki | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1  | 4  | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 3  | 28    | rendah       |
| Perempuan | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3  | 1  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 36    | sedang       |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 3  | 1  | 37    | sedang       |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |        |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Laki-laki | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 40 | sedang |
| Perempuan | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 41 | sedang |
| Laki-laki | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 48 | sedang |
| Laki-laki | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 40 | sedang |
| Perempuan | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 1 | 48 | sedang |
| Laki-laki | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 42 | sedang |
| Laki-laki | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 43 | sedang |
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 48 | sedang |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 47 | sedang |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 51 | tinggi |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 46 | sedang |
| Perempuan | 2 | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 42 | sedang |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 34 | rendah |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 43 | sedang |
| Perempuan | 4 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 47 | sedang |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 52 | tinggi |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 50 | sedang |
| Perempuan | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 38 | sedang |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 43 | sedang |
| Perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 49 | sedang |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 52 | tinggi |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 38 | sedang |
| Laki-laki | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 31 | rendah |
| Laki-laki | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 37 | sedang |
| Laki-laki | 1 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 37 | sedang |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |        |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 49 | sedang |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 40 | sedang |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 1 | 4 | 55 | tinggi |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 30 | rendah |
| Perempuan | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 35 | sedang |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 46 | sedang |
| Laki-laki | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 35 | sedang |
| Laki-laki | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 42 | sedang |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 54 | tinggi |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 32 | rendah |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 51 | tinggi |
| Laki-laki | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 44 | sedang |
| Perempuan | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 38 | sedang |
| Perempuan | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 1 | 41 | sedang |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 59 | tinggi |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 35 | sedang |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 59 | tinggi |
| Perempuan | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 46 | sedang |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 3 | 48 | sedang |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 51 | tinggi |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 56 | tinggi |
| Perempuan | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 45 | sedang |
| Laki-laki | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 38 | sedang |



Kategorisasi Data Variabel Regulasi Diri

| nama      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 15 | 16 | 17 | Total | kategorisasi |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|-------|--------------|
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 50    | tinggi       |
| Perempuan | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4  | 4  | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 47    | sedang       |
| Perempuan | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 1  | 2  | 43    | sedang       |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 45    | sedang       |
| Laki-laki | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4  | 4  | 3  | 3  | 1  | 3  | 4  | 50    | tinggi       |
| Perempuan | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 1  | 31    | rendah       |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 48    | sedang       |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4  | 4  | 1  | 1  | 2  | 2  | 3  | 38    | sedang       |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4  | 4  | 1  | 2  | 1  | 1  | 1  | 25    | rendah       |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3  | 3  | 2  | 1  | 1  | 2  | 4  | 43    | sedang       |
| Perempuan | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 42    | sedang       |
| Perempuan | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 33    | rendah       |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 30    | rendah       |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 35    | rendah       |
| Perempuan | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 34    | rendah       |
| Laki-laki | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 52    | tinggi       |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 3  | 2  | 39    | sedang       |
| Laki-laki | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2  | 3  | 2  | 2  | 1  | 1  | 4  | 38    | sedang       |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 39    | sedang       |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 48    | sedang       |
| Laki-laki | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3  | 4  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 46    | sedang       |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 34    | rendah       |
| Perempuan | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4  | 4  | 4  | 2  | 1  | 1  | 3  | 46    | sedang       |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |        |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Laki-laki | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 38 | sedang |
| Laki-laki | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 40 | sedang |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 54 | tinggi |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 3 | 4 | 43 | sedang |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 46 | sedang |
| Perempuan | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 48 | sedang |
| Perempuan | 4 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 42 | sedang |
| Laki-laki | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 32 | rendah |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 43 | sedang |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 50 | tinggi |
| Perempuan | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 46 | sedang |
| Perempuan | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 51 | tinggi |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 44 | sedang |
| Perempuan | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 38 | rendah |
| Perempuan | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 44 | sedang |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 52 | tinggi |
| Perempuan | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 35 | rendah |
| Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 29 | rendah |
| Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 37 | sedang |
| Laki-laki | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 39 | sedang |
| Laki-laki | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 4 | 48 | sedang |
| Laki-laki | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 36 | sedang |
| Perempuan | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 45 | sedang |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 34 | rendah |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 42 | sedang |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |        |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 1 | 45 | sedang |
| Laki-laki | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 38 | sedang |
| Laki-laki | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 33 | rendah |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 50 | tinggi |
| Laki-laki | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 41 | sedang |
| Laki-laki | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 48 | sedang |
| Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 45 | sedang |
| Perempuan | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 42 | sedang |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 46 | sedang |
| Perempuan | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 51 | tinggi |
| Perempuan | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 50 | tinggi |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 58 | tinggi |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 58 | tinggi |
| Perempuan | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 48 | sedang |
| Perempuan | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 47 | sedang |
| Perempuan | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 58 | tinggi |
| Perempuan | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 42 | sedang |
| Laki-laki | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 45 | sedang |